

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS  
EMPRESARIALES Y SOCIALES**  
[www.uces.edu.ar](http://www.uces.edu.ar)

**INSTITUTO DE ALTOS ESTUDIOS EN PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES (IAEPCIS)**  
**"David Maldavsky"**  
**Doctorado en Psicología**  
**Departamento de Investigaciones**

**XX Jornadas Internacionales de Investigación en  
Psicología UCES 2024**

**XXII Jornadas Internacionales de Actualización del  
Algoritmo David Liberman**

**"Investigaciones Actuales desde la Perspectiva de la Salud Mental, la Clínica y de Género."**

**Título: La salud mental de las mujeres negras en el contexto de desigualdad racial brasileño**

**Autor: Mag. Ana Paula Vicente de Oliveira**

**E-mail: paulavraja@gmail.com**

## **Introducción**

Según los datos del Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (IBGE, 2019), Brasil tiene una población de 209 millones de habitantes, siendo más de la mitad mujeres. De estas, el 55,71% son mujeres negras, que incluyen a aquellas que se autodefinen como pardas y negras, según la clasificación del IBGE.

Las mujeres suelen manifestar una mayor susceptibilidad a ciertas afecciones, aunque presentan una expectativa de vida superior a la de los hombres. Esta vulnerabilidad femenina frente a algunas enfermedades y causas de muerte está más vinculada a factores sociales que a aspectos biológicos (Brasil, 2004).

La falta de la variable de color en los principales sistemas de información de salud ha sido un obstáculo significativo para realizar un análisis coherente sobre la situación de las mujeres negras. Sin embargo, los datos socioeconómicos relacionados con la población negra ya proporcionan indicios importantes sobre su estado de bienestar.

La Política Nacional de Salud Integral de la Población Negra (2017) señala que las mujeres afrodescendientes enfrentan condiciones laborales más precarias. Estas se caracterizan por ocupaciones con baja valoración social, menor remuneración y poco control sobre su propio trabajo. Además, están expuestas a condiciones precarias de vida, lo que las hace más vulnerables en diversos aspectos (Brasil, 2017). Una gran parte de ellas vive por debajo de la línea de pobreza, y la tasa de analfabetismo es el doble en comparación con las mujeres blancas. Esto resulta en un acceso limitado a servicios de salud, lo que se refleja en los índices de morbilidad y mortalidad.

Respecto a la violencia contra la mujer, los hallazgos de la encuesta realizada por el Foro Brasileño de Seguridad Pública en 2021 revelaron que el 61,8% de las víctimas de feminicidio en el año 2020 eran mujeres negras. Además, estas mujeres mostraban los índices más bajos de calidad de vida en comparación con las mujeres blancas. Estos factores ejercen una influencia directa sobre las afecciones de salud que experimentan las mujeres de ascendencia negra (FBSP, 2021).

Bajo este aspecto, es válido destacar que algunos problemas de salud son más prevalentes en determinados grupos raciales/étnicos, y las mujeres negras, en particular, tienen una mayor incidencia de diabetes tipo II, miomas, hipertensión arterial y anemia falciforme. Estas condiciones presentan evidencia suficiente para resaltar la importancia del recorte racial/étnico en los datos de la salud de las poblaciones marginadas o subrepresentadas, en particular, las mujeres negras.

### **El racismo como determinante de la salud**

El racismo es una forma grave de violencia estructural e institucional que ejerce una influencia significativa en la sociedad, contribuyendo a la creación de desigualdades que resultan en condiciones precarias de vida para la población negra (Conselho Federal de Psicologia, 2017).

El patrón jerárquico generado por el racismo influye profundamente en las identidades y los estilos de vida de los individuos: es común que las personas negras experimenten sentimientos de culpa por no cumplir con el supuesto ideal blanco, junto con la angustia resultante de enfrentar persistentemente situaciones de opresión (Fanon, 2008). La estigmatización y la marginación generadas por el racismo impactan directamente la salud mental, generando sentimientos constantes de angustia, ansiedad y estrés, que eventualmente pueden llevar a la despersonalización, caracterizada por experiencias disociativas en las que la persona se siente extraña consigo misma y con su propio cuerpo. Por consiguiente, las experiencias derivadas del racismo pueden constituir un factor de riesgo significativo en

el desarrollo de trastornos psiquiátricos, contribuyendo al deterioro de la salud mental de la población negra.

La Política Nacional de Salud Integral de la Población Negra brasileña (PNSIPN - Resolución GM/MS Nº 992/2009) representa un hito al reconocer el racismo, las disparidades étnico-raciales y el racismo institucional como determinantes sociales de las condiciones de salud física, mental y emocional de las personas que los experimentan. La exposición al racismo puede contribuir al estrés crónico, la ansiedad, la depresión, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y otros problemas de salud. Además, el racismo puede obstaculizar el acceso equitativo a la atención médica y otros servicios de salud (Brasil, 2017).

En conclusión, abordar el racismo como un determinante de salud es fundamental para promover la equidad en la salud y mejorar los resultados de salud para todos.

### **Objetivo**

Este trabajo presenta desde la perspectiva interdisciplinaria algunas consideraciones sobre la salud mental de las mujeres negras, partiendo del contexto de desigualdad racial brasileño.

### **Metodología**

Se trata de una investigación teórica de naturaleza cualitativa en la que se ha realizado una revisión bibliográfica de algunos trabajos de la producción científica brasileña indexada en el área de salud mental y desigualdad racial.

### **Resultados**

El análisis de la literatura académica reveló que, en Brasil, existe una escasez de estudios que aborden la relación entre la salud mental de mujeres negras y la desigualdad racial. Se identificaron algunas perspectivas más específicas que se centraron únicamente en los aspectos biológicos de la salud de la mujer, mientras que otros enfoques abordaron dimensiones de los derechos humanos y cuestiones asociadas a la vulnerabilidad generada por factores sociales y raciales. La psicología, como un campo crucial en el cuidado de la salud mental, también ha evidenciado una limitada producción científica en relación con este tema.

A principios de 2024, Sousa y Araújo divulgaron una investigación desde la perspectiva de la Salud Ocupacional cuyo objetivo consistió en analizar los efectos aislados y combinados de género, raza y factores estresantes ocupacionales en la salud mental de los trabajadores de la salud. En este estudio, se observó la presencia predominante de mujeres y personas negras en ocupaciones que implican un mayor nivel de estrés, lo que contribuye a una mayor vulnerabilidad y exposición a trastornos mentales en estos grupos. La prevalencia de trastornos mentales comunes fue mayor entre las mujeres, las personas negras y aquellos en situación de estrés laboral, resultando en una prevalencia casi tres veces mayor entre las mujeres negras.

Esta constatación corrobora los estudios realizados por Campos et al. (2020), que plantean que las condiciones laborales de alta demanda, combinadas con la discriminación y el racismo estructural, pueden desencadenar respuestas fisiológicas y psicológicas adversas, afectando de manera desproporcionada a quienes ya enfrentan barreras sociales y económicas significativas.

El estudio llevado a cabo por Santos y su equipo (2023), publicado por el Consejo Federal de Psicología, tuvo como objetivo comprender el impacto del racismo en las experiencias de las mujeres negras. Los investigadores sugirieron que las experiencias discriminatorias son percibidas desde la infancia, tanto en el entorno familiar como en otros contextos sociales. Con el paso del tiempo, los sentimientos y percepciones de baja autoestima, inferioridad, soledad, incomprensión, inseguridad, tristeza y dolor parecen volverse más evidentes, lo que refleja un aumento del sufrimiento psíquico asociado a estas experiencias.

A su vez, Oliveira y Mattos (2019) expusieron que las mujeres negras frecuentemente se ven confrontadas con el ideal de belleza asociado al estereotipo de personas blancas. Estos estándares operan de manera consciente o inconsciente y perpetúan los esfuerzos por regular los cuerpos. Además, los discursos de hipersexualización, objetificación y/o animalización mantienen percepciones sociales que deshumanizan a estas mujeres, lo que a su vez legitima violaciones físicas, psicológicas y emocionales y las coloca en una posición aún más vulnerable.

Según el estudio desarrollado por Santos y Días (2022), el racismo, como fuerza destructiva, constituye un agravante para el sufrimiento y el deterioro psicológico de la población negra. Al excluir y oprimir a estos individuos en los ámbitos sociales, económicos y políticos, les niega condiciones adecuadas de subsistencia y restringe sus perspectivas de un futuro prometedor. Además, internaliza imágenes negativas e inferioriza a esta población. Entre los efectos psicosociales experimentados por aquellos que sufren racismo y exclusión social, se encuentran sentimientos profundos de ofensa, humillación,

vergüenza y dolor. Este tipo de violencia tiene repercusiones negativas en la identidad negra, la autoestima, la subjetividad y la salud mental de las participantes.

En el año 2019, Gouveia y Zanello realizaron un estudio desde la perspectiva de la psicología clínica con el propósito de recopilar narrativas de mujeres negras acerca de sus experiencias de racismo en la vida cotidiana y sobre cómo se llevó a cabo la escucha durante la terapia con profesionales de diversidad racial diferente a la suya. Se identificó una gran insatisfacción en las narrativas de las mujeres entrevistadas respecto a los servicios psicoterapéuticos recibidos, ya que las temáticas raciales y sus experiencias de racismo como causantes de malestar psicológico no fueron habitualmente bien recibidas, consideradas ni exploradas por los profesionales blancos durante las sesiones. Se evidenció que, independientemente del color del terapeuta, ninguno de ellos inició el abordaje de las relaciones raciales ni empleó situaciones para introducir el tema; siempre fue la paciente quien lo hizo. Además, no se favoreció la continuidad en el tratamiento de este tema, ya que fue ignorado, minimizado, generalizado o de algún modo descartado tanto por terapeutas de origen étnico blanco como negro.

En un artículo sobre el impacto de las microagresiones raciales de género en la salud mental de las mujeres negras, Martins y equipo (2020) sostuvieron que la exposición a una mayor frecuencia de discriminación racial afecta negativamente la autoestima de esas mujeres.

Al final, según el estudio de Azevedo y Gomes (2023) divulgado por la Asociación Paulista de Salud Pública, el análisis de los determinantes sociales que impactan en la vida y salud de las mujeres negras revela que este grupo enfrenta dificultades adicionales para acceder a tratamientos especializados debido al racismo institucional, la presión social para evitar el seguimiento y la responsabilidad predominantemente atribuida a ellas en los cuidados materno familiares, los cuales incluyen tareas domésticas y el cuidado de hijos y parejas.

### **Consideraciones Finales**

El análisis de la literatura académica reveló que las mujeres de ascendencia negra presentan niveles de calidad de vida más bajos en comparación con las mujeres blancas. Esta disparidad se manifiesta en diversos aspectos sociales, como el subempleo, la participación en labores no remuneradas, la exposición a violencia doméstica, física, sexual y emocional, así como la falta de acceso a la educación y a los servicios de salud. Las mujeres negras enfrentan diversas formas de racismo, discriminación y opresión que inciden en su salud mental de manera singular y, en ocasiones, subestimada. Por lo tanto, resulta imperativo que

las políticas e intervenciones en salud mental sean diseñadas de manera sensible al contexto racial, tomando en consideración las experiencias específicas de estas mujeres.

## Referencias

Azevedo, U. C. de., & Gomes, D. D. de O. (2023). A influência dos determinantes sociais na vida de mulheres negras no Centro de Atenção Psicossocial do tipo álcool e outras drogas em Caucaia, Ceará. *Saúde E Sociedade*, 32(2), e220263pt. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902023220263pt>

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. (2004). Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes. Editora do Ministério da Saúde.

Brasil. Ministério da Saúde. (2017). Política Nacional de Saúde Integral da População Negra: uma política para o SUS. 3a ed. Editora do Ministério da Saúde.

Campos, F. M., Araújo, T. M. de., Viola, D. N., Oliveira, P. C. S., & Sousa, C. C. de. (2020). Estresse ocupacional e saúde mental no trabalho em saúde: desigualdades de gênero e raça. *Cadernos Saúde Coletiva*, 28(4), 579–589. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028040559>

Conselho Federal de Psicologia. (2017). Relações Raciais: Referências Técnicas para atuação de psicólogas/os. CFP.

Fanon, F. (2008). *Pele negra, máscaras brancas*. EDUFBA.

Fórum Brasileiro de Segurança Pública. (2021). A violência contra pessoas negras no Brasil.

[A VIOLÊNCIA CONTRA PESSOAS NEGRAS NO BRASIL 2021](#)

Gouveia, M., & Zanello, V.. (2019). Psicoterapia, raça e racismo no contexto brasileiro: experiências e percepções de mulheres negras. *Psicologia em Estudo*, 24, e42738.

<https://doi.org/10.4025/psicoestud.v24i0.42738>

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2019). Desigualdades sociais por cor ou raça no Brasil.

<https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101681>

Oliveira, A. P. O., & Mattos, A. R. (2019). Identidades em transição: Narrativas de mulheres negras sobre cabelos, técnicas de embranquecimento e racismo. *Estudos & Pesquisas em Psicologia*, 19(2), 445-463. <https://doi.org/10.12957/epp.2019.44283>

Martins, T. V., Lima, T. J. S. de., & Santos, W. S. (2020). O efeito das microagressões raciais de gênero na saúde mental de mulheres negras. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(7), 2793–2802. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.29182018>

Santos, G. C., Brisola, E. B. V., Moreira, D., Tostes, G. W., & Cury, V. E. (2023). Impacto do Racismo nas Vivências de Mulheres Negras Brasileiras: Um Estudo Fenomenológico. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43, e249674. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003249674>

Santos, V. C. dos., & Dias, A. B. (2022). Os Efeitos do Racismo na Saúde Mental das Militantes Negras do MMNDS. *Psicologia: Ciência E Profissão*, 42, e235483. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003235483>

Sousa, C. C. de., & Araújo, T. M. de. (2024). Efeitos combinados de gênero, raça e estressores ocupacionais na saúde mental. *Revista Brasileira De Saúde Ocupacional*, 49, edepi12. <https://doi.org/10.1590/2317-6369/15222pt2024v49edepi12>