

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE PSICOLOGIA, SERVIÇO SOCIAL E COMUNICAÇÃO HUMANA

Francyne Padilha Sebastião

**A construção da identidade de meninas negras e suas relações com seus cabelos crespos:
um relato de experiência**

Porto Alegre

2023

**A CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE DE MENINAS NEGRAS E SUAS
RELAÇÕES COM SEUS CABELOS CRESPOS: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como parte dos requisitos para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof^ª. Dra. Luciana Rodrigues

Porto Alegre

2023

AGRADECIMENTOS

Dedico esse trabalho e agradeço primeiramente a minha mãe, Daniele, que foi minha melhor amiga durante toda a minha vida. Quem sonhou todos os meus sonhos junto comigo, muitas vezes deixando os dela de lado para realizar os meus. Essa conquista é de nós duas, mãe! Te amo infinitamente, nessa e em todas as outras vidas.

Agradeço também ao meu pai, Márcio, que sempre me apoiou e me ensinou a buscar meus objetivos mesmo que o caminho seja difícil. Obrigada pai, te amo do fundo do meu coração.

Agradeço meu irmão, Júnior, por ser meu parceiro ao longo da vida e por estar todos os dias ao meu lado! Aos meus avós, Deusa e Paulo, que sempre acreditaram em mim. Valeu a pena todas as caronas e perrengues durante o vestibular, Vô!

A minha Dinda Alexandra, por todo o apoio e exemplo que me deu. Aos meus primos, Kévin, Igor e Alexsandra, que foram meus irmãos mais velhos e sempre me rendem boas lembranças da infância. Que me deram meus pitocos de presente, meus afilhados, Aléxia, Antônia, Lohan, Alinah, Ayla, Alana e Alícia (ufa, e chega de nomes com A! kkkkk).

Ao restante da minha família que foi essencial na minha criação e tenho certeza que vai estar ao meu lado em cada passo do caminho. Meu mais sincero obrigada!

Agradeço a minha melhor amiga, Paulina, por ter me escolhido como dupla durante uma aula de PPB fazendo caretas uma para a outra e por nunca ter soltado minha mão. Amiga, tua amizade foi essencial durante esses 5 anos de faculdade, todas as nossas gargalhadas e bobagens foram imprescindíveis para que eu continuasse.

A minha orientadora, Luciana Rodrigues, que foi atrás de mim durante a escrita desse trabalho para marcar supervisões e nunca desistiu de mim. Quem com sua voz doce e palavras afetuosas me incentivava a acreditar na potência das minhas palavras. Lu, serei eternamente grata!!

A minha professora Raquel Silveira, que apostou em mim durante todo o período em que estive na graduação. Fizemos vários projetos e conheci pessoas incríveis ao lado dela. Raquel, meu muito obrigada por ter me tirado da bolha e me apresentado a importância do trabalho nas Políticas Públicas.

Às minhas supervisoras de estágio, Oriana Hadler, Luciane Kurtz e Carla Mallmann, meu muito obrigada por todos os ensinamentos e pelo carinho com essa futura (muito em breve) Psicóloga.

Aos amigos que conheci na universidade e nos locais de estágios, obrigada por toda parceria, pelos almoços no RU, pelas confidências e pelas gargalhadas. Levo cada um de vocês no meu coração!

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo discutir acerca do processo de construção de identidade que meninas negras passam ao crescer em uma sociedade onde são valorizados padrões de beleza hegemônicos europeus. Busco produzir conhecimento através de minhas escrivências e experiência de estágio ao atender uma menina negra que cresceu não gostando de seu cabelo e falando com propriedade de situações que não deveriam perpassar a realidade de uma criança. O cabelo crespo tem uma significação importante para a autoestima e conseqüentemente para valorização da identidade negra. Muitas meninas por crescerem tendo referências negativas a respeito de cabelos crespos, devido a sociedade racista associá-los a cabelos duros, sujos ou “ruins”, acabam recorrendo a alisamentos químicos para se adequar aos padrões de beleza hegemônicos brancos em uma tentativa de diminuir o sofrimento psíquico gerado pelo racismo. Algumas meninas quando entram na adolescência passam pelo processo de transição capilar, uma estratégia para realizar o resgate de suas origens, se reconectar com sua identidade e voltar a conhecer seu cabelo. Portanto, discorro através de minha história como uma mulher negra, o percurso de passar por várias etapas até conhecer de fato meu cabelo crespo, além de ser uma psicóloga ocupando um lugar de privilégios enquanto a sociedade opera mantendo pessoas negras em lugares subalternos. Portanto, é de fundamental importância que nós, como psicólogos, possamos entender e saber acolher o sofrimento psíquico gerado pelo racismo.

Palavras chave: cabelo; identidade; meninas; autocuidado.

ABSTRACT

The present work aims to discuss about the identity construction process that black girls go through growing up in a society where hegemonic European beauty standards are valued. I seek to produce knowledge through my writing and internship experience when assisting a black girl who grew up not liking her hair and speaking with propriety of situations that should not permeate the reality of a child. Curly hair has an important meaning for self-esteem and consequently for the appreciation of their black identity. Many girls, growing up with negative references about curly hair due to the racist society associating them with hard, dirty or “bad” hair, end up resorting to chemical straightening to adapt to white hegemonic beauty standards in an attempt to reduce the psychic suffering generated by racism. When some girls enter adolescence, they go through the hair transition process, a strategy to rescue their origins, reconnect with their identity and get to know their hair again. Therefore, I go through my story as a black woman, the journey of going through several stages to actually knowing my curly hair, in addition to being a psychologist occupying a place of privilege while society operates by keeping black people in subordinate places. Therefore, it is of fundamental importance that we, as psychologists, understand and know how to accept the psychic suffering generated by racism.

Keywords: hair; identity; girls; self care.

Introdução

Começo o presente trabalho afirmando minha posição enquanto mulher preta, filha de Daniele, neta de Deusa, sobrinha de Alexandra e prima de Alexsandra. Mulheres negras que me inspiram todos os dias a ser quem eu sou e lutar pelos meus ideais. Mulheres essas que carregam consigo sua ancestralidade e passam todos os dias pelo desafio de serem mulheres e negras em um país tão racista e machista quanto o Brasil.

Esta é uma das escritas mais potentes que já ousei fazer na minha vida. Escrevo isso com lágrimas nos olhos ao recordar as tantas coisas que eu já passei ou presenciei. Tantas meninas e mulheres que só queriam se sentir bem consigo mesmas sem uma sociedade racista e opressora. Meninas que querem ser aceitas, reconhecidas, pertencentes. Mulheres que carregam essa vontade desde a infância.

Demorei muito tempo para definitivamente conseguir escrever esse texto. Não só porque o tema é complexo e cheio de possibilidades de discussão, mas sim porque é algo que perpassa minha trajetória e a de muitas outras meninas/mulheres negras. Comecei a pensar sobre a complexidade de ser negra nesse mundo ao longo da minha adolescência e entrada na vida adulta quando passei a me ver perseguindo um padrão estético que não era o meu.

Comecei a alisar os cabelos aos 11 anos de idade. Não por imposição de alguém, mas sim por uma sociedade que ensina para meninas que o cabelo liso é bonito. Uma sociedade que não mostra referências positivas para, por exemplo, meninas de cabelo crespo como o meu. Quando estava no ensino fundamental eu era bolsista em uma escola particular onde tinham poucas pessoas negras, na minha turma eram somente 2 meninas. Quando estávamos na sexta série, entrou na turma uma menina com o tom de pele mais retinto que era vítima de racismo. Um dos meninos chamava ela todos os dias de termos pejorativos para se referir ao nariz e ao cabelo dela.

Naquela época aquilo foi chamado de “*bullying*”. Eu, ainda criança, não tinha discernimento para entender o que acontecia. Hoje, depois de todas as minhas experiências e aprendizados que adquiri ao longo dos anos dentro, posso compreender o mundo a partir de um outro lugar. Pois isso parte mais do que de um lugar individual e sim de uma conscientização coletiva, que quem veio antes de nós nos possibilitou ocupar diversos espaços, inclusive dentro da academia.

Os insultos raciais têm a função de legitimar as relações de poder e hierarquias sociais construídas com base na ideia de raça. Como dispositivo de poder, sua finalidade é

reiterar a ordem supostamente inferior e inata do grupo subordinado e daquele que a ele pertence: trata-se não somente de uma forma de definir e discriminar o outro, mas, sobretudo, uma maneira de lembrá-lo de sua inferioridade e fazê-lo introjetá-la. (Barros, Santos, Candido & Gonçalves, 2022).

Lembro que ao ir à escola, todos os dias eu prendia meu cabelo o mais forte que eu conseguisse para que eu não fosse a próxima. Ia para a escola com um espelho na mochila e, quando estava lá, tentava ao máximo não chamar a atenção para mim. Me escondia atrás das minhas amigas brancas, como se por osmose eu fosse ficar igual a elas. Queria ter a pele e os olhos claros, além do cabelo liso.

Ouvia histórias da minha mãe e minha tia quando eram mais jovens que passavam todos os tipos de produtos e químicas para alisar cabelo, com todas as técnicas possíveis, e nunca deu certo. Ríamos quando elas contavam que perdiam cabelo ou até mesmo quando minha mãe cismou que queria fazer uma franja pois era o penteado da Mara Maravilha, Xuxa, Angélica e Eliana (apresentadoras de programas infantis nos anos 90). Esses eram os padrões de beleza delas na época, e não importava que metade do cabelo caia devido aos fortes produtos químicos usados no alisamento ou que elas ficavam cheias de cicatrizes quando o pente quente caia nas costas, o importante era que no primeiro dia depois de alisar, alguém falasse do quanto elas estavam bonitas.

Eu também queria ser elogiada assim. Foi por isso que aos 11 anos eu desmanchei minhas tranças e alisei. Foi como um marco na minha vida, a saída da infância para a adolescência. Não era mais minha mãe que trançava meu cabelo, eu ia em um salão e podia usar ele solto. Foi uma sensação de liberdade, a conquista de uma independência. Um sentimento de que finalmente eu estava sendo notada. E foi assim ao longo dos anos. Por um tempo eu me achava bonita, porém quando a raiz do cabelo começava a crescer era todo o processo da minha baixa autoestima voltando. Eu queria simplesmente me esconder até poder alisar novamente.

Com o passar do tempo fui começando a me sentir diferente. Entrei na Universidade aos 16 anos e não tinha ideia do mundo que iria se abrir. Pessoas de diferentes cores e etnias. Cabelos dos mais variados estilos e comprimentos. Comecei a parar de me esconder atrás de chapinhas e entender que eu já não reconhecia eu mesma com aquele cabelo. Quando isso aconteceu comecei a ver que ele não estava tão bem assim, estava danificado, quebradiço. Eu já não tinha mais aquela empolgação de ir para o salão de beleza, a raiz crescia e eu ficava sentindo com meus dedos cada curva que começava a se formar, tentando imaginar como era meu cabelo natural. Nesse ponto eu já não lembrava mais qual era meu cabelo.

Perguntava para mim mesma quão feliz eu era alisando meu cabelo, ou fazendo dietas malucas, ou até mesmo não conseguindo me encaixar no meu círculo de amizades por não ser fenotipicamente igual a elas. Ficava feliz quando alguém elogiava meu cabelo liso e cumprido, quando tinha acabado de fazer progressiva. Mas quando a raiz crescia ficava passando a mão tentando lembrar a verdadeira textura do meu cabelo. Já não lembrava mais se ele formava cachos ou não, como era para pentear ou como ele ficaria solto. Afinal, usar ele solto estava fora de cogitação.

Ninguém imaginava tamanho meu sofrimento a cada fio danificado, a cada queimadura que eu sofria fazendo chapinha, a cada vez que meu olho ardia pelo cheiro forte da progressiva. Foi quando eu decidi que não queria mais ser daquele jeito, queria poder me olhar no espelho e ver a menina de trancinhas que eu era antes. Queria poder me sentir bonita novamente, não perseguir um padrão estético perpetrado pela hegemonia branca.

Contudo, foi somente a partir do processo de construção da minha autoestima que consegui enfim escolher quem e de que forma eu queria ser. Portanto, escolhi conhecer novamente minha curvatura e a partir disso conhecer a mim mesma. É assim que chego no presente trabalho, uma coletânea de memórias sobre minha vida como uma mulher negra nascida em um país racista, pautada por experiências no campo da Psicologia e escritórias, conceito esse criado e trabalhado por Conceição Evaristo ao longo de sua obra.

O conceito de escritória, em meio a diversos recursos metodológicos de escrita, utiliza-se da experiência do autor para viabilizar narrativas que dizem respeito à experiência coletiva de mulheres (Soares et al., 2017). Sendo assim, através de meus relatos tiro as minhas experiências do âmbito individual e compartilho com o coletivo. É a proposta feminista de encontrar a voz — de fazer a transição do silêncio para a fala como um gesto revolucionário. (hooks, 2019) . Fazendo assim com que seja produzido conhecimento através de minha história de vida, de histórias de minhas ancestrais e de tantas outras pessoas que passam pelos mesmos processos para reafirmar sua identidade enquanto mulher negra.

na garganta
um grito mudo
paciência mulher...
cansei de paciência
de inocência
roubada
e do sorriso

estampado no rosto
como cartão de visita
quero que meu grito
ecoe
reverbere
e ressoe
em todas as mulheres
peito a peito
olho no olho
sororidade
de manas
que se reconhecem
e amanhecem
transformadas
pela vibração
de cada voz feminina
liberta, igual
salve
negra bendita.
(Rocha, 2018, pág. 55)¹

Estágio no Hospital Psiquiátrico São Pedro

Quando estava no 6º semestre do curso de Psicologia na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), iniciei meu segundo estágio (no currículo são 3 no total) no Ambulatório do Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAPS)² do Hospital Psiquiátrico São Pedro (HPSP) no segundo semestre de 2021. Lá realizamos atendimentos individuais e em grupo para crianças e adolescentes de 0 a 18 anos incompletos em situação de sofrimento psíquico.

Foi um local extremamente acolhedor para mim, com 20 anos, na minha primeira experiência na clínica individual. Nunca tinha atendido diretamente um usuário no âmbito da clínica e estava com muitos receios. Contudo, fui extremamente amparada e orientada

¹ Lilian Rocha, poeta, natural de Porto Alegre, possui formação em Farmácia e Bioquímica pela UFRGS.

² CIAPS: O Centro Integrado de Atenção Psicossocial é dividido em duas partes, uma de internação e outra de atendimentos ambulatoriais, ambos para crianças e adolescentes.

pelos(as) colegas que vieram antes de mim e pelas supervisoras. Através de supervisões individuais e coletivas, compartilhávamos práticas e trocávamos dicas. O que me permitiu uma maior segurança ao longo dos atendimentos com os(as) pacientes. Além disso, foi um local que me permitiu trabalhar através da lógica da Clínica Ampliada, visando aumentar a autonomia do(da) paciente dentro de seu plano terapêutico, utilizando os recursos que o ambiente e a comunidade proporcionam saindo, assim, do *setting* terapêutico psicanalítico.

O HPSP, inicialmente nomeado Hospício São Pedro, foi a primeira instituição psiquiátrica de Porto Alegre e o sexto Asilo/Hospício de alienados durante o Segundo Reinado no Brasil (1841-1889). Os chamados alienados, um dos segmentos sociais excluídos dos padrões de comportamento elegidos pela sociedade (Cheuiche, 2004), eram trazidos e alojados nos antigos porões da Santa Casa de Porto Alegre ou nas cadeias públicas civis. A partir de suas condutas ou estado de agitação definia-se para onde aquela pessoa seria enviada.

O projeto de construção do Hospício fez parte do processo de saneamento social da cidade, deslocando para o subúrbio todos os que tivessem desvio de conduta (Cheuiche, 2004). Supondo-se que com isso, a grande maioria dos que se considerava ter um desvio de conduta/alienados eram homens negros acusados injustamente em uma sociedade patriarcal racista.

Contudo, os hospitais psiquiátricos ainda tinham como princípio a cura e o isolamento da loucura. Existem diversas evidências e relatos dos maus tratos, tortura, estupro, violência, uso excessivo de medicações, experimentos desumanos como lobotomia, eletrochoque, banhos gelados, contenção mecânica - camisa de força- e diversas outras formas de violação dos direitos humanos e civis. As restrições à política asilar se avolumaram, reflexo do movimento da reforma psiquiátrica desencadeado na Itália, que rediscutiu o modelo de assistência ao doente mental, propunha alternativas como a sua reintegração na sociedade e criticava os pressupostos da psiquiatria (Gomes, 2007).

Em 1986 aconteceu a 8ª Conferência Nacional de Saúde, da I Conferência Nacional de Saúde Mental e do II Congresso Nacional de Trabalhadores de Saúde Mental onde a reforma psiquiátrica tomou impulso ao serem expostos os horrores que os(as) pacientes eram submetidos(as). Foi a partir da Declaração de Caracas, em 1990, que

os países da América Latina, inclusive o Brasil, comprometem-se a promover a reestruturação da assistência psiquiátrica, rever criticamente o papel hegemônico e centralizador do hospital psiquiátrico, salvaguardar os direitos civis, a dignidade

pessoal, os direitos humanos dos usuários e propiciar a sua permanência em seu meio comunitário (Hirdes, 2009).

Sendo assim, começou-se a criar serviços substitutivos ao hospital psiquiátrico e programas de auxílio a desinstitucionalização, tais como: redes de atenção à saúde mental, Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), leitos psiquiátricos em hospitais gerais, oficinas terapêuticas, residências terapêuticas (Hirdes, 2009), etc. É então que os pacientes passam a ser enviados para residenciais terapêuticos.

Hoje em dia o Hospital Psiquiátrico São Pedro Os poucos moradores que ainda lá residem já são idosos e estão lá por questões econômicas ou por abandono da família. Uma parte do Hospital é tombada pelo patrimônio histórico e lá funciona o Museu da Loucura, onde está exposta toda a história e todos os horrores do antigo Asilo de Alienados. Outra parte, o segundo andar dos pavilhões da frente é o CIAPS, que recebe crianças e adolescentes para internação psiquiátrica de curta permanência, nos pavilhões dos fundos são adultos em internação psiquiátrica.

O primeiro andar do pavilhão da frente é utilizado para os dois ambulatórios. Nos ambulatórios recebemos pacientes encaminhados pela rede socioassistencial e prestamos serviços de psicoterapia para adultos no Ambulatório Melanie Klein e também para crianças e adolescentes no Ambulatório do CIAPS (onde eu estagiava).

Lá, recebíamos pacientes via Gercom (sistema de encaminhamentos da Prefeitura de Porto Alegre), egressos da internação ou filhos/familiares de algum paciente do Ambulatório Melanie Klein³, também do HPSP. Antes recebíamos também pacientes via EESCA⁴ - Partenon (Equipe Especializada em Saúde da Criança e do Adolescente), porém devido a alta demanda por atendimento vindo do Gercom para o referido serviço, tivemos que parar por um tempo com esses encaminhamentos.

Quando aceitamos um(uma) paciente no Ambulatório fazemos o que chamamos de Acolhimento, um espaço em conjunto entre uma supervisora, um(uma) residente de psiquiatria e um(uma) estagiário(a) com o(a) paciente e seu(sua) responsável para entendermos o motivo da procura e explicar como é o serviço. Durante uns 20 minutos ouvimos a demanda e um pouco da história de vida deles(delas). Depois vamos para uma sala separada, geralmente o(a) estagiário(a) e o(a) paciente, enquanto o(a) responsável fica com a psicóloga e o(a) residente de psiquiatria.

³ Ambulatório Melanie Klein: Ambulatório do HPSP dedicado ao atendimento psicoterápico de Adultos residentes na região Leste de Porto Alegre

⁴ EESCA (Equipe de Saúde Especializada da Criança e do Adolescente): dedica-se ao atendimento ambulatorial em saúde mental para crianças e adolescentes. O encaminhamento vem via UBS, internações, emergência em saúde mental e outros serviços especializados. Porto Alegre atualmente conta com 9 equipes.

Após esse primeiro acolhimento é marcado outro para 15 dias depois, para que possamos analisar se realmente vai haver investimento no espaço de atendimento. Esse investimento aparece pelo comprometimento do(da) paciente em comparecer nas consultas, uma vez que no acolhimento o(a) paciente ainda não está vinculado(a) ao serviço. Por isso, marcamos o segundo dia de acolhimento para 15 dias depois para ver se o(a) paciente e seu responsável irão lembrar da data e horário marcada e comparecer. Caso haja algum imprevisto, disponibilizamos o número de telefone do ambulatório para justificar a falta e remarcar o acolhimento.

Entende-se comprometimento aqui como um investimento no espaço de terapia, considerando que temos fila de espera. Contudo, o serviço no Ambulatório entende a dura realidade que vivem as pessoas do nosso país, principalmente aquelas periféricas, nosso público alvo. Somos bastante flexíveis quanto a atrasos e faltas, mesmo que a demanda do hospital seja de que após 3 faltas sem justificativa o(a) paciente seja desligado(a) do serviço e tem que ser novamente encaminhado(a) via UBS/Gercom. Comparecer nas consultas não é avaliado sem levar em conta as condições do(a) paciente chegar no serviço, uma vez que abrimos vários espaços de atendimento online quando necessário e fazemos busca ativa daquele(a) paciente que não conseguimos contato. Para isso é imprescindível o trabalho em rede pois lidamos com pessoas múltiplas em suas histórias e dificuldades que também é assistida em outros espaços.

Na grande maioria das vezes o(a) estagiário(a) que participou do acolhimento fica comprometido em acompanhar o(a) paciente, do contrário é discutido em reunião de equipe e decidido quem fica responsável pelos atendimentos de determinado(a) paciente. Paciente esse(a) que normalmente chamaríamos de caso (acolhimento de caso, passagem de caso, discussão de caso, etc) e é curioso o quanto isso está institucionalizado em uma lógica médico-centrada ao objetificarmos uma pessoa à um caso e não levarmos em conta que estamos falando da vida de alguém, das particularidades e subjetividades de cada um(uma).

Ao final do estágio fazemos também a chamada passagem, que é quando os(as) estagiários(as) antigos(as) se reúnem para apresentar brevemente o histórico de seus(suas) pacientes para que os(as) novos(as) assumam. Foi em uma dessas passagens que conheci a menina que foi uma das inspirações para o presente trabalho.

Como éramos um grupo de 12 estagiários(as), tinham duas estagiárias negras e dentre essas eu a única que iria continuar no ano de 2022. Sendo assim, foi pensado em mim para assumir o caso de uma adolescente de 14 anos que tinha muitas questões relacionadas ao seu cabelo e sua raça/cor. Ser a única menina negra que iria continuar no estágio mostra um pouco

de como estão sendo ofertadas as vagas. Quando eu entrei ainda havia uma menina negra que estava terminando suas atividades e quando eu saí entraram cinco pessoas brancas oriundas de universidades particulares com suas vagas compradas pela mesma.

Isso mostra um pouco o reflexo do acesso de pessoas negras tanto à universidade quanto aos espaços de estágio. O meu caso não é o único e não vai ser o último. Existem diversos relatos que mostram o racismo institucional operando, onde não vemos pessoas negras em cargos privilegiados. E o que me incomoda é que não percebo esse esvaziamento somente no estágio, percebo na universidade também.

Quanto mais o tempo vai passando e o fim do curso se aproximando, as turmas vão cada vez mais esvaziando e embranquecendo. Fico me perguntando onde estão essas pessoas e o que aconteceu ao longo do curso? Como ficarão as oportunidades para pessoas negras no mercado de trabalho quando não são aplicadas políticas de permanência para os estudantes que necessitam? Entendendo aqui políticas de permanência como medidas voltadas para que segmentos específicos enfrentem situações de desigualdade, como as experimentadas pela população negra no Brasil em diferentes segmentos como saúde, educação, trabalho, renda e etc (Beralda, 2021).

O que a Universidade está ofertando de possibilidades para que os estudantes negros ou indígenas não sejam a minoria dentre uma turma de formandos? São essas e outras perguntas que rondam minha cabeça e apontam o nível de desigualdade que ainda vivemos, uma herança colonial que infelizmente organiza nossa sociedade.

Histórias Cruzadas: do atender uma menina negra ao ser uma menina negra

Depois de ser passado para mim o caso da paciente, conheci Zara (nome fictício) numa manhã quente de quinta-feira. Já tínhamos nos visto diversas vezes na sala de espera, uma sedenta para conhecer a outra. Via Zara com seu cabelo black com uma cor diferente por mês. Ela, sempre me olhando, curiosa por ver uma mulher negra trabalhando em posições que não vemos comumente. E eu, querendo pela primeira vez atender uma menina negra. É rotineiro ficarmos admirados ao ver profissionais negros em cargos tão poucos pautados pela nossa presença. Em *Eu, mulher, psicóloga e negra* (1984) existem relatos de quatro psicólogas negras brasileiras que em 1984 já contavam um pouco de como era solitário e difícil a situação racial no Brasil.

Em um desses relatos, uma das entrevistadas aponta que a engrenagem da sociedade está montada para manter determinados grupos em certos lugares subalternos (Colucci e Andrade, 1984). Essa realidade tem se estendido até os dias de hoje, onde eu, uma estudante

de psicologia consigo ver tamanha admiração nos olhos de uma paciente. Admiração por ver uma mulher negra em uma posição de privilégios pautada pela ausência de nossos corpos, o que só se constituiu a partir da construção da hierarquia racial. Lugares esses que temos o direito de ocupar. O quanto isso não faz diferença na vida dessa e de muitas outras crianças por verem médicos, psicólogos, advogados ou até mesmo um filme com uma princesa negra?

Saber que futuramente atenderia Zara me despertou o anseio de finalmente atender um(uma) paciente negro(a). Ficava me perguntando quão diferente seria atender alguém que passe pelas mesmas coisas que eu, além de quão importante é psiquicamente para um paciente ter alguém que vá de fato ouvir e compreender o que ele está falando.

Não é uma regra que negros tenham que atender negros ou que brancos não possam atender. É simplesmente o fato de podermos identificar os possíveis danos causados pelo sistema histórico de "embranquecimento, e seus desdobramentos contemporâneos, assim como outras formas de terrorismo psicológico (Nobles, 2009). É muito importante entender e saber acolher o sofrimento psíquico gerado pelo racismo e que possamos ver do outro lado um semelhante.

Em meu primeiro atendimento com Zara ela estava bem tímida no começo, falando sobre coisas básicas como com quem morava e sobre a escola. Ao desenrolar da conversa, fomos nos aprofundando em questões mais pessoais e terminamos o atendimento já discutindo coisas como a dificuldade de se enturmar na escola onde a grande maioria é branca e episódios de racismo que ela já passou. Vejo esse movimento de Zara como o início de uma identificação, onde por eu ser uma mulher negra entenderia pelo que ela passou. É significativo pensar que como buscamos acolhimento em nossos semelhantes, que apesar de desenvolverem estratégias singulares para lidar com isso, irão ao menos entender como é passar por situações de racismo e a marca que deixa em cada um.

Na 5ª série, enquanto me escondia para não ser vítima de comentários racistas, eu tinha uma professora de história negra e ela era tão admirada e respeitada. Ela fazia faculdade de moda e seguidamente ia para a escola vestida com roupas de design próprio e seu cabelo crespo solto. E era tão magnífico ver uma pessoa negra em uma posição de prestígio, além do mais, ela acreditava tanto na minha inteligência, coisa que nem eu fazia na época. Ela sempre me motivou a dar o meu melhor, superar expectativas e me destacar. Tínhamos 3 trimestres durante o ano letivo, no primeiro semestre me esforcei tanto para atingir as expectativas dela em relação a mim e não decepcionar que tirei nota 9,5. No segundo semestre quando começaram a praticar racismo recreativo em relação a minha colega por ter o cabelo crespo e

curto foi quando começou o meu martírio também. Eu queria tanto ser igual a professora Cláudia, mas ainda usava tranças.

Foi então que implorei para minha mãe que me levasse no salão de beleza para fazer um relaxamento e poder soltar meus cachos. Chegando lá, acabei fazendo “permanente afro”, uma técnica para formar cachos utilizando produtos químicos. Deu certo durante um tempo. Duas semanas mais ou menos. Contudo, devido a minha dermatite atópica⁵ tive que parar de fazer pois estava ficando com a pele com muitas lesões devido ao forte cheiro do produto químico usado nessa técnica.

Foi um momento muito difícil pois queria ser parecida com ela, ter a mesma força e aparência. Lembro que todas as meninas (brancas) a admiravam e eu encantada com a possibilidade de me tornar igual a ela. Contudo, meu cabelo não ter ficado como eu queria, mexeu bastante com minha autoestima. Já não era mais aquela menina alegre, estava apática e sem motivação. Foi então que eu tirei uma nota 6 na prova. Como uma boa professora que percebe que algo está acontecendo com sua aluna, ela chamou minha mãe para conversar.

Minha mãe sempre conta essa história, pois foi a primeira e única vez que foi chamada na escola. A única frase que reverbera em meus ouvidos até hoje foi quando ela disse que não sabia o que tinha acontecido na prova porque eu sabia toda a matéria e que precisava chamar minha mãe para conversar porque quando isso acontece precisamos cuidar dos nossos. Ela acreditava em mim e continuou apostando mesmo eu, no meu imaginário infantil, não ter atendido todas as suas expectativas.

Quando chegamos ao 3º trimestre, eu já havia recorrido ao relaxamento, química essa que tirou todo o volume do meu cabelo e deixou ele em uma textura estranha para mim. Eu não gostava dele, vivia com ele amarrado e minha ideia de ter os cabelos igual o da minha professora tinha dado errado. Mas ela ainda acreditava em mim. Mesmo eu estando com minha autoestima baixa, mesmo não estando com meu cabelo natural, mesmo sentindo vergonha, eu ainda tinha o apoio e o incentivo dela. E foi assim durante todo resto do ano, cada prova ou trabalho que eu tirava notas altas era um incentivo para que eu continuasse. Pela primeira vez eu estava me dedicando a algo por mim, não somente para suprir as expectativas de alguém. Foi isso que fez com que eu me apaixonasse por história, pela leitura e pelo conhecimento.

Por isso foi muito significativo para mim enquanto estagiária poder desenvolver uma relação de confiança logo no primeiro encontro com a Zara. Ela, de certa forma, estava

⁵ É uma doença crônica e hereditária que causa inflamação da pele, levando ao aparecimento de lesões e coceira. Não é contagiosa e sua causa exata é desconhecida.

passando por um processo semelhante ao luto, por ter encerrado os atendimentos com uma estagiária que ela gostava bastante. Porém percebo que, diante do fato de eu ser uma estagiária negra, Zara conseguiu se permitir, frente a essa separação, experimentar uma nova forma de escuta. E eu como terapeuta dela, criei em mim o desejo de ser para ela o que a minha professora foi para mim.

Gouveia e Zanello (2019) trabalham em seu artigo o fato de muitas pacientes negras se depararem durante o processo terapêutico com o que eles chamam de “Parede de Vidro”. Termo esse que se refere ao processo de estagnação da psicoterapia, motivada pelo fato de o(a) profissional ser alheio às questões raciais ou por ignorar, minimizar ou universalizar quando determinados assuntos vêm à tona. Contudo, essas experiências não dependem da raça/cor do terapeuta, assumindo assim que tanto terapeutas negros quanto brancos devem estar atentos a qualquer sinal de desconforto e procurar se atualizar em assuntos referentes à raça/cor (Gouveia e Zanello, 2019).

Ficou explícito para mim que, naquele momento, o fato de Zara conseguir se abrir em determinados assuntos dolorosos se deu pelo fato da possível identificação que ela sentiu em nosso primeiro encontro. Esses assuntos surgem espontaneamente no momento em que eu peço para ela contar coisas sobre ela. Na época tinha 14 anos, morava com a mãe Viviane (mulher negra de pele clara) e a irmã Adara de 7 anos. Comparecia aos atendimentos sempre acompanhada do pai, João (homem negro de pele retinta), pois ele tem carro e se disponibiliza em levá-las, ela e a irmã, aos atendimentos. Como a grande maioria das meninas negras, Zara também já passou por muito sofrimento até aceitar sua cor de pele e seu cabelo. Sofrimento esse que é fruto da construção e efeito da raça que classifica corpos entre superiores e inferiores, atribuindo padrões de valores civilizatórios europeus e de supremacia branco.

Contudo, fico surpresa ao presenciar tamanha maturidade em uma menina de apenas 14 anos. Conseguindo recordar e elaborar muitos aspectos que marcaram sua vida de uma forma dolorosa. Eram sempre muito ricos todos os atendimentos com Zara, do primeiro até o último. Ela na ânsia de ser escutada e eu fascinada por uma menina com tão tenra idade já ter passado por tantas coisas que meninas brancas na idade dela nem sonham em passar. Essa maturidade, é apenas um reflexo do quanto a sociedade impulsiona esse amadurecimento precoce e forçado em crianças negras, tendo que lidar com coisas tão difíceis que muitos adultos brancos nem sonham em passar.

Isso mostra como o racismo estrutural ainda força nas nossas crianças, que eles sejam maduros o suficiente para ainda sim construir uma autoestima, aprender a gostar do próprio cabelo ou até mesmo se blindar para possíveis crueldades deferidas contra elas pelo simples

fato de ter nascido negro no Brasil. Meninas e meninos tendo que reaprender a gostar de si mesmos e ser ensinados a se portar diante de abordagens policiais.

Zara quando pequena não gostava de ter a pele mais retinta e, por muitas vezes, perguntou para seus pais o porque não podia ser branca. No final de 2021 passou por uma situação muito difícil onde estava em um Shopping aqui de Porto Alegre com um grupo de amigos negros e enquanto esperavam o horário do cinema um segurança os abordou dizendo que era para eles procurarem outro lugar para ir porque ali não era lugar pra eles. Zara diz que chorou muito naquele momento pois tinham diversas outras pessoas por perto, inclusive grupos de adolescentes, e os únicos que o segurança abordou foram as pessoas negras presentes.

Como a maioria das crianças negras vivendo em uma sociedade racista, Zara não gostava do seu cabelo quando criança, nem sua mãe e nem seu pai sabiam cuidá-lo. Sua memória mais dolorosa é a de sua mãe penteando seu cabelo e puxando com uma escova de roupas para conseguir prendê-lo bem. Ficava com aquele penteado apertado o dia inteiro, tendo, muitas vezes, dores de cabeça. Segundo Amorim, Aléssio e Danfá (2021), a possível falta de informação dos cuidadores responsáveis sobre cuidado com o cabelo cacheado/crespo demonstra a adesão à narrativa social dominante de que o cabelo liso é ideal para mulher.

Zara demonstrava com todas as palavras o quanto ela se sentiu machucada ao longo de sua infância por não ter seus cabelos cuidados adequadamente. Teve que aprender a cuidar sozinha com suas primas que também tinham cabelos crespos 4b, igual ao dela. No início tinha muita raiva de ter nascido negra, queria ter o cabelo cacheado igual ao de sua mãe. Quando os penteava sozinha, seus braços doíam, não tinha cremes adequados para seu tipo de cabelo, chorava por nunca ficar do jeito que ela queria. Isso ocorreu bem quando Zara estava entrando na adolescência, fase em que nossa autoestima é colocada em xeque com a chegada dos sinais da puberdade.

Para Campagna (2005), a entrada na adolescência é um momento em que as identificações começam a se transformar em identidade, é então que o Youtube se torna uma ferramenta muito importante para o amadurecimento e melhora de sua autoestima. Zara começa então a achar vídeos sobre como cuidar sozinha de seu cabelo, como fazer penteados e como encontrar produtos adequados para sua curvatura.

Existe uma divisão numérica para os tipos de cabelos dos brasileiros chamada Tabela de Curvaturas, sendo destacado aqui os cabelos lisos (tipo 1), ondulados (tipo 2), cacheados (tipo 3) e crespos (tipo 4). Dentre essas, existem subcategorias referentes ao nível de curva que se dividem entre a, b e c (ANEXO 1, A e B). Contudo, existem alguns apontamentos que

sugerem que a categoria Tipo 4 não abrange todos os tipos de cabelos crespos existentes. Seguindo essa tabela, meu cabelo se encaixaria na categoria 4c, chamado de crespíssimo. Aquele cabelo que não forma cachos naturalmente.

O cabelo é uma das questões mais importantes para a construção da identidade e da autoestima da criança negra, pois a espessura dos lábios, o formato do nariz e a textura do cabelo são consideradas características relevantes na classificação do ser “belo” na sociedade ocidental (Amorim et al, 2021). Assim como foi para mim, diversas outras crianças negras com cabelo do Tipo 4c crescem sendo ensinadas que seu cabelo não é bonito. As meninas que cresceram na década de 80 como minha mãe e minha tia recorrem ao alisamento como uma forma de se encaixar nos padrões sociais.

Isso era ainda mais relevante quando minha avó era menina, onde o ato de não alisar era visto como desleixo e se quisesse encontrar um marido precisavam alisar seus cabelos para conquistar uma imagem de “pureza”. Se enquadrando aqui também limpeza, pois o cabelo crespo é erroneamente associado a um cabelo sujo, bagunçado e “rebelde” em uma sociedade pautada em valores supremacistas brancos.

Todas elas tinham uma coisa em comum, o alisamento era uma forma de cuidado que as mães negras tinham para que suas filhas não sofressem, seja por não achar um pretendente para casar ou para não sofrer na escola. É na escola que se impõe padrões de currículo, de conhecimento, de comportamentos e também de estética (Gomes, 2002). Todas nós nascemos sendo penteadas e trançadas por nossas mães. Lembro da sensação relaxante de ter alguém mexendo e arrumando meus cabelos. É uma relação de cuidado e afeto entre uma mãe e sua filha, tal como a amamentação é para uma mãe e seu bebê.

nas tranças apertadas
de minha mãe
carinho, zelo, ancestralidade
suas mãos
amaciando
o meu couro cabeludo
suas mãos ágeis
tecendo o meu cabelo
e o grand finale
nas pontas
fitas coloridas, bordadas
combinando com o vestido.

eita, que beleza!
as mãos que tecem
tranças
tecem o fio
da história afrocentrada
com resiliência, persistência, afeto
dando movimento à existência.

(Rocha, 2018)

Quando eu era criança minha mãe fazia tranças no meu cabelo. Lembro que o penteado foi mudando à medida que eu crescia e desenvolvia opinião própria. À medida que ia tendo mais contato com pessoas de fora da família e me deparando com situações de racismo no meu dia a dia. Essas formas de manifestação do racismo, segundo Amorim et al. (2021), tornam importante a reflexão sobre os diferentes tipos de configurações de cabelos na sociedade brasileira, que são menosprezados em prol de um único modelo, neste caso, o cabelo liso .

Quando eu era muito pequena ia para uma escola de educação infantil onde minha tia trabalhava, o que acabava me protegendo do estado racista à minha volta. Para a maioria das meninas negras a questão com o cabelo começa a surgir juntamente com a inserção na escola. É preciso refletir sobre o papel que a escola, enquanto instituição e espaço de socialização, ocupa na produção de subjetividades, visto que a escola não é um espaço isento de opressões (Silva e Nogueira, 2020). Minha mãe dividia meu cabelo em 6 partes e fazia uma trança em cada rabicó, enquanto criança pequena (por volta de 5 anos) esse penteado ainda era socialmente aceitável.

Quando entrei para o Ensino Fundamental eu mudei de escola, era bolsista em uma escola particular que, mesmo em um bairro periférico, tinha em sua maioria crianças brancas. Escola essa que não soube lidar com os casos de racismo que vinham à tona e acabavam chamando de “bulliyng”. Foi muito difícil essa mudança, a única menina negra na turma e a escola não conseguia me inserir. Conseqüentemente, eu não conseguia fazer amigos. Foi quando o penteado mudou, os seis rabicós já não eram suficientes para que eu me sentisse bonita ou pertencente àquele mundo. Então começaram o que chamávamos de “Tranças Soltas”, onde não se usava mais rabicós e eram feitas várias tranças com apenas borrachinhas de silicone nas pontas.

Eu amava aquele penteado, era como se meu cabelo estivesse solto e eu regozijava por sentir ele balançando e tocando as minhas costas. Foi uma sensação incrível, até começar a ser

associado com as cobras do cabelo da Medusa. Mesmo sofrendo racismo sendo chamada de Medusa eu gostava muito daquele penteado pois não via outra solução. Nunca tinha usado ele solto e tinha certeza de que não ficaria cheio de cachos igual ao da minha prima (única referência de cabelo crespo que tinha na época). Também sabia que não ficaria liso como os das minhas colegas.

No ensino médio já havia aderido ao alisamento, estava contente com meu cabelo alisado encostando nas costas e pela primeira vez sentia que estava em pé de igualdade com as meninas brancas. Era como se eu finalmente pertencesse ao círculo de amigos brancos lá do ensino fundamental. Contudo, logicamente, ter o cabelo liso não me tornava branca. Foi somente quando eu atingi um certo marco na adolescência que pude entender que o processo de alisamento já não estava me fazendo bem.

Vivemos em um mundo onde nossas referências de bonito, agradável e belo são em sua grande maioria branca. Segundo Gesser e Costa (2018) relações sociais baseadas em estruturas de acordo com uma concepção de beleza derivadas da perspectiva estética eurocêntrica posicionam a protagonista a ter uma autoimagem distorcida e negativa. Isso deixa uma marca imensa em crianças negras que precisam todos os dias passar por situações violentas de racismo e ter que encontrar estratégias para lidar com tamanho sofrimento. As crianças negras são obrigadas a resistir (Nogueira et al., 2019). Zara é um reflexo de uma sociedade que marginaliza pessoas negras, que faz meninas não aceitarem seus cabelos, terem vergonha de soltá-los, serem alvos de racismo desde que nascem.

Zara é adolescente em uma época em que conseguimos encontrar referências de cuidados fora de casa - como a estratégia do uso da internet que ela adotou - e produtos feitos para o nosso tipo de cabelo, que hoje já contam com uma diversa variedade de produtos específicos para cada tipo de curvatura. Contudo isso não a isenta de sofrer racismo como quando um colega escondeu um lápis em seu cabelo, ou quando viu a irmã de 7 anos chorar por não gostar de usar seu cabelo solto por, segundo ela, ser feio. Destacando aqui a problemática de que a história favorita de Adara, uma menina negra de pele retinta, é Branca de Neve.

Muitas meninas aderem ao uso das tranças quando passamos pelo chamado de “transição capilar” Um momento de ressignificação de suas relações com seus cabelos. Muitos(as) jovens negros(as), quando pararam de alisar o cabelo, perceberam o valor político atribuído ao cabelo alisado como sinal de reverência e conformidade frente às expectativas da sociedade (hooks, 2005). Quando deixamos de tentar atender a um padrão hegemônico branco e passamos a construir nosso próprio senso de cuidado e afeto com nossas

raízes e com nós mesmas. Foi assim comigo e tenho certeza de que com muitas outras também. Sentir que finalmente pertencemos a algum lugar.

Em uma entrevista no Fantástico, Viola Davis ao divulgar seu filme *A Mulher Rei*(2022), que conta a história real das guerreiras africanas Agojie, responsáveis por defender o Reino de Daomé (atual Benin) até o fim do século 19 , disse uma frase que me marcou muito. Ela fala sobre ser uma mulher negra de sucesso e que é muito difícil viver acreditando que você não pertence. Somos ensinadas desde pequenas a sermos comportadas, reservadas e obedientes. Não queremos mais ser associadas única e exclusivamente a essa imagem.

E eu, mesmo com toda minha postura de afirmação, depois de ter passado pela transição e soltado meu back, ainda ouço comentários do tipo: Mas era tão bonito liso! Tu prefere mesmo ele assim? (com olhares de indignação). E eu, mesmo com toda a minha trajetória de autocuidado e aprendendo a amar meu cabelo, ainda titubeio quando tenho que responder. Às vezes com um sorriso no rosto para tentar ser simpática. Sorriso esse que dói minhas bochechas por não querer estar ali estampado. A resposta, mesmo que escancarada em cada fio do meu cabelo, em cada olhar torto ao receber esses tipos de comentários, ainda precisa ser escancarada.

“meu cabelo

incomoda

causa surpresa

indignação

mostra postura

presença

negra

na sociedade

eurocentrada

do liso molejo

da escravidão

do estilo

aceito.

sem preconceitos

gosto dele assim

crespo

mirando o céu

desenhado à nanquim

viva
o meu cabelo
pixaim!”
(Rocha, 2018, pág. 64)

Considerações Finais

É muito marcante para mim todos os meus locais de estágio anteriores, pelo fato de que eu era a única negra. Fico me perguntando quantas outras Zaras irão precisar ser atendidas por psicólogos branco não tendo suas questões compreendidas ou nem mesmo conseguindo falar sobre elas. Não basta apenas psicólogos(as) negros(as) estudarem e combaterem racismo junto de seus(suas) pacientes. Psicólogos(as) brancos(as) tem o dever de estudar sobre os privilégios da branquitude e poder auxiliar seus(suas) pacientes, validando seus sentimentos e dando a devida importância para seus relatos.

O espaço acadêmico, apesar de ultimamente oferecerem condições favoráveis para o estudo de outros autores e suas obras, ainda é muito pautado por produções feitas por homens brancos. É um desafio para nós, como profissionais, lidar em nosso cotidiano clínico com ferramentas que foram feitas sem levar em conta interseccionalidades; o atravessamento dos chamados marcadores sociais da diferença (dimensões constituintes de nossa existência) como raça, gênero e classe para mulheres negras, e o impacto que isso tem em sua saúde mental. Mulheres negras estão adoecidas frente aos sistemas de opressão que as violentam e é preciso atenção para isso. Ter apenas estagiários brancos em um serviço também é reflexo das desigualdades que as pessoas negras sofrem diariamente, das humilhações, desqualificações e faltas de oportunidades.

Ao analisar o autocuidado de meninas negras, nós como psicólogos(as) temos o dever de sustentar comportamentos positivos em relação a construção de subjetividades. O racismo estrutural produz sofrimento todos os dias, cabe a nós não deixarmos que isso reverbere e se reproduza dentro dos espaços terapêuticos e cause mais violências. Nosso compromisso enquanto psicólogos(as) é imprescindível para trabalhar o autocuidado e os processos de subjetivação necessários para a (re)construção de uma identidade negra. Processos esses que tem seus altos e baixos.

Com isso, devemos ter um olhar específico para as meninas negras, tendo também como analisadores as questões de raça, gênero, classe, capacitismo e etnia, levando em consideração que são essenciais para a construção da identidade destas. Tendo em vista o grande número de crianças que crescem todos os dias sem referências positivas em relação a

seus corpos, sendo na grande maioria das produções literárias e cinematográficas, a mulher negra é relegada ao papel de escravizada, empregada doméstica, criminosa ou têm seus corpos sexualizados/objetificados.

Um grande exemplo disso é o grande número de vezes que Zezé Motta, atriz brasileira, interpretou empregadas domésticas em mais de 50 anos de carreira. O papel que deu destaque para a grande atriz que Zezé é foi Xica da Silva, personagem emblemática que foi vítima de racismo recreativo ao ter trejeitos vexatórios e sua imagem sexualizada. Enquanto isso, personagens principais, princesas e heroínas são mulheres brancas, loiras e/ou de olhos azuis, tais como Xuxa, Cinderela, Tinker Bell, etc.

Cabe a nós, enquanto psicólogas, acolhermos o sofrimento gerado por situações de racismo em seus cotidianos, auxiliarmos a conseguirem identificar casos de racismo e encontrar estratégias sobre o que fazer a partir disso, para que no futuro não se sintam aprisionadas aos estereótipos da mulher negra forte, guerreira, raivosa, para que possam ser simplesmente mulheres negras. É importante que psicólogas(os) negras(os) ou brancas(os) busquem atuar diante de casos de racismo dentro de seus lugares de fala, contudo dando a devida importância para o que está sendo relatado.

Quero que um dia toda e qualquer criança cresça sabendo se amar, podendo resgatar suas heranças culturais e a valorizar cada um de seus traços. Quero que meninas negras possam amar seus cachinhos e suas peles retintas. Que se sintam representadas e possam viver suas infâncias protegidas desse mundo perverso.

[...] trago as forças de meus ancestrais
o que diz muito de mim.
Agradeço a mamãe Yemanjá
qualquer conquista será recompensada.
Gratidão às minhas pretas por mostrar que sou amada.
Tempos antes de vocês, detestava meu cabelo,
logo após a transição é que veio o atropelo.
Poxa, meu cabelo é lindo!
Minha pele reluz como a noite.
Enfim o amor próprio, nunca mais aquele açoite! [...]
(Rosa, 2022)⁶

⁶Amanda Rosa, *slammer*.

Referências

AMORIM, Cláudia Lanyelle Revorêdo de, ALÉSSIO, Renata Lira dos Santos e DANFÁ, Lassana. (2021) Mulheres negras e construção de sentidos de identidade na transição capilar. *Psicologia & Sociedade* [online]. v. 33 [Acessado 03 Janeiro 2023], e224920. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-0310/2021v33224920>>. Epub 25 Jun 2021. ISSN 1807-0310. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2021v33224920>

BARROS, Sônia, SANTOS, Jussara Carvalho dos, CANDIDO, Bruna de Paula, Batista, Luís Eduardo, & GONÇALVES, Mônica Mendes. (2022). Atenção à Saúde Mental de crianças e adolescentes negros e o racismo. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 26 (Interface (Botucatu), 2022 26), e210525. <https://doi.org/10.1590/interface.210525>

Beralda Moreira de Oliveira, P. (2021). Ações afirmativas no Brasil: apontamentos para iniciarmos o debate. *Revista Em Favor De Igualdade Racial*, 4(3), 157–171. <https://doi.org/10.29327/269579.4.3-13>

BELLO, Maria, DAVIS, Viola, TENNON, Julius, SCHULMAN, Cathy (Produtores), & PRINCE-BYTHEWOOD, Gina (Diretora). (2022). *A mulher rei* [Motion Picture]. Estados Unidos: Sony Pictures Releasing.

Cheuiche, E. M.. (2004). 120 anos do Hospital Psiquiátrico São Pedro: um pouco de sua história. *Revista De Psiquiatria Do Rio Grande Do Sul*, 26(Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul, 2004 26(2)), 119–120. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082004000200002>

COSTA, Andréa Lopes da, & PICANÇO, Felícia. (2020). Para além do acesso e da inclusão: Impactos da raça sobre a evasão e a conclusão no Ensino Superior. *Novos estudos CEBRAP* [online]. V. 39, n. 2 [Acessado 13 Novembro 2022] , pp. 281-306. Disponível em: <<https://doi.org/10.25091/s01013300202000020003>>. Epub 12 Out 2020. ISSN 1980-5403. <https://doi.org/10.25091/s01013300202000020003>.

Eu, mulher, psicóloga e negra. (1984). *Psicologia: Ciência e Profissão*, 4(2), 10–15. Recuperado em 15 de agosto de 2022, de <https://doi.org/10.1590/s1414-98931984000200004>

GESSER, Roselita, & COSTA, Cleber Lázaro Julião. (2018). Menina Mulher Negra: construção de identidade e o conflito diante de uma sociedade que não a representa. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 26(1), 18-30. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932018000100003

GOMES, Denise Cristina Ayres. (2007). A (des)institucionalização da loucura no Rio Grande do Sul: fontes em Zero Hora. Recuperado em 10 de março de 2023, de <http://www.repositorio.jesuita.org.br/bitstream/handle/UNISINOS/3339/des%20institucionalizacao%20da%20loucura.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

GOMES, Nilma Lino. (2002). Trajetórias escolares, corpo negro e cabelo crespo: reprodução de estereótipos ou resignificação cultural? Trajetórias escolares, corpo negro e cabelo crespo. Recuperado em 20 de janeiro de 2023, de <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/D7N3t6rSxDjmrxrHf5nTC7r/?lang=pt>

GOUVEIA, Marizete, & ZANELLO, Valeska. (2019). Psicoterapia, raça e racismo no contexto brasileiro: experiências e percepções de mulheres negras. *Psicologia Em Estudo*, 24(Psicol. Estud., 2019 24). <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v24i0.42738>

HIRDES, Alice. (2009). A reforma psiquiátrica no Brasil: uma (re) visão. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14(Ciênc. saúde coletiva, 2009 14(1)), 297–305. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232009000100036>

HOOKS, bell. (2005). Alisando o nosso cabelo. *Revista Gazeta de Cuba – Unión de escritores y Artista de Cuba*, janeiro-fevereiro. Tradução do espanhol: Lia Maria dos Santos. Recuperado em 22 de fevereiro de 2023, de <http://www.criola.org.br/mais/bell%20hooks%20-%20Alisando%20nosso%20cabelo.pdf>

HOOKS, bell. (2019). *Erguer a voz: pensar como feminista, pensar como negra*. São Paulo, Editora Elefante.

NOGUERA, Renato, & ALVES, Luciana Pires. (2019). Infâncias Diante do Racismo: teses para um bom combate. *Educação & Realidade*, 44(Educ. Real., 2019 44(2)), e88362. <https://doi.org/10.1590/2175-623688362>

ROCHA, Lilian Rose Marques da. (2018). *Menina de Tranças*. Porto Alegre. Editora Taverna.

ROSA, Amanda para [Resistência Slam]. (2022, Abril, 09). Amanda Rosa (Pérola Negra) - Slam Resistência - 07-03-2022 - Mulheres - Convidadas: Duo Majuh [Arquivo de Vídeo]. Encontrado em <https://youtu.be/-XPBVHFjs8E>

SANTANA, Hellen Maciel, & CASTELAR, Marilda. (2015) Racismo e branquitude na prática profissional de psicólogas brancas e negras. *Revista Brasileira de Psicologia*, 02(núm. esp.), Salvador, Bahia. Recuperado em 22 de dezembro de 2022 de https://www.researchgate.net/profile/Marilda-Castelar/publication/286920795_Racismo_e_branquitude_na_pratica_profissional_de_psicologas_brancas_e_negras_Racism_and_whitness_study_in_the_practice_of_africanamerican_and_white_psychologists/links/607c30ee907dcf667ba9f174/Racismo-e-branquitude-na-pratica-profissional-de-psicologas-brancas-e-negras-Racism-and-whitness-study-in-the-practice-of-africanamerican-and-white-psychologists.pdf

SILVA, Liziane Guedes da, & NOGUERA, Renato. (2020). Repensando as infâncias das crianças negras: notas afroperspectivistas e introdutórias a partir do Sopapinho Poético. *Revista Brasileira de Estudos da Homocultura*, Cuiabá, v. 3, n. 9, p. 187-203. Recuperado em 16 de fevereiro de 2023 de https://www.researchgate.net/publication/348906742_Repensando_as_infancias_das_crianças_negras_notas_afroperspectivistas_e_introdutorias_a_partir_do_Sopapinho_Poetico

SOARES, Lissandra Vieira, & MACHADO, Paula Sandrine. (2017). "Escrevivências" como ferramenta metodológica na produção de conhecimento em Psicologia Social. *Revista Psicologia Política*, 17(39), 203-219. Recuperado em 10 de agosto de 2022, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2017000200002&lng=pt&tlng=pt .

ANEXO 1

A)



B)

