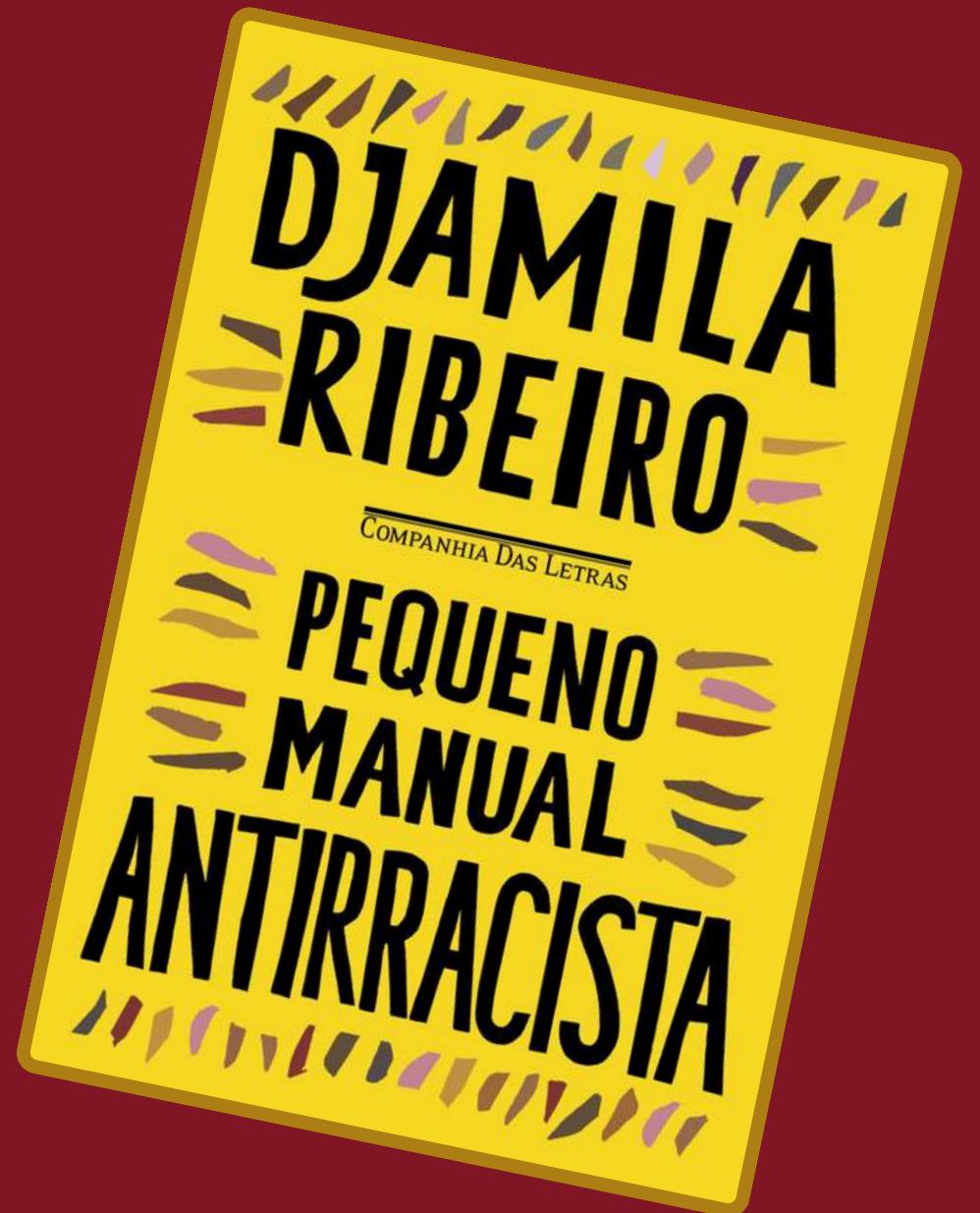


Pequeno Manual

# ANTIRRACISTA

de Djamila Ribeiro





## Informe-se sobre o **RACISMO**

Djamila Ribeiro inicia o Pequeno Manual Antirracista com um convite urgente: abra os olhos para a história que molda o presente. Ela nos leva ao século XVI, quando o Brasil foi construído sobre os alicerces de um sistema escravocrata violento, que sequestrou milhões de africanos e os tratou como mercadoria.

Mas, o mais chocante é perceber que, mesmo após a abolição formal da escravidão, as estruturas de poder racistas continuam a operar, não apenas nos porões da história, mas nos detalhes do cotidiano: nas portas que não se abrem, nas oportunidades que nunca chegam, nos olhares que acusam.

*Lembrando que racismo não é apenas xingamento ou agressão direta, é sistema.*



*É quando uma jovem negra é vista com desconfiança ao entrar numa loja. É quando um(a) estudante negro ou negra precisa lutar o triplo para ser reconhecido no espaço acadêmico. É quando uma criança negra cresce sem ver professores, médicos ou personagens de livros que se pareçam com ela, sem o minimo de representatividade em cargos e ocupações considerados de elite.*

*Daniela Lima.*



# Enxergue a NEGRI TUDS

## Infância e descoberta da negritude.

- A autora relata que por volta dos 6 anos passou a perceber o racismo.
- Antes disso, vivia sua identidade de forma natural, mas o ambiente escolar revelou a discriminação.



## Branquitude como padrão

- O mundo escolar refletia padrões eurocêntricos como ideais de beleza e comportamento
- Crianças brancas não precisavam pensar sobre sua posição social; já as negras eram constantemente lembradas de sua diferença.

*“Não me descobri negra, fui acusada de sê-la.” – Joice Berth*

*Uma frase que resume o impacto do racismo na formação da identidade.*

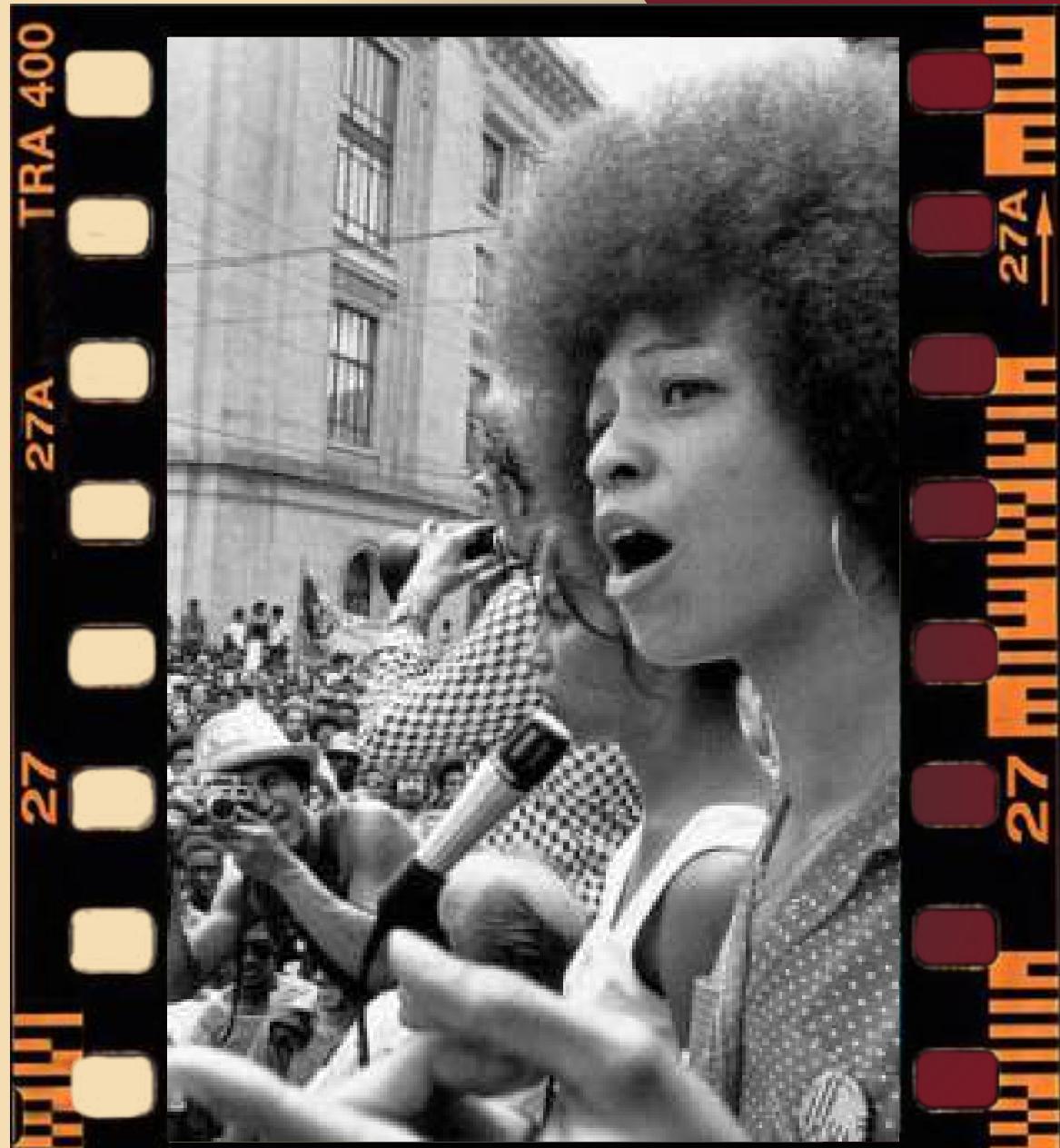


## Racismo Estrutural e Estereótipos



- Mesmo com boas intenções, pessoas brancas se beneficiam do racismo estrutural e o reforçam inconscientemente.
- Pessoas negras são constantemente associadas a funções subalternas (ex: faxineira, copeira), ignorando sua complexidade e humanidade.
- A autora relata experiências pessoais que mostram como o racismo molda percepções sociais.

# Cultura Negra e Protagonismo



- A população negra criou estratégias culturais para resistir à marginalização, como o movimento Panteras Negras.
- A estética negra valoriza o cabelo natural e traços típicos do povo negro.
- Iniciativas como o Teatro Experimental do Negro e os Cadernos Negros destacam a produção cultural negra.
- É essencial reconhecer e valorizar a negritude para criar uma nova consciência social.

## Locus Social Privilegiado

- A branquitude é beneficiada estruturalmente e prevalece nos espaços de poder.
- Reconheça os privilégios construídos a partir da opressão.

## Desnaturalize o olhar racista

Reconheça os  
**PRIVILÉGIOS DA  
BRANQUITUDÉ**



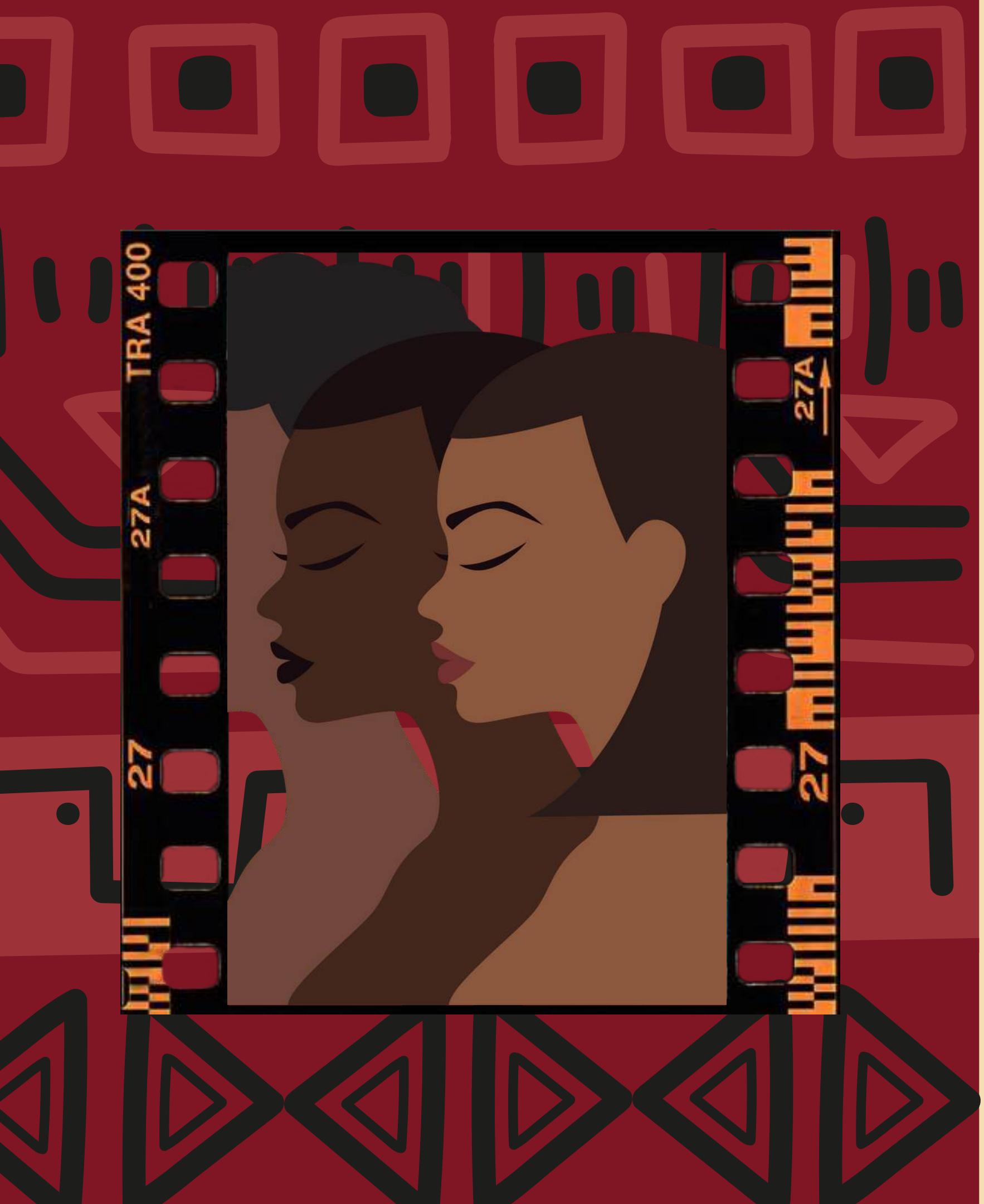
- Questione normas que mantém o racismo ativo sustentado pelos brancos.
- *É sobre responsabilização, o que leva à ações antirracistas.*



# Reconheça os **PRIVILÉGIOS DA BRANQUITUDÉ**

**“O racismo é uma problemática branca que força o negro a protagonizar um papel que não é o seu e com o qual não se identifica”.**

Grada Kilomba.



# PSRCSBA INTERNAL VOCES



## O Racismo Internalizado

- É o processo pelo qual pessoas negras absorvem, desde cedo, ideias negativas sobre si mesmas, sobre seu corpo, sua cor, seu cabelo, sua história e seu valor social.
- Esse tipo de racismo é silencioso, mas devastador, pois mina a autoestima e naturaliza a inferiorização do povo negro.





Desde a infância, somos expostos a modelos de beleza que privilegiam traços europeus: pele clara, nariz fino, cabelo liso. Isso gera rejeição da estética negra, como o cabelo crespo, os lábios grossos ou a pele escura. A busca pela “aceitação” faz com que pessoas negras sintam vergonha de sua aparência.



O antídoto ao racismo internalizado é a reconstrução de uma identidade negra saudável, que valoriza a cultura, a história, a aparência e os saberes negros. A autoaceitação é uma forma de resistência. É necessário promover orgulho racial e criar ambientes que afirmem positivamente o ser negro. A autoaceitação é uma forma de resistência. É necessário promover orgulho racial e criar ambientes que afirmem positivamente o ser negro.

É fundamental promover narrativas positivas sobre a negritude desde a infância, dentro das escolas, da família e da sociedade em geral. A presença de professoras negras, livros com protagonistas negros e heróis africanos é fundamental para quebrar o ciclo da inferiorização.

### Negação da Identidade Negra

*"A pessoa negra passa a acreditar que sua identidade é um problema."*

## Interiorização Inconsciente

*"A branquitude é colocada como ideal de humanidade. Isso leva pessoas negras a tentarem se adequar a esse padrão, muitas vezes apagando suas raízes."*

## O Racismo Internalizado

*"O racismo é tão perverso que faz com que pessoas negras acreditem que são inferiores."*

A close-up photograph of a young Black girl with curly hair and glasses, looking upwards with a thoughtful expression. She is wearing a white t-shirt and a blue denim jacket. The background is blurred.

# Apoie POLÍTICAS EDUCACIONAIS AFIRMATIVAS

O Brasil tem uma história marcada pela escravidão e exclusão de pessoas negras e indígenas do acesso à educação.



**As políticas afirmativas são medidas que buscam corrigir desigualdades históricas e promover equidade, oferecendo condições reais de acesso à educação para grupos historicamente marginalizados.**



# Desmitificando os mitos POLÍTICAS EDUCACIONAIS AFIRMATIVAS

- ✗ “Vão roubar minha vaga”**  
✓ Vagas foram ampliadas, não retiradas.
- ✗ “Cotistas têm pior desempenho”**  
✓ Dados mostram ótimo desempenho e menor evasão.



# Desmitificando os mitos POLÍTICAS EDUCACIONAIS AFIRMATIVAS

- ✗ “É injusto com os brancos pobres”
- ✓ Políticas também incluem recortes sociais, não apenas raciais.

# TRANSFORME SUA AMBIENTE DE TRABALHO

**“A herança escravista faz com que o mundo do trabalho seja particularmente racista!”**

- Qual a proporção de pessoas negras e brancas em sua empresa?
- Como a questão racial é tratada durante a contratação de pessoal? Ou ela simplesmente não é tratada, porque esse processo deve ser ‘daltônico’?



- Há na sua empresa algum comitê de diversidade ou um projeto para melhorar esses números?
- Há espaço para um humor hostil a grupos vulneráveis?

***“Além da representatividade deve haver proporcionalidade.”***

***“Quantos talentos o Brasil perde todos os dias por causa do racismo?”***





# LESIA AUTORAS NEGROS

**Neste capítulo, é proposto uma reflexão sobre o apagamento da produção intelectual negra e a importância de dar visibilidade a essas vozes.**

- *Epistemocídio (apagamento sistemático dos saberes produzidos por grupos oprimidos);*





- Escritores negros, como Machado de Assis, são frequentemente apresentados com características físicas que não correspondem à sua ascendência africana;
- É essencial apoiar editoras que publicam obras de autores negros;
- Incentivar a leitura de obras com uma visão decolonial do mundo.



# Questione a CULTURA QUE VOCÊ CONSUME

“Quando assistir a um filme ou a uma novela, procure refletir sobre a presença ou a ausência de atores e atrizes negros. Quantas pessoas negras estão atuando? Que personagens interpretam? O mesmo vale para qualquer produto cultural: quando for a uma exposição de arte, a uma festa literária, a um debate sobre poesia, quando ler um livro ou folhear uma revista.





E, para você que pode contratar profissionais da cultura ou investir em projetos culturais, reflita quem você escolhe para a equipe e quais temas estão sendo tratados. Você está fazendo o que pode para contribuir para a luta antirracista? ”



# Conheça seus DESEJOS E AFETOS

No capítulo “Conheça desejos e afetos”, Djamila Ribeiro nos convida a olhar com atenção crítica para como o racismo também molda o campo dos afetos, dos desejos e das relações. Ela mostra que, além de estruturas sociais e econômicas, o racismo age também nos vínculos íntimos, afetivos e sexuais, criando padrões que desumanizam corpos negros.



Como mulher negra, me identifiquei profundamente com esse trecho, especialmente quando a autora fala sobre como os nossos corpos muitas vezes não são vistos com humanidade, mas como objeto de fetiche. É uma dor que vai além da exclusão: é a experiência de ser desejada não pelo que se é, mas pelo que representamos num imaginário racista, como corpos “quentes”, “exóticos”, “selvagens” ou “curiosos”.



A hipersexualização não é elogio, é violência. Quando somos vistas apenas como corpos para o prazer alheio, nos tiram a possibilidade de sermos amadas com profundidade, respeitadas em nossa complexidade. Isso gera inseguranças profundas, tanto na forma como nos relacionamos com os outros quanto com nós mesmas.



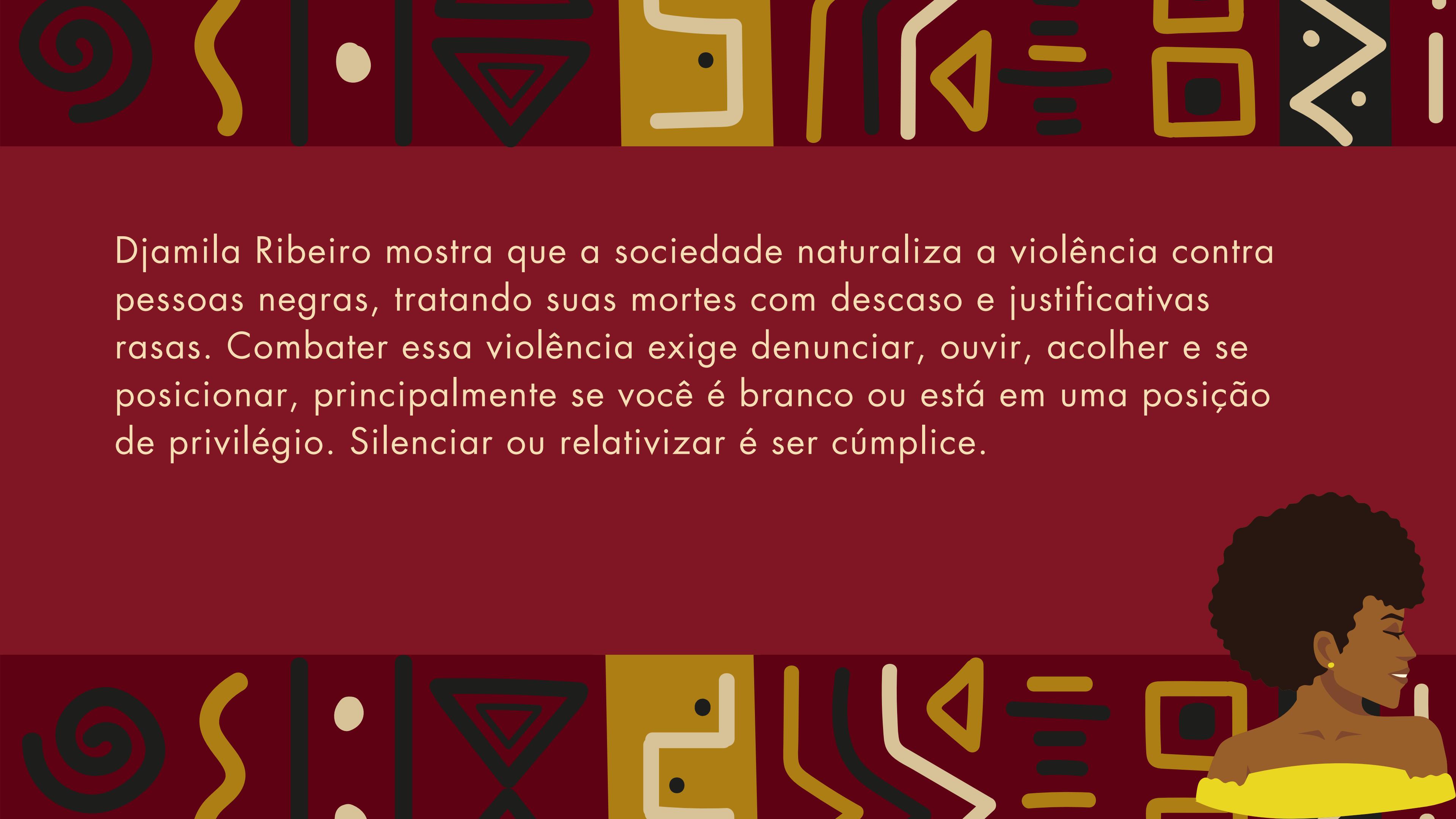
Djamila denuncia essa realidade, mas também nos convoca à transformação: entender como o racismo atravessa os afetos é um passo fundamental para construir relações verdadeiramente antirracistas, onde o desejo não seja colonizado, mas baseado na empatia, na escuta e na equidade.



# COMBATA A VIOLÊNCIA RACIAL

Combater a violência racial é reconhecer que ela não se limita a agressões físicas ou ofensas explícitas. Ela está presente nas abordagens policiais seletivas, na negligência médica com corpos negros, na invisibilidade nas instituições, no tratamento diferenciado em espaços públicos e na culpabilização constante da vítima.

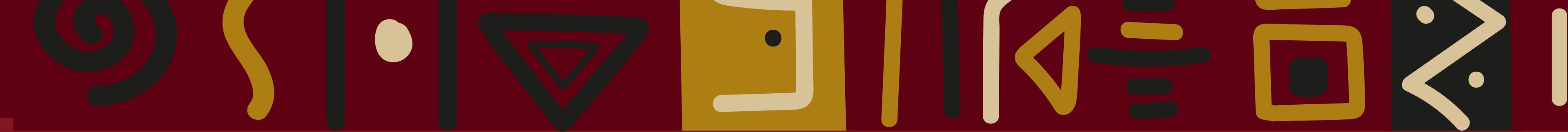




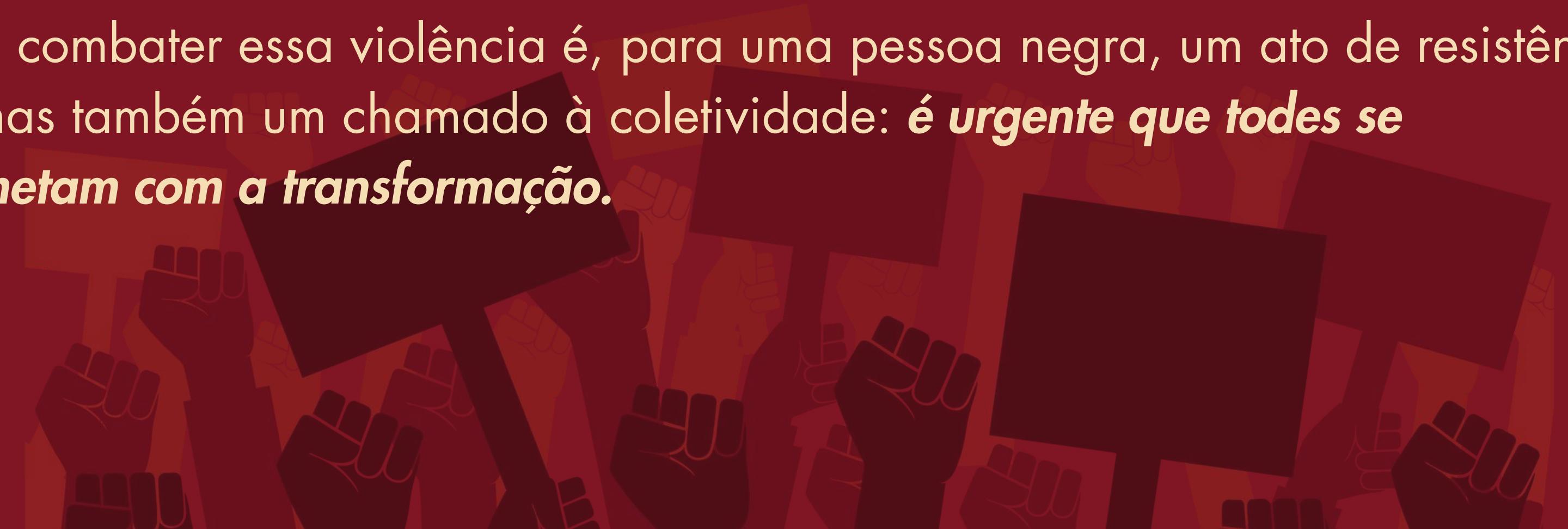
Djamila Ribeiro mostra que a sociedade naturaliza a violência contra pessoas negras, tratando suas mortes com descaso e justificativas rasas. Combater essa violência exige denunciar, ouvir, acolher e se posicionar, principalmente se você é branco ou está em uma posição de privilégio. Silenciar ou relativizar é ser cúmplice.



Viver a violência racial é sentir no corpo e na alma que a sua existência é vista como ameaça. É andar pela rua e ser seguido no mercado, ser parado pela polícia, ser desacreditado numa entrevista de emprego ou num atendimento médico. É saber que, se algo acontecer, ***a sociedade vai duvidar de você antes de te proteger.***



Essa violência ***machuca de forma contínua***, muitas vezes sem deixar marcas visíveis. E o pior: muitas pessoas ao redor ***não percebem ou fingem não ver***, porque isso não as afeta diretamente.

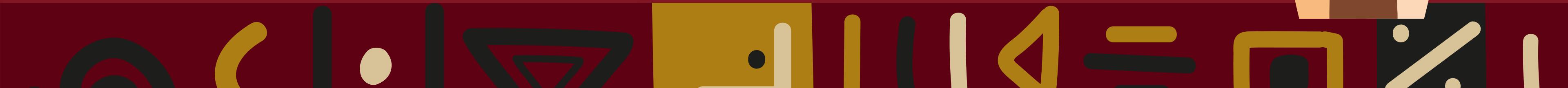
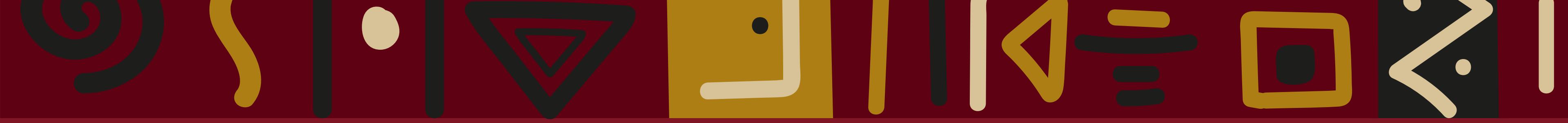


Por isso, combater essa violência é, para uma pessoa negra, um ato de resistência diária, mas também um chamado à coletividade: ***é urgente que todos se comprometam com a transformação***.

# SEJAMOS TODOS ANTIRRACISTAS

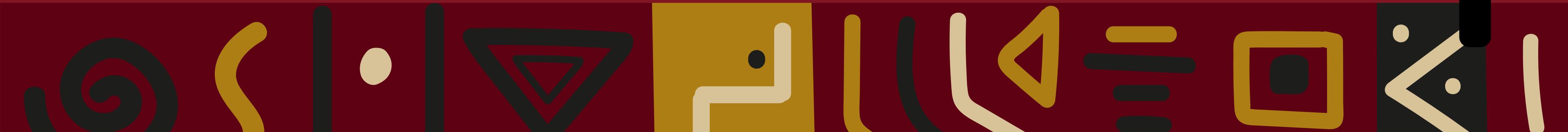
Ser antirracista não é uma escolha neutra ou um gesto pontual. É uma postura ativa e contínua, que exige consciência, atitude e revisão constante de privilégios. Djamila Ribeiro explica que não basta ***“não ser racista”***, é ***preciso enfrentar o racismo, mesmo quando ele parece “invisível” para quem não o sofre.***





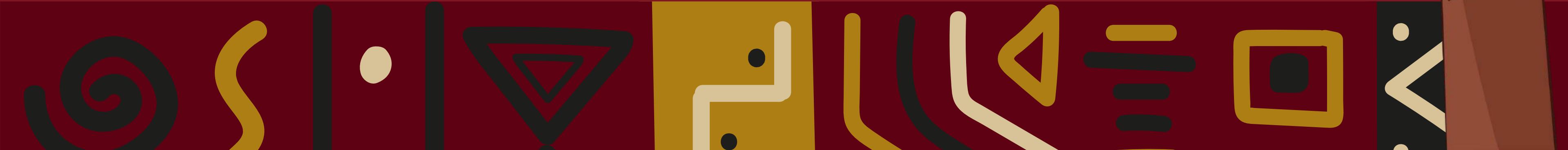
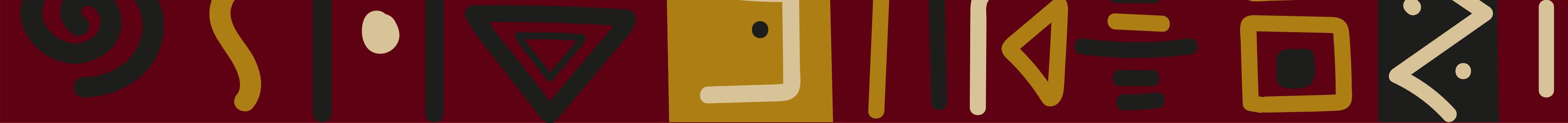
Ser antirracista **é se posicionar em rodas de conversa**, questionar piadas, práticas e estruturas que excluem ou violentam. É **reconhecer o papel da branquitude na manutenção do sistema e usar seu lugar social para transformar essa lógica**. É entender que **o racismo não é um problema só das pessoas negras, é uma responsabilidade de toda a sociedade**.





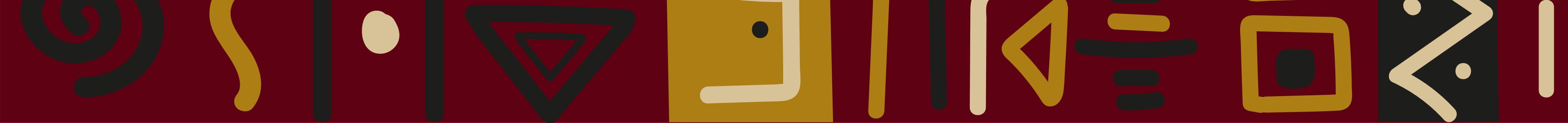
Ouvir que "todos devem ser antirracistas" é importante, mas também é cansativo saber que **nem todos estão dispostos a bancar isso na prática**. Ser negra é viver em um mundo que exige da gente resistência o tempo todo. Ver pessoas brancas, instituições e até colegas se dizendo "aliados", mas sem ação real, *gera desconfiança*.





Por isso, ser antirracista ***tem que ir além da hashtag ou do discurso bonito***. É sobre postura diária, sobre colocar o corpo em jogo quando necessário, sobre dividir espaço, dar voz, e ***reconhecer que essa luta é urgente, porque tem gente morrendo por causa da cor da pele***.





Para nós, ser antirracista não é tendência: é **sobrevivência**. O que a gente quer não é só apoio, é compromisso, é mudança concreta, é um **futuro onde nossas vidas sejam respeitadas e celebradas**.



OBRIGADO!