

Uma iniciativa



Sindilegis

SENADO
FEDERAL



COMO NÃO SER RACISTA

Mesmo que você jure que não é!

Cristiane Sobral e Vanessa Ferreira (ilustrações)

COMO NÃO SER RACISTA

(Mesmo que você jure que não é!)

1ª edição

Brasília - DF
Sindilegis

2024

Título: Como não ser racista
Subtítulo: (Mesmo que você jure que não é!)

Edição: 1ª

Cidade: Brasília/DF

Editora: Sindilegis

Ano de publicação: 2024

a **FLAP** faz

Este é um projeto da FLAP para o Sindilegis.

Ficha técnica:

Cristiane Sobral, autora
Vanessa Ferreira, ilustradora
Bruno Barra, coordenador
Carol Guidotti, organizadora
Bruna Melo Fernandes, atendimento
Clarissa Teixeira, coordenadora gráfica
Laerte Martins, coordenador gráfico
Gibran Brumano, diagramador
Ana Vianna, revisora

Impressão: Cidade Gráfica

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
5877c	Sobral, Cristiane. Como não ser racista (mesmo que você jure que não é) [livro eletrônico] / Cristiane Sobral. – Brasília, DF: Sindilegis, 2024.
Formato: ePUB Requisitos de sistema: Adobe Digital Editions Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-5278-026-3 DOI: 10.70271/241122.0939	
1. Racismo – Brasil. 2. Antirracismo. 3. Brasil – Relações raciais. I. Título. CDD 305.8	
Elaborado por Mauricio Amorim Junior – CRB6/2422	

Sindilegis

Diretoria:

Alison Souza - Presidente

Paulo Cezar Alves - Vice-Presidente para a Câmara dos Deputados

Antonio Vândir - Vice-Presidente para o Senado Federal

Reginaldo Coutinho - Vice-Presidente para o Tribunal de Contas da União

André Galvão - Secretário-Geral

Eduardo Lopes - Diretor Financeiro

Elisa Bruno - Diretora de Comunicação Social

Evaldo Araújo - Diretor de Integração Regional

Fábio Fernandez - Diretor Jurídico

Fátima Mosqueira - Diretora Interinstitucional

Helder Azevedo - Diretor Administrativo

Magda Helena - Diretora de Assuntos Parlamentares

Narciso Mori Jr. - Diretor de Comissionados

Ogib Teixeira - Diretor de Aposentados e Pensionistas

Pedro Mascarenhas - Diretor de Educação e Cultura

Petrus Elesbão - Diretor de Benefícios

Regis Machado - Diretor Social e Esportivo

Apoio e concepção criativa:

Elisa Bruno

Magda Helena

Pedro Mascarenhas

Luísa Dantas - Gerente de Comunicação

Equipe de Comunicação: Gabriela Fonseca, Luan Alves, Luiz Felipe Barcelos e Raissa Aires

Equipe de Articulação Política: Bruna Correia, Claudete Lira e Denise Roig

Senado Federal

Ilana Trombka - Diretora-Geral do Senado Federal

Apoio e concepção criativa:

Stella Maria Vaz - Coordenadora do Comitê de Gênero e Raça do Senado Federal

Ludmila Neves – Vice-coordenadora do Comitê de Gênero e Raça do Senado Federal

Devair Nunes - Coordenador do Grupo de Trabalho de Afinidade de Raça

Tribunal de Contas da União

Marcio André Santos de Albuquerque - Secretário-Geral de Administração

Apoio e concepção criativa:

Marcela de Oliveira Timóteo - Coordenadora do Comitê Técnico de Equidade, Diversidade e Inclusão do TCU

Coletivo Maria Firmina

Jessyca Pacheco Pozzi, revisora de conteúdo



Lista negra	104
Pérolas negras: citações lindas como a noite	142
Pretagonistas	146
Referências	148

PREFÁCIO

por **Toni Garrido**



A ascensão do racismo está ligada, em grande parte, a um enfraquecimento das bases de solidariedade e empatia entre os indivíduos. Quando se cultiva a ideia de que algumas pessoas são superiores a outras com base em características físicas ou culturais, perde-se a capacidade de reconhecer a humanidade compartilhada por todos.

O racismo enfraquece os laços que nos tornam uma comunidade global, transformando-nos em inimigos uns dos outros, onde o preconceito e a violência tornam-se norma. Nesse contexto, a escolha do amor e da solidariedade como resposta ao racismo não é apenas uma opção ética, mas uma necessidade urgente.

O amor, enquanto força transformadora, é capaz de curar as feridas abertas pelo ódio e pela intolerância. A solidariedade, por sua vez, é o meio pelo qual construímos pontes entre as diferenças e encontramos forças para enfrentar a opressão.

Para **AMANTES**, ou para os **DESCONTENTES**, toda liberdade.

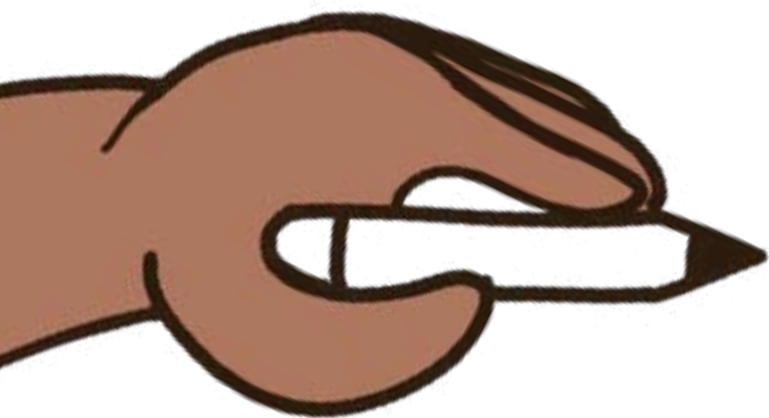
E amor.

Para **RACISTAS, TODO O MÁXIMO** rigor da lei.

E amor.

Para quem sente, vai sentir ou já sentiu na alma a discriminação da pele, peço a você desculpas. Talvez ninguém nunca tenha te pedido desculpas... Te peço também que me dê a tua mão e me dê um abraço forte. A gente respira fundo, olha nos olhos, junta as mãos e alguém diz: “Bora, vamos continuar.” A gente sorri. E segue.

Toni
Garcia



APRESENTAÇÕES

Fayda Belo

“Como não ser racista” é uma obra transformadora para os que desejam entender, desconstruir e agir contra o racismo. Resultado de uma parceria entre o Sindilegis e especialistas empenhados com a equidade racial, sob a autoria contundente e sensível de Cristiane Sobral e as impactantes ilustrações de Vanessa Ferreira, este livro não se restringe a informar, mas ensina, provoca, desafia e inspira ação.

Vivemos em um Brasil que sustenta desde sempre o mito da democracia racial e, por silogismo lógico, ainda carrega

marcas profundas da exclusão racial. Este livro deixa claro que não basta apenas conhecer sobre o racismo e se declarar contra ele, é necessário que sejamos ativamente antirracistas. Com linguagem democrática e acessível, além de abordagem prática, a obra oferece um mergulho essencial nos alicerces históricos, culturais e estruturais do racismo no Brasil. Mais do que expor conceitos, o livro traz ponderações poderosas e exemplos concretos de como o racismo se manifesta habitualmente em diversos cenários.

Além disso, “Como Não Ser Racista” celebra a intelectualidade negra e destaca as contribuições históricas de pessoas negras importantes para a luta por equidade racial, recuperando memórias apagadas e exaltando o protagonismo negro na construção da sociedade brasileira. Com páginas que nos conduzem da autocritica individual à transformação coletiva, o livro é um apelo para que todos adotem seu papel na construção de um país mais justo e equânime.

Esta não é somente uma obra para ser lida; é um manifesto para ser vivido, seja no reconhecimento de privilégios, seja no enfrentamento à discriminação ou na implementação de mudanças reais. “Como não ser racista” aponta caminhos para que cada pessoa colabore ativamente para um amanhã mais justo. Afinal, como disse Bell Hooks, “todos os nossos silêncios diante de uma agressão racista são atos de cumplicidade”.

Este livro nos convida a adquirir conhecimento e atuar pela transformação. Boa leitura e, principalmente, boa prática!

Alison Souza

Presidente do Sindilegis

Apresento o livro “Como não ser racista”, fruto de um trabalho coletivo e contínuo do Sindilegis, sob a liderança da nossa Diretora de Comunicação, Elisa Bruno, e em parceria com os Comitês de Equidade do Senado Federal e do Tribunal de Contas da União. Essa obra é uma contribuição significativa para o combate ao racismo e para a promoção de um ambiente mais justo e igualitário, que, para nós, deve ser uma meta constante.

A obra é, em sua essência, uma celebração à Consciência Negra, que se manifesta não apenas nas etapas de sua concepção, nas quais o protagonismo de pessoas negras foi fundamental, mas também nas temáticas abordadas e na cuidadosa seleção de figuras negras que marcaram a história da humanidade com suas contribuições à luta constante contra o racismo. A presença dessas referências vai além de uma simples homenagem: ela é um compromisso de relembrar e reforçar a importância da negritude na construção e transformação da nossa sociedade.

Entretanto, é importante destacar o nosso papel na luta antirracista. Como bem colocou Audre Lorde: “Eu não sou livre enquanto outro homem ou outra mulher for prisioneiro”. Entendo que minha responsabilidade vai além de não reproduzir atitudes racistas; cabe a mim também agir ativamente para abrir portas e espaços para

aqueles que o racismo e outras formas de preconceito historicamente excluíram. A verdadeira mudança se faz com a conscientização de todos, e este livro é um convite para refletirmos sobre isso.

Esse livro surge como uma sequência da série “Como não ser um babaca”. Mais do que uma obra literária, trata-se de uma ferramenta que nos desafia a revisar atitudes, práticas e conceitos enraizados em uma sociedade ainda marcada pela exclusão, por meio do letramento e da autocritica.

“Como não ser racista” materializa uma das muitas iniciativas que o Sindilegis tem desenvolvido ao longo dos anos, com o objetivo de promover a diversidade, a equidade e a inclusão em todos os espaços, especialmente nas Casas Legislativas. Como servidores públicos, estamos comprometidos com a sociedade, e é por meio da conscientização dentro de nossos próprios espaços de poder que podemos gerar um impacto transformador para todos.

Ilana Trombka

Diretora-geral do Senado Federal

Prezado(a) leitor(a),

É com grande entusiasmo que apresento “Como não ser racista”, uma obra em parceria com o Sindicato dos Servidores do Poder Legislativo Federal e do TCU e que contou com a consultoria criativa dos integrantes do Comitê de Equidade de Gênero e Raça do Senado Federal. Em nossa instituição, há mais de uma década trabalhamos todos os dias pelas equidades e fim dos preconceitos. É por isso que eu, uma mulher branca, assumo a posição de propor uma reflexão profunda sobre o racismo estrutural no Brasil e apresento o livro que oferece ferramentas para a transformação pessoal e a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

Dividido em capítulos que transitam entre teoria e prática, o livro começa com uma introdução bastante acessível sobre o tema, preparando quem o ler para um aprendizado transformador. A partir de “Como usar este livro”, orientamos os caminhos para identificar e combater atitudes racistas, enquanto “Tratando racistas” e “Caminhos para a consciência negra” oferecem estratégias concretas de empatia e entendimento.

Com um olhar atento à mudança de padrões, o livro traz também a relevância de ser antirracista, destacando a importância de ações proativas e contínuas. Além disso, nos bônus e nas “Pérolas negras”, celebramos a

contribuição de negros e negras que moldaram nossa história, inspirando-nos a enxergar a beleza da resistência. “Como não ser racista” não é apenas uma leitura, é um convite à ação. Se você está pronto para descolonizar sua mente e transformar a realidade ao seu redor, embarque conosco nesta jornada de mudança e reflexão. E mais, não se contente apenas em ler, quando concluir, compartilhe.

Boa leitura!



Márcio Albuquerque

Secretário-geral de Administração do TCU

Como secretário-geral de administração do Tribunal de Contas da União, é com grande satisfação que apresento o livro “Como não ser racista”. Este guia prático é uma iniciativa crucial para promover a consciência negra e fomentar ações antirracistas em nossa sociedade.

Pessoalmente, como homem branco, reconheço a importância de obras como esta para nos ajudar a entender e enfrentar o racismo estrutural que permeia nosso país. É fundamental que pessoas brancas, como eu, reconheçam seus privilégios e se engajem ativamente na luta contra o racismo, não apenas como aliados, mas como participantes ativos na construção de uma sociedade mais justa e equitativa. Este livro nos oferece ferramentas valiosas para refletir sobre nosso papel e nossa responsabilidade nesse processo.

A parceria entre o Sindilegis, o TCU e o Senado na produção deste livro ressalta nosso compromisso institucional com a promoção da igualdade racial e a inclusão. A obra não apenas destaca a necessidade de reconhecer e enfrentar o racismo, mas também sugere ações afirmativas e políticas antidiscriminatórias que podem ser implementadas em diversos setores. Além disso, o livro celebra figuras notáveis da história negra, incentivando a valorização da cultura afrobrasileira e a resistência contra o racismo. É um convite para que todos

nós, independentemente de nossa cor ou posição, nos unamos em prol de um Brasil mais inclusivo e igualitário.

Espero que esta obra inspire muitos a se tornarem agentes de mudança, seguindo o exemplo de figuras históricas como Luiz Gama, cuja incansável luta pela abolição da escravidão e pelos direitos das pessoas negras no Brasil nos motiva a continuar batalhando por justiça e igualdade.

Que possamos, juntos, construir um futuro em que o racismo seja verdadeiramente uma lembrança do passado, e onde a diversidade e a inclusão sejam celebradas como pilares fundamentais de um Brasil mais justo e igualitário. Para inspirar ainda mais a leitura, deixo a célebre frase de Martin Luther King Jr. “Eu tenho um sonho que meus quatro pequenos filhos um dia viverão em uma nação onde não serão julgados pela cor da pele, mas pelo conteúdo do seu caráter.” Mas para esse sonho virar realidade, precisamos seguir as palavras de Ângela Davis: “Não basta não ser racista. É necessário ser antirracista.”



COMO USAR ESTE LIVRO

Pra início de conversa – DIALOGANDO a gente se entende.

ESCURECIMENTOS NECESSÁRIOS

Este livro é um guia prático que pretende promover a consciência negra e fomentar a prática de ações antirracistas, assim como contribuir para a construção de uma sociedade com mais equidade, inclusão e distribuição de renda.

Admitir a existência do racismo e praticar o antirracismo é de extrema importância para o avanço do país. Vivemos uma tensão racial grave, que mata e deixa milhões de pessoas na pobreza e com poucas oportunidades. A exclusão de pessoas negras dos espaços de poder e de riqueza não é uma perda apenas para os

afrodescendentes. Se essa população, que é majoritária, não avançar, o Brasil também não vai alavancar seus índices de desenvolvimento.

Esperamos que no futuro seja possível dizer com a merecida justiça:

**O RACISMO É COISA
DO PASSADO.**





O racismo pode ser tratado e enfrentado. No Brasil, se tudo acontecer em sua normalidade, sem intervenções, o resultado será racista. Esse comportamento já está entranhado, é algo natural entre nós.

Esqueça a expressão “deu branco”.
Também não adianta dizer que a coisa “tá preta”.

TRATANDO RACISTAS



É lamentável perceber que certas expressões e comportamentos da maioria dos brasileiros já não cabem na lógica da nação que merecemos ter. Quase todo filho dessa terra tem na sua árvore genealógica, ainda que não saiba, um parente negro.

Dá até vergonha esse desconhecimento, né? Procure conhecer a sua ancestralidade. Desculpas não colam mais.

PÍLULAS ANTIRRACISTAS

1. Conscientização, sensibilização e reflexão.
2. Reconhecimento, enfrentamento e reparação diante da injustiça da escravidão.
3. Tratamento das feridas de um passado histórico.
4. Cumprimento das leis e das políticas antidiscriminatórias.
5. Conhecimento e prática do que é estabelecido pelo Estatuto da Igualdade Racial. O Estatuto foi lançado em 2010, nos termos da Lei nº 12.288, do Senado Federal.

EFEITOS COLATERAIS

O racismo enriqueceu muitos grupos privilegiados nesse país e ainda hoje mantém essa riqueza.

ORIENTAÇÕES AO LONGO DO TRATAMENTO

Adotar ações afirmativas com o objetivo de aumentar a representatividade de pessoas negras em diversos cenários, como universidades, órgãos públicos, telejornais, livros e redes sociais.



Ações afirmativas são políticas públicas focais voltadas para grupos que sofrem discriminação étnica, racial, de gênero, religiosa. As políticas afirmativas têm como objetivo promover a inclusão socioeconômica de populações historicamente privadas do acesso a oportunidades.

Exemplos:

- Cotas em diversos níveis de ensino e nos concursos públicos.
- Reserva de vagas prioritárias em programas de habitação.
- Bolsas.
- Auxílios.
- Metas mínimas de participação em programas de TV, na publicidade e no audiovisual.



MODOS DE USO

Não é fugindo do assunto que iremos resolver. A aceitação do problema é fundamental para o êxito no tratamento. Fingir não enxergar o problema só faz com que ele se torne cada vez maior.

ETAPAS

- Conscientização.
- Enfrentamento.
- Negociação.
- Diálogo.
- Atitudes.

Na prática, a fórmula é essa:

$2(N) = 1B$
N (NEGRO)
B (BRANCO)

Não conseguiu entender? Esse é apenas um exemplo proporcional do nível de complexidade que o racismo revela, porque não existem saídas fáceis.

É hora de assumir responsabilidades. O brasileiro não desiste!

Acredite. É possível aprender a ser antirracista.

SESSÃO DETOX ELIMINAÇÃO DE SINTOMAS DO RACISMO ESTRUTURAL

Respire fundo. Não adianta dizer que antigamente não tinha nada disso.

Estamos em 2024. São outros tempos sim! Alguns terão oportunidades, outros diminuirão seus privilégios.

Ouçã e receba o som do vento negro de transformação. O ventinho tá bom, mas não viaja.

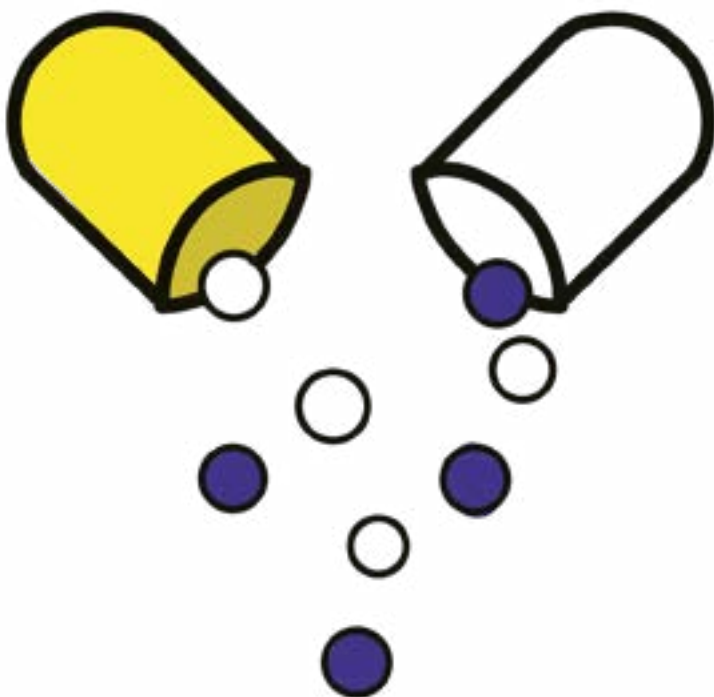
Você não está só: estaremos aqui com você pra dar um toque, colaborar no processo. Nada de alienação, estereótipos ou negação.

Atenção: se você está se achando superior, não é por acaso. Esse seu lugar na pirâmide também foi construído pelo racismo.

Está com medo de não dar conta? Quem disse que seria fácil? O desafio é gigante.

Esteja preparado: o racismo não dorme. Não é um aplicativo, mas tem sido constantemente atualizado.

Estruturado de maneira sofisticada, propaga de norte a sul mensagens de exortação coletiva. A claridade ainda não apoia totalmente a escuridão.



Fique firme, fazer um detox é ótimo para a saúde.

Dica: a saída está no diálogo e na eliminação das crenças limitantes.

Perceba que está dormindo melhor, mas agora acorde. O racismo está por aí, de olhos bem abertos.

No país do Carnaval, que venham outros padrões para enxergar a realidade com retinas coloridas, mais coerentes com a melanina nacional dominante.

Suposto fim da escravidão: 136 anos. Nem faz tanto tempo assim, viu?

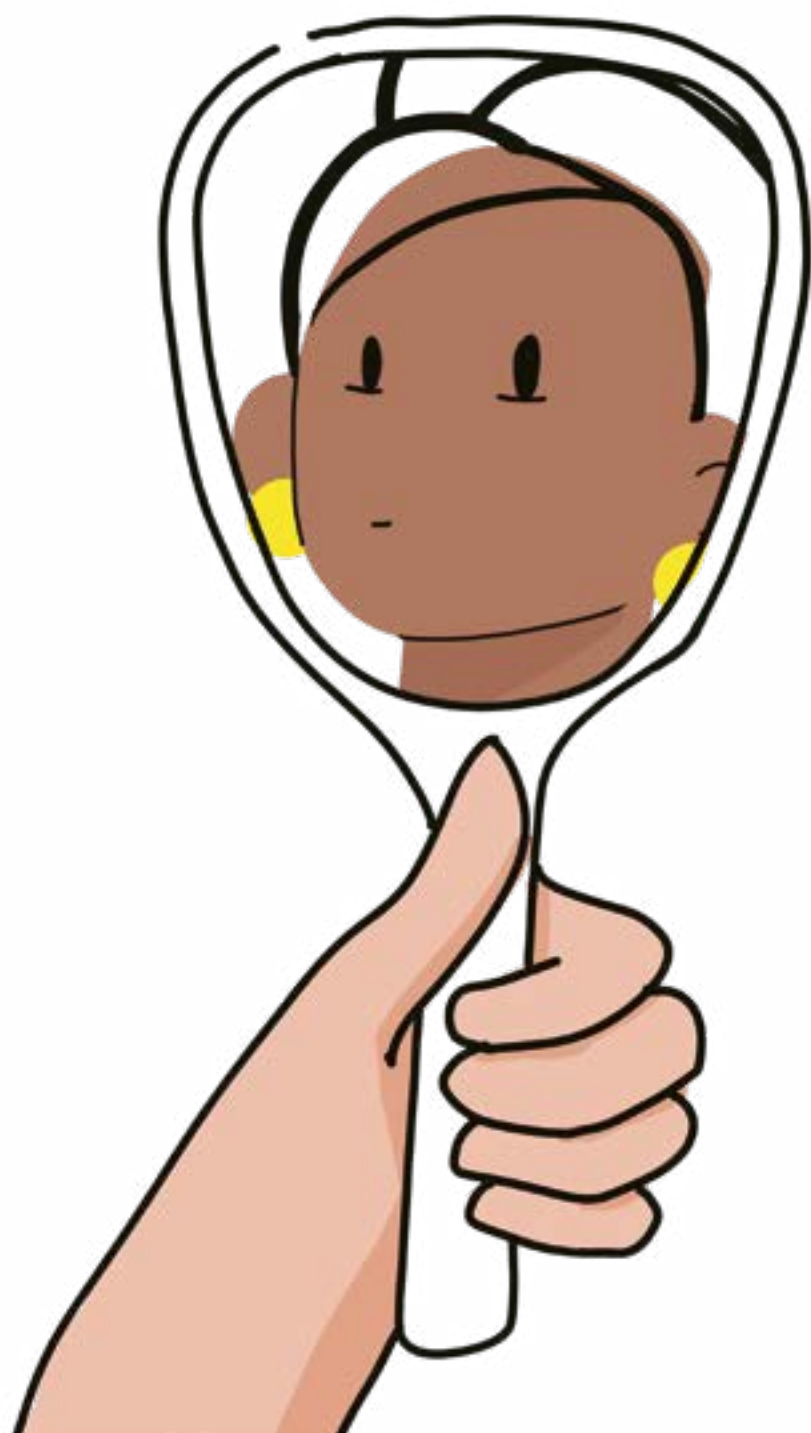
A expectativa de vida de uma pessoa negra escravizada, naquela época, com muita sorte, não passava de 35 anos na média. Mas, na real, poucos viviam tudo isso.

Tivemos cerca de 353 anos do escravismo oficial de africanos e afrodescendentes no Brasil.

Considerando esses 136 anos, podemos dizer que apenas um terço da caminhada de libertação desses 400 anos foi feita. As coisas não mudam assim, do dia pra noite, não é verdade?

Persevere. O racismo ainda persiste, sustentou o tráfico de pessoas e a escravização. Ainda hoje vigora o genocídio majoritário do povo negro. É real a diferença de expectativa de vida de negros e brancos. Negros continuam em desvantagem econômica.

A desigualdade não está ligada apenas à herança da escravidão, mas também à forma como as pessoas negras foram estratificadas no contexto nacional. Até hoje existe uma relação entre o pertencimento étnico-racial e as condições de vida e oportunidades às quais a população negra tem acesso.





OS DADOS NÃO MENTEM

De acordo com pesquisa feita em 1999 pelo economista Marcelo Paixão, professor da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), a expectativa de vida de uma pessoa negra no Brasil é menor do que a de uma pessoa branca.

Pessoa negra: 65,12 anos em média.

Pessoa branca: 71,23 anos.

Além da expectativa de vida, outros fatores também evidenciam desigualdades entre negros e brancos no Brasil e serão lidos a seguir.

A violência letal é mais prevalente entre mulheres negras do que entre não negras. Dados do Atlas da Violência

indicam que, em 2018, enquanto a taxa de homicídios de mulheres não negras foi de 2,8 por 100 mil habitantes, entre as mulheres negras esse índice foi de 5,2 – número quase duas vezes maior.

O Atlas também apontou para uma melhoria nas taxas de homicídios de mulheres não negras entre 2008 e 2018, com uma redução de 11,7%, ao mesmo tempo em que entre as mulheres negras houve um aumento de 12,4% nos homicídios no período.

Um estudo do Fórum Brasileiro de Segurança Pública e do Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) aponta que, das quase 35 mil mortes de jovens entre 2016 e 2020 no Brasil, 80% eram de negros.

Em 2022, para cada pessoa não negra assassinada no Brasil, 2,8 negros foram mortos.

De acordo com o Atlas da Violência, do total de homicídios registrados em 2022, 76,5% tiveram como vítimas pessoas pretas e pardas. As pessoas negras são as maiores vítimas de violência no Brasil.

Nesse cenário, o recorte racial é essencial para que se possa pensar políticas públicas que busquem reduzir a violência contra as mulheres.

Quando o assunto é saúde, a população negra tem maior chance de ser atingida por doenças crônicas, como

diabetes, hipertensão, anemia falciforme, glaucoma, transtornos mentais e câncer de próstata.

O estudo de desigualdades sociais por cor ou raça no Brasil, de acordo com a definição do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE), mostra que a informalidade atinge mais pretos e pardos do que brancos.

Em 2021, a taxa de informais entre a população branca era de 32%; entre os pretos, de 43%; e entre os pardos, de 47%.

A pesquisa mostra também as diferenças de renda. De todos os pretos e pardos brasileiros, cerca de 35% viviam com R\$ 486, praticamente o dobro da proporção de brancos na linha da pobreza.

A diferença se repete entre os que vivem na extrema pobreza. Os pretos e pardos são praticamente o dobro dos brancos.

Pretos e pardos representam quase dois terços (65,2%) de crianças e adolescentes em situação de trabalho infantil no Brasil.

Esse percentual é superior à participação desse grupo racial na população total de 5 a 17 anos, que é de 59,3%. Esses dados estão contidos na mais nova edição da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua), divulgada pelo IBGE.

Escreva aí com letras pretas: **o Brasil ainda é racista**, infelizmente, mas pode melhorar. Uma das principais estratégias de guerra para enfraquecer uma nação é dividir, e quanto mais se faz isso, mais longe estaremos de realizar a transformação social.

Um exemplo: a necessidade de aparecer é tão grande que o desejo de conseguir curtidas e seguidores faz a mesma pessoa, que jura não ser racista, escrever um comentário infeliz, pela emoção do momento. Não caia nessa! Você pode magoar muita gente e atrasar a sua vida.

Para que as mudanças ocorram de fato, será preciso aprender, desaprender e agir. O racismo brasileiro é único.

ACEITE AS DERROTAS

Você já ouviu algo assim?

“Como é difícil perder para um preto! Parece que ele sabe fazer tudo melhor que eu, chega mais cedo, embora more mais longe; termina os trabalhos antes; recebe mais tarefas e dá conta; só tem meia hora de almoço e não reclama; faz banco de horas todo dia e continua sorrindo. Por que ele é assim? Esse povo não cansa! Quer aparecer, só pode. Deixa pra lá, no fim das contas, mesmo trabalhando menos, o meu salário é maior”.

Algumas pessoas brancas dizem: “Queremos as qualidades que a negritude tem, mas não queremos passar pelo que passam”.

Bocas, bundas e peitos com traços negroides podem ser construídos e alterados. As pessoas tomam sol para ficar bronzeadas. Filtros são lançados nas redes sociais. As modernidades são líquidas e escorrem rapidamente.



TENTAÇÕES ILUSÓRIAS DO EMBRANQUECIMENTO

Por outro lado, algumas pessoas negras fazem tratamentos estéticos para clarear a pele, alisar os cabelos e amenizar características da negritude.

Se somos ensinados a ver os nossos traços como feios e ruins, a consequência é renegar essas identidades e se aproximar do que é visto como bonito e positivo, correto?

Neste caso, o positivo é o branco.

Portanto, ao identificar pessoas negras negando seus traços, e não se identificando enquanto negros, não pense que elas são culpadas. A culpa é do poder estrutural do racismo na sociedade.

Para compreender essa realidade é preciso refletir também sobre as ideologias de branqueamento. Muitas vezes, pessoas negras cedem às tentações do embranquecimento para se enquadrar. Não é fácil fugir dos padrões eurocêntricos ainda dominantes.

Com a vinda de negras e negros escravizados do continente africano, negros de pele retinta (tom de pele negra mais escura) trazidos como objetos de exploração, seja qual fosse a natureza dessa, houve um ‘problema’ no qual os portugueses não pensaram: a população brasileira estava enegrecendo. Qual a sugestão aqui?

Então no século XIX e em meados do século XX a elite brasileira estruturou a ideologia do branqueamento, baseada na premissa de que era necessário embranquecer o país (tornar a população branca mesmo), uma vez que ser negro era considerado ruim — isso não parece familiar pra você?

Nós nos sentimos orgulhosos em dizer que o Brasil é um país plural, pois somos miscigenados. Porém, a miscigenação foi um processo eficaz, violento e planejado para branquear o país. No contexto do racismo, a miscigenação também é sinônimo de alienação de identidades. A miscigenação também foi fruto de uma cultura de estupro de mulheres negras e da separação de mães pretas dos seus filhos pardos, muitas vezes considerados bastardos.

Realmente a complexidade que envolve o racismo é avassaladora.

O racismo adocece, mas também enriquece, provoca muita dor, ignorância e fraqueza. O racismo é um dos maiores genocídios da história humana.

Preste atenção: 2(N) = 1b = 2 negros = 1 branco

Se você compreender a questão acima, está no caminho certo para transformar seus hábitos e ser uma pessoa melhor para a sua família e para a sociedade. Reconhecer as diferenças sociais e raciais vai te ajudar no processo de combate ao racismo. Parabéns!



COMO COMBATER O PRECONCEITO RACIAL NAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO

É de pequeno que se aprende.

Afinal de contas, o que é educação? É um processo social e cultural. Ao chegar a uma escola, os conhecimentos são transmitidos por professores, professoras e equipe pedagógica, assim como as competências, as habilidades, os valores e as normas de uma geração para outra. Aqui estão alguns aspectos importantes sobre a educação:

Educação é o conjunto de práticas e métodos que visam o desenvolvimento integral do indivíduo, preparando-o para a vida em sociedade. Se o Brasil é racista, as escolas precisam ser antirracistas.

Gestores, equipe pedagógica, professores e demais funcionários devem aprender e praticar atitudes antirracistas, e combater o racismo, o preconceito, a discriminação e o *bullying*.

Mas isso não é tudo a mesma coisa?

Não.

Racismo é um conjunto de crenças de indivíduos ou grupos que acreditam na existência de raças superiores e inferiores. Quem pratica racismo precisa ter poder de opressão. No escravismo negro, racializar foi uma estratégia para explorar, sequestrar, torturar e matar.

Preconceito é uma opinião, uma crença sobre algo, um conceito negativo formado antecipadamente. Não é uma expressão exclusiva do racismo, ou seja, pode ser utilizada em outras formas de discriminação.

Discriminação é uma forma de exclusão que discrimina e trata um indivíduo de maneira diferenciada devido a características pessoais. O preconceito pode gerar a discriminação.

Bullying são ações violentas – físicas, psicológicas ou verbais – repetidas sistematicamente contra estudantes ou grupos de alunos, com o objetivo de constranger, humilhar, agredir e excluir.

Quando você estava na escola, qual era o seu papel nessas situações?

Fingia não ver.

Debochava também pra ficar de boa com a galera.

Achava engraçado humilhar os mais fracos.

Contava para a professora.

Defendia os oprimidos.

Era vítima dessas situações.

Para refletir um pouco melhor, sugerimos a leitura do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA)¹.

Entenda:

Com a nova Lei nº 14.811/2024, as punições para quem pratica *bullying* ficaram mais claras. Quem pratica *bullying* ou *cyberbullying* (intimidação sistemática na rede mundial de computadores) pratica crime e pode ser multado ou preso.

Atenção! Nos crimes de *bullying* e *cyberbullying* não importa a idade da vítima. Crianças, adolescentes e adultos podem ser vítimas de tais crimes. Esses crimes não comportam pagamento de fiança.

¹ Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990.

Diferença é igual a desigualdade?

() sim.

() não.

Se você optou pelo não, está começando a entender que somos diferentes, mas devemos ter direitos iguais.



PRÁTICAS ANTIRRACISTAS NO AMBIENTE ESCOLAR

É preciso interagir. Misturando as cores, formamos um arco-íris. Não somos inimigos! Estamos em lugares diferentes, com oportunidades diferentes. Lembre-se: podemos dizer que apenas um terço da caminhada foi feita.

Hoje em dia existe uma tendência mundial de pouca socialização. Muitos jovens, com pouca ou nenhuma interação social, ficam muito tempo no celular e fazem poucas atividades físicas. Um corpo que não se movimenta, adoece.

Quando acontece qualquer situação de conflito relacionada ao racismo, muitos dos jovens, principalmente quando sua condição social e econômica é favorável, oprimem. E quando é desfavorável, são oprimidos. A escassez nas relações interpessoais gera vários problemas, e o racismo é um deles.

Um dos principais ambientes onde o racismo ocorre é o ambiente escolar.

Em 2024, uma escola de alto padrão, em Brasília, foi

cenário de uma situação racista na qual alguns estudantes que disputavam um campeonato entre escolas gritaram palavras racistas direcionadas a meninos negros, alegando também sua supremacia racial e econômica.



Escreva abaixo duas formas de ação para o enfrentamento do racismo nas escolas. Pode ser que seu filho, sua filha ou algum dos seus familiares esteja envolvido em uma situação assim. Já pensou sobre isso?

1.

2.

As crianças não nascem racistas. Então onde aprendem a ser racistas?

- a. Em casa.
- b. Na escola.
- c. Na televisão.
- c. Nas redes sociais.
- d. Nos livros didáticos.
- e. Todas as anteriores.

O racismo perpassa todos esses ambientes e seu combate não aceita a modalidade EAD (ensino a distância). Para vencer o racismo é preciso socializar, conviver com pessoas negras e aprender a ser antirracista desde o início da vida escolar.

Já ouviu falar da **Lei Federal nº 10.639/03**, que determina o ensino da história e da cultura afrobrasileira nas instituições de ensino do país? Essa lei já tem 21 anos, acredita?

Já deu uma olhada na lista de materiais didáticos e paradidáticos das crianças e dos jovens com os quais você convive? Será que essa lei está sendo cumprida?

Em sua opinião, quantos por cento do material adotado pelas escolas deveria ser de autoria ou ter representatividade negra?

- 1) 20%
- 2) 30%
- 3) 40%
- 4) 50%
- 5) 55%

Para que crianças e adolescentes aprendam o que é ser uma pessoa negra, em situações positivas, é fundamental criar condições de aprendizado e convivência saudável que reforcem esses hábitos.

DICAS:

Montar uma equipe diversa e preparada. Não adianta falar de diversidade, igualdade e representatividade se na escola apenas pessoas brancas ocupam cargos de gestão, coordenação ou direção.

Apresentar e divulgar as trajetórias de personalidades pretas, como escritoras, escritores, juristas, engenheiras, engenheiros, cientistas.

Trabalhar com obras literárias escritas por pessoas negras ou que apresentem o protagonismo negro. Ao colocar personagens negros em locais de protagonismo é possível promover a reflexão sobre a falta de pessoas negras em lugar de destaque nos livros infantis e conhecer personagens de diferentes etnias, que protagonizam histórias diversas.



Enfatizar a produção de conhecimento dos povos africanos e combater estereótipos, porque muito do conhecimento que temos hoje é originário dos povos africanos e não dos europeus.

Difundir a participação de pessoas negras no espectro social como protagonistas, não apenas como personagens subalternizados na história.

Colar desenhos, murais, cartazes e outros materiais no espaço escolar, com mensagens e imagens que combatam o estereótipo racista e reforcem a representatividade, as contribuições e os valores civilizatórios da identidade negra.



DETOX 1 - EXERCITE O DESAPEGO RACISMO RECREATIVO²

O racismo recreativo talvez não seja tão agradável para alguns.

Expressões racistas não caem bem para pessoas educadas.

Algumas dores acumuladas durante a tragédia humanitária da escravidão se refletem no vocabulário, que reforça e banaliza violências, e propaga preconceitos. O racismo recreativo tira de pessoas negras o status de pessoa, as animaliza e as desumaniza.

Existem expressões que são obviamente racistas, mas que estão entranhadas na nossa cultura. O desafio é identificá-las, por meio do aprendizado, e adotar uma linguagem antirracista, que consiga escapar desses dilemas raciais.

² Racismo recreativo - Aparece disfarçado nas brincadeiras, piadas e apelidos, com o objetivo de causar “diversão”. É um ato criminoso passível de prisão de até cinco anos.

DETOX 2 - SUGESTÕES DE ENFRENTAMENTO

Não ria de piadas racistas.

A piada racista é sem graça. Tô falando sério.

Infelizmente tem gente que acha chique excluir pessoas negras. Aquilo que fere o outro não é engraçado.

Não se omita oferecendo apenas o silêncio. Tenha coragem de dizer que não tem graça. Tenha atitude, inclusive para argumentar:

“Não acredito que você está falando uma coisa dessas.”

Deixe o racista se virar do avesso, ficar constrangido e explicar. Isso é bem didático e faz pensar.

DETOX 3 - UM EXEMPLO

“Sou branca, mas tenho a alma negra”, para justificar o lugar de fala.

Lugar de fala não é sobre exclusividade. A história do Brasil e da escravidão tem sido contada por pessoas brancas. Lugar de fala é sobre o direito ao protagonismo da fala, sobre o direito ao ponto de vista de quem não falou e deseja não apenas falar, mas ser ouvido.

Entenda:

O racismo brasileiro é de marca, de fenótipo. Quanto mais escuro é, e quanto mais traços negroides a pessoa tem, mais ela sofre racismo.

A alma, seja qual for a sua cor, não conta nesse caso. Existem outras formas de justificar sua conexão com a cultura negra sem ter que ocupar o lugar de fala de quem de fato sofre o racismo.

Que tal lembrar agora de algumas piadas que não sejam racistas, nem machistas, nem preconceituosas? Sim, elas existem.

Topa listar duas?

1.

2.

**TUDO BEM SE NÃO
CONSEGUIU.
FICOU SEM GRAÇA?**

RACISMO E SAÚDE MENTAL

Faça a sua cabeça.

A população negra, segundo as estatísticas, é a parte da população que mais apresenta adoecimento em saúde mental (especialmente causado pelos diversos tipos de violências do racismo).

Será que é coisa da sua cabeça?

Não! Precisamos reconhecer e falar sobre isso!

Os impactos do racismo na saúde mental não são apenas individuais, são sistêmicos e podem ser profundos, gerando estresse, ansiedade, depressão, alcoolismo, autoestima prejudicada e isolamento social.

Estamos no país com a maior população negra fora do continente africano. São cerca de 110 milhões de brasileiros negros.

**MAIS DE 50% DA POPULAÇÃO
É PRETA E PARDA, SEGUNDO O
ÚLTIMO CENSO DO IBGE.**

Esse grupo é composto por 45,3% de pardos e 10,2% de pretos.

O Instituto define como “parda” a pessoa que se declara parda e tem características da miscigenação de raças, com predomínio de características físicas majoritariamente negras. “Preta” é a pessoa que se declara preta e tem características físicas que indicam ascendência predominantemente africana.

Sabe qual é uma das maiores dificuldades? A aceitação e o reconhecimento positivo da identidade negra.

O nosso país, além de ter sido o último a abolir oficialmente a escravização e o tráfico de pessoas negras de origem africana, não garantiu as condições necessárias para que esses indivíduos fossem considerados cidadãos após a abolição. Isso fez com que a discriminação criasse raízes na sociedade brasileira. As práticas racistas são diversas, vão de insultos até agressão física, e resultam em um combo que ceifa e prejudica a vida, a autoestima e a saúde mental dos agredidos e de pessoas próximas.

Quanto tempo da sua vida você passou ouvindo e concordando com as expressões:

**O RACISMO NÃO EXISTE!
É COISA DA SUA CABEÇA!
É MI MI MI!**

Você já viu o boi da cara preta?

Por que ele não poderia ser um boi da cara branca?

Um racista incomoda muita gente.

Dois racistas incomodam, incomodam muito mais.

Algumas pessoas não acreditam que elas próprias possam ter atitudes racistas.

Acham que ter um amigo negro é suficiente para ser antirracista. Não é.

Outras até concordam quando ocorrem situações mais radicais, como exploração, violação de direitos, agressões físicas e insultos horríveis.

Algumas pequenas atitudes também podem ser consideradas racistas e podem passar despercebidas:

A desconfiança de uma pessoa negra, acreditando que ela pode ter maior probabilidade de assaltar você na rua.
“Branco correndo é atleta, negro correndo é ladrão.”

O tratamento em lojas, onde seguranças e funcionários podem observar mais atentamente um indivíduo negro, por suspeitar de furto.

Se você é negro ou negra e sobreviveu a tudo isso, lutou e **venceu**, talvez seja chamado de “homem forte” e “mulher guerreira”.

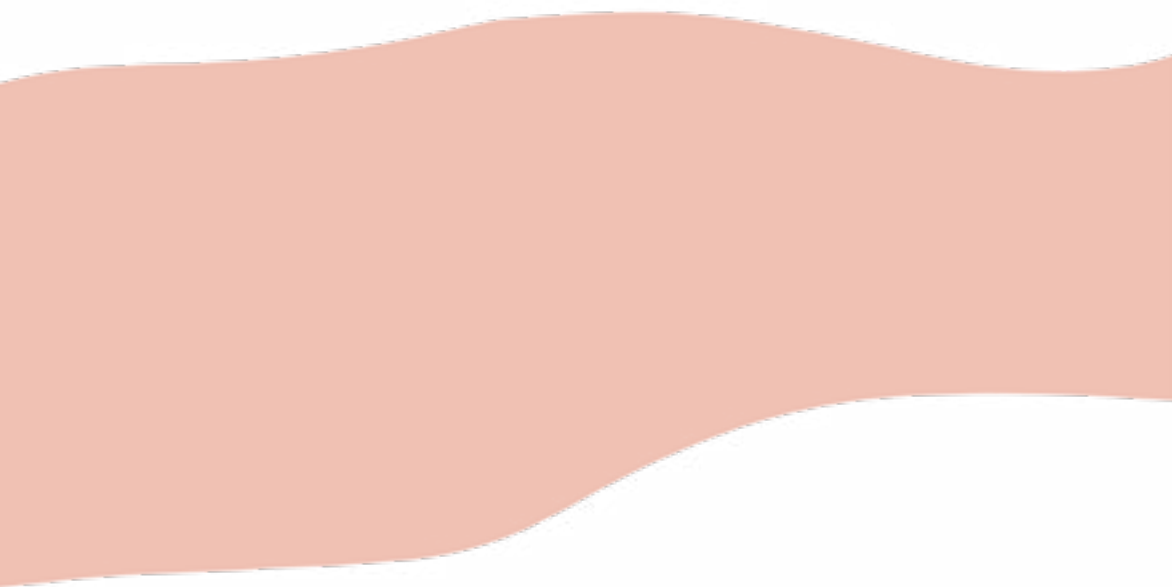
Ninguém é “homem forte” nem “mulher guerreira” o tempo todo. Esses rótulos desumanizam e adoecem, custam caro para a saúde mental.

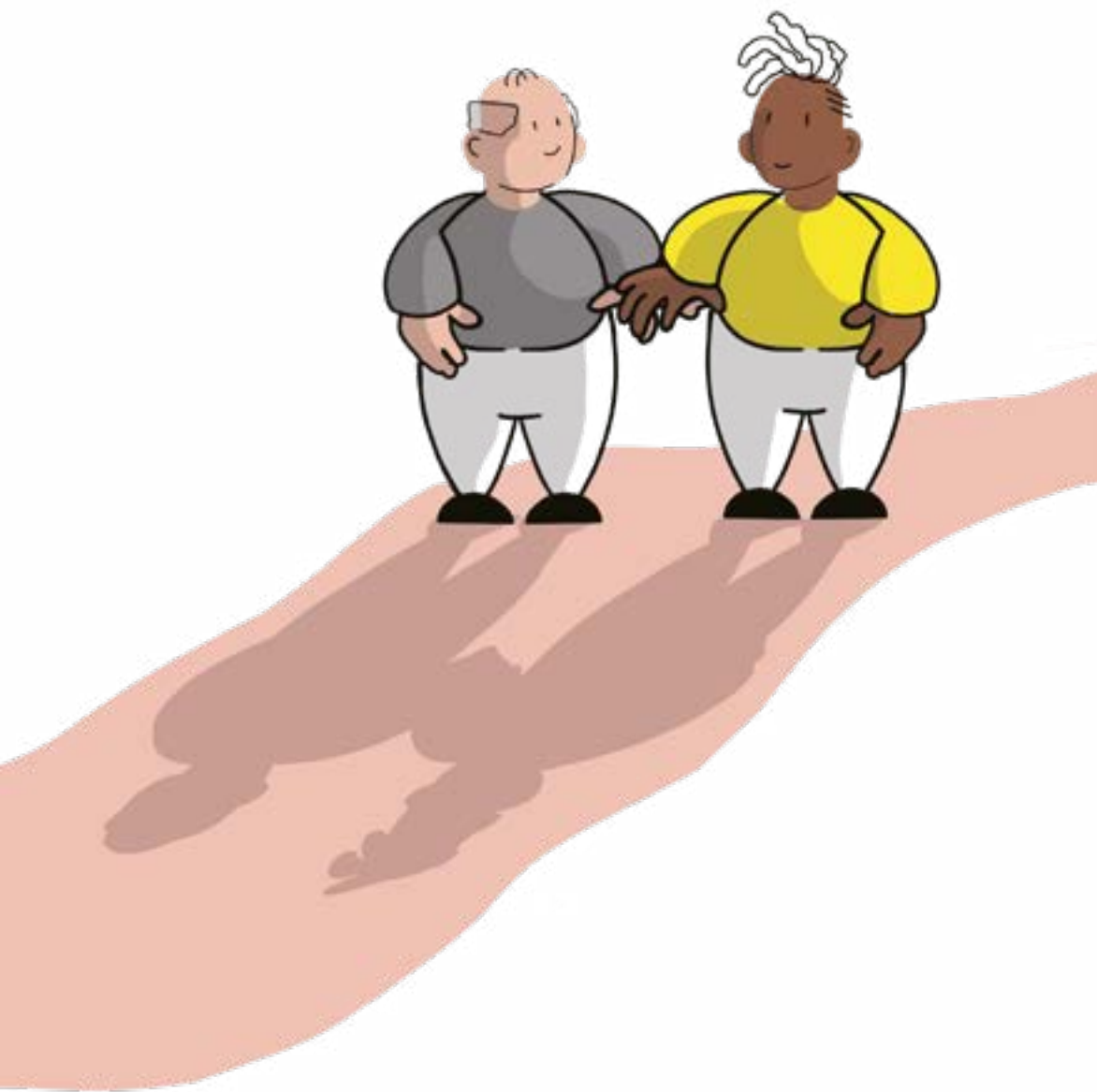
A cultura da tolerância a situações insalubres de vida não deve ser normalizada ou naturalizada.

Em uma sociedade onde as pessoas cooperam, não precisamos de heróis negros ou negras salvadoras da pátria. O importante é trabalhar em comunidade para melhorar a qualidade de vida de todos.



CAMINHOS PARA A CONSCIÊNCIA NEGRA





Consciência negra é fundamental para os brasileiros, negros ou não. Trata-se de compreender a importância dos africanos e da população negra oriunda da diáspora e dos seus descendentes para a construção da identidade nacional.

A escravidão aconteceu em outras culturas no mundo? Sim.

Todos nós somos descendentes de escravizados. Houve escravidão em toda a Europa, na Indonésia, entre os indígenas americanos, na Inglaterra.

Na África havia escravidão? Sim, todos os tipos de escravidão, e até hoje em certas regiões africanas os descendentes de escravos são discriminados. Em quase toda a África teve escravidão.

Entretanto, a escravidão transatlântica, da África para as Américas, a nossa, tem uma diferença importante: pela primeira vez era uma escravidão racial. Esse era um traço fundamental da perversidade dela. No início não, mas a partir de determinado momento, passa a ser exclusivamente negra. Foi o maior deslocamento forçado de gente que a história já conheceu, e o mais cruel.

Durante quatro séculos, a escravização no Brasil, o maior território escravista do hemisfério ocidental, fez também parte de um importante ciclo do sistema socioeconômico do capitalismo. O número de africanos embarcados à

força para o continente americano foi de cerca de 12,5 milhões. No Brasil estimam-se 5 milhões. Mão de obra barata, desumanizada e que enriqueceu muita gente nesse país.

Por acreditar na superioridade racial, foram desenvolvidas teorias sobre raça, destacadamente nos séculos XVIII e XIX. Assim, alguns europeus desenvolveram teorias de hierarquização das raças pois acreditavam que a raça branca era superior às outras. Essas teorias de racismo científico sustentaram inclusive o tráfico intercontinental de escravizados, justificando a sua existência, e apontavam atributos físicos diferenciais, como o cabelo ou a cor da pele, para indicar supostas vantagens físicas ou intelectuais de uma raça sobre a outra.

Essas teorias sobre a desigualdade das raças humanas revelam o esforço das elites ocidentais, inclusive no Brasil, de garantir benefícios sociais a grupos selecionados, escolhidos em função da cor de sua pele.

São conceitos que fundamentaram e justificam ainda hoje o ódio, o racismo e as diferenças sociais, e foram utilizados por um sem número de pessoas, para a instituição de práticas e políticas de exclusão.

Mas, cá entre nós, você ainda acha que o cabelo ou a cor da pele definem a inteligência ou o caráter de alguém?

RACISMO REVERSO NÃO EXISTE

Minorias raciais podem ter preconceito e discriminar sim. Mas não na mesma proporção.

A população branca teria que ser submetida ao mesmo contexto de privações e condições para defender a existência de um suposto “racismo reverso”.

Pessoas brancas de grupos racialmente privilegiados não podem comparar experiências individuais de discriminação e preconceito com vivências de pessoas de grupos historicamente oprimidos.

Quem pratica racismo tem primazia, poder, dinheiro. Essa condição é fundamental para a estruturação social. Grupos minoritários do ponto de vista da ocupação de espaços de poder não têm condições materiais de realizar nem instituir racismo reverso.



LEIS ABOLICIONISTAS

As leis abolicionistas visavam combater a escravidão em diferentes países. Aqui estão algumas das principais leis brasileiras:

1. Lei Eusébio de Queirós (1850): proibiu o tráfico de escravos e foi um passo importante rumo à abolição da escravidão.

ATENÇÃO AO ESPAÇO DE TEMPO ENTRE ESSA LEI E A ÚLTIMA.

2. Lei do Ventre Livre (1871): estabeleceu que os filhos de mulheres escravizadas nascidos a partir de sua promulgação seriam considerados livres.

3. Lei dos Sexagenários (1885): libertou escravizados com 65 anos ou mais.

4. Abolição da Escravatura (1888): a famosa Lei Áurea. Responsável por abolir oficialmente a escravidão no Brasil.

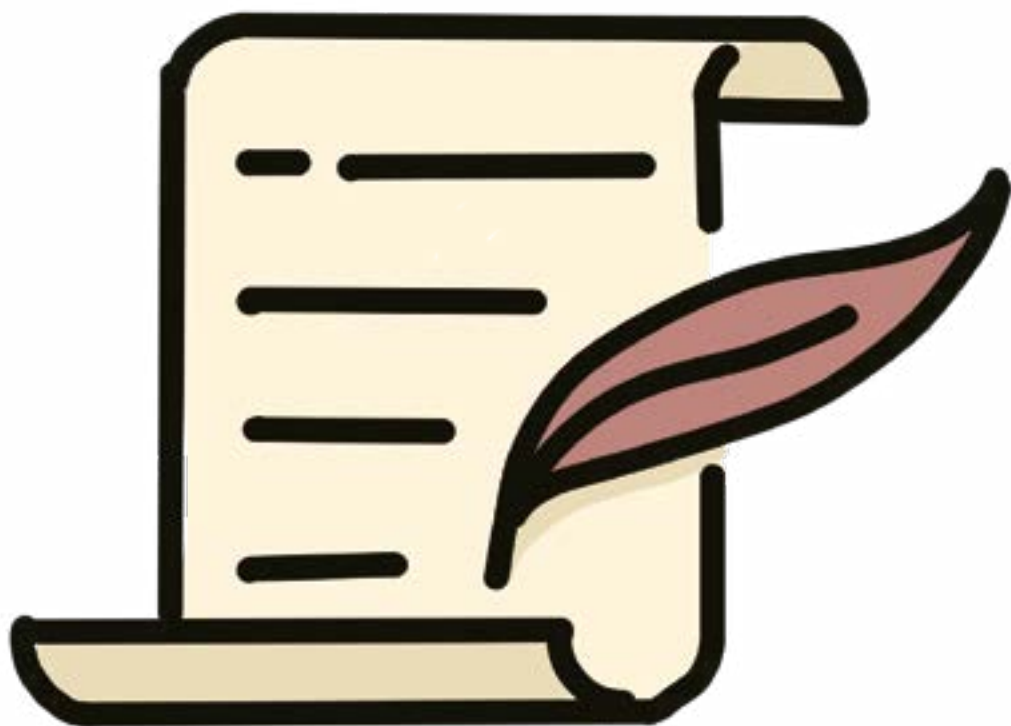
Essas leis representaram alguns avanços, entretanto, o Brasil foi o último país das Américas a abolir a escravatura oficialmente. E os seus efeitos ainda estão presentes em nossos dias.

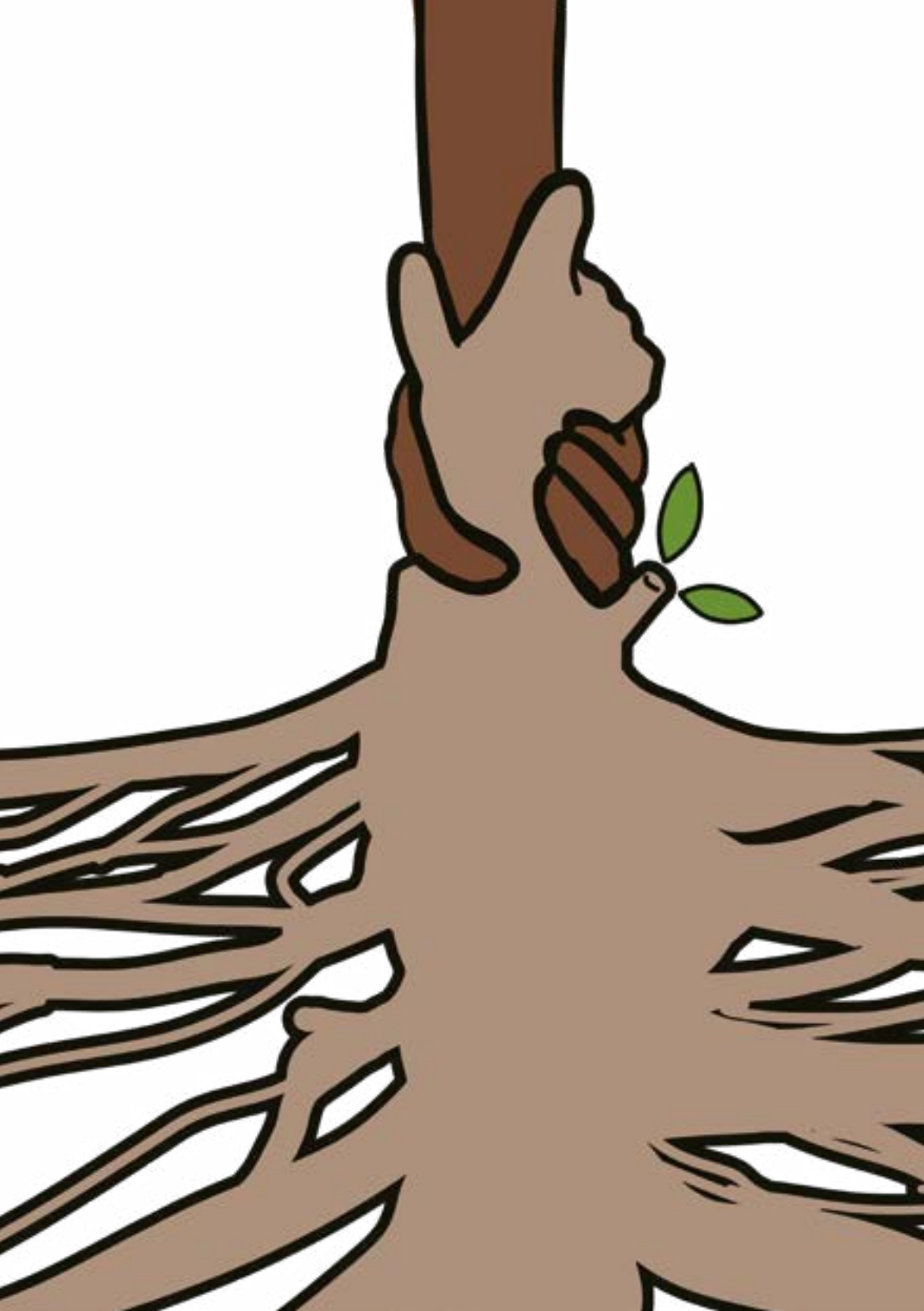
No caso da Lei do Ventre Livre, os bebês, na realidade, não conquistaram de fato a liberdade. Tinham que permanecer no cativeiro junto da mãe escravizada até os 8 anos de idade. Dos 8 aos 21 anos, continuariam na propriedade do senhor.

No caso da Lei dos Sexagenários, a maioria da população de escravizados negros nessa época não chegava aos 60 anos.

Mas a escravização não aconteceu sem resistência negra e luta pela libertação.

Foram intensas, na primeira metade do século XIX, as rebeliões de grande monta. Fugas, formação de quilombos e resistência cotidiana no trabalho contribuíram para pressionar o Estado a colocar fim à escravidão. O processo de libertação passou por várias etapas.





MUDANÇA DE PADRÕES







Vamos aprender?

RACISMO ESTRUTURAL

O racismo está estruturado, enraizado em todas as camadas da nossa sociedade, de forma a privilegiar ou excluir ainda hoje, com os processos de racialização. Os descendentes de africanos ainda são tratados como inferiores. A África é um continente com 54 países, que tem uma diversidade e prosperidade que vai muito além do estereótipo, normalmente difundido, de propagar crenças de um contexto de países pobres e subalternos.

Como desestruturar o racismo? É preciso pensar em práticas decoloniais, descoloniais, anticoloniais, ou seja, que não reproduzam os pressupostos de desumanização negra perpetuados pela colonização e pelo tráfico de escravizados.

RACISMO AMBIENTAL

Respire fundo. Saia da sua bolha.

O termo descreve como as populações mais pobres e marginalizadas são discriminadas e afetadas de forma desproporcional por impactos ambientais negativos, como a poluição do ar, a contaminação da água, as enchentes e o desmatamento.

Esses grupos muitas vezes têm menos poder político e econômico para evitar ou remediar esses impactos. A título de exemplo, do nascimento à velhice, a situação da saúde dos negros, quando comparada a dos brancos, é desigual.

Preste atenção: brancos e negros, na maioria das vezes, vivem em ambientes diferentes.

Já procurou saber a cor das pessoas que convivem diariamente com os piores índices de saneamento básico? Aliás, como é o acesso a serviços como educação, transporte, moradia, equipamentos culturais, segurança e outros direitos das pessoas negras com as quais você convive?

RACISMO INSTITUCIONAL

Chamamos de racismo institucional aquele que acontece dentro das instituições públicas e privadas. Ele é uma barreira para a equidade racial e deve ser combatido por meio de ações sistemáticas.

Faça o teste do pescoço e olhe à sua volta.

**Quantas pessoas negras trabalham na sua empresa?
Que funções ocupam?**

Quantas pessoas loiras de olhos azuis em situação de rua você já encontrou?

Quantos chefes negros ou negras você já teve?

Quantos gerentes negros de banco você conhece?

Quantos médicos negros já te atenderam?

Quantas pessoas negras e ricas você conhece?

**Sobre os seus amigos de infância, negros e negras:
você tem contato até hoje? Eles trabalham com o quê?
Estão vivos?**



RACISMO NA MÍDIA

O racismo na mídia é um problema persistente e se manifesta de diversas maneiras, afetando a representação e a percepção de grupos raciais. Alguns pontos importantes:

1. Estereótipos: a mídia frequentemente perpetua estereótipos raciais, apresentando personagens de minorias de maneira negativa ou reducionista, o que reforça preconceitos sociais.

2. Representação: a sub-representação de grupos raciais em papéis de destaque e a falta de diversidade nas equipes de produção podem resultar em narrativas limitadas e enviesadas.

3. Cobertura de notícias: a maneira como a mídia cobre eventos relacionados a questões raciais pode ser tendenciosa. Por exemplo, a representação de crimes cometidos por pessoas de diferentes etnias pode variar, influenciando a percepção pública.

4. Acesso e representatividade nas plataformas: atletas, artistas e influenciadores de grupos minoritários muitas vezes enfrentam desafios em ter suas vozes e histórias amplamente reconhecidas ou valorizadas.

5. Movimentos sociais: a mídia tem um papel crucial na amplificação de movimentos sociais, como *Black Lives*

Matter, mas também pode distorcer mensagens, focando mais em conflitos do que em questões estruturais.

6. Censura e silenciamento: em algumas situações, vozes críticas sobre racismo são silenciadas ou ignoradas, limitando o diálogo sobre questões importantes.

7. Resistência e mudança: há um movimento crescente dentro da mídia para abordar essas questões de maneira mais responsável e inclusiva, promovendo representações mais justas e diversificadas. Esses aspectos mostram como a mídia não apenas reflete, mas também molda a percepção sobre raça e racismo na sociedade.

RACISMO NOS ESPORTES

O racismo nos esportes é persistente e complexo, manifestando-se de diversas formas, incluindo discriminação, abusos verbais e preconceitos institucionais. Algumas de suas manifestações:

1. Abusos raciais: atletas de diversas origens enfrentam insultos raciais durante competições. Isso ocorre em vários esportes como futebol, basquete e atletismo, afetando o desempenho e a saúde mental dos jogadores.

2. Representatividade: há uma sub-representação de atletas negros em posições de liderança, como treinadores e diretores. Isso perpetua estereótipos e limita oportunidades.

3. Impacto na carreira: o racismo pode afetar a trajetória de atletas, desde suas oportunidades de carreira até o modo como são percebidos pelo público e pela mídia.

4. Cultura do esporte: a cultura de algumas modalidades esportivas pode, por vezes, perpetuar preconceitos, exigindo uma mudança estrutural para promover um ambiente mais inclusivo.

Esses elementos reforçam a urgência e a necessidade de um compromisso para combater o racismo no mundo dos esportes.

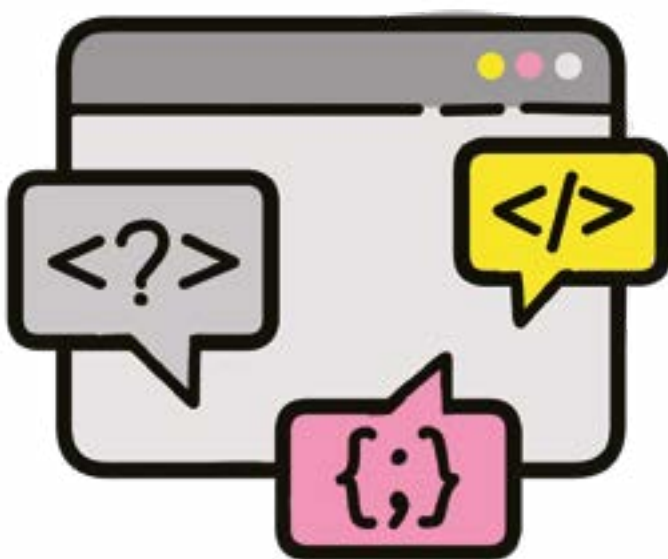
Para destacar uma das formas de combater essas manifestações de racismo podemos citar as ações de protesto que têm usado suas plataformas para protestar contra o racismo, como o movimento *Black Lives Matter*.

RACISMO ALGORÍTMICO

Nos dias atuais, a inteligência artificial domina várias atividades da nossa vida.

Os racistas agora podem trocar sua pele biológica por uma pele virtual. No algoritmo das redes, os brasileiros revelam o seu racismo.

Um algoritmo pode ser definido como uma sequência de instruções ou comandos criados para resolver um problema ou executar uma tarefa. É só lembrar dos nossos tempos de escola, onde as equações matemáticas treinavam e desenvolviam o nosso raciocínio lógico.



No caso do racismo, o algoritmo atua reproduzindo padrões e falhas do comportamento social vigente. As tecnologias não são neutras, assim como a sociedade também não é. As redes reproduzem a realidade da sociedade brasileira, que, em seu contexto histórico, foi consolidada sobre as bases do racismo.

Tecnologias discriminatórias revelam a falta de diversidade em nosso meio. Por isso, a rede está repleta de homens brancos, héteros e de classes sociais média ou alta ocupando espaços de poder, assim como de pessoas negras, representando pobreza, feiura ou marginalidade.

Sistemas de reconhecimento facial já foram usados para justificar a prisão de homens negros que, mais tarde, foram libertados e conseguiram comprovar a sua inocência.

Aplicativos de celular e filtros de redes sociais estimulam mudanças em fotos que permitem afinar o nariz e clarear a pele, repetindo estereótipos discriminatórios de beleza que também são utilizados na vida real.

Crime cibernético - Nota zero para os racistas amostradinhos na internet. Corajosos na rede social, mas covardes na vida real.

Agora faça um teste. Entre na internet e coloque na busca as palavras:

Olhos
Boca
Lábios
Nariz
Mãos

Refleta sobre as imagens que aparecem.

RACISMO RELIGIOSO

Por que falamos sobre as mitologias nórdica e grega e as aceitamos, mas quando citamos a cosmogonia africana e as mitologias iorubá e banto, só para citar algumas do vasto continente africano, ainda somos racistas?

Intolerância religiosa também pode ser uma demonstração de racismo.

A espiritualidade do povo africano existe antes do cristianismo, mas como o cristianismo predomina no Brasil, as religiões de matrizes africanas, seguindo a lógica do racismo, são discriminadas e intoleradas, de maneira que os seus praticantes têm sido alvo de várias formas de violência, preconceito e discriminação.

Respeite o pluralismo religioso! Caso você não se lembre, o Brasil é um Estado laico. Isso está estabelecido na Constituição.

Todos, em um Estado laico, têm direito de praticar as suas crenças e religiões. Você sabia disso?

COMO SER ANTIRRACISTA





Abra o seu álbum de família. Observe. Aceite.

Não somos 100% brancos.

Somos afrodescendentes, ou seja, descendentes do continente africano.

O Brasil tem olhos coloridos, é o país do colorismo.

Mas ainda não é assim tão cabeça feita, vejam só.

Você sabe o que é colorismo³?

É um sistema de classificação social que perpetua desigualdades. Ou seja, quanto mais escuro for o seu tom de pele, mais atos racistas uma pessoa negra poderá sofrer.

Por falar em cabeça, os cabelos são um grande espaço de disputa para o racismo. Não é à toa que o Brasil é o segundo país do mundo que mais consome cosméticos para o alisamento capilar.

Precisamos respeitar as escolhas individuais, mas, muitas vezes, o alisamento não é apenas uma questão de gosto e sim uma imposição, uma tentativa de aceitação e inclusão diante do padrão europeu e do racismo que ainda vigora.

³ O termo aparece em referências bibliográficas desde a década de 1980, como no texto “Se o presente parece com o passado, como será o futuro?”, da escritora estadunidense Alice Walker.



Opiniões ofensivas sobre os cabelos crespos têm nome:
RACISMO.

Quer exemplos de frases racistas sobre esse tema?

“Esse cabelo é de verdade? Dá pra lavar? Parece Bombril.”

“Acho horrível mulher de trança, é coisa de pobre, cabelo de boneca.”

“Cabelo de negro é ruim sim: ou tá preso ou tá armado.”

Tá na hora de reagir.

Que venham:

Frases antirracistas

“O meu cabelo é bom, ruim é o seu racismo!”

“O cabelo crespo é alto e imponente, para proteger as cabeças pensantes que abriga.”

**“O meu pente é diferente
Não é um pente ruim
Funciona bem, gente
É próprio para o meu pixaim⁴”**

É possível mudar padrões.

⁴ O termo “pixaim” é uma forma pejorativa de se referir ao cabelo crespo e cacheado, sendo importante ressaltar que essa é uma característica natural e deve ser valorizada.

Ufa.

Nenhum povo é carente de história. A história da África é uma história extremamente rica e tem grande importância na história do Brasil, assim como a de outros povos que aqui chegaram. De maneira geral, quando se estuda a história do Brasil, o negro aparece ligado ao escravismo, como mão de obra cativa. Pessoas negras ainda não aparecem em destaque, na maioria das representações, como criadoras, produtoras de ciência, filosofia, arte, tecnologia, introdutoras de técnicas importantes como as de produção agrícola e de mineração do ouro.



**BÔNUS 1:
PAUSA
PARA O
CAFÉ**



Se você chegou até aqui já começou a partilhar da certeza de que os brasileiros são racistas, já consegue até admitir a existência do racismo, mas será que conseguiria identificar situações de discriminação racial?

Exercícios:

Pegue uma folha de papel em branco e uma caneta preta. Crie uma lista com 5 situações racistas.

1. _____

2. _____

3. _____

4.

5.

Agora leia essa lista em voz baixa umas duas ou três vezes.
Como está se sentindo?

Nem parece real, né?

Mas é.

Lamentavelmente, sentimentos, apenas, não
mudam realidades.

Por ora, respire fundo e tente manter a tranquilidade.

Ainda bem que temos o nosso cafezinho preto, uma das
bebidas mais apreciadas no mundo e que ainda ajuda a
acordar para a realidade.



ENFRENTANDO O RACISMO CULTURAL

LET'S DANCE / O PASSINHO

Os pretos dançam tudo igual sem errar, já dizia Mano Brown⁵.

Seria uma pena viver sem conhecer e vivenciar essa ancestralidade que está na cor, na cultura, no samba, na capoeira, no zouk, no rap, no funk, no blues...

Infelizmente o racismo também vem do ódio por não conseguir dançar igual. Então está feito o convite para aprender a dançar, como tudo na vida, é treino, é fácil...

⁵ Mano Brown, nascido em 1970, é paulista, rapper, compositor e ativista social brasileiro, conhecido por ser líder do grupo Racionais MC's. Suas letras abordam questões como racismo, desigualdade e realidade das periferias.

ENXERGA MELHOR QUEM TEM OLHOS COLORIDOS⁶

Aprenda a dançar e participe do samba, do charme, do funk, é legal!

Pode admitir, no fundo, quando toca um samba do grupo Raça Negra ou uma canção da dupla Claudinho e Buchecha ninguém resiste.

Imagine como seu filho e a sua galera vão se divertir depois de ver você dançar. Pode até ser que peçam pra aprender também. Tá vendo como é agradável essa sensação?

Pois é, a alegria é uma das características que define as pessoas negras. Elas criaram saberes e fazeres ao longo dos tempos, em épocas bem anteriores ao escravismo, porque os negros e as negras não começaram a existir no sofrimento do escravismo. Peraí, você não sabia disso, não teve essa aula ou faltou no dia?

⁶ Música “Olhos coloridos”, famosa na voz de Sandra de Sá, com letra de Macau. A canção foi escrita após um episódio de racismo sofrido pelo músico no Rio de Janeiro.

As pessoas negras comemoram muito porque a liberdade é um dos maiores direitos da humanidade. A alegria é uma das expressões da cultura negra. Por isso, deixe a vergonha de lado. Pare de julgar e criticar, vamos dançar conforme a música! Não espere o tempo passar, faça a sua parte. Os negros fazem a festa, faça a sua também.

Leia essa parte sorrindo, curta a endorfina e a serotonina, não espere o tempo passar. Se tiver mais alguém por aí, dê um abraço, é de graça. Faça uma festa e convide pessoas negras também.

COM O MAIOR ORGULHO DE COLOCAR OS PÉS NA COZINHA

Aposto que você já comeu alguns desses pratos e gostou. Marque aí o seu preferido, pode ser mais de um. Deixe de ser racista, a cozinha não é dos negros, é de todos os brasileiros. Se você tem o pé na cozinha é sinal de que sabe fazer coisas boas. Mude as suas crenças!

1. Feijoada.
2. Rabada.
3. Mocotó.
4. Acarajé.
5. Baião de dois.

6. Canjica.

7. Torresmo.

Se você gosta de alguma dessas delícias provavelmente já foi batizado pela culinária afro. Alguns desses pratos eram feitos com as sobras das comidas dos brancos livres, mas foram feitos com tanta inteligência, amor e carinho pelos negros, e ficaram tão bons, que até viraram o carro-chefe de restaurantes hoje em dia. Ou seja, o amor e a comida são sinônimos.

Que tal aprender a valorizar as nossas raízes e a diversidade e acabar com o racismo? Caso não queira aprender a fazer, pelo menos vá comendo essas comidinhas para ficar mais forte. Acredite, são comidas de gente trabalhadora que deu o sangue por esse país. Elas deixarão você nutrido o dia todo, sustentam de verdade.

Ah, não confunda culinária com religião, ou irá deixar de saborear alguns dos melhores temperos e sabores do Brasil.

SÉRIES E DESENHOS

Para quem nasceu a partir da década de 1970 em diante, vale a pena lembrar da série “Esquadrão Classe A”. Lembram do BA? Foi um dos primeiros negros que apareceram na TV aberta. Ele era uma espécie de herói,

que motivou muitos daquela geração. Tinha também séries como “Miami Vice”, “Arnold”, “Eu, a patroa e as crianças”, “Um maluco no pedaço”, “Todo mundo odeia o Chris” e, assim, as produções audiovisuais internacionais foram aumentando o percentual de representatividade de pessoas negras, contribuindo para o fortalecimento da autoestima e da identidade de gente negra brasileira também!

No Brasil, podemos destacar os filmes “Alma no Olho” (1974), de Zózimo Bulbul, bem como “Xica da Silva” (1976) e “Quilombo” (1984), ambos de Cacá Diegues (1976).

Podemos destacar também algumas novelas pioneiras com participação de elenco negro, como “A Cabana do Pai Tomás” (1969), com Ruth de Souza, “O Bem Amado” (1973), com Milton Gonçalves, e “Corpo a Corpo” (1984), com Ruth de Souza e Zezé Motta, (1984).

Agora um teste de memória:

Qual desenho tinha uma personagem jovem e negra com o nome de Diana?

- a. Os Jetsons.
- b. Os Flintstones.
- c. Caverna do Dragão.
- d. Cavalo de Fogo.

Se você marcou “Caverna do Dragão”, sua infância foi legal. Essa mulher representa uma parcela pequena

de personagens negras nos desenhos, mas estava lá, representando as mulheres que lutam para defender seus amigos, sua família e a si mesmas. Parabéns!

Leia em voz alta:

A MULHER PRETA É A INTELLECTUAL DO PLANETA!

Se buscar na memória verá que o racismo é também uma forma de apagamento de memórias. Com certeza existem ou existiram muitas Dianas na sua rua ou na sua vida. Esqueci de citar o “Supershock”. Sempre passava na hora do almoço... Esse merecia um filme legal, tipo o do “Pantera Negra”. Quem sabe um dia assistiremos?







**RACISMO
É CRIME**

Você sabia que racismo é crime inafiançável? Não tem negócio, viu?

COMO SABER SE É RACISMO OU INJÚRIA RACIAL?

Racismo - O agressor atinge um grupo ou coletivo de pessoas, discriminando de forma geral.

Exemplo: Quando vi sua cara, fui atrás: preto não presta.

Injúria racial - Crime caracterizado quando a honra de uma pessoa específica é ofendida por conta de raça, cor, etnia, religião ou origem.

Exemplo: Você é uma preta que não gosta de trabalhar.

A justiça um dia chega. Se liga! E a conta vem no PIX. Pense bem antes de fazer sua lacração racista.

Comportamentos racistas não são tolerados.

Injúria racial ou racismo? Na dúvida: **190** - Alô, polícia!

Atenção:

A Lei nº 14.532/2023 equipara a injúria racial ao crime de racismo. A norma altera a Lei do Crime Racial (Lei nº 7.716/1989) e o Código Penal (Decreto-Lei nº 2.848/1940) para tipificar como racismo a injúria racial. A lei aprofunda a ação de combate ao racismo, cria elementos para interpretação dos contextos e destaca algumas modalidades de racismo que não eram, propriamente, evidentes. **Racismo é crime inafiançável.**

Conforme a lei, “injuriar alguém, ofendendo-lhe a dignidade ou o decoro, em razão de raça, cor, etnia ou procedência nacional” pode gerar pena de reclusão (de dois a cinco anos) e multa. A pena será aumentada quando o crime for cometido por duas ou mais pessoas, inclusive por intermédio dos meios de comunicação social, de publicação em redes sociais, da rede mundial de computadores ou de publicação de qualquer natureza. Nesses casos a pena é de reclusão (de dois a cinco anos).

O CORPO E O RACISMO

COLORISMO

Primeira pergunta: em quantas porções de tonalidade de pele preta o racismo é mais intenso?

- a) 1 porção.
- b) 2 porções.
- c) 3 porções.
- d) 4 porções.
- e) 5 porções.

Bom, essa é uma questão fundamental na vida dos negros e dos racistas também. Aqui está o termômetro do ódio racista que um indivíduo poderá sofrer:

Letra a = 1 porção, são os negros de pele mais clara.

Letra b = aqueles um cadinho mais escuros.

Letra c = aqueles com um tom mais escuro que o anterior.

Letra d = aqueles escuros.

Letra e = aqueles ainda mais escuros, os retintos, que sofrem um maior impacto diante do racismo.

No Brasil, temos todas as escalas de cor da pele em grandes proporções, e outras misturas variadas. É a regra do racismo é essa: quanto mais retinto, maior a chance de acontecer um ato infeliz.

Os corpos dos homens e das mulheres negras são hostilizados e desrespeitados há muito tempo, e isso gera até hoje combustível para racismo, piadas de mau gosto e todo tipo de ofensas que não podemos mais tolerar.





CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este livro não termina aqui.

ESCLARECIMENTOS EM NEGRITO

Enquanto o racismo existir, os brasileiros, nós, seremos racistas.

Escreva aí com letras pretas:

O Brasil ainda é racista, infelizmente. Mas isso pode melhorar.

Agora repita:

**EU AINDA SOU RACISTA, MAS POSSO
APRENDER A NÃO SER RACISTA.**

Escreva ao lado cinco atitudes antirracistas que você pretende tomar a partir de agora!

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Estamos contando com você.

Venha fazer parte do grupo antirracista que vai construir um Brasil melhor.

Em um país com a maior população negra fora do continente africano, precisamos fazer mais.

Vamos nessa! Vai dar certo!

Passe esses aprendizados para o mundo lá fora, passe o livro adiante e use.

#SEJAANTIRRACISTA

Use a *hashtag* para compartilhar aprendizados e dicas.

Vamos dar visibilidade e acelerar o processo de mudança.







LISTA NEGRA



ABDIAS NASCIMENTO (1914 | 2011)

Contribuição: ativista, artista e político, Abdias foi um dos fundadores do Teatro Experimental do Negro. Lutou pela valorização da cultura negra no Brasil, foi deputado federal e defensor dos direitos civis.

Legado: seu trabalho promoveu a visibilidade da cultura negra e a luta contra o racismo no país.

ALEIJADINHO – ANTÔNIO FRANCISCO LISBOA (1738 | 1814)

Contribuição: escultor, entalhador e arquiteto brasileiro, cujo trabalho marcou o estilo barroco mineiro. Entre suas obras mais conhecidas estão as esculturas dos

profetas, em Congonhas, e as decorações das igrejas de Ouro Preto e Sabará.

Legado: o legado de Aleijadinho está em sua habilidade única de expressar emoções e religiosidade em suas obras, mesmo enfrentando uma grave doença. Seu trabalho representa um dos maiores expoentes da arte sacra no Brasil e deixou um impacto profundo na cultura e na história do país.

ALICE BALL (1892 | 1916)

Contribuição: química estadunidense que criou o primeiro tratamento eficaz contra a hanseníase quando tinha apenas 23 anos.

Legado: o legado de Alice Ball é a inovação no tratamento da hanseníase, que transformou a abordagem médica da doença e destacou a importância da contribuição de cientistas afroamericanos na história da medicina.

ANDRÉ REBOUÇAS (1838 | 1898)

Contribuição: engenheiro civil, inventor e abolicionista brasileiro. Rebouças foi um dos principais defensores da modernização da infraestrutura do Brasil, com projetos de abastecimento de água e saneamento no Rio de Janeiro, além de seu engajamento na causa abolicionista.

Legado: o legado de André Rebouças se destaca por seu papel na engenharia e na luta pela abolição da escravidão no Brasil. Ele foi uma voz poderosa contra a desigualdade racial e social, sendo um dos poucos engenheiros negros de sua época a se destacar no cenário político e intelectual do país.

ANGELA DAVIS (1944 | ATUALMENTE)

Contribuição: ativista, acadêmica e autora, Davis é conhecida por sua luta

pelos direitos civis, feminismo e questões de justiça social. Ela foi uma figura central no movimento pelos direitos dos prisioneiros e na luta contra a prisão em massa.

Legado: Davis continua a ser uma voz ativa em questões de justiça social e direitos humanos, inspirando novas gerações de ativistas.

ANNIE EASLEY (1933 | 2011)

Contribuição: cientista aeronáutica estadunidense que desenvolveu um *software* para o *Centaur*, um dos lançadores de foguete mais importantes da NASA.

Legado: o legado de Annie Easley é a sua contribuição pioneira como programadora e matemática na NASA, onde ajudou a desenvolver tecnologias de energia e transporte espacial, inspirando futuras gerações de mulheres e pessoas de cor a seguir carreiras em STEM (ciência, tecnologia, engenharia e matemática).

ANTONIETA DE BARROS (1901-1952)

Contribuição: educadora, jornalista e política brasileira, foi a primeira mulher negra a ser eleita deputada estadual no Brasil, em Santa Catarina, e uma das pioneiras na luta pela educação e pelos direitos das mulheres.

Legado: o legado de Antonieta de Barros reside na sua luta incansável pela educação como meio de emancipação social, especialmente para mulheres e negros. Seu trabalho como parlamentar e educadora abriu caminhos para a inclusão e a valorização de mulheres negras na política e na sociedade brasileira.

AQUALTUNE – PRINCESA DO CONGO (SÉCULO XVII)

Contribuição: Aqualtune foi uma princesa africana do Reino do Congo que, após ser capturada e trazida para o Brasil como

escravizada, liderou uma revolta e fundou um dos primeiros quilombos. Ela é conhecida por ter desempenhado um papel importante na formação do Quilombo dos Palmares, um dos maiores e mais conhecidos refúgios de resistência contra a escravidão no Brasil.

Legado: o legado de Aqualtune está na sua liderança e resistência. Como uma das figuras femininas centrais na luta contra a escravidão, ela deixou um impacto duradouro na história de luta e liberdade dos afrodescendentes no Brasil. Sua descendência inclui nomes icônicos, como Zumbi dos Palmares, consolidando sua importância na resistência quilombola.

BENEDITA DA SILVA **(1942 | ATUALMENTE)**

Contribuição: política e ativista, Benedita foi a primeira mulher negra a ser eleita para a Assembleia Legislativa do Rio de Janeiro e a primeira mulher negra a ocupar o cargo de vice-governadora no Brasil. Ela tem sido uma voz importante na luta por direitos sociais e igualdade racial.

Legado: sua trajetória política e social tem inspirado muitas mulheres e homens negros a se engajar na política e na luta por justiça social.

CAROLINA MARIA DE JESUS (1914 | 1977)

Contribuição: escritora e catadora de papel, Carolina Maria de Jesus é autora do impactante livro “Quarto de Despejo”, um relato cru sobre a vida nas favelas de São Paulo. Sua obra revelou as condições de miséria e desigualdade social no Brasil, tornando-se uma das primeiras vozes literárias de mulheres negras no país. Sua escrita, marcada pela autenticidade e observação afiada, abriu espaço para discussões sobre exclusão social e racismo.

Legado: o legado de Carolina Maria de Jesus vai além da literatura, pois sua trajetória é símbolo de resistência e superação. Ela é lembrada como

uma das grandes representantes da literatura marginal brasileira, e sua obra continua sendo referência em debates sobre desigualdade, pobreza e a luta das mulheres negras no Brasil.

CHIMAMANDA NGOZI ADICHIE (1977 | ATUALMENTE)

Contribuição: escritora nigeriana, Adichie é conhecida por suas obras que abordam questões de gênero, raça e identidade. Seu discurso *We Should All Be Feminists* e seu livro homônimo se tornaram referências no feminismo contemporâneo.

Legado: Adichie é uma voz importante na literatura e na luta por igualdade de gênero e racial, influenciando leitores ao redor do mundo.

DANDARA DOS PALMARES (1654 | 1694)

Contribuição: guerreira e líder no Quilombo dos Palmares, lutou ao lado de Zumbi dos Palmares contra o sistema escravocrata no Brasil colonial. Dandara foi uma figura essencial na organização militar e na defesa das comunidades quilombolas, desempenhando um papel vital na resistência contra as investidas coloniais.

Legado: o legado de Dandara dos Palmares está enraizado em sua bravura e compromisso com a liberdade dos negros escravizados. Ela é um ícone da resistência quilombola e da luta feminina, e representa a força e a determinação das mulheres negras na busca por liberdade e justiça.

EMEAGWALI (1954 | ATUALMENTE)

Contribuição: nigeriano, matemático e cientista da computação.

Legado: alcançou avanços na computação que ajudaram a levar ao desenvolvimento da internet. Seu trabalho com cálculos simultâneos em microprocessadores conectados lhe rendeu o Prêmio Gordon Bell, considerado o Prêmio Nobel da computação.

ESTÊVÃO SILVA (1844 | 1891)

Contribuição: pintor brasileiro, um dos primeiros artistas negros a alcançar reconhecimento no Brasil, destacou-se especialmente por suas naturezas-mortas. Formado na Academia Imperial de Belas Artes, Estêvão Silva inovou ao trazer um realismo detalhado e um olhar sensível para objetos cotidianos em suas pinturas.

Legado: o legado de Estêvão Silva está em sua excelência técnica e sua habilidade em elevar a natureza-morta a um *status* de arte refinada no Brasil. Sua trajetória como artista negro num período de forte discriminação racial reflete sua

perseverança e talento, inspirando futuras gerações de artistas.

FRANCISCO JOSÉ DO NASCIMENTO (1839 | 1914)

Contribuição: líder jangadeiro e abolicionista cearense, conhecido como “Dragão do Mar”, teve um papel crucial na luta contra o tráfico de escravos no Ceará. Em 1881, liderou a greve de jangadeiros que impediu o transporte de escravos para embarcações, acelerando o fim da escravidão na região.

Legado: É um símbolo de resistência popular e de coragem na luta abolicionista. Sua liderança inspirou movimentos por liberdade e justiça no Brasil, tornando-o uma figura fundamental para a história da abolição da escravatura no Ceará.

GRANDE OTELO (1915 | 1993)

Contribuição: ator, comediante e cantor brasileiro, Grande Otelô foi um dos maiores artistas da história do cinema e do teatro no Brasil. Destacou-se por sua versatilidade, atuando em diversas obras, especialmente nas famosas chanchadas e em clássicos como Macunaíma. Seu talento cômico e dramático marcou a cultura brasileira por décadas.

Legado: sua capacidade de transitar por diferentes gêneros e emocionar gerações de brasileiros. Ele abriu caminho para artistas negros no cinema e no teatro, sendo lembrado como um ícone da cultura popular, com um impacto profundo no cenário artístico nacional.

JOÃO DA CRUZ E SOUZA (1861 | 1898)

Contribuição: poeta brasileiro e um dos principais representantes do simbolismo

no Brasil. Conhecido por obras como Missal e Broquéis, Cruz e Souza inovou com uma linguagem poética intensa e sensorial, abordando temas como dor, transcendência e o sofrimento causado pelo racismo.

Legado: o legado de João da Cruz e Souza reside em sua obra poética rica e complexa, que o consagrou como um dos maiores poetas brasileiros, apesar da discriminação racial que enfrentou. Ele é lembrado por sua contribuição ao simbolismo e por ser um pioneiro na luta contra o preconceito racial por meio da arte.

JOSÉ DO PATROCÍNIO (1853 | 1905)

Contribuição: jornalista, abolicionista e político brasileiro, foi um dos líderes do movimento abolicionista no Brasil, sendo uma voz proeminente na luta pela liberdade dos escravizados. Fundou a Revista da Semana e teve um papel ativo na criação

da Lei Áurea, além de ser membro da Sociedade Brasileira contra a Escravidão.

Legado: o legado de José do Patrocínio está na sua incansável luta pela abolição e pela igualdade racial. Reconhecido como um dos principais defensores dos direitos dos negros no Brasil, sua obra e ativismo inspiraram gerações na busca por justiça social e igualdade.

JULIANO MOREIRA **(1873 | 1933)**

Contribuição: psiquiatra e um dos primeiros intelectuais brasileiros a abordar a saúde mental sob uma perspectiva científica e humanista. Moreira foi pioneiro na reforma psiquiátrica no Brasil e destacou-se pelo seu trabalho em instituições de saúde mental, promovendo uma abordagem mais compreensiva e menos punitiva para os pacientes.

Legado: o legado de Juliano Moreira reside em suas contribuições significativas para a

psiquiatria e o tratamento de pessoas com transtornos mentais. Ele desafiou estigmas raciais e sociais, promovendo a inclusão e a dignidade dos indivíduos em tratamento, sendo uma figura respeitada na história da medicina brasileira.

LAÉLIA DE ALCÂNTARA (1923 | 2005)

Contribuição: Laélia de Alcântara foi uma educadora, ativista social e feminista brasileira que lutou pelos direitos das mulheres negras e pela inclusão social. Pioneira no movimento negro, ela fundou várias organizações voltadas à educação e promoção de igualdade racial. Laélia também esteve à frente de importantes iniciativas voltadas à valorização da cultura afrobrasileira e combate à discriminação racial.

Legado: o legado de Laélia Alcântara está no seu papel como defensora incansável da justiça social e da equidade racial. Sua contribuição para o movimento

negro brasileiro continua a inspirar novas gerações de ativistas que lutam por um Brasil mais inclusivo e igualitário.

LAUDELINA DE CAMPOS MELO (1904 | 1991)

Contribuição: ativista, educadora e uma das pioneiras do movimento negro no Brasil, Laudelina foi uma defensora dos direitos das mulheres negras e da igualdade racial. Ela fundou a Associação Brasileira de Mulheres Negras e esteve à frente de diversas iniciativas voltadas para a educação e a promoção da cultura afrobrasileira.

Legado: o legado de Laudelina de Campos Melo é significativo na luta por direitos civis e igualdade racial, tendo sido uma voz ativa em um momento em que a discriminação era intensa. Seu trabalho inspirou gerações de ativistas e fortaleceu o movimento negro no Brasil, contribuindo para a valorização da cultura e identidade afrobrasileira.

LECI BRANDÃO (1944 | ATUALMENTE)

Contribuição: deputada estadual no terceiro mandato, Leci Brandão da Silva nasceu no Rio de Janeiro-RJ. É cantora, compositora e percussionista.

Legado: importante referência do samba, tem a carreira marcada pelo sucesso de público e de crítica. Como parlamentar, dedica-se especialmente à promoção da igualdade racial, ao respeito às tradições de matriz africana e à defesa da cultura popular brasileira.

LÉLIA GONZALEZ (1935 | 1994)

Contribuição: intelectual, antropóloga, professora e uma das principais vozes do feminismo negro no Brasil, Lélia Gonzalez dedicou sua vida à luta contra o racismo e o sexismo. Ela foi uma das fundadoras do Movimento Negro Unificado e sua

obra intelectual conectou o pensamento sobre raça, gênero e classe, destacando a importância da cultura afrobrasileira e da diáspora africana na formação da identidade nacional.

Legado: Lélia Gonzalez deixou um legado fundamental para os movimentos negro e feminista no Brasil. Sua obra e ativismo influenciam até hoje os debates sobre interseccionalidade, e sua defesa da valorização da cultura negra é uma referência para o combate às opressões sociais no Brasil e na América Latina.

LUÍS GAMA (1830 | 1882)

Contribuição: advogado, poeta e abolicionista brasileiro, Gama foi um dos mais influentes defensores da liberdade dos escravizados no Brasil. Ele usou sua formação jurídica para lutar pela libertação de pessoas escravizadas e se tornou um dos fundadores do movimento abolicionista, além de publicar obras literárias que denunciavam a escravidão.

Legado: o legado de Luís Gama está em sua luta incansável pela justiça e pela igualdade racial. Ele é reconhecido como um dos principais intelectuais da sua época, e sua poesia e ativismo continuam a inspirar movimentos por direitos humanos e igualdade até hoje, destacando-se como uma figura central na história da luta contra a escravidão no Brasil.

MACHADO DE ASSIS **(1839 | 1908)**

Contribuição: escritor, poeta e dramaturgo brasileiro, é amplamente considerado um dos maiores autores da literatura brasileira e um dos fundadores do Realismo. Suas obras, como Dom Casmurro e Memórias Póstumas de Brás Cubas, exploram temas como a psicologia humana, a hipocrisia social e a condição do negro no Brasil, refletindo sobre as complexidades da sociedade brasileira do século XIX.

Legado: o legado de Machado de Assis é monumental, tendo influenciado gerações de escritores e consolidado a literatura brasileira no cenário internacional. Ele é celebrado por seu estilo inovador, suas profundas análises sociais e psicológicas e por ter sido um dos primeiros autores negros a alcançar grande reconhecimento literário no Brasil, desafiando as normas de sua época.

MAE JEMISON (1956 | ATUALMENTE)

Contribuição: estadunidense, médica, física, engenheira e astronauta.

Legado: Mae Jemison foi a primeira mulher negra a viajar ao espaço, destacando-se como astronauta da NASA em 1992. Seu legado é marcado pela defesa da educação científica e pela inclusão de minorias.

MÃE MENININHA DO GANTOIS (1894 | 1986)

Contribuição: uma das mais importantes líderes religiosas do candomblé na Bahia, Mãe Menininha foi figura central na preservação e promoção das tradições afrobrasileiras. Como yalorixá, ela dedicou sua vida ao culto, à orientação espiritual e à defesa da cultura afro, tornando-se um símbolo de resistência e identidade cultural.

Legado: o legado de Mãe Menininha do Gantois é profundo, refletindo sua influência na valorização do candomblé e na luta contra a discriminação religiosa. Ela é lembrada não apenas como uma líder espiritual, mas também como uma defensora da cultura afrobrasileira, contribuindo para a aceitação e o reconhecimento das religiões de matriz africana no Brasil.

MÃE STELLA DE OXÓSSI (1925 | 2018)

Contribuição: líder religiosa do candomblé e uma das mais respeitadas mães de santo do Brasil, Mãe Stella foi uma defensora da cultura afrobrasileira e dos direitos religiosos.

Legado: ela ajudou a promover o respeito e a valorização das tradições afrobrasileiras, além de ser uma voz contra o preconceito religioso.

MARIA FELIPA DE OLIVEIRA (1799 | 1873)

Contribuição: heroína da Independência do Brasil na Bahia, Maria Felipa foi uma líder quilombola e pescadora que organizou e liderou um grupo de mulheres e homens na luta contra as forças portuguesas na Ilha de Itaparica. Ela teve um papel importante em várias ações, incluindo ataques aos navios

portugueses, que ajudaram a garantir a vitória dos brasileiros.

Legado: o legado de Maria Felipa de Oliveira está em sua bravura e liderança durante a luta pela Independência na Bahia. Sua atuação tem ganhado reconhecimento, e ela tem sido considerada um símbolo de resistência e da participação das mulheres e das populações afrodescendentes na luta pela liberdade no Brasil.

MARIA FIRMINA DO REIS (1822 | 1917)

Contribuição: escritora e educadora brasileira, é considerada a primeira romancista do Brasil, conhecida por sua obra *Úrsula*, que aborda questões de gênero, racismo e a condição da mulher na sociedade do século XIX. Sua escrita foi pioneira na representação de personagens negras e na discussão de temas sociais relevantes.

Legado: o legado de Maria Firmina dos Reis está na sua contribuição à literatura brasileira e na luta pela igualdade racial e de gênero. Sua obra abriu caminhos para futuras escritoras e abordagens mais inclusivas na literatura, desafiando as normas sociais da sua época.

MARIELLE FRANCO (1979 | 2018)

Contribuição: vereadora do Rio de Janeiro e ativista dos direitos humanos, Marielle foi uma defensora dos direitos das mulheres, da população negra e da comunidade LGBTQIA+. Ela denunciou a violência policial e as desigualdades sociais.

Legado: sua morte, em 2018, gerou protestos e mobilizações em todo o Brasil, tornando-a um símbolo da luta por justiça e igualdade.

MARTIN LUTHER KING JR. (1929 | 1968)

Contribuição: líder do movimento dos direitos civis nos Estados Unidos, King foi um defensor da não violência e da desobediência civil. Ele é famoso por seu discurso “*I Have a Dream*”, que visava a igualdade racial e o fim da discriminação.

Legado: King recebeu o Prêmio Nobel da Paz em 1964 e é uma figura central na luta pela igualdade racial nos EUA.

MAYA ANGELOU (1928 | 2014)

Contribuição: escritora, poetisa e ativista, Angelou é famosa por suas obras, incluindo *I Know Why the Caged Bird Sings*, que aborda sua experiência de vida como mulher negra nos EUA. Ela usou sua arte para falar sobre racismo, identidade e feminismo.

Legado: Angelou se tornou uma voz proeminente na luta pelos direitos civis e pela igualdade racial, influenciando gerações com sua escrita.

MESTRE VALENTIN (1745 | 1930)

Contribuição: importante figura do candomblé na Bahia, Mestre Valentin foi um renomado sacerdote e defensor das tradições afrobrasileiras. Fundamental na preservação e disseminação dos conhecimentos e práticas do candomblé, atuou como líder espiritual e educado na comunidade.

Legado: o legado de Mestre Valentin reside na sua dedicação à cultura afrobrasileira e na promoção do candomblé como uma expressão legítima de fé e identidade. Sua influência ajudou a fortalecer a resistência cultural e religiosa das comunidades afrodescendentes no Brasil, contribuindo para a valorização e o reconhecimento das religiões de matriz africana.

NELSON MANDELA (1918 | 2013)

Contribuição: líder anti-apartheid na África do Sul, Mandela passou 27 anos preso por sua luta contra o regime racista do Apartheid. Após sua libertação, ele se tornou o primeiro presidente negro da África do Sul, promovendo a reconciliação racial e o fim da segregação racial.

Legado: Mandela é um símbolo global de resistência e luta pela liberdade, sendo um defensor dos direitos humanos.

NILO PEÇANHA (1867 | 1924)

Contribuição: político e advogado brasileiro, Nilo Peçanha foi um dos primeiros governadores do estado do Rio de Janeiro após a proclamação da República. Ocupou o cargo de presidente do Brasil entre 1920 e 1922. Ele se destacou por suas políticas de inclusão social e pela defesa dos direitos

dos trabalhadores, contribuindo para a modernização do Brasil em um período de grandes transformações sociais e políticas.

Legado: o legado de Nilo Peçanha está em seu compromisso com a justiça social e a defesa dos direitos humanos. Ele é lembrado por seu papel na promoção da educação e do trabalho, além de ter sido um dos primeiros a abordar questões de desigualdade social, influenciando a política brasileira nas décadas seguintes.

PADRE JOSÉ MAURÍCIO NUNES GARCIA (1767 | 1830)

Contribuição: compositor, maestro e sacerdote brasileiro, é considerado um dos mais importantes músicos do período colonial e imperial no Brasil. Conhecido por suas obras sacras, ele foi uma figura central na música religiosa, combinando influências europeias com elementos da música brasileira. Seu trabalho inclui missas, motetos e outras composições que foram

fundamentais para o desenvolvimento da música erudita no país.

Legado: o legado de Padre José Maurício está na sua contribuição à música clássica brasileira e na influência que exerceu sobre gerações de compositores. Sua obra é um marco na história da música no Brasil, refletindo a riqueza cultural e a fusão de estilos que caracterizam a música brasileira, sendo uma inspiração para músicos e estudiosos até os dias atuais.

PIXINGUINHA (1897 | 1973)

Contribuição: compositor, arranjadore instrumentista brasileiro, é considerado um dos maiores músicos da história da música popular brasileira. Pixinguinha foi um dos principais responsáveis pela popularização do choro, gênero musical que combina elementos do jazz, da música clássica e da música popular brasileira. Suas composições, como Carinhoso e Lamentos, são clássicos que transcendem gerações.

Legado: o legado de Pixinguinha está na sua contribuição à música brasileira e na influência que exerceu sobre diversos gêneros, especialmente o choro e a bossa nova. Sua habilidade como músico e arranjador estabeleceu novos padrões na música popular, e suas obras continuam a ser celebradas e reinterpretadas por músicos em todo o mundo, solidificando seu status como ícone cultural.

PHILLIP EMEAGWALI (1954 | ATUALMENTE)

Contribuição: nigeriano, matemático e cientista da computação.

Legado: alcançou avanços na computação que ajudaram a levar ao desenvolvimento da internet. Seu trabalho com cálculos simultâneos em microprocessadores conectados lhe rendeu o Prêmio Gordon Bell, considerado o Prêmio Nobel da computação.

ROSA PARKS (1913 | 2005)

Contribuição: conhecida como a “mãe do movimento dos direitos civis”, Parks se recusou a ceder seu assento a um passageiro branco em um ônibus em Montgomery, Alabama, em 1955. Seu ato de desobediência civil foi um catalisador para o boicote aos ônibus de Montgomery.

Legado: Parks é um ícone da luta contra a segregação racial e inspirou muitos a se engajar na luta pelos direitos civis.

RUTH DE SOUZA (1921 | 2019)

Contribuição: atriz brasileira, foi uma das pioneiras do teatro e do cinema no Brasil, destacando-se por suas atuações marcantes em diversas produções. Ruth foi a primeira atriz negra a atuar em papéis de destaque em telenovelas e filmes brasileiros, abrindo caminho para futuras gerações de artistas. Ela trabalhou

em importantes produções, como “O Pagador de Promessas” e “A Morte de Um Caixeiro Viajante”.

Legado: o legado de Ruth de Souza está na sua luta contra o racismo e na promoção da representatividade negra na cultura brasileira. Sua carreira inspirou muitos atores e atrizes, e sua influência perdura como um símbolo de talento e resistência, celebrando a contribuição dos artistas negros na história do entretenimento no Brasil.

SÔNIA GUIMARÃES (1957 | ATUALMENTE)

Contribuição: brasileira, doutora em física.

Legado: professora do Instituto Tecnológico de Aeronáutica (ITA) tendo ingressado em 1993, quando a instituição ainda não aceitava mulheres como

estudantes. Primeira brasileira negra a se tornar doutora em física.

SUELI CARNEIRO (1950 | ATUALMENTE)

Contribuição: filósofa, escritora e ativista antirracista do movimento negro brasileiro.

Legado: fundadora e atual diretora do Geledés - Instituto da Mulher Negra (SP) e considerada uma das principais intelectuais do feminismo negro no Brasil.

TEREZA DE BENGUELA (1700 | 1770)

Contribuição: líder quilombola e figura histórica da resistência contra a escravidão no Brasil, Tereza de Benguela foi uma importante líder do Quilombo do Quariterê, localizado no atual estado de Mato Grosso. Ela organizou a comunidade,

promovendo a autonomia e a preservação da cultura africana, além de resistir ativamente às investidas das autoridades coloniais.

Legado: o legado de Tereza de Benguela é significativo na luta pela liberdade e pela valorização da cultura afrobrasileira. Ela é lembrada como um símbolo de resistência e força, representando a luta das mulheres negras e a importância dos quilombos na história do Brasil. Sua vida e liderança inspiram movimentos contemporâneos pela igualdade racial e pelos direitos dos afrodescendentes.

TIA CIATA – HILÁRIA BATISTA DE ALMEIDA (1854 | 1924)

Contribuição: cozinheira, mãe de santo e figura central na cultura afrobrasileira, Tia Ciata foi uma das principais influências para o surgimento do samba no Rio de Janeiro. Sua casa, na Praça Onze, era ponto de encontro para músicos e artistas da época,

onde surgiram os primeiros registros do samba urbano carioca.

Legado: Tia Ciata deixou um legado cultural que transcende gerações. Sua contribuição para a música brasileira, especialmente para o desenvolvimento do samba, foi essencial. Além disso, ela desempenhou um papel importante na preservação e promoção das tradições afrobrasileiras em um período de forte repressão cultural.

WINNIE MANDELA (1936 | 2018)

Contribuição: ativista e esposa de Nelson Mandela, Winnie foi uma figura central na luta contra o apartheid. Ela se destacou por seu ativismo e resistência durante os anos de opressão.

Legado: conhecida como “a mãe da nação”, sua luta e seu sacrifício inspiraram muitos na busca pela liberdade e justiça.

ZUMBI DOS PALMARES

(1655 | 1695)

Contribuição: líder do Quilombo dos Palmares, Zumbi é um símbolo da resistência contra a escravidão. Ele lutou pela liberdade dos negros escravizados e pela formação de uma sociedade livre e igualitária.

Legado: seu legado é celebrado no Dia da Consciência Negra, 20 de novembro, uma data que homenageia a luta pela liberdade e igualdade racial no Brasil.





PÉROLAS NEGRAS: CITAÇÕES LINDAS COMO A NOITE



“Não basta não ser racista, é necessário ser antirracista.”

Angela Davis

“O racismo e o sexismo, juntos, constituem as maiores barreiras ao progresso para mulheres negras.”

bell hooks

“Ah, comigo o mundo vai modificar-se. Não gosto do mundo como ele é.”

Carolina Maria de Jesus

“Eles combinaram de nos matar, mas nós combinamos de não morrer.”

Conceição Evaristo

“Não vou mais lavar os pratos, nem vou limpar a poeira dos móveis, sinto muito, comecei a ler.”

Cristiane Sobral

“Ser antirracista não é uma identidade; é uma ação. Não se trata apenas de se autoproclamar, mas de trabalhar para a destruição das estruturas racistas.”

Djamila Ribeiro

“Nunca permita que a imaginação limitada dos outros limite você.”

Mae Jemison

“O corpo negro é o elemento central na reprodução da desigualdade.”

Marielle Franco

“Você pode me atirar palavras cortantes, você pode me golpear com seus olhos, você pode me matar com seu ódio, mas ainda assim, como o ar, eu me levanto.”

Maya Angelou

“Não sou descendente de escravos, sou descendente de seres humanos que foram escravizados.”

Makota Valdina

“Se a coisa tá preta, a coisa tá boa.”

Monique Evelle

“Negro drama, eu sei quem trama e quem tá comigo.”

Racionais MC 's

“Eu não estou interessada em fingir que o racismo é algo sobre o qual precisamos ser ‘neutros’. Precisamos ser ativos contra ele.”

Reni Eddo-Lodge

“A gente tem a necessidade de narrar, de contar nossas histórias, porque sabemos como o racismo nos nega essa possibilidade.”

Stephanie Borges

“A função muito séria do racismo é a distração. Impede você de fazer o seu trabalho. Mantém você explicando, repetidamente, sua razão de ser.”

Toni Morrison

PRETAGONISTAS

AUTORA:

Cristiane Sobral é carioca e vive em Brasília. É mãe, atriz, professora, escritora e dramaturga. Mestre em teatro pela UnB, Cristiane tem 12 livros publicados em vários gêneros, e textos em publicações internacionais. Seu livro mais recente é “Caixa Preta”, contos, publicado pela editora Me Pariô, SP. Multiartista e performer, ela percorreu, como palestrante e oficinaira, Angola, Colômbia, Portugal, Guiné Bissau, Equador, África do Sul e Estados Unidos, onde fez tour por nove universidades, inclusive Harvard. Em 2023, foi finalista do prêmio Jabuti de literatura. Também representou o Brasil na Feira do Livro de Maputo, Moçambique, e conquistou o prêmio Sesc + Cultura.

Seu espetáculo de teatro mais recente é “Esperando Zumbi”. Cristiane dirigiu a Cia de Arte Negra Cabeça Feita por 18 anos.

Seus livros “Não vou mais lavar os pratos” e “Terra Negra”, publicados pela editora Malê, estão na lista obrigatória do vestibular da UESB (BA) e UFU (MG) e na lista do PAS – UnB.

Cristiane desenvolve pesquisas no âmbito de estudos das relações entre literatura, teatro, cultura, feminismo negro, educação étnico-racial e religiosidades de matrizes africanas.

Instagram: @cristianesobralartista

ILUSTRADORA:

Vanessa Ferreira tem 38 anos e é oriunda da periferia da Zona Sul de São Paulo. Terceira filha de mãe solo, ela cresceu no Centro Assistencial Cruz de Malta, uma instituição que atende crianças em situação de vulnerabilidade na região do Jabaquara. Em 2010, formou-se em Publicidade na Belas Artes, pelo Prouni. Em 2017, criou a Preta Ilustra, um lugar seguro para além da periferia. Em 2023, a Preta Ilustra ganhou estrela de Ouro e Bronze no 46º Anuário de Publicidade de São Paulo. Em 2024, Vanessa lançou seu primeiro livro infantil, em parceria com Rodrigo França, e estreou no mundo dos quadrinhos ilustrando “Quarto de Despejo”, de Carolina Maria de Jesus. Ela vem unindo a arte e a publicidade em trajetórias ilustradas, protagonizando um legado artístico preto e feminino.

Instagram: @pretailustra

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Joel Zito. **A negação do Brasil**: o negro na telenovela brasileira. 2. ed. São Paulo: Senac, 2004. 323 p.

CUTI, Luís Silva. **Literatura negro-brasileira**. São Paulo: Selo Negro, 2010. 151 p.

FANON, Frantz. **Pele Negra, Máscaras Brancas**. Salvador: EDUFBA, 2008. 194p.

FONSECA, Maria Nazareth Soares (Org.). **Brasil afrobrasileiro**. Belo Horizonte: Autêntica, 2000. 347 p.

GOBINEAU, Arthur. **Ensaio sobre as desigualdades das raças humanas**. São Paulo: Antonio Fontoura, 2021. 446 p.

JESUS, Carolina Maria. **Quarto de despejo - Diário de uma favelada**. Ática, 2015. 200 p.

KENDI, Ibram X. **Como ser antirracista**. Rio de Janeiro: Alta Cult, 2020. 320 p.

LOPES, Nei. **Dicionário escolar afrobrasileiro**. 2. ed. São Paulo: Selo Negro, 2015. 176 p.

LOPES, Nei. **História e cultura africana e afrobrasileira**. São Paulo: Barsa Planeta, 2008. 144 p.

MOORE, Carlos. **Fela. Esta vida puta**. Belo Horizonte: Nandyala, 2011. 344 p.

MUNANGA, Kabengele. **Rediscutindo a mestiçagem no Brasil: Identidade nacional versus identidade negra**. Belo Horizonte: Autêntica, 2004. 152 p.

NASCIMENTO, Abdias do. **O genocídio do negro brasileiro. Processo de um racismo mascarado**. São Paulo: Ed. Perspectiva, 2016. 222 p.

RIBEIRO, Djamila. **Pequeno manual antirracista**. São Paulo: Companhia das Letras, 2019. 136 p.

SOUZA, Neusa dos Santos. **Tornar-se negro: Ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social**. São Paulo: Zahar, 2021. 176 p.



Um projeto da

FLAP