

AS ENCRUZILHADAS DO TORNAR-SE NEGRA: PROTAGONIZAÇÃO SOBRE SI COMO SAÚDE E VIDA

Raissa Ramos de Oliveira Theodoro¹

Isabela Schneider²

Maria Luiza Ferreira do Nascimento Carvalho³

Richard Silva dos Santos⁴

Waldenilson Teixeira Ramos⁵

Resumo

Este artigo propõe uma reflexão crítica sobre a constituição da subjetividade negra a partir da intersecção entre psicanálise, racismo estrutural e capitalismo. Partindo da obra de Neusa Santos Souza, especialmente a noção de que “não se nasce negro, torna-se negro”, analisa-se o impacto do Ideal do Ego branco na formação psíquica de pessoas negras no Brasil. Ao tensionar os conceitos freudianos de Ego Ideal e Ideal do Ego, o trabalho evidencia como o racismo opera como uma tecnologia de subjetivação, instaurando um modelo normativo e excludente. A performance de gênero e os marcadores raciais são analisados como dispositivos de governamentalidade que produzem sofrimento psíquico e impedem a construção de um Eu afirmativo. A clínica psicanalítica é, assim, convocada a romper com sua pretensa neutralidade, assumindo uma escuta comprometida com a transformação social. O tornar-se negro, neste contexto, é compreendido como um gesto político e clínico de resistência, afirmação identitária e promoção de saúde mental.

Palavras-chave: Psicanálise; Racismo estrutural; Subjetividade negra; Ideal do Ego; Clínica do social.

¹ Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Integrante do Coletivo Autônomo de Produção Acadêmica (CAPA) e participa de projetos de ensino na área da Psicologia. E-mail: raissa_ramos@id.uff.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6173771716053587> ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8834-5024>

² Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Integrante do Coletivo Autônomo de Produção Acadêmica (CAPA) e participa de projetos de extensão na área da Psicologia. E-mail: isabela_schneider@id.uff.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3145329824857625> ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-9200-1787>

³ Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Integrante do Coletivo Autônomo de Produção Acadêmica (CAPA) e participa de projetos de extensão ligados à Psicologia Social.

E-mail: maluizacarvalho@id.uff.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1060960994738169> ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-9332-0009>

⁴ Graduando em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Extensionista pelo Programa de Alfabetização, Leitura e Autoria para Valorização e Rede de Aprendizagens (P.A.L.A.V.R.A) da Secretaria Municipal de Educação de Niterói e Fundação Euclides da Cunha. Integrante do Coletivo Autônomo de Produções Acadêmicas (CAPA).

E-mail: silvarichard@id.uff.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3131762766864738> ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1882-4736>

⁵ Psicólogo social. Mestrando em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF).

Pesquisador em políticas públicas e saúde mental, atuando na articulação entre psicanálise, subjetividade e crítica social, com ênfase nas relações entre racismo estrutural, capitalismo e clínica do social. Integrante do Coletivo Autônomo de Produção Acadêmica (CAPA), desenvolve projetos de extensão voltados à educação, cultura e emancipação de grupos minorizados.

E-mail: waldenilsonramos@id.uff.br

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/2268223482149159> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3485-0455>

1 INTRODUÇÃO

A Psicanálise oferece ferramentas essenciais para explicar os fenômenos psíquicos do sujeito, bem como pode potencializar-se por meio da reflexão do racismo estrutural que permeia a sociedade onde esse sujeito se localiza. A partir da noção de que “não se nasce negro, torna-se negro”, Neusa Santos (2021) oferece uma análise potente do racismo como tecnologia de subjetivação, mostrando como ele molda profundamente as relações sociais e as subjetividades. Ao pensar a negritude como uma construção social, a autora revela que o Ideal do Ego imposto à população negra é colonizado e carregado de expectativas de negação de suas características e referências culturais, que se tornam “outros” a serem evitados. A presença de um Ideal do Ego branco para a pessoa negra implica uma estrutura de valores e afetos que reforçam, no campo psicológico, o lugar de inferioridade e inadequação, criando sentimentos de não pertencimento e necessidade de adaptação a modelos hegemônicos. Isso se reflete na perpetuação de práticas e comportamentos que levam pessoas negras a buscar se adequar a esse padrão imposto, muitas vezes em detrimento do seu corpo e origens. Ao olhar esse problema sob uma ótica de gênero, é possível notar um agravante no que tange à imposição da branquitude sobre as expressivas formas de existir, e também destacar a intrínseca relação entre a performance de gênero e o racismo, refletindo as normas das expectativas sociais que se sobressaem e governam um ideal para conquistar os referenciais de ser uma mulher e ser um homem. Essa perspectiva desvela as interseccionalidades da questão-problema abordada neste manuscrito, evidenciando que tais elementos instauram dimensões específicas quando vistos em outros contextos.

A reflexão sobre a subjetividade negra na psicanálise torna-se especialmente importante ao considerarmos o impacto do racismo no sofrimento psíquico e na saúde mental da população negra brasileira, que enfrenta taxas mais elevadas de adoecimento e dificuldades de acesso a recursos adequados de saúde (Tiemi, 2023). A violência racial, ao moldar a experiência cotidiana de maneira tão intensa e duradoura, desencadeia, muitas vezes, sintomas de ansiedade, depressão e baixa autoestima, entre outros efeitos. Essas experiências são tratadas como elementos centrais em nossa análise, já que o racismo não se limita a ações explícitas de violência, mas está presente nos aspectos sutis da vida cotidiana, como nas representações simbólicas e nas expectativas sociais sobre o lugar e o comportamento esperado das pessoas negras.

Este trabalho é uma contribuição significativa para o campo da psicologia e para a sociedade, pois amplia a visão de uma prática clínica e teórica comprometida com a luta e a justiça social. Ao trazer à tona a dimensão racial da subjetividade, convidamos profissionais psi a refletir sobre as dinâmicas raciais e a pensar criticamente suas práticas, considerando as especificidades da população negra e suas vivências singulares. Desse modo, a discussão que aqui desenvolvemos insere-se em um esforço de politizar o fazer psi, entrelaçando a clínica a uma perspectiva ético-política, denunciando que a neutralidade, muitas vezes pregada em modelos tradicionais de psicologia, ignora e legitima estruturas opressoras que perpetuam o sofrimento dessa parcela da população.

Além de trazer uma contribuição para o campo clínico, refletir sobre a subjetividade negra à luz da psicanálise fornece uma perspectiva transformadora

para a sociedade como um todo. Compreender que o racismo não é apenas uma questão externa ou macropolítica, mas uma estrutura que se instala na psique, convida-nos a um engajamento ético na criação de condições de existência menos opressoras para todas as pessoas. A construção de uma sociedade mais justa passa, necessariamente, pela desconstrução de ideais hegemônicos que discriminam e isolam identidades não brancas. Ao confrontar e desafiar esses padrões, promovemos uma Psicologia que afirma a pluralidade das vivências e amplia o acesso ao direito de pertencimento e a promoção da saúde mental.

Por intermédio deste trabalho e sob a perspectiva crítica e antirracista da clínica do social, buscamos refletir a característica marcante da clínica: sua força política. Fundamentando-nos na obra “Tornar-se Negro” (Souza, 2021), propomos uma reflexão crítica acerca da relação entre a psicanálise e a experiência negra na constituição da subjetividade. Neste texto refletimos sobre as consequências do racismo estrutural como força organizadora da psique e do inconsciente negro, alertando sobre a necessidade de uma elaboração do significante negro. Através da exploração da interseção entre o Capitalismo e a subjetivação, buscamos evidenciar os braços operantes do preconceito racial que geram uma alienação de si.

2 MÉTODO

O presente trabalho é resultado das discussões promovidas nos encontros do Coletivo Autônomo de Produção Acadêmica (CAPA), realizados na Universidade Federal Fluminense (UFF), de Niterói, durante o ano de 2024. O grupo, composto por discentes de Psicologia de diversos períodos e um mestrando, empenha-se, durante as reuniões semanais, em um estudo sob a ótica da análise transdisciplinar, a buscar romper as fronteiras limitantes estabelecidas nas áreas do conhecimento, especialmente nos estudos das ciências humanas e da filosofia, que permeiam a Psicologia.

A Psicanálise, compreendida em seu caráter dinâmico, está sempre aberta à revisão e ao debate dos pontos centrais de sua teoria, permitindo uma reflexão constante que se conecta com as questões do presente. A partir desse viés, somado a sua flexibilidade, busca-se entender como essa prática pode auxiliar na abordagem das diversas aflições individuais que atravessam o corpo social. Nesse contexto, procura-se refletir e detalhar de que maneira o racismo estrutural se instala e se perpetua na formação psíquica do sujeito negro.

O ponto de partida para a conceituação da amplitude desse tema toma como base os estudos e as reuniões motivados pela leitura do livro “*Tornar-se Negro*”, de Neusa Santos (2021). Nessa obra, a autora realizou entrevistas com pessoas negras em ascensão social no Brasil, e, a partir do conjunto desses relatos individuais entrelaçados, revelou-se um ponto em comum: a constante busca por um ideal impossível — o Ideal branco.

Embasado por essa crítica, este manuscrito busca aprofundar-se acerca da perspectiva sobre o racismo como prática de constante precarização da saúde mental e exclusão do corpo negro, perpassando por autores como Neusa Santos Souza (2021), Rita von Huntz (2024), Judith Butler (2022) e Michel Foucault (2019).

Portanto, este trabalho visa apresentar o ‘tornar-se’ como um processo que, além da resistência, abre caminho para novas construções identitárias e sociais.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Conceitos freudianos

A priori, torna-se pertinente expor conceitos nodais à perspectiva freudiana sobre a formação da psique, relativas à construção do Ego (Freud, 2011). Para conjecturar tal debate, elencam-se dois conceitos fundamentais para a formação do sujeito diante da visão psicanalítica: o Ego Ideal e o Ideal do Ego. Desde o início da sua vida, o filho, enquanto bebê, é fruto de uma idealização que tange ao perfeito (função imaginária). Em meio a tal panorama, tem-se como produto um Ego Ideal (Ich-Ideal), tornando-se algo que os pais projetam na criança e impõem a ela. Esse conceito está centrado nas concepções ideais dos pais (e do círculo familiar) a que o indivíduo deve atingir para ser amado. Em contrapartida, respondendo a esse ideal e visando construir um “Eu” próprio, o sujeito parte de um referencial simbólico para construir essa imagem, algo que — segundo seu inconsciente — deve alcançar para ser amado e tornar-se sujeito de desejo. Essa noção intitula-se Ideal do Ego (Ich-Ideal).

3.2 Capitalismo, Raça e Governamentalidade

Ainda debruçados sobre as compreensões acerca da formação do sujeito, ganham alta valência as indicações a respeito dos atravessamentos da linguagem/cultura enquanto proposições fulcrais à inscrição de um psiquismo. Sobre esse mesmo sentido, tomemos o racismo também como elemento operante da linguagem e da cultura. Dessa forma, cabe uma análise atenta desses elementos que operam impactos significativos na construção dos psiquismos das pessoas negras. Portanto, não se trata de empreender uma leitura isolada acerca dos Egos, mas oferecer protuberância à relação com um grande Outro que carrega consigo dimensões simbólicas e culturais na formação das constituições. Defronte a tal perspectiva, banhada pela psicanálise, Neusa Santos (2021) busca chamar atenção para uma reflexão acerca de como o racismo impõe sofrimento a pessoas negras. Não se trata de olhar o indivíduo em sua singularidade isolada, mas em seus atravessamentos, num contexto histórico-político. Sendo assim, a autora empreende certa análise que também vislumbra as vicissitudes sociais da experiência negra, denunciando as marcas da branquitude que se impõem aos corpos, por estarem ligados à sistematização do capitalismo e à configuração neoliberal, apontando caminhos necessários para a superação de um sistema de opressão, instigando a construção de uma Psicologia antirracista.

Diante de tal panorama, toma-se como primado a intrínseca relação entre capitalismo e racismo, assumindo que ambos se retroalimentam, e compreende-se o racismo como estrutura necessária a tal sistema (Hunty, 2024). Com isso, o capitalismo, como sistema dominante, atua muito além da organização econômica, configurando modos de subjetivação que moldam e governam os indivíduos. Nesse

sentido, o governo das almas ocorre por meio de tecnologias de governo que disciplinam os corpos e as mentes, direcionando as subjetividades de acordo com normas e expectativas sociais (Foucault, 2019). Essa construção histórica e social da raça como tecnologia de domínio fortalece a estrutura capitalista, ao mesmo tempo em que subalterniza as populações negras, situando-as em posições desvantajosas.

A psicanálise e a teoria crítica trazem subsídios importantes para entender como o capitalismo utiliza o racismo para governar as subjetividades, construindo ideais acerca de si específicos. As análises de Neusa Santos Souza (2021) sobre a identidade negra no Brasil, especialmente na obra *Tornar-se Negro*, revelam que a constituição do Ego Ideal é marcada por expectativas e estereótipos da branquitude impostos desde o nascimento. Assim, o racismo se consolida como uma estrutura que atravessa o psiquismo e reafirma a desigualdade, forçando indivíduos negros a viverem sob um Ideal inalcançável para serem aceitos socialmente.

3.3 O Ego Ideal e o Ideal de Branquitude

O sujeito negro, ao ser inserido nesse contexto da linguagem e da cultura, observa-se em um local fundamentalmente ‘branco’ e sente-se incapaz de trazer suas aspirações à realidade. Em um horizonte selado pelo pacto da branquitude, o processo psicanalítico da formação do “Ideal do Eu” de um corpo negro, torna-se um Ideal rastreado pelo “desejo branco”, como consequência de uma pactuação estrutural e social latente de subalternização dos corpos negros. Ao escrever sua obra, Neusa Santos Souza (2021) busca denunciar os impactos do racismo para a retomada do discurso sobre si e aponta uma trilha que se direciona a uma nova (re)construção da subjetividade negra. Além disso, ela vai construir e desenvolver linhas de escape desse padrão marcado pelo preconceito racial.

No contexto brasileiro, a formação do Ideal do Ego nas populações negras passa por uma imposição de padrões da branquitude que funcionam como referências normativas de acessibilidade social. Nesse sentido, o racismo atravessa o psiquismo negro, impondo a branquitude como uma meta identitária que dita quem merece ser desejado e reconhecido (Souza, 2021). Ademais, as expectativas familiares, desde os primeiros anos de vida, incentivam a conformidade com características físicas e comportamentais brancas, reforçando o Ideal de branquitude para a construção do sujeito de desejo (Souza, 2021). Cenas como o uso de produtos para alisar o cabelo ou a tentativa de clareamento da pele denunciam as imposições que moldam a subjetividade negra e colocam, por muitas vezes, a integridade física desses indivíduos em risco.

Essa idealização, conforme os indícios supracitados, impõe um conflito existencial constante para as pessoas negras, cujo Ideal do Ego nunca se alinha ao corpo que habita. Essa dissonância é ainda mais evidente nas relações inter-raciais, nas quais podemos observar os traços de negritude serem negados e desvalorizados. Esse processo de desvalorização e reconfiguração do ‘Ego’ provoca angústia, mal-estar e, muitas vezes, leva ao isolamento subjetivo, criando um ciclo de insatisfação e exclusão em relação à própria imagem.

Com isso, a autora debate acerca do sentido do Ideal do Ego Psicanalítico, buscando um resultado que se encontre para além da prática clínica. Para ela, é,

acima de tudo, fundamental compreender que a transição psíquica para a identificação como um corpo negro ocorre após esse rompimento do Ideal branco, no qual o negro pode assumir quem é, e romper de vez com a sombra das práticas de anulação e extinção de seu próprio corpo. É retomar, no sentido psíquico e simbólico da palavra, a aspiração de seu cabelo, sua cor de pele, seu nariz, sua forma de ser, reconhecendo um referencial possível, que não esteja preso nas moralidades brancas sociais, rompendo, assim, com o Ideal branco.

3.4 A Performance do Gênero e do Corpo Negro

Das diversas tecnologias de governo de nossas subjetividades, destacam-se o racismo e a violência de gênero no Brasil. É evidente que há uma multiplicidade de lutas que nos interessam para que possamos desviar e nos individualizar em meio aos fechamentos que limitam nossas subjetividades. Nesse cenário, reverbera-se uma ideiação do “Branco” como padrão necessário, que se sobressai e se espelha para o corpo negro. Em um contexto de busca política para a Psicologia Social, é imprescindível tal construção de senso crítico do profissional de saúde mental, que pode ser capaz de aprimorar sua práxis e de expandir a garantia de acesso à saúde mental, especificamente dos corpos negros, até que se atinja os coletivos que ocupam e constituem as instituições de formação. Por estarem ligados à sistematização do capitalismo e à configuração neoliberal, essas instituições carecem de uma reforma, para poderem ser ocupadas por uma Psicologia antirracista, passando, assim, por um lugar de transformação dos demais sujeitos e suas subjetividades.

Para compreendermos a conjuntura histórica e as mazelas que dela advêm no território brasileiro, alguns dados são fundamentais para que possamos vislumbrar os atravessamentos entre racismo e violências de gênero. O Brasil, sendo o último país das Américas a abolir a escravidão, ainda carrega um histórico de violências que não foram eliminadas pela simbólica abolição do dia 13 de maio de 1888. Essas violências contra a população negra estão bem documentadas em dados estatísticos: segundo estudo publicado no dossiê *Mulheres negras e justiça reprodutiva* (Siqueira et al., 2021, p. 48), as “mortes maternas entre mulheres negras foram 77% superiores às das brancas”. Outro artigo, publicado no site do Conselho Nacional de Justiça, revela que, entre as vítimas de feminicídio, 37,5% são brancas e 62% são negras, e, nas mortes violentas, 70,7% são de negras e 28,6% são de brancas (Moura, 2022). O Atlas da Violência aponta que 75% das vítimas de homicídio no Brasil são pessoas negras (Cunha, 2020). Bruno Lucca (2023) denuncia que 80% das mulheres trans assassinadas são negras, e a maioria dessas vítimas tem entre 18 e 29 anos. O Instituto Igarapé (2021) informa que mulheres negras têm duas vezes mais chances de serem assassinadas em comparação com mulheres brancas. O Jornal da USP (2021) reportou que, durante a pandemia, mulheres negras na base do mercado de trabalho foram as que mais morreram por Covid-19. Nunes (2023) destaca que as mulheres negras são maioria entre as vítimas de violência obstétrica. Além disso, uma matéria do G1 divulgou que uma mulher negra ganha menos da metade do salário de um homem branco (Papp, Lima e Gerbelli, 2020). Em outra publicação, o G1 (2023) constatou que, nos últimos dez anos, 90% das mulheres que se tornaram mães solo são negras.

A imposição de normas de gênero e raça contribui para a construção do Ego Ideal nos sujeitos, consolidando expectativas sociais que definem o que significa ser mulher ou homem, branco ou negro. Judith Butler, na sua obra *Desfazendo Gênero* (2022), argumenta que o gênero é uma performance social, uma construção que impõe expectativas de comportamento e aparência desde o nascimento. A partir dessa perspectiva, o corpo negro não carrega apenas os fardos do racismo, mas também as normas de gênero, que se cruzam para limitar a liberdade identitária dos sujeitos.

No caso das mulheres negras, essa imposição se manifesta em um Ideal de subordinação tanto racial quanto de gênero, reforçando estereótipos que as mantêm em posições subalternas. Bia Ferreira (2019), na música *Não precisa ser Amélia*, aborda essa questão ao cantar sobre a liberdade de ser e existir fora das expectativas sociais impostas pela colonialidade e pelo machismo. A cantora reivindica o direito de construir uma identidade própria, que transcende o papel de mulher subserviente e objetificada. Para as mulheres negras, uma performance de gênero exige uma luta constante contra a objetificação, a violência e a invisibilização, reforçando a necessidade de ressignificar o próprio ser.

3.5 Tornar-se Negro como Processo de Resistência e Transformação

A proposta de *tornar-se negro*, segundo Neuza Santos Souza (2021), envolve muito mais do que uma adaptação ao mundo racista; trata-se de uma afirmação identitária e um posicionamento de resistência. Souza enfatiza que essa experiência vai além da acessibilidade de uma identidade imposta pela colonialidade, sendo, na verdade, um ato de autodefinição e de luta por uma realidade que ultrapassa o racismo. A autora ressalta que não se nasce negro, mas que se torna negro, o que representa um processo ativo de reapropriação do próprio sentido de ser, descolonizando a palavra e o próprio corpo (Souza, 2021).

Esse processo de “tornar-se” é essencial para a saúde mental e a afirmação identitária das negras, um ato que Souza define como uma resposta clínica e social ao racismo, transformando a negritude em um espaço de criação e de autonomia. Assim, ao retomar a palavra e ressignificar os sentidos impostos pela colonialidade, a subjetividade negra adquire um novo sentido, que transcende a opressão, e busca construir uma nova realidade, na qual o indivíduo negro é visto sob uma perspectiva afirmativa e empoderadora.

4 CONCLUSÃO

Defronte ao exposto, aposta-se em um fazer psicanalítico que se implique no atravessar de barreiras para propor saúde mental. O entendimento de uma subjetividade tingida por rastros, afetos e repleta de corpo é essencial para uma psicologia mais atenta às diversas formas de sofrimento, no caso deste manuscrito, o racismo. Nesse sentido, entende-se que o ser em sociedade é envolto de cultura e moralidade, peças que dão materialidade ao superego (Freud, 2011). Tal conjunção social ocupa uma parte fundante do psiquismo do sujeito. Ao longo de suas (re)elaborações enquanto ser, há a consolidação de um Ideal que seja condizente

com o “Eu”, o “ideal do eu”. Todavia, no Estado brasileiro, o qual é fortemente marcado por opressões institucionais e sociais à população negra desde a sua fundação, compreende-se que o social, de diversas formas, é marcado por essas violências. Ainda há gigantescos pilares que embasam uma estrutura racista que leva ao sofrimento de pessoas negras, as quais precisam se esforçar o dobro para ter metade, como exemplifica o rapper de cor negra Djonga na sua música/expressão política intitulada “Junho de 94” (2018):

Logo eu que fiz gritos ‘pros’ excluídos
Tiração ‘pros’ instruídos
Chegar aqui de onde eu vim
É desafiar a lei da gravidade
Pobre morre ou é preso, nessa idade

O presente trabalho, embasado psicanaliticamente, reflete e aprofunda a discussão sobre o “ideal do Ego branco” como um causador de sofrimento psíquico.

Destarte, capta-se que é imperiosa uma abordagem clínica crítica que se engaje por meio das contribuições do social, para entender uma das múltiplas facetas do sofrimento que o plano social produz. É necessário, como psicanalista, ir além da escuta, mas elenca-se aqui que é necessário ir além do sujeito de enunciado e enunciação, ou seja, buscar compreender o envoltório social que compõe e substancializa a formação do psiquismo. Nessa escuta ampliada, há a audição e a visualização do racismo como um mecanismo de governo e de subjetivação, inerente ao capitalismo. As propostas de leitura por autores como Foucault (2019), Butler (2022) e Souza (2021) reforçam a necessidade de uma psicologia que reconheça o impacto das estruturas sociais sobre o indivíduo e que se posicione como um campo de resistência ativa. Uma análise de Souza (2021) sobre o Ego *ideal* demonstra como o capitalismo e o racismo convergem para moldar e perpetuar desigualdade e sofrimento.

Diante disso, as mazelas e as exclusões que são geradas pelo racismo exclamam maior sensibilidade e horizonte no fazer psicanalítico. Esse cenário não se reflete em formar-se ou conformar-se com as estruturas e opressões, mas em fazer do sofrimento relatado como uma potência de transformação e reivindicação por um mundo outro. Assim, ao enfatizar a urgência de tornar-se negro em uma sociedade estruturalmente racista, o presente trabalho assume o compromisso de colaborar na elaboração de uma nova ética para o campo da Psicologia. Defendemos aqui uma psicologia do cuidado e do acolhimento, uma prática que considera o impacto histórico, cultural e político do racismo sobre a subjetividade negra e propõe um espaço de transformação, de acolhimento e de resistência. Em tempos em que as violências e os sofrimentos psíquicos gerados pelo racismo são tantas vezes invisibilizados, este estudo se posiciona como uma ferramenta de conscientização e empoderamento, promovendo o resgate da identidade negra em suas múltiplas formas de expressão e resistência.

Para encerrar, a escuta de *Não Precisa Ser Amélia*, de Bia Ferreira (2019), fornece uma metáfora poderosa da resistência negra e da luta pelo protagonismo sobre o discurso sobre si, desafiando o Ideal de submissão e afirmando a liberdade de construção de novos espaços identitários. A canção reflete o Ideal de que “se tornar negro” é, simultaneamente, um processo de cuidado com a saúde mental e uma afirmação de empoderamento. Assim, o trabalho finaliza com o chamado a uma

clínica engajada e atenta às necessidades da subjetividade negra, uma clínica que se propõe a transformar e criar novos sentidos para o ser.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BUTLER, Judith. **Desfazendo gênero**. 1. ed. São Paulo: Editora UNESP, 2022.

COSTA, Jurandir Freire. **Da cor ao corpo: a violência do racismo**. In: SANTOS

CUNHA, Marcella. **Atlas da Violência: 75% das pessoas assassinadas no Brasil são negras**. Brasília: Rádio Senado, 2020. Disponível em: <<https://x.gd/111Ai>>. Último acesso em 17 out. 2024.

DJONGA. **2. Djonga - Junho de 94**. YouTube, 13 de março de 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=GuYgMTAVV10>>. Último acesso em 09 nov. 2024.

FERREIRA, Bia. **Não precisa ser Amélia**. YouTube, 12 de setembro de 2019. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Kqy8SwZ7qsU>>. Último acesso em 09 nov. 2024.

FOUCAULT, Michel. **Segurança, território, população: Volume 1**. 1. ed. Rio de Janeiro: Editora Martins Fontes. 2019.

FREUD, Sigmund. **Freud (1923-1925) - Obras completas volume 16: O Eu e o Id, "Autobiografia" e outros textos**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

LUCCA, Bruno. **Brasil é o país que mais mata trans e travestis pelo 14º ano seguido**. Estado de Minas: Diversidade, 2023. Disponível em: <<https://x.gd/MXvID>>. Último acesso em 17 out. 2024.

MOURA, Ana. **Violências, racismo e sexismo aprofundam abismo social de negras brasileiras**. CNJ - Conselho Nacional de Justiça, 2022. Disponível em: <<https://x.gd/00m7A>>. Último acesso em 10 nov. 2024.

Mulheres indígenas e negras têm 3 e 2 vezes mais chances de serem assassinadas em comparação às mulheres brancas. Instituto Igarapé, 2021, dezembro 10. Disponível em: <<https://igarape.org.br/mulheres-indigenas-e-negras-tem-3-e-2-vezes-mais-chances-de-serem-assassinadas-em-comparacao-as-mulheres-brancas/>>. Último acesso em 10 nov. 2024.

USP. **No Brasil, mulheres negras têm maior mortalidade por covid que qualquer outro grupo na base do mercado de trabalho: desigualdades raciais e de gênero aumentam a mortalidade por covid-19, mesmo dentro da mesma ocupação.** São Paulo: Jornal da USP, 2021.

<<https://jornal.usp.br/ciencias/mulheres-negras-tem-maior-mortalidade-por-covid-19-do-que-restante-da-populacao/>>. Último acesso em 10 nov. 2024.

NUNES, Bethânia. **Racismo obstétrico: mulheres negras são mais negligenciadas no parto.** Metrópolis, 2023. Disponível em: <<https://x.gd/9eqyz>>. Último acesso em 10 nove. 2024.

PAPP, Anna Carolina; LIMA, Bianca; GERBELLI, Luiz Guilherme. **Na mesma profissão, homem branco chega a ganhar mais que o dobro que mulher negra, diz estudo.** G1 [online], 2020. Disponível em:

<<https://g1.globo.com/economia/concursos-e-emprego/noticia/2020/09/15/na-mesma-profissao-homem-branco-chega-a-ganhar-mais-que-o-dobro-da-mulher-negra-diz-e-studo.ghtml>>. Último acesso em 10 nov. 2024.

SILVA, Maria Lúcia da; COSTA, Jurandir Freire. Prefácio. In: SANTOS SOUZA, Neusa. **Tornar-se negro ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social.** Rio de Janeiro: Zahar, 2021.

SIQUEIRA, Lia Maria Manso, Lima, Nathália Diórgenes Ferreira, Ribeiro, Ana Gabriela, Silva, Débora do Espírito Santo da, Silva, Fabiana da, Lima, Monique, Tavares, Júlia. **Dossiê mulheres negras e justiça reprodutiva: 2020–2021.** [ONG Criola], 2021. Disponível em:

<https://assets-dossies-ipg-v2.nyc3.digitaloceanspaces.com/sites/3/2021/10/DossieCriolaJusticaReprodutiva_compressed-1.pdf>. Último acesso em 10 nov. 2024.

SOUZA, Neusa Santos. **Tornar-se negro ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social.** ed. 1. Rio de Janeiro: Zahar, 2021.

TIEMI, Raquel. **Racismo estrutural limita o acesso da população negra aos serviços de saúde.** Jornal da USP, 2023. Disponível em:

<<https://jornal.usp.br/atualidades/racismo-estrutural-limita-o-acesso-da-populacao-negra-aos-servicos-de-saude/>>. Último acesso em 09 nov. 2024.