

O trauma psicológico do racismo:

Uma análise a partir de Fanon, Freud e Aimé Césaire

Adelson Silva Soares¹

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo explorar o trauma psicológico causado pelo racismo estrutural, utilizando conceitos de Frantz Fanon, Sigmund Freud e Aimé Césaire. Partimos da premissa de que o racismo, enraizado na colonialidade, possui efeitos profundos e duradouros na saúde mental dos indivíduos negros. Com base no capítulo 5 de *Pele negra, máscaras brancas* de Fanon, discutiremos como o racismo estrutural impacta a psique, utilizando as teorias freudianas sobre trauma e identidade, e as perspectivas de Césaire sobre a memória coletiva e a resistência cultural.

PALAVRAS-CHAVE

Trauma; Colonialidade; Racismo estrutural.

¹ Mestre em Direito pela Universidade Federal do Pará (UFPA). Lattes: [9426389580686918](https://lattes.cnpq.br/9426389580686918). E-mail: adm.adelsonsoares@gmail.com.

The psychological trauma of racism:

An analysis based on Fanon, Freud, and Aimé Césaire

ABSTRACT

This paper aims to explore the psychological trauma caused by structural racism, using concepts from Frantz Fanon, Sigmund Freud, and Aimé Césaire. We start from the premise that racism, rooted in coloniality, has profound and lasting effects on the mental health of black individuals. Based on chapter 5 of Fanon's *Black skin, white masks*, we will discuss how structural racism impacts the psyche, using Freudian theories on trauma and identity, and Césaire's perspectives on collective memory and cultural resistance.

KEYWORDS

Trauma; Coloniality; Structural racism.

Recebido: 21/12/2024

Aceito: 11/09/2025

Publicado: 07/10/2025

Doi: <https://doi.org/10.59780/oqhd9082>

Introdução

O trauma psicológico associado ao racismo é uma questão crítica que impacta profundamente a saúde mental de indivíduos e comunidades racializadas. Este artigo, intitulado *O trauma psicológico do racismo: uma análise a partir de Fanon, Freud e Aimé Césaire*, explora como a opressão racial e colonial se traduz em sofrimento psicológico, analisando a partir das perspectivas teóricas de Frantz Fanon, Sigmund Freud e Aimé Césaire.

Fanon, em sua obra *Pele negra, máscaras brancas*, fornece uma análise penetrante dos efeitos do racismo estrutural e da colonialidade na psique dos indivíduos racializados. Fanon argumenta que a opressão racial não é apenas uma questão de desigualdade externa, mas que penetra profundamente na identidade e na autoimagem dos indivíduos, resultando em traumas psicológicos significativos. Ele discute como a internalização de estereótipos raciais e a despersonalização afetam a saúde mental, levando a uma série de distúrbios emocionais e identitários.

Freud, por sua vez, oferece uma compreensão teórica fundamental sobre o trauma e a formação do ego. Seus conceitos de trauma psíquico e de mecanismos de defesa proporcionam uma base para compreender como experiências traumáticas, como o racismo, moldam a psique dos indivíduos. A teoria freudiana ajuda a iluminar como o trauma racial é processado e como pode se manifestar em transtornos mentais.

Césaire, com sua análise crítica da colonialidade em *Discurso sobre o colonialismo*, acrescenta uma perspectiva crucial sobre como a opressão colonial perpetua traumas intergeracionais e afeta a saúde mental dos indivíduos. Césaire destaca a importância da afirmação da identidade e da resistência como formas de enfrentamento e cura.

Este artigo pretende integrar essas perspectivas para oferecer uma análise abrangente do trauma psicológico do racismo, abordando suas causas, manifestações e estratégias de enfrentamento.

1. O racismo estrutural e seu impacto psicológico

O racismo estrutural refere-se às práticas e políticas institucionais que sistematicamente discriminam indivíduos com base em sua raça. Este tipo de racismo não é simplesmente a soma de atitudes individuais preconceituosas, mas um mecanismo institucionalizado que perpetua desigualdades raciais. Conforme apontado por Césaire (2010), o colonialismo instaurou um sistema onde a discriminação racial é naturalizada e perpetuada.

Com o estabelecimento das sociedades sob a égide colonial, que tem em sua essência a exploração de seres humanos a partir de elementos raciais, é provável, até de uma forma natural, que suas estruturas se consolidem usando desses elementos discriminatórios. Silvio de Almeida (2019), aponta que as estruturas sociais são a manifestação da sociedade. Nesse sentido, afirma então que as estruturas e as instituições são racistas, pelo fato de que a sociedade é racista.

O racismo em sua apresentação estrutural demonstra uma notável capacidade de adaptação, onde é possível perceber que mesmo diante das constantes transformações sociais e políticas às quais as sociedades estão cotidianamente sujeitas, as formas de discriminação encontram uma maneira de continuar exercendo a sua opressão, fazendo com que os impactos sobre as populações vulnerabilizadas sejam sempre negativos, trazendo marcas profundas e duradouras que demandam intervenções coletivas, políticas e terapêuticas para sua mitigação e reconfiguração da vida social.

1.1 Colonialidade e racismo

A colonialidade, conceito estabelecido através da reflexão de diversos autores, em especial aqueles que fazem parte do “sul epistêmico”, como Aníbal Quijano (2000), refere-se à persistência das estruturas coloniais nas sociedades pós-coloniais. Ou seja, mesmo que certa sociedade se encontre em um estado de independência formal, as “metrópoles” continuam a exercer poder e influência sobre as “colônias”. Ao nos debruçarmos sobre o trabalho apresentado por Fanon, é possível perceber que um desses poderes que são perpetuados pelas estruturas da colonialidade é o racismo, através da criação de uma hierarquia racial que desumaniza os indivíduos negros. Este pensamento se encontra alinhado com o sustentado por Césaire quando, em sua obra, o autor passa a destacar como a memória coletiva do colonialismo molda a identidade e a autoimagem dos povos colonizados.

Essa correlação entre colonialidade e racismo em sua forma estrutural possui diversas ligações, mas podemos perceber que a principal se encontra no estabelecimento dessa estrutura onde a hierarquia social é definida pelo critério racial. Os efeitos da colonialidade fazem com que essa estrutura racista reproduza e perpetue uma hierarquia racial que acaba por favorecer os descendentes dos colonizadores em total detrimento dos descendentes dos colonizados.

1.2 Experiência do sujeito negro

As experiências narradas na obra de Fanon, em especial o capítulo 5, *A experiência vivida do negro*, traz uma perspectiva em várias etapas da experiência da pessoa negra frente a diferentes formas de manifestação do racismo. É interessante notar que a adaptação e a presença do racismo são tão cotidianas que, se não houver uma compreensão de racismo e de como ele pode se manifestar, ele pode acabar passando despercebido pela sociedade, normalizando suas formas de reprodução. Essa compreensão se faz necessária principalmente para a pessoa negra, sem a qual não é possível a resistência contra essa forma de domínio. Através dessa compreensão, as “brincadeiras” deixam de ter a mesma graça e um sentimento de indignação e revolta passam a tomar conta, como narrou Fanon:

“olhe, um negro!” Era verdade, eu me divertia. “Olhe, um negro!” O círculo pouco a pouco se estreitava. Eu me divertia abertamente. “Mamãe, olhe o negro, estou com medo!” Medo! Medo! E eis que agora eu era temido. Queria me divertir com isso até engasgar, mas isso se havia tornado impossível para mim (2008, p. 110).

Essa narrativa evidencia como a violência simbólica molda a percepção do sujeito negro desde a infância. Em contextos atuais, experiências semelhantes se repetem quando crianças são constantemente destacadas por seus traços físicos ou forma de falar em ambientes escolares, internalizando precocemente o olhar estigmatizante. Essa compreensão nem sempre promove a libertação. Após séculos de violações e opressão há um efeito que pode ser percebido no comportamento de muitas pessoas negras, que é a internalização. A colonialidade no aspecto do ser do negro usurpou tanto a capacidade de se comunicar, de se fazer ouvido que, mesmo após essa forma de iluminação, o negro não consegue reagir de igual para igual com o branco opressor, pois ainda se vê inferiorizado de alguma forma e não consegue superar a condição de submissão que foi imposta sobre seus antepassados durante a colonização. Essa submissão acaba sendo reproduzida, atualmente, pelos comportamentos da colonialidade. Por isso, é comum que pessoas negras não reajam frente a casos de racismo. Mesmo frente a uma situação revoltante, há uma espécie de paralisia, até mesmo coletiva, afligindo as pessoas negras.

1.3 Aspectos psicológicos do racismo estrutural

1.3.1 Internalização do racismo

Um dos aspectos de manifestação psicológica dos efeitos do racismo que podemos perceber é a internalização. Fanon descreve essa internalização como um processo pelo qual os

indivíduos negros passam a assimilar os estereótipos e preconceitos raciais, dessa forma, resultando em uma espécie de autoimagem deteriorada. Essa internalização do racismo pode se dar por diversas vias, incluindo a educação, a mídia e as interações sociais cotidianas. Através de interações que ocorrem desde a infância, os indivíduos negros são expostos a narrativas que os retratam como inferiores, perigosos ou exóticos. Essas representações acabam sendo internalizadas e moldam a percepção que os negros têm de si mesmos e dos outros.

Em sua obra, Fanon utiliza a psicanálise para explicar o processo da internalização, referindo-se à teoria de Freud sobre a formação do ego. Segundo Freud (2011), o ego se desenvolve através da internalização das expectativas e percepções dos outros significativos. No caso dos indivíduos negros, o racismo estrutural proporciona um “outro significativo” que é hostil e desumanizador, que realiza uma pressão constante sobre o negro. Essa hostilidade internalizada leva a conflitos internos profundos e a um sentimento persistente de inadequação.

Esse processo de internalização já havia sido observado por Virgínia Leone Bicudo (2010), que analisou como atitudes raciais são incorporadas em práticas inconscientes e passam a estruturar relações sociais no Brasil. Lélia Gonzalez (1988) complementa essa discussão ao destacar que a “amefricanidade” revela a identidade negra atravessada pela imposição colonial, mas também pela resistência cultural. Tais reflexões ajudam a compreender situações em que sujeitos negros, mesmo qualificados, evitam participar de espaços acadêmicos ou profissionais por anteciparem o julgamento depreciativo de sua fala ou presença, evidenciando a força psíquica do racismo internalizado.

1.3.2 Despersonalização e alienação

Essa internalização sofrida de maneira continuada acaba por trazer outras consequências para a pessoa negra. Conforme afirma Fanon, “o negro é constantemente levado a ver-se através dos olhos de uma sociedade que o define como inferior” (2008, p. 109). Este olhar do outro cria um efeito de despersonalização, onde o indivíduo perde a capacidade de se ver como um ser completo e autônomo, fazendo com que este indivíduo negro se sinta desconectado de sua própria identidade e humanidade.

Essa despersonalização é exacerbada pelo cotidiano de uma sociedade racista, em que o negro é reduzido a estereótipos e preconceitos, levando ao tratamento como de um objeto, um “outro” desumanizado. A pessoa negra, frente a essa revitimização constante que traz a retirada de sua humanidade, acaba por internalizar e tomar como verdades sobre si essas características

negativas que o dominador branco impõe através das estruturas racistas da sociedade capitalista, resultando em uma alienação profunda de sua própria identidade.

Podemos compreender essa alienação como um processo pelo qual o indivíduo negro se sente estrangeiro em sua própria pele. Fanon descreve a alienação como uma condição na qual o negro “é forçado a viver em um mundo que constantemente o rejeita, e, como resultado, ele se vê como um estranho em sua própria existência” (2008, p. 110). Essa alienação se dá tanto no aspecto social quanto psicológico, afetando a maneira como a pessoa negra interage com o mundo e consigo mesma.

Ainda ao refletir sobre alienação, Fanon realiza uma conexão com a colonialidade do saber, onde o conhecimento e a cultura dos povos colonizados são desvalorizados e rejeitados. Essa marginalização epistêmica contribui para a sensação de alienação, pois o indivíduo negro é forçado a adotar as normas e valores da cultura colonizadora para ser aceito. Esse processo de aculturação forçada leva a uma ruptura com as raízes culturais e históricas, aprofundando tal alienação.

As consequências psicológicas da despersonalização e da alienação são devastadoras. A pessoa negra, ao internalizar a inferioridade imposta pela sociedade racista, desenvolve um complexo de inferioridade que permeia todas as áreas de sua vida. Como afirma Fanon: “o negro, ao internalizar o olhar depreciativo do branco, adota uma postura de submissão e autodepreciação” (2008, p. 111). Além disso, a alienação e a despersonalização podem levar a distúrbios mentais e emocionais. A constante pressão para se conformar aos padrões racistas e a negação contínua de sua própria identidade podem resultar em ansiedade, depressão e outras formas de sofrimento psicológico.

A alienação descrita por Fanon também se manifesta em experiências cotidianas, como quando profissionais negros são repetidamente confundidos com subordinados em seus locais de trabalho. Nesses casos, a identidade do sujeito é reduzida a estereótipos, produzindo a sensação de deslocamento em relação a si mesmo e reforçando a despersonalização.

1.4 Trauma psicológico

O trauma psicológico resultante do racismo estrutural pode ser comparado às neuroses traumáticas descritas por Freud (2016), onde ele define o trauma como uma experiência que provoca uma excitação psíquica avassaladora, à qual o aparelho psíquico não consegue responder de maneira adequada, resultando em uma perturbação duradoura da mente. Atualmente podemos perceber que um único fato pode ensejar enormes traumas. Agora,

imaginemos o quão traumatizantes podem ser os efeitos do constante confronto da pessoa negra com o racismo estrutural?

Ao compartilhar experiências com outras pessoas negras, é possível perceber que aqueles que compreendem que foram alvo de racismo passam a ter um comportamento hipervigilante, onde passa-se a uma postura de alerta contínuo pelo temor de vivenciar outra situação preconceituosa novamente.

Ainda nessa sinergia dos princípios freudianos na obra de Fanon, encontramos uma outra afirmação que descreve bem o constante ambiente de hostilidade e violência psicológica: o trauma é descrito como um resultado deste impacto. Essa descrição acaba por ressoar como uma definição freudiana de trauma, onde a excitação psíquica, provocada por eventos racistas, se torna insuportável e resulta em uma perturbação psicológica duradoura.

Neusa Santos Souza (1983), em *Tornar-se negro*, descreve como o processo de subjetivação negra é atravessado pela necessidade de enfrentar a violência simbólica do racismo para reconstruir a própria identidade. Já Grada Kilomba (2019), em *Memórias da plantação*, mostra que situações aparentemente banais como perguntas invasivas, silenciamentos e piadas, funcionam como gatilhos traumáticos que reatualizam a violência histórica da colonização. Um jovem negro abordado repetidamente pela polícia, por exemplo, pode desenvolver hipervigilância e insônia, revelando a permanência do trauma racial como experiência psíquica duradoura.

1.5 Efeitos de longo prazo na saúde mental

1.5.1 Prevalência de transtornos mentais

Estudos mostram uma alta prevalência de transtornos de ansiedade, depressão e estresse pós-traumático entre indivíduos negros expostos ao racismo estrutural (Mohammed; Williams, 2009). Fanon sugere que esses transtornos são uma resposta direta às experiências de discriminação e violência racial. Como já citado anteriormente, os efeitos do enfrentamento diário do racismo podem acarretar a prevalência de condições indesejadas de saúde.

1.5.2 Impacto intergeracional

Assim como outras características do racismo, podemos perceber o denominado impacto intergeracional, que se trata de um fenômeno que abrange não apenas a geração diretamente exposta às práticas discriminatórias, mas também as gerações subsequentes. Esse

efeito intergeracional se manifesta por diversos mecanismos que incluem traumas psicológicos, transmissão de valores e crenças depreciativas e a perpetuação de desigualdades socioeconômicas e de saúde. Fanon, em *Pele negra, máscaras brancas*, e David Williams e Selina Mohammed, em seu artigo *Discrimination and racial disparities in health: evidence and needed research* [*Discriminação e disparidades raciais: evidências e pesquisas necessárias*], fornecem uma compreensão profunda desses processos.

A transmissão de traumas psicológicos entre gerações é um aspecto crucial do impacto intergeracional do racismo. Fanon discute como o trauma vivenciado por uma geração pode se transmitir à próxima por comportamentos e narrativas.

Os traumas não resolvidos de uma geração podem afetar a maneira como essa geração interage com seus descendentes, influenciando a formação da identidade e da autoestima das crianças. As experiências de racismo internalizadas pelos pais podem se manifestar em formas de superproteção ou desconfiança que, por sua vez, moldam as percepções e as experiências das crianças em relação ao mundo.

Outro mecanismo pelo qual o racismo impacta intergeracionalmente é a transmissão de valores e crenças depreciativas. Mohammed e Williams discutem como a discriminação contínua e a internalização de estereótipos negativos podem ser passadas de uma geração para outra. Em seu trabalho, eles afirmam que “as crenças depreciativas internalizadas pelos pais sobre sua própria raça podem influenciar negativamente as percepções e expectativas dos filhos sobre suas próprias capacidades e valores” (2009, p. 25, tradução livre).

Essa transmissão de crenças depreciativas pode ocorrer de maneira sutil e implícita, através de comentários, atitudes e comportamentos dos pais que refletem suas próprias experiências de discriminação. As crianças, ao absorverem essas mensagens, podem desenvolver uma autoimagem negativa e um complexo de inferioridade, perpetuando o ciclo de desvalorização e marginalização.

O impacto intergeracional do racismo também se manifesta na perpetuação de desigualdades socioeconômicas e de saúde. Fanon discute como o racismo estrutural cria barreiras sistêmicas que limitam as oportunidades econômicas e sociais dos indivíduos negros. Essas barreiras não apenas afetam a geração atual, mas também têm consequências duradouras para as gerações futuras.

Mohammed e Williams destacam como a discriminação e o racismo estrutural contribuem para disparidades significativas em saúde entre grupos raciais.

As desigualdades na saúde observadas hoje são, em grande parte, o resultado de uma longa história de discriminação e desvantagens cumulativas que afetam não apenas os indivíduos, mas também suas famílias e comunidades ao longo do tempo (Mohammed; Williams, 2009, p. 30, tradução livre).

As desvantagens econômicas e de saúde vivenciadas por uma geração impactam diretamente a próxima geração, perpetuando um ciclo de pobreza e doença. Crianças que crescem em ambientes socioeconômicos desfavoráveis têm maior probabilidade de enfrentar desafios de saúde e menos oportunidades educacionais e econômicas, perpetuando o impacto do racismo ao longo do tempo. A transmissão intergeracional também pode ser observada em práticas de proteção que carregam a marca do trauma. Pais e mães que sofreram discriminação institucional, por exemplo, tendem a ensinar seus filhos a evitar determinados espaços ou a adotar estratégias de autodefesa, transmitindo assim não só cuidados, mas também a memória psíquica da violência racial.

2. Freud, Fanon e a psicopatologia do racismo

2.1 A perspectiva freudiana

Na teoria freudiana, o trauma é definido como uma experiência que provoca uma excitação psíquica avassaladora, que o aparelho psíquico não consegue processar adequadamente. Freud postula que experiências que excedem a capacidade do ego de processar estímulos podem ser consideradas traumáticas, especialmente quando rompem as barreiras protetoras contra excitações externas (2016, p. 30). Essa definição destaca a intensidade do impacto do trauma, que pode desestabilizar a capacidade do indivíduo de lidar com a experiência de maneira saudável e integrada.

Freud também introduz o conceito de repetição compulsiva, um fenômeno em que o indivíduo revive continuamente as experiências dolorosas, processo que ele interpreta como uma tentativa inconsciente de dominar e integrar o evento traumático (2016, p. 25). Esse conceito é essencial para entender como o trauma do racismo pode se manifestar em comportamentos repetitivos e padrões psicológicos que perpetuam o sofrimento e dificultam a cura.

Freud (2016) também explora os mecanismos de defesa que o ego utiliza para proteger-se dos efeitos avassaladores do trauma. Ele discute a repressão como um mecanismo de defesa central, onde memórias e sentimentos traumáticos são empurrados para o inconsciente para evitar a dor associada. No entanto, essa repressão não elimina o trauma, mas pode resultar em sintomas psicológicos e somáticos, como ansiedade, depressão e outros distúrbios mentais.

Aplicar a teoria do trauma de Freud ao contexto do racismo estrutural permite uma compreensão mais profunda de como o racismo constante e sistemático pode causar danos psíquicos duradouros. A experiência contínua de discriminação racial pode ser vista como uma série de eventos traumáticos que sobrecarregam a psique, levando a uma repetição compulsiva de comportamentos defensivos e sintomas psicológicos. Por exemplo, indivíduos que enfrentam racismo podem desenvolver uma hipervigilância constante, um estado de alerta que é uma forma de repetição compulsiva do trauma, onde a pessoa está sempre preparada para novos ataques racistas, como citado anteriormente.

Na perspectiva psicanalítica, a repressão de experiências de violência racial assume articulações específicas na vida psíquica – por exemplo, na forma de neuroses traumáticas, na repetição compulsiva de cenas dolorosas e em mecanismos de clivagem que fragilizam a integridade do Eu. Essas dinâmicas podem, na linguagem da clínica psiquiátrica, manifestar-se por sintomas que se aproximam da depressão ou do que se denomina transtorno de estresse pós-traumático; contudo neste ensaio privilegiamos a leitura psicanalítica dos processos (neurose traumática, repetição, clivagem) para compreender a lógica interna do sofrimento racial.

2.1.1 Teoria do trauma de Sigmund Freud

Freud construiu sua teoria do trauma a partir de observações sobre neuroses em que o aparelho é atingido por excitações que ultrapassam sua capacidade de elaboração. Em textos fundamentais – por exemplo, *Além do princípio do prazer* – Freud descreve como a repetição e a recalificação de excitações são integradas e marcam o destino do sujeito traumatizado, gerando padrões repetitivos e sintomas que tentam trabalhar simbolicamente o evento intolerável.

A hipótese orientadora deste trabalho é que o racismo estrutural funciona, para muitos sujeitos, como um campo de excitações traumáticas contínuas: não se trata apenas de um episódio isolado, mas de uma sequência de agressões simbólicas e materiais que reativam e sustentam a dessimbolificação do Eu. Colocar o racismo como trauma contínuo exige, por isso, pensar não apenas episódios, mas processos temporais de repetição e manutenção do sofrimento.

Ao mesmo tempo, essa hipótese ganha densidade quando posta em diálogo com a produção psicanalítica contemporânea que trata do racismo. Autoras como Bicudo (2010) e Gonzalez (1988) contribuem para deslocar a questão do âmbito individual para formas socialmente enraizadas de subjetivação. Na clínica, Souza (1983) e, em perspectiva decolonial,

Kilomba (2019), oferecem instrumentos para pensar como o trauma racial se transmite e pode ser abordado na escuta contemporânea.

2.1.2 Ego e identidade

Na psicanálise freudiana, a concepção de ego e identidade é central para a compreensão de que o desenvolvimento da psique pode ser impactado por experiências traumáticas, como o racismo estrutural. Freud aprofunda-se nesses conceitos em várias de suas obras, oferecendo uma base teórica para entender o papel do ego como mediador entre as forças internas e externas da psique.

O ego é uma das três instâncias que constituem a psique, juntamente com o id e o superego. Ele desempenha o papel de mediador entre os impulsos instintivos do id, as exigências morais do superego e as condições impostas pelo mundo externo. Freud descreve o ego como uma instância psíquica que busca equilibrar as pulsões internas e as pressões externas, desempenhando um papel crucial no controle dos impulsos e na adaptação à realidade (2011, p. 22-4).

Freud sugere que a formação da identidade é um processo complexo que envolve a capacidade do ego de integrar influências internas e externas. O ego, em última análise, deriva de sensações corporais e se desenvolve pela internalização de normas sociais e culturais, que moldam a percepção do indivíduo sobre si mesmo e sobre os outros (2011, p. 23-4).

No contexto do racismo estrutural, o impacto sobre a identidade adquire contornos singulares. Fanon descreve a experiência do negro que se vê obrigado a enquadrar-se pelo olhar do outro, produzindo fragmentação e desagregação do sentido de si (2008, p. 105). Freud (2011), por sua vez, mostra como o ego é constituído por internalizações que o protegem ou o submetem às exigências do mundo externo; quando essas internalizações incorporam um outro hostil e desumanizador, a coesão do Eu fica comprometida.

Autoras e autores contemporâneos aprofundam essa articulação: Bicudo evidencia a naturalização de atitudes raciais que se incorporam ao psiquismo social; Gonzalez sinaliza como práticas culturais e de gênero atravessam a formação identitária das populações afrodescendentes; Kilomba e Souza, na clínica, mostram como essa desagregação identitária se manifesta em sintomas e em estratégias defensivas cotidianas. Por exemplo, é frequente observar-se sujeitos negros com notória qualificação profissional que, porém, restringem sua participação em debates públicos por anteciparem deslegitimação de sua fala – clara expressão da influência social sobre a constituição do ego.

2.2 A contribuição de Fanon

2.2.1 Psicologia do oprimido

Fanon explora a psicologia do oprimido ao abordar como as condições coloniais e a discriminação racial impactam a saúde mental dos indivíduos. Sua análise se concentra na internalização de estereótipos negativos, no sentimento de inferioridade e nas formas de resistência psicossocial.

Fanon argumenta que os indivíduos oprimidos frequentemente internalizam estereótipos negativos impostos pelos opressores, afetando profundamente a autoimagem e a autoestima. Na prática, tal internalização manifesta-se quando estudantes negros evitam disputar espaços de fala em sala por anteciparem descrédito, ou quando profissionais são levados a subvalorizar suas competências por terem sido reiteradamente deslegitimados. Fanon escreve: “o negro se vê constantemente através dos olhos do branco, resultando em uma internalização dolorosa dos estigmas e estereótipos que lhe são impostos” (2008, p. 85). Esta citação ilustra como a percepção negativa e desumanizante dos opressores pode ser internalizada pelos oprimidos, gerando uma autoimagem distorcida e prejudicial.

O sentimento de inferioridade é outro aspecto central da psicologia do oprimido abordado por Fanon. Esse sentimento não apenas afeta a saúde mental do indivíduo, mas também influencia seu comportamento e suas interações sociais, perpetuando um ciclo de marginalização e desvalorização. Ao mesmo tempo, em sua obra também se discutem formas de resistência psicossocial que os oprimidos desenvolvem para enfrentar e superar as adversidades, como a valorização da cultura própria, a criação de espaços de resistência e a construção de uma identidade afirmativa que desafie os estigmas impostos.

Fanon explora a psicologia do oprimido, destacando como a despersonalização e a alienação afetam a saúde mental dos indivíduos negros. Ele argumenta que a luta pela libertação psíquica é tão importante quanto a luta pela libertação física.

2.3 Integração das teorias

2.3.1 Síntese de Freud e Fanon

A síntese das teorias de Freud e Fanon, de fato, indica pontos de contato: ambos interrogam as marcas do sofrimento e os efeitos das relações intersubjetivas sobre o Eu. No entanto, existem desencontros teóricos relevantes. A tradição freudiana, em certos momentos, opera com polaridades que podem ser lidas como universalizantes (a analogia entre

criança/"selvagem"/neurótico), enquanto o pensamento decolonial e fanoniano denuncia precisamente os efeitos de historicidade e poder que essas analogias naturalizam. Reconhecer essas tensões é fundamental: elas orientam uma leitura crítica que não reduz Fanon a um mero freudianismo, e que exige, por sua vez, que a psicanálise se repense à luz das dimensões coloniais e raciais.

Freud fornece uma base teórica sobre como o trauma afeta o ego e a identidade, enquanto Fanon aplica esses conceitos ao contexto do racismo estrutural, oferecendo uma análise crítica dos efeitos contínuos e sistêmicos do trauma racial. A integração das ideias de Freud, sobre a repetição compulsiva e os mecanismos de defesa, com a análise de Fanon, sobre a identidade racial e a resistência, oferece uma compreensão mais completa dos impactos psicológicos do racismo.

Por exemplo, o conceito de repetição compulsiva de Freud pode ser visto na persistência do trauma racial descrito por Fanon, onde a constante exposição à discriminação racial pode levar a um ciclo de sofrimento e repetição de padrões negativos. Da mesma forma, os mecanismos de defesa descritos por Freud, como a repressão, ajudam a explicar como os indivíduos racializados podem tentar lidar com o trauma racial, mesmo quando ele continua a afetar sua saúde mental e identidade.

Os autores também conversam em suas ideias na perspectiva do enfrentamento. Freud aborda os mecanismos de defesa que o ego utiliza para lidar com o trauma. Ele discute a repressão e outros mecanismos como formas de proteger o ego dos efeitos avassaladores do trauma. A resistência e a integração dos traumas são vistas como processos críticos para a recuperação da saúde mental.

Por seu turno, Fanon também explora a resistência e a resiliência. No contexto do racismo estrutural, ele escreve sobre como a resistência dos oprimidos se manifesta na afirmação de sua identidade e na luta contra as imposições opressivas. Fanon argumenta que a luta psicossocial contra a desumanização é essencial para superar a fragmentação de identidade causada pelo racismo e para fortalecer a autoestima. Ele oferece uma visão de como a resistência ativa e a autoafirmação são as formas de enfrentar e superar o trauma racial, permitindo que os indivíduos negros reconstituam sua dignidade e identidade (2008, p. 117).

2.3.2 Aplicações clínicas

Aimé Césaire, em sua obra *Discurso sobre o colonialismo* (2010), evidencia como o colonialismo cria um ambiente de opressão que atinge profundamente a psique dos indivíduos

colonizados. Sua reflexão é crucial para compreender como o trauma colonial se manifesta, e, embora não formule um método clínico, suas análises sobre a necessidade de conscientização e afirmação da identidade cultural inspiram abordagens que buscam enfrentar o trauma racial. Nesse sentido, a valorização da identidade e a resistência política, discutidas por Césaire, podem ser tomadas como referências simbólicas para práticas clínicas que se beneficiam da afirmação subjetiva e coletiva.

Já a literatura psicanalítica contemporânea sobre o racismo – como a clínica, de Souza (1983), e as reflexões de Kilomba (2019) – desenvolve explicitamente caminhos para pensar tais intervenções, seja pela escuta individual, seja por grupos terapêuticos e práticas comunitárias. Esses trabalhos mostram que espaços de partilha coletiva e de reconstrução identitária são fundamentais no processo de cura, indicando que superar o trauma racial exige simultaneamente trabalho intrapsíquico e transformações das condições sociais que o perpetuam.

3. Racismo estrutural, colonialidade e saúde mental

Como percebido no decorrer deste trabalho, o racismo estrutural se refere a um sistema de discriminação racial integrado nas instituições e práticas sociais, resultando em desigualdades persistentes em várias esferas da vida, como saúde, educação e emprego. Essas práticas e políticas muitas vezes perpetuam a marginalização e a exclusão dos indivíduos racializados, afetando negativamente suas oportunidades e qualidade de vida.

Fanon discute como a internalização dos estigmas raciais opera por vias concretas: socialização familiar e escolar, representações midiáticas, normas institucionais e práticas discriminatórias que repetem e naturalizam hierarquias. Na prática, isso se traduz em situações como a escolarização diferenciada, o desmerecimento da fala em ambientes acadêmicos, ou processos de exclusão no mercado de trabalho – mecanismos que funcionam como vetores de marginalização. Esses processos não são apenas simbólicos: estudiosos da saúde pública documentam associação entre experiências de discriminação e pior desfecho em saúde mental (Mohammed; Williams, 2009). Compreender como a marginalização se produz exige, portanto, articular as rotas materiais (políticas de emprego, segregação residencial, violência institucional) com as rotas simbólicas (representações, estigmas, práticas escolares) que, em conjunto, reproduzem e sustentam a exclusão.

A marginalização se constitui por um conjunto articulado de dispositivos: práticas institucionais (processos de seleção no mercado de trabalho, políticas habitacionais que

segregam territórios), atuações estatais (controle policial seletivo) e circuitos simbólicos (representações midiáticas e curriculares que desvalorizam saberes e corpos negros). Esses dispositivos são mutuamente reforçadores: a exclusão econômica retroalimenta a invisibilidade cultural, e a invisibilidade cultural legitima políticas que mantêm desigualdades. Por isso, enfrentar a marginalização exige tanto intervenções estruturais (leis e políticas de reparação, ação afirmativa) quanto intervenções simbólicas (revisão curricular, produção de representações positivas) e clínicas (apoio comunitário, acesso a serviços de saúde mental sensíveis às questões raciais).

Walter Mignolo (2017) descreve a colonialidade como uma forma de poder que não se limita ao colonialismo histórico, mas continua a moldar as relações sociais e culturais. Mignolo argumenta que a colonialidade é uma estrutura de poder que persiste após o fim do colonialismo formal, mantendo uma hierarquia racial e cultural. Essa persistência afeta profundamente a saúde mental dos indivíduos ao criar e manter sistemas de opressão e exclusão.

Césaire (2010) também explora como a colonialidade afeta a psique dos colonizados. Para ele o colonialismo é um mecanismo de desumanização que impõe uma hierarquia racial e cultural, perpetuando o sofrimento psicológico dos colonizados. Césaire destaca como a estrutura colonial não apenas explora, mas também inflige um trauma psicológico duradouro.

Os efeitos psicológicos da colonialidade são vastos e incluem a internalização de estereótipos negativos e a construção de uma identidade racial subordinada. Fanon (2008) discute a internalização de estereótipos, dizendo que a internalização dos estigmas raciais leva a uma autoimagem distorcida e prejudicial. Esse processo de internalização afeta profundamente a saúde mental, resultando em sentimentos de inferioridade e despersonalização. Além disso, em *Os condenados da Terra* (2022), Fanon desenvolve reflexões sobre a ação coletiva e a libertação política que oferecem pistas para pensar estratégias de enfrentamento e de reparação – apontando que a superação do dano racial exige ação social organizada, reapropriação cultural e transformações institucionais.

A interação entre racismo estrutural, colonialidade e saúde mental revela um complexo quadro de efeitos adversos na psique dos indivíduos racializados. Estes efeitos incluem o trauma psicológico, a alienação e a despersonalização, que são consequências diretas da opressão racial e colonial.

Conclusão

Este artigo explorou o trauma psicológico do racismo estrutural a partir das perspectivas de Fanon, Freud e Césaire. A análise revelou que o racismo estrutural, enraizado na colonialidade, tem efeitos profundos e duradouros na saúde mental dos indivíduos negros. A integração das teorias de Freud e Fanon oferece uma compreensão mais completa do trauma psicológico, enquanto a perspectiva de Césaire destaca a importância da cultura e da resistência na promoção da saúde mental. Políticas e práticas que reconheçam e abordem esses impactos são essenciais para a construção de uma sociedade mais justa e equitativa. Cabe sublinhar que tais práticas já vêm sendo discutidas na literatura psicanalítica contemporânea – de Bicudo a Gonzalez, de Souza a Kilomba – e que avançar nesse diálogo é fundamental para articular a transformação social e a reconstrução subjetiva.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Silvio Luiz de. *Racismo estrutural*. São Paulo: Sueli Carneiro; Pólen, 2019.
- BICUDO, Virgínia Leone. *Atitudes raciais de pretos e mulatos em São Paulo*. 2ª ed. São Paulo: Ed. Sociologia e Política, 2010.
- CARVALHO, Rayann Kettuly Massahud de. Direito e pensamento descolonial: aspectos introdutórios. *Revista de direito*, v. 12, n. 2, p. 1-30, 2020. <https://doi.org/10.32361/>.
- CÉSAIRE, Aimé. *Discurso sobre o colonialismo*. Trad. Claudio Willer. São Paulo: Martins Fontes, 2010.
- FANON, Franz. *Os condenados da Terra*. Trad. Henry Thornt; pref. Lewis R. Gordon. Rio de Janeiro: Zahar, 2022.
- FANON, Franz. *Pele negra, máscaras brancas*. Trad. Renato da Silveira. Salvador: EDUFBA, 2008.
- FREUD, Sigmund. *Além do princípio de prazer*. Trad. Renato Zwick. Porto Alegre: L&PM, 2016.
- FREUD, Sigmund. Resumo da psicanálise (1924). In: FREUD, Sigmund. *O Eu e o Id, “autobiografia” e outros textos (1923-1925)*. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Cia. das Letras, 2011, p. 200-26.
- GONZALEZ, Lélia. A categoria político-cultural de amefricanidade. *Tempo brasileiro*, Rio de Janeiro, n. 92/93, p. 69-82, 1988.
- KILOMBA, Grada. *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Trad. Jess Oliveira. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

MIGNOLO, Walter. Colonialidade: o lado mais escuro da modernidade. Trad. Marco Oliveira. *Revista brasileira de ciências sociais*, v. 32, n. 94, p. 1-18, 2017. <https://doi.org/10.17666/>.

MOHAMMED, Selina; WILLIAMS, David. Discrimination and racial disparities in health: evidence and needed research. *Journal of behavioral medicine*, v. 32, p. 20-47, 2009. <https://doi.org/10.1007/s10865-008-9185-0>.

QUIJANO, Aníbal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina. In: LANDER, Edgardo (ed.). *La colonialidad del saber: eurocentrismo y ciencias sociales. Perspectivas latinoamericanas*. Buenos Aires: CLACSO, 2000, p. 200-46.

SOUZA, Neusa Santos. *Tornar-se negro*, ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social. 3ª ed. Rio de Janeiro: Graal, 1983.