

O IMPACTO DO RACISMO NA SAUDE MENTAL DAS PESSOAS NEGRAS UNIVERSITARIAS

Yáskara Arrial Palma¹
Caroline Guirado Guedes²
Leonardo Henrique Moreira Gonçalves³
Luiza Gomes Borges⁴
Ana Clara Zappi Gomes⁵

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17538435>

Resumo: Este estudo analisa os impactos psicossociais do racismo estrutural e recreativo em estudantes negros no ensino superior. A pesquisa qualitativa, baseada em revisão bibliográfica sistemática, utilizou artigos encontrados nas plataformas Scielo, Pepsic e Google Acadêmico, com foco na relação entre racismo e saúde mental. O racismo estrutural, arraigado nas instituições acadêmicas, reflete-se na ausência de representatividade negra no corpo docente e na perpetuação de currículos eurocêntricos. Microagressões e práticas como o racismo recreativo reforçam sentimentos de exclusão e inadequação, impactando a autoestima, a saúde mental e o desempenho acadêmico dos estudantes. Embora políticas afirmativas como as cotas raciais tenham ampliado o acesso ao ensino superior, muitos estudantes negros ainda enfrentam barreiras institucionais e culturais que dificultam sua permanência e integração. A falta de apoio psicológico, a baixa representatividade e a resistência às políticas de inclusão agravam o problema. Para combater essas questões, é necessário implementar ações institucionais abrangentes, incluindo treinamentos antirracistas, revisão curricular e maior representatividade no corpo docente. Este estudo contribui para o debate sobre a promoção de ambientes acadêmicos mais inclusivos, ressaltando a importância de reconhecer e enfrentar as estruturas raciais que sustentam a desigualdade nas universidades.

Palavras-chave: Racismo estrutural; Racismo recreativo; Saúde mental; Ensino Superior; Inclusão acadêmica; Representatividade.

THE IMPACT OF RACISM ON THE MENTAL HEALTH OF BLACK UNIVERSITY STUDENTS

Abstract: This study examines the psychosocial impacts of structural and recreational racism on Black students in higher education. A qualitative approach, based on systematic literature review, analyzed articles from Scielo, Pepsic, and Google Scholar, focusing on the relationship between racism and mental health. Structural racism, deeply rooted in academic institutions, is reflected in the lack of Black representation among faculty and the perpetuation of Eurocentric curricula. Microaggressions and practices like recreational racism reinforce feelings of exclusion and inadequacy, negatively affecting students' self-esteem, mental health, and academic performance. Although affirmative policies, such as racial quotas, have increased access to higher education, Black students still face institutional and cultural barriers that hinder their retention and integration. The lack of psychological support, low representation, and resistance to inclusion policies exacerbate these challenges. Addressing these issues requires comprehensive institutional actions, including anti-racist training, curriculum revisions, and greater representation among faculty. This study contributes to the debate on promoting more inclusive academic environments, emphasizing the importance of recognizing and dismantling racial structures that sustain inequality in universities.

Keywords: Structural racism; Recreational racism; Mental health; Higher education; Academic inclusion; Representation.

¹ Doutora em Psicologia Social – PUCRS. Docente do Centro Universitário Newton Paiva.

² Graduanda em Psicologia - Centro Universitário Newton Paiva

³ Graduando em Psicologia - Centro Universitário Newton Paiva

⁴ Graduanda em Psicologia - Centro Universitário Newton Paiva

⁵ Graduanda em Psicologia - Centro Universitário Newton Paiva

1. INTRODUÇÃO

O racismo é uma prática histórica e sistemática de discriminação que desvaloriza a população negra, sustentando uma ideologia que reforça desigualdades e coloca as pessoas negras em uma posição de desvantagem em relação a outros grupos raciais. Mesmo nos dias atuais, essa ideologia, por vezes velada e outras explícita, continua a excluir e marginalizar milhões de pessoas no Brasil. Os impactos do racismo vão além do campo social, econômico e político, atingindo também a saúde mental e a autoestima das pessoas negras, especialmente em ambientes que deveriam ser inclusivos, como as universidades (BARBOSA et al., 2021; BRASIL, 1988, CARNEIRO, 2023).

O racismo é uma ideologia errônea que, ora velada, ora não, ainda atualmente deprecia e discrimina as pessoas negras. Tal prática desumana possui consequências reais que perpetuam a marginalização do negro (BARBOSA et al., 2021; BRASIL, 1988, CARNEIRO, 2023).

Este trabalho tem como objetivo analisar os impactos do racismo, em suas formas estrutural e recreativa, no ambiente universitário, destacando os efeitos psicossociais vivenciados pelos estudantes negros. Apesar dos avanços conquistados, como as políticas de cotas, as universidades brasileiras continuam sendo espaços marcados por exclusões, discriminações e reproduções das desigualdades presentes na sociedade. O impacto do racismo nos centros universitários reflete os formatos existentes na sociedade brasileira, influenciando diretamente a vida das pessoas negras (BARBOSA et al., 2021; BRASIL, 1988, CARNEIRO, 2023).

Memmi (1993) investiga como o racismo se desenvolve e se mantém por meio de estereótipos, discriminação, exclusão e exploração de determinados grupos raciais. Ele analisa as dinâmicas do poder e as relações de opressão que são fundamentais para a manutenção do racismo. O racismo no Brasil tem raízes profundas que remontam ao período colonial. Desde então, ele se consolidou como um mecanismo de exclusão e subjugação, assegurando privilégios à branquitude, conforme analisado por autores como (CARNEIRO, 2023; GONZALES, 2020; GUERRA, 2024).

A ideia de branquitude no Brasil está profundamente ligada às políticas de eugenia que marcaram o final do século XIX e início do século XX. Durante esse período, a elite brasileira buscava "branquear" a população por meio de estratégias que incluíam a promoção da imigração europeia e a marginalização da população negra e indígena. A eugenia, fundamentada em teorias pseudocientíficas, defendia a superioridade de características físicas e culturais associadas aos brancos, promovendo a exclusão e o apagamento de outras raças no tecido social. Essas práticas não apenas influenciaram a organização social e econômica, mas também moldaram as relações raciais no país, reforçando a branquitude como um ideal de poder e status. Até hoje, os ecos dessas políticas eugenistas podem ser percebidos nas estruturas institucionais brasileiras, que continuam privilegiando padrões eurocêntricos e desvalorizando

as contribuições das populações negras e indígenas (GONZALES, 2020; GUERRA, 2024; LANE, 1989).

A branquitude, entendida como um pacto narcísico que mantém pessoas brancas em posições de poder, organiza a sociedade de forma a reforçar as hierarquias raciais (BENTO, 2022). Essa lógica se reflete claramente nas universidades, onde a ausência de representatividade negra em posições de destaque, como no corpo docente e nos currículos, perpetua a ideia de que o saber válido e legítimo é exclusivamente branco (BENTO, 2022; MOREIRA et al., 2019).

Memmi (1993) e Almeida (2019) exploram como o racismo se mantém por meio de estereótipos, exclusão e exploração racial, sustentando as dinâmicas de poder e opressão. Almeida destaca, por exemplo, como a meritocracia é utilizada para justificar desigualdades raciais ao desconsiderar fatores históricos e estruturais que limitam o acesso da população negra a oportunidades iguais. Mesmo nas universidades, onde ações afirmativas tentam corrigir essas disparidades, a ideia de mérito é frequentemente usada para questionar a presença de estudantes negros, reforçando preconceitos e gerando ambientes hostis (MOREIRA et al., 2019; NASCIMNETO, 1978).

A Lei de Cotas, promulgada em 2012, foi um marco no avanço das políticas afirmativas, garantindo a reserva de 50% das vagas em universidades federais para grupos historicamente marginalizados, incluindo a população negra. Entretanto, embora tenha facilitado o acesso ao ensino superior, essa política não é suficiente para assegurar a permanência e o sucesso dos estudantes negros. Problemas como currículos que ignoram a história e a cultura afro-brasileira, ausência de suporte emocional e financeiro, e a hostilidade enfrentada no ambiente universitário contribuem para taxas elevadas de evasão (RIBEIRO; MENDES, 2023).

Além disso, a exclusão nas universidades não se limita ao acesso e permanência. A falta de representatividade no corpo docente e a invisibilização das contribuições de intelectuais negros nos currículos acadêmicos são reflexos de um racismo estrutural que persiste em moldar as instituições de ensino. Esse cenário gera nos estudantes negros um sentimento de inadequação e a sensação de não pertencimento, que impactam diretamente sua saúde mental e desempenho acadêmico (LIMA et al., 2020; MOREIRA et al., 2019; NASCIMENTO, 1978).

Os impactos do racismo sobre a saúde mental desses estudantes são severos. Santo e Costa, 2023, apontam que o racismo estrutural interfere nas subjetividades, gerando sintomas como ansiedade, baixa autoestima, dificuldades de concentração e até mesmo a Síndrome do Impostor. Essa síndrome é comum entre estudantes negros, que frequentemente duvidam de sua própria capacidade, acreditando que suas conquistas são fruto de sorte, e não de mérito. Essa insegurança é reforçada por um ambiente acadêmico que, historicamente, foi projetado para excluir pessoas negras (MOREIRA et al., 2019; NASCIMENTO, 1978; NOGUERIA, 1998).

Além dos danos individuais, a perpetuação do racismo nas universidades compromete a própria missão dessas instituições como espaços de formação

crítica e transformação social. O silêncio sobre questões raciais, a ausência de políticas institucionais efetivas e a resistência à implementação de práticas inclusivas perpetuam a desigualdade e inviabilizam a construção de um ambiente verdadeiramente plural (MOREIRA et al., 2019; NASCIMENTO, 1978; NOGUERIA, 1998).

Políticas afirmativas, como as cotas raciais, representam passos importantes para romper com esse ciclo de exclusão. No entanto, para que sejam realmente eficazes, é fundamental que sejam acompanhadas de mudanças estruturais nas universidades. Isso inclui a reformulação dos currículos, a valorização das contribuições intelectuais da população negra, a promoção de debates abertos sobre questões raciais e a implementação de ações que garantam suporte psicológico, financeiro e acadêmico aos estudantes negros (NOGUERIA, 1998; RIBEIRO, 2017; RIBEIRO).

O racismo, como destaca Gomes, 2021, não é apenas uma questão objetiva, mas também emocional e relacional, afetando tanto a saúde mental das pessoas negras quanto a dinâmica das relações sociais. Para superá-lo, é necessário reconhecer os privilégios simbólicos associados à branquitude e promover mudanças significativas nas estruturas de poder que sustentam as desigualdades raciais (GOMES, 2021; GOMES, 2020).

Diante desse cenário, esta pesquisa propõe-se a analisar os impactos psicossociais do racismo vivenciado por estudantes negros nas universidades, buscando compreender as barreiras que enfrentam e as estratégias necessárias para transformar esses espaços. Acredita-se que o fortalecimento das políticas de inclusão e equidade seja essencial para a construção de um ambiente acadêmico mais justo, que valorize a diversidade e contribua para o combate ao racismo em todas as suas formas.

2. DESENVOLVIMENTO

A pesquisa realizada seguiu uma abordagem qualitativa para explorar as experiências de graduandos negros nas instituições de ensino superior. O objetivo principal foi compreender os significados, percepções e vivências desses estudantes, contribuindo para estudos que relacionam saúde mental e os impactos do racismo. Conforme destacado por Minayo (1994), a pesquisa qualitativa possibilita acessar os horizontes atitudinais, valorativos e de significados dos sujeitos, oferecendo uma perspectiva investigativa enriquecida pela intersecção entre psicologia e sociologia (MINAYO, 1994).

No contexto da pesquisa qualitativa, utilizou-se a Revisão Bibliográfica Sistemática (RBS), conforme Cavalcanti, 2020, para identificar e sintetizar a literatura sobre racismo estrutural e sua influência na saúde mental de estudantes negros durante a graduação. A pergunta central da pesquisa "Como o ambiente acadêmico contribui para o adoecimento de pessoas negras?" norteou a análise crítica da qualidade metodológica dos estudos selecionados, reduzindo possíveis vieses na interpretação dos dados (CAVALCANTI, 2020).

A busca foi realizada nas plataformas SciELO, PePSIC e Google Acadêmico, com os descritores utilizados foram "racismo", "universidade", "saúde mental" e "psicologia social". Ao todo, 210 artigos foram identificados,

dos quais 12 atenderam aos critérios de inclusão, que exigiam estudos de campo abordando o racismo estrutural como elemento interseccional relacionado à saúde mental de estudantes negros. Foram excluídos artigos puramente teóricos ou que não abordassem diretamente essa relação.

Os textos selecionados foram analisados com base no método de análise de conteúdo de Bardin, 1977. Essa abordagem permitiu identificar padrões temáticos relacionados ao racismo estrutural e seus impactos na saúde mental de estudantes negros. Entre as categorias emergentes estavam: sentimentos de exclusão e isolamento, desafios no desempenho acadêmico e na motivação, e estratégias de enfrentamento. Esses achados fornecem subsídios para a implementação de intervenções específicas e políticas institucionais que tornem o ambiente acadêmico mais inclusivo e acolhedor (BRADIN, 1977).

Autores como Cida Bento, Silvio Almeida e Dennis Oliveira oferecem importantes contribuições ao abordar o racismo estrutural como um fenômeno profundamente enraizado nas instituições de ensino superior. Esse racismo, frequentemente normalizado por práticas cotidianas, manifesta-se em formas como a ausência de representatividade, microagressões e invisibilidade social, o que reforça a exclusão e impacta negativamente a autoestima e a saúde mental de estudantes negros.

A psicologia social desempenha um papel crucial no entendimento dessas dinâmicas ao investigar como atitudes, normas e estruturas sociais sustentam e reproduzem desigualdades raciais, muitas vezes de maneira implícita (LANE, 1989). Essa perspectiva amplia a compreensão sobre como o racismo estrutural afeta o ambiente acadêmico e compromete o bem-estar dos estudantes negros. Assim, a Revisão Bibliográfica Sistemática realizada fornece uma base sólida para analisar as opressões presentes e propor caminhos para superá-las.

3. RESULTADO E DISCUSSÃO

Historicamente, a sociedade associa a população negra a estereótipos que limitam seu reconhecimento a atributos físicos e ao entretenimento. Em muitos casos, o destaque se volta principalmente para o futebol, onde há décadas os negros se destacam. Símbolos nacionais históricos como Pelé, Zico e Ronaldinho são reverenciados por suas habilidades e conquistas, mas esse sucesso perpetua a ideia de que a excelência negra está restrita ao domínio físico. Isso exemplifica o racismo estrutural que inviabiliza o reconhecimento das contribuições intelectuais e criativas dos negros (GONZALEZ, 2020; RIBEIRO, 2019; TELLES, 2004).

Embora os negros tenham se destacado no esporte por mérito próprio, é essencial promover a ideia de que suas habilidades e talentos vão muito além disso. O verdadeiro progresso social acontecerá quando mais negros forem vistos e aceitos em profissões como advocacia, medicina e docência (GONZALEZ, 2020; RIBEIRO, 2019; SANTOS, 2007).

Em 1888, foi assinada a Lei Áurea no Brasil, marcando o fim da escravidão e libertando mais de 700 mil negros que viviam sob um sistema de opressão brutal. Essa libertação ocorreu sem planejamento ou políticas públicas

essenciais para a reintegração dessa população à sociedade (NOGUEIRA, 1998; RIBEIRO, 2019; TELLES, 2004).

Sem acesso à terra, educação ou trabalho formal, os ex-escravizados e seus descendentes foram empurrados para a marginalização, vivendo em condições precárias e enfrentando exclusão econômica e social. Isso resultou em uma estrutura que marginaliza a população negra, dificultando seu acesso à educação de qualidade e oportunidades de ascensão social. Esse legado de exclusão passou de geração em geração, reforçando a ideia de que os negros só serviam para papéis que exigissem força física, enquanto o intelecto era considerado atributo dos brancos (RIBEIRO, 2019; SANTOS, 2007; TELLES, 2004).

No começo do século XX, as políticas públicas deixaram de lado a população negra, limitando seu acesso à educação, emprego e serviços básicos. Mesmo assim, a cultura afro-brasileira resistiu com manifestações como o samba e o candomblé, reafirmando a identidade e a força dos negros (GONZALEZ, 2020; NOGUEIRA, 1998; RIBEIRO, 2019).

Movimentos como o Movimento Negro Unificado (MNU) e marcos como a Constituição de 1988 trouxeram avanços, mas foi só nos anos 2000, com as cotas e a Lei nº 10.639/2003, que se começaram a corrigir essas desigualdades (GONZALEZ, 2020; NASCIMENTO, 1978; NOGUEIRA, 1998). Essas medidas representaram passos fundamentais na promoção da igualdade racial, criando políticas que buscam reparar o histórico de exclusão e promover o acesso de populações negras a direitos básicos e oportunidades antes restritas.

Mesmo com esses avanços, estudantes negros ainda enfrentam impactos psicossociais graves nas universidades, especialmente quando vivenciam racismo. Eles lidam com problemas de autoconfiança e saúde mental, enfrentam sentimentos de isolamento e exclusão, e têm seu desempenho acadêmico afetado. Apesar disso, muitos mostram resiliência e empoderamento, encontrando força em grupos de apoio e ambientes inclusivos. Movimentos contemporâneos como o Black Lives Matter destacam que a luta pela igualdade racial continua (NOGUEIRA, 1998; RIBEIRO, 2019; SANTOS, 2007; TELLES, 2004).

Muitos estudantes negros que ingressam na universidade pelo sistema de cotas ainda enfrentam isolamento e exclusão, não se sentindo parte desse ambiente devido à discriminação e ao preconceito. Esse sentimento de não pertencimento pode estar relacionado à falta de professores negros na instituição ou até mesmo colegas de classe, refletindo a necessidade de uma transformação social mais profunda. É necessário ir além das medidas de inclusão e realmente valorizar a presença de negros em áreas como medicina, advocacia, ensino e pesquisa. Promover essa inclusão e valorização é essencial para construir uma sociedade mais justa e igualitária, onde todos têm as mesmas oportunidades e reconhecimento (NOGUEIRA, 1998; SANTOS, 2007; TELLES, 2004).

Diversos artigos sobre o racismo no âmbito acadêmico estão presentes nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Pepsic. Nesse contexto, podem ser citados alguns artigos correlatos que se encontram em consonância com o

objetivo deste estudo, que é analisar os impactos psicossociais em pessoas negras nas universidades que vivenciaram crimes de racismo dentro de suas unidades.

A pesquisa destacará a importância de políticas institucionais sobre inclusão e equidade nos ambientes universitários, que há tempos têm se mostrado hostis aos estudantes negros. Dessa forma, espera-se que as políticas institucionais possam ajudar a proporcionar um ambiente inclusivo e equitativo. Essa abordagem busca não apenas combater a discriminação, mas também promover um espaço de crescimento acadêmico e pessoal, onde todos possam se sentir valorizados e respeitados. A pesquisa ainda abordará os motivos do surgimento do racismo no âmbito universitário e como ele pode impactar a vida das pessoas negras.

O artigo "A Política de Cotas Raciais na Universidade Federal do Maranhão: Subjetividade e Identidade de Estudantes Negros Cotistas como Perspectivas de Análise," analisado por Pinto, 2014, foi classificado na categoria racismo estrutural por tratar do tema políticas de cotas para o público negro. O artigo abordou os benefícios dessas cotas para esse público, como a oferta de uma oportunidade de ingresso ao ensino superior. No entanto, mesmo igualando os negros e os brancos para terem as mesmas chances, os negros ainda se encontram em condições desfavoráveis por diversos fatores. O autor afirmou que alguns estudantes se autodeclararam negros para concorrer dentro da cota destinada a esse público, apenas para garantir uma vaga na instituição, sem refletir sobre seu pertencimento racial. Essa situação reforça o racismo estrutural.

O artigo "A Racional dos Posicionamentos Acerca das Cotas: Um Levantamento Teórico e Empírico de Estudos Brasileiros no Século XXI," de autoria de Marques, Peixoto e Álvaro (2018), também foi classificado na categoria racismo estrutural. Esse artigo tratou da falta de representatividade de docentes negros no ensino superior em quatro universidades públicas: Universidade Federal de São Paulo, Universidade Federal do Rio Grande, Universidade Estadual de Campinas e Universidade Federal do Rio de Janeiro. A pesquisa comprovou que, nas universidades citadas, a maioria dos docentes eram brancos, enquanto os docentes negros representavam apenas 1% dessa categoria. Os resultados mostraram o seguinte cenário: Universidade Federal de São Paulo com 0,10% de docentes pardos e negros; Universidade Federal do Rio Grande com 0,15%; Universidade Estadual de Campinas com 0,20%; e Universidade Federal do Rio de Janeiro com 0,60%. Esses dados confirmam a falta de representatividade de docentes negros e pardos nessas universidades públicas, comprovando a existência do racismo estrutural nessas instituições.

O artigo "Intelectuais Negros e Produção de Conhecimento: Algumas Reflexões sobre a Realidade Brasileira," de Gomes (2010), foi classificado na categoria racismo estrutural. Esse artigo investigou a temática dos negros no contexto acadêmico. A pesquisa mostrou que, por muitos anos, no campo científico, o negro era visto como objeto de pesquisa, e não como produtor de conhecimento. Isso reforça a falta de representatividade dos negros nesse contexto, enquanto o conhecimento gerado por pessoas brancas é considerado

mais válido. Nesse cenário, a Associação Brasileira de Pesquisadores Negros (ABPN) teve a iniciativa de valorizar a condição racial no âmbito da pesquisa acadêmica, além de denunciar os privilégios das pessoas brancas. A ABPN também destaca que, para amenizar o impacto do racismo, é necessário reconhecer esses privilégios. Nos congressos da ABPN, muitos participantes negros utilizam cabelos trançados, adornos e penteados afro como forma de protesto contra a beleza idealizada europeia, uma prática denominada políticas de identidade. Esse artigo reforça a presença de indícios de racismo estrutural no âmbito acadêmico.

O artigo de Battistelli (2021) aborda a branquitude, relacionada à ideia de que pessoas brancas são superiores às demais e vistas como padrão a ser seguido. Isso apaga as culturas e formas de vida de negros, mestiços e indígenas. Nas universidades, o impacto desse fenômeno se manifesta em sentimentos de inferioridade, culpa, humilhação e angústia entre estudantes negros. Outra questão relacionada ao racismo é a negação, por parte das pessoas brancas, da existência desse fenômeno e dos seus privilégios. Esse fenômeno é evidenciado pelo baixo índice de escritores negros nos planos de ensino das universidades brasileiras, mostrando a rejeição da presença negra na academia. Esse artigo também foi classificado na categoria racismo estrutural.

Outro artigo analisado é o de Paula e Rodrigues (2022), que discute a interface entre raça e racismo no universo acadêmico, apresentando a experiência do racismo nas narrativas ficcionais. Os autores citaram uma pesquisa realizada nas universidades de Porto Alegre e região metropolitana, no curso de Psicologia, que mostrou a escassez de disciplinas abordando a questão racial, refletindo negligência. Foram analisados 18 currículos dessas universidades. Desses, apenas seis apresentavam temáticas sobre o racismo, sendo cinco nas disciplinas eletivas. Esse artigo foi classificado na categoria racismo estrutural.

Na pesquisa de Gomes (2021), o resultado mostrou que, para as pessoas negras se sentirem pertencentes, é preciso que os cursos de graduação e pós-graduação abordem o tema racismo em seus planos de ensino, assim como é necessário compreender seus efeitos. Ainda mostrou que é preciso entender o mito da democracia racial, a ideologia do branqueamento, as maneiras pelas quais o preconceito pode se manifestar e quais são as práticas discriminatórias. O artigo apresentou que é importante que estudantes, em geral, não vejam o racismo como um fenômeno qualquer, mas como práticas sociais enraizadas na sociedade. Colocando o racismo no plano de ensino, tanto professores quanto alunos desnaturalizam as desigualdades raciais, problematizam-nas e prestam mais atenção às atitudes racistas. Dessa forma, é essencial criar maneiras pedagógicas para abordar esse tema, de forma que as informações trabalhadas apresentem um valor científico e emancipatório, ajudando a acabar com o racismo estrutural, impactando positivamente a saúde mental e a autoestima das pessoas negras, e rompendo com essas hierarquias raciais. O artigo foi classificado na categoria racismo estrutural.

O artigo de Santos (2019) foi classificado na categoria racismo estrutural e trata do fenômeno da branquitude. O resultado dessa pesquisa mostrou que uma situação que reforça esse fenômeno nas universidades refere-se ao fato de que professores que lecionam disciplinas sobre questões raciais são, em sua maioria, brancos. Isso ocorre porque as vagas oferecidas às pessoas negras, por meio do sistema de cotas, não são preenchidas por elas. Dessa forma, contribui para o racismo estrutural no âmbito acadêmico.

A partir dos artigos analisados, pode-se inferir que o racismo estrutural afeta a vida do indivíduo, mesmo disponibilizando recursos para amenizar essa questão. Ressalta-se que ainda é notória a desigualdade e a falta de representatividade desse grupo de pessoas junto ao corpo docente, assim como a falta de disciplinas sobre o assunto pode afetar significativamente a vida das pessoas negras no âmbito das universidades.

De acordo com o conceito criado por Adilson Moreira (2019), o racismo recreativo refere-se ao uso de "humor" para disfarçar ações discriminatórias contra um grupo marginalizado, como as pessoas negras. No ambiente universitário, isso se manifesta em piadas racializadas, muitas vezes sob o pretexto de "brincadeira," contribuindo para um ambiente hostil e desestimulante para esses estudantes. Esse tipo de racismo enfatiza o sentimento de não pertencimento das pessoas que se sentem menosprezadas em um lugar que deveria ser acolhedor.

O racismo recreativo é perigoso por sua sutileza, atuando em níveis de microagressões que se tornam mais complicados de identificar e contestar. Muitas vezes, a dor das vítimas é minimizada sob a justificativa de que foi "apenas uma brincadeira". Estudos mostram que essa prática tem um grande impacto psicossocial nos alunos, como baixa autoestima, estresse elevado e desempenho acadêmico prejudicado. Essa prática perpetua estereótipos e hierarquias raciais, dificultando o desenvolvimento acadêmico dos estudantes negros.

Em muitos casos, o racismo recreativo é praticado não apenas por colegas universitários, mas também por professores e funcionários da instituição, ampliando o problema e institucionalizando o preconceito. A frequência desses episódios leva as vítimas a internalizar sentimentos de inadequação e inferioridade, exacerbados pela falta de representatividade no corpo docente e nos conteúdos acadêmicos, o que contribui para a desvalorização de seu conhecimento.

Para combater o racismo recreativo, são necessárias políticas institucionais que promovam a conscientização sobre a gravidade dessa prática. Iniciativas de sensibilização e educação antirracistas são essenciais para desconstruir o racismo disfarçado de humor e oferecer suporte às vítimas. Além disso, é fundamental que as universidades promovam treinamentos específicos para seus funcionários, incluindo corpo docente e administrativo, visando prevenir práticas discriminatórias sutis e garantir um ambiente mais inclusivo.

A obrigatoriedade de disciplinas sobre história e cultura afro-brasileira é uma medida importante para aumentar o conhecimento e a compreensão sobre o impacto das práticas racistas no ambiente universitário. Essa inclusão deve ser

defendida de forma a desnaturalizar o racismo, permitindo que todos na universidade evitem atitudes discriminatórias.

Observa-se que, muitas vezes, o racismo recreativo foi normalizado e até incentivado em ambientes universitários, visto como "brincadeiras leves" inofensivas. No entanto, isso reforça a dominação simbólica e deslegitima o sofrimento das vítimas, que são obrigadas a tolerar esses comportamentos sob o risco de serem vistas como "sensíveis" ou "exageradas".

A resistência a esse tipo de racismo é difícil justamente por ser velada, dificultando a identificação e a compreensão das experiências das vítimas, especialmente quando a universidade não dispõe de políticas abrangentes para lidar com a discriminação. Sem formas de apoio, o racismo recreativo torna-se um fardo emocional que impacta toda a trajetória acadêmica das pessoas negras.

Além disso, o racismo recreativo cria um ciclo de silenciamento e exclusão. Ao rir dessas piadas, as pessoas mostram que esses comportamentos são aceitáveis, criando uma cultura em que a denúncia dessas práticas é desencorajada. Esse ciclo se estende quando as pessoas negras são pressionadas a "se adaptar" ao ambiente acadêmico, aceitando.

4. CONCLUSÃO

A elaboração deste trabalho revelou que a inclusão da população negra nas universidades transcende a simples equiparação de oportunidades. Mais do que abrir portas, é necessário promover uma transformação profunda no pensamento de todos os envolvidos no meio acadêmico, nas instituições de ensino e na sociedade como um todo. Incorporar a diversidade nesses espaços é uma estratégia essencial para elevar a qualidade do ensino e ampliar o acesso de forma equitativa.

Para que essa transformação ocorra, é imprescindível compreender as bases estruturais do racismo, que muitas vezes se manifestam de forma sutil, por meio de discursos e comportamentos enraizados. Embora o preconceito contra pessoas negras seja amplamente reconhecido, raramente são confrontadas as atitudes e práticas que perpetuam esse fenômeno.

Historicamente e culturalmente, a pele branca tem sido associada ao sucesso e ao progresso, enquanto a pele negra carrega o peso do estigma de inferioridade e atraso. Esse imaginário social, profundamente enraizado, contribui para fenômenos psicológicos como o autoestigma e a síndrome do impostor, frequentemente vivenciados por pessoas negras em ambientes de exclusão. Ainda hoje, preconceitos como a ideia de que "lugar de branco é na academia, e lugar de preto é no trabalho braçal" refletem uma mentalidade discriminatória que persiste em várias camadas da sociedade.

Além disso, muitos que adotam posturas racistas minimizam ou negam a existência do racismo estrutural no Brasil, reduzindo-o a um problema histórico restrito ao período colonial. Essa visão ignora a continuidade das desigualdades raciais na sociedade contemporânea e deslegitima a necessidade de políticas

públicas voltadas à promoção da equidade racial. Ao negar o racismo atual, tais posturas invalidam a vivência das pessoas negras e perpetuam as desigualdades.

Este trabalho busca desmistificar o racismo, oferecendo fundamentos para a criação de políticas públicas que tornem o ambiente universitário mais inclusivo e acolhedor. Espera-se que os leitores reflitam sobre os privilégios associados a aspectos como raça, etnia, gênero, cultura, religiosidade, estética e outras dimensões da identidade. Essa reflexão é essencial para desconstruir preconceitos e reconhecer a urgência de ações afirmativas.

Por fim, é fundamental ampliar as pesquisas que examinem o impacto do racismo na saúde mental. Tal avanço contribui para a redução do fenômeno, promovendo conscientização e conhecimento crítico por meio da educação. Somente dessa forma será possível garantir às pessoas negras o pleno acesso aos seus direitos e a promoção de sua dignidade, fortalecendo uma sociedade mais justa e equitativa.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, S. Racismo estrutural. São Paulo: **Editora Jandaíra**, 2018.
- BARBOSA, M.F.P; GUERRA, A.M.C. RACISMO E COTAS DE AÇÃO AFIRMATIVA. **PSICOLOGIA EM REVISTA**, V. 27, N. 2, P. 653-668, 2021.
- BARDIN, L. Análise de conteúdo. Lisboa edições, 70, p225. 1977
- BATTISTELLI, B.M. Branquitude e fragilidade branca: conceitos para fazer pensar a Psicologia. **Perspectivas em Psicologia**, v. 25, n. 1, p. 157-173, 2022.
- BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Presidência da República, [2016]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm. Acesso em: 6 out. 2024.
- BRASIL. Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012. Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm. Acesso em: 6 out. 2024.
- BENTO, M.A.S. O pacto da branquitude. São Paulo: **Cia. Das Letras**, 2022.
- CARNEIRO, S. Dispositivo de racialidade: a construção do outro como não-ser como fundamento do ser. Rio de Janeiro: **Zahar**, 2023.
- GOMES, N.L. O combate ao racismo e a descolonização das práticas educativas e acadêmicas. **Revista de filosofia Aurora**, v. 33, n. 59, p. 435-454, 2021.
- GONZALEZ, L. Por um Feminismo Afro-Latino-Americano. São Paulo: **Zahar**, 2020.

- GOMES, N. L.. Intelectuais negros e produção de conhecimento: algumas reflexões sobre a realidade brasileira. In **B. S Santos & M. P. Meneses (Orgs.), Epistemologias do Sul** (pp. 419-442). São Paulo: Cortez, 2010.
- GUERRA, N.E.M et al. O racismo institucional na universidade e consequências na vida de estudantes negros: um estudo misto. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2024, v. 29, n. 3, e04232023.
- LANE, S. T. M.; CODO, W. e col. **Psicologia Social - O Homem em Movimento**. Editora Brasiliense. 8ª edição. 1989.
- LIMA, MÁRCIA e CAMPOS, LUIZ AUGUSTO. APRESENTAÇÃO: INCLUSÃO RACIAL NO ENSINO SUPERIOR Impactos, consequências e desafios. **Novos estudos CEBRAP** [online]. 2020, v. 39, n. 2, pp. 245-254.
- MARQUES, T.; PEIXOTO, A.R.S.; WOLTER, R.P. A rationale dos posicionamentos acerca das cotas: Um levantamento teórico e empírico de estudos brasileiros no século XXI. **Polêm!Ca**, v. 18, n. 2, p. 054-071, 2018.
- MEMMI, A. **O racismo**. Tradução: Natércia Pacheco, Manuela Terrasêca. São Paulo: **Editora Caminho**, 1993.
- MINAYO, M.M.C. Pesquisa social: teoria, método, criatividade. 1994.
- MOREIRA, A. RACISMO RECREATIVO. São Paulo : Sueli Carneiro ; Pólen, 2019. 232 p. (Feminismos Plurais / coordenação de Djamila Ribeiro) ISBN: 978-85-98349-70-1.
- NASCIMENTO, A. O Genocídio do Negro Brasileiro: Processo de um Racismo Mascarado". **Editora Paz e Terra**. Rio da Janeiro. 1978
- NOGUEIRA, O. Preconceito de Marca: As Relações Raciais em Itapetininga. São Paulo: **Edusp**, 1998.
- OLIVEIRA, D. Racismo Estrutural. [s.l.] Dandara Editora, 2021.
- RIBEIRO, D. O que é: lugar de fala?. Belo Horizonte (MG): Letramento, Justificando, 2017.
- RIBEIRO, D. Pequeno Manual Antirracista. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.
- RIBEIRO, W.S.; MENDES, M.T. Racismo estrutural e permanência de estudantes negras/os na universidade. **Revista Educação em Debate - Fluxo Contínuo**. v.45. n.90. 2023.
- RIBEIRO, D. Pequeno Manual Antirracista. São Paulo: **Companhia das Letras**, 2019.
- PINTO, M. C. C. Efeitos da política de cotas raciais na Universidade Federal do Maranhão: uma análise a partir da perspectiva de estudantes negros cotistas. 2014. 168 f. Dissertação (Mestrado)- Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Maranhão São Luís. 2014.
- SANTOS, J.E.; COSTA, I.I. Vida contada, vida vivida: racismo e sofrimento psíquico. **Serviço Social & Sociedade**, v. 146, n. 2, p. E6628328, 2019.

SANTOS, J. T. PETRONILHA, B. G. Ações afirmativas e combate ao racismo no Brasil: um balanço crítico. **Revista Brasileira de Educação**, vol. 12, no. 36, 2007, pp. 323–346, 2007.

TELLES, E.E. Race in Another America: The Significance of Skin Color in Brazil. **Princeton: Princeton University Press**, 2004.