



Racismo e os efeitos na saúde mental

Maria Lúcia da Silva

Entende-se saúde mental como a tensão entre forças individuais e ambientais que determinam o estado de equilíbrio psíquico das pessoas. Manifesta-se, nas pessoas, pelo bem-estar subjetivo, pelo exercício de suas capacidades mentais e pela qualidade de suas relações com o meio ambiente.

Como forças individuais, são entendidos os comportamentos, as práticas pessoais de saúde e atitudes de adaptação, as características biológicas e herança genética; e, como forças ambientais, fatores como educação, emprego e condições de trabalho, o entorno social e físico, rede de apoio social, gênero, raça/etnia, cultura, entre outros.

Portanto o entorno social e econômico imediato de uma pessoa e a maneira como este ambiente interatua, com seus recursos psicológicos e atitudes de adaptação, vão influenciar na determinação de sua situação da saúde, física e mental.

Sem medo de errar é possível dizer que, no país, uma grande maioria de brasileiros, em que se inclui um enorme contingente de negros, vive em constante sofrimento mental, devido às precárias condições de subsistência e à falta de perspectivas futuras.

Segundo a Doutora Damiana Miranda¹, “O racismo é provavelmente o maior acidente histórico sofrido pelos africanos e seus

Maria Lúcia da Silva é psicóloga, psicoterapeuta e ativista do Movimento Negro e do Movimento de Mulheres Negras. É presidente do Instituto AMMA Psique e Negritude; organização criada em 1995, que desenvolve suas atividades privilegiando uma abordagem psicossocial no tratamento da exclusão, particularmente da discriminação racial.

¹ M.D., Ph.D., Pesquisadora, Coordenadora da Área de Saúde Mental, Programa de Atenção à Saúde da População Negra da Universidade Federal da Bahia

descendentes, podendo ser descrito como a negação pura e a desvalorização sistemática dos atributos humanos dos afro-descendentes, que são impedidos de exercer plenamente a sua cidadania”.

O racismo institucionalizado é determinante no acesso diferenciado dos afro-descendentes aos equipamentos sociais e gera conflitos nas relações inter-raciais, provocando desigualdades na forma de inserção dos grupos racialmente oprimidos, com impactos perversos em sua dinâmica psíquica.

Nesse sentido, o inconsciente coletivo marcado pelo racismo e sexismo, manifestado através dos preconceitos, estereótipo e discriminação, é gerador de situações de violência física e simbólica, que produzem marcas psíquicas, ocasionam dificuldades e distorcem sentimentos e percepções de si mesmo.

As atitudes racistas são incorporadas às estruturas sociais, incluindo instituições políticas, educacionais, de saúde e diferentes equipamentos do Estado, causando acesso e tratamentos desiguais, que, na maioria das vezes, são imperceptíveis ao conjunto da sociedade, mas são, quase sempre, considerados pelos negros como ato persecutório.

Estando no centro de uma dinâmica muito complexa, na qual se sentem ora perseguidos ora perseguidores, os negros vivem num estado de tensão emocional permanente, de angústia e de ansiedade, com rasgos momentâneos dos distúrbios de conduta e do pensamento, o que os inquieta e os faz sentir culpa.

Essa situação causa diversos transtornos físicos e psíquicos às vítimas, incluindo taquicardia, ansiedade, ataques de pânico, depressão, dificuldade de se abrir, ataques de raiva violenta e aparentemente não-provocada, depressão, hipertensão arterial, úlcera gástrica, alcoolismo, entre outros.

Os dados do Ministério da Saúde, IBGE e IPEA demonstram a existência de uma diferença bastante significativa, no perfil socioeconômico e indicadores de morbi-mortalidade da população negra em relação à população geral.

No Brasil não existem dados precisos sobre a prevalência dos transtornos mentais na população negra, o que se deve a dois fatores: primeiro, a não coleta por parte dos profissionais da saúde do quesito cor na ficha dos usuários dos serviços e, segundo, quando coletado, a não análise desses dados pelo Ministério da Saúde através do DATASUS - Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde.

No entanto o aumento da pressão emocional determinado pela reestruturação do setor produtivo na vida moderna e a conseqüente diminuição do emprego, as precárias condições de vida, a discriminação racial, entre outras, são fatores de exposição de um grande número de pessoas ao sofrimento mental.

A população negra vive “encurralada” com pouca ou nenhuma chance de ultrapassar a barreira econômica que lhe é imposta, mantida através do imaginário social que lhe confere o lugar do destituído.

Ao internalizar atributos negativos, que lhe são imputados, instala-se o sentimento de inferioridade, causando constrangimento na relação com seus pares, e favorecendo o aparecimento de comportamentos de isolamento, entendidos, freqüentemente, como timidez ou agressividade. Essa pressão emocional pode ser percebida ou lida como perturbação do pensamento e do comportamento. Essas atitudes expressam a ambivalência do excluído em relação ao mundo hostil da elite dominante.

Numa sociedade multicultural e racista, o contato constante com o “mundo branco” poderá criar-lhe transtornos emocionais devido às repetidas frustrações e falta de oportunidade e perspectiva para o futuro. O racismo atua negativamente na esfera intrapsíquica, afetando o eu e comprometendo sua identidade. Essa ocorrência se deve às repetidas experiências de desvalorização da auto-imagem, difundidas tanto pelas instituições como pelas relações interpessoais, e à interiorização do eu ideal europeu, branco.

O **autoconceito** – maneira pela qual a pessoa organiza as percepções sobre si mesma, é um processo que começa no nascimento, desenvolve-se ao longo da vida, de acordo com as experiências vivenciadas do dia-a-dia.

O conjunto das autopercepções, algumas temporárias outras permanentes, forma o autoconceito e influencia o comportamento dos indivíduos, associa-se à autovalorização positiva ou negativa e é a referência através da qual a pessoa vê o mundo que a rodeia, numa dinâmica complexa que envolve a organização das idéias e a crença em si mesma.

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.

A exposição constante a situações de humilhação e constrangimento provoca rebaixamento de sua auto-estima, levando-o à construção de uma imagem bastante distorcida.

O Estado Brasileiro, produtor das desigualdades, através dos instrumentos de segregação que inviabilizam a mobilidade da população negra, é o grande responsável por este estado de coisas, cabendo-lhe mudanças na sua estrutura, de forma a contemplar ações específicas de combate, assim como garantia de acesso a serviços humanizados.

Referências bibliográficas

- Facultad de Salud Pública y Administración - Universidad Peruana Cayetano Heredia. *Guia de Aprendizagem - Salud Mental y Poblaciones: Aspectos promocionales y preventivos*. (curso a distância).
- SILVA, ML e MIRANDA, D. Saúde mental e racismo. Texto apresentado na *III Conferência Nacional de Saude Mental*, Brasília dez/2001. mimeo