

RESUMO PARA REDE DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE DA LUSOFONIA

Título do trabalho: Racismo e sofrimento psíquico: como as narrativas online sobre a temática auxiliam a pensar a saúde mental?

Introdução: O presente relato de pesquisa busca apresentar os resultados de uma Tese de Doutorado realizada no Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva, da FIOCRUZ. O presente trabalho analisa o sofrimento psíquico oriundo do racismo e busca compreender como mulheres negras se relacionam com os conteúdos compartilhados online produzidos por outras mulheres negras, nas redes sociais digitais, que abordam temáticas relacionadas ao mal estar. Busca-se investigar se há no processo de acompanhar as narrativas publicizadas por outras mulheres negras sobre o enfrentamento do racismo e, também, as maneiras particulares com que manejaram o próprio sofrimento psíquico algo que gere algum efeito de cuidado para quem assiste, e a partir daí refletir sobre de quais maneiras isso ocorre, analisando as nuances desse processo para cada uma das entrevistadas na pesquisa.

Objetivos: OBJETIVO GERAL

Analisar as experiências contadas por *youtubers* negras sobre racismo e sofrimento psíquico e sua relação com as práticas de cuidado

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analisar como as mulheres negras narram o racismo no ambiente virtual e os impactos subjetivos associados;
- Analisar as estratégias de cuidado ao sofrimento psíquico utilizada pelas mulheres entrevistadas;
- Analisar as narrativas de vida e compreender os sentidos atribuídos ao sofrimento psíquico por essas mulheres;
- Investigar os conteúdos subjetivos que se apresentam a partir de entrevistas com as Youtubers sobre o sofrimento psíquico
- Investigar a relação da saúde mental com os processo de aquilombamento;

Métodos: Trata-se de uma pesquisa qualitativa, em que realizamos entrevistas com base nas Histórias de Vida, compreendendo as narrativas como campos de força, capazes de produzir alguma elaboração do sofrimento experienciado pelas mulheres. Foram entrevistadas dez mulheres negras que assistem vídeos, compartilhados no *YouTube*, sobre

racismo e sofrimento psíquico produzido por mulheres negras e buscamos compreender os efeitos surgidos a partir dessa experiência.

Utilizamos entrevistas em profundidade, buscando colher as narrativas que são um dispositivo fundamental na ressignificação das histórias de vida e na produção de sentidos para situações de doença, dor e injustiça, entre tantas outras experiências possíveis no cotidiano. Narrar seria uma oportunidade de ressignificar um acontecimento. Através do relato das histórias de vida, as mulheres nos comunicam as maneiras pelas quais se relacionaram com as narrativas compartilhadas por influenciadoras negras e de qual maneira observaram os efeitos dessa prática em seu viver.

O material obtido através das narrativas foi analisado a partir da Análise de Conteúdo. Após serem gravados e transcritos, foram submetidos a uma leitura flutuante, em busca da tonalidade geral das histórias. Em seguida, delimitamos os temas mais recorrentes, e a partir deles investigamos os núcleos de sentido criados pelos sujeitos. E, por fim, realizamos a análise desses núcleos de sentido em consonância com a literatura utilizada nesta pesquisa.

Resultados: Os resultados obtidos apontam que as redes sociais foram palco da politização do mal estar, promovendo o letramento racial e a compreensão de que o racismo produz sofrimento psíquico e que para enfrentá-lo é preciso tanto cuidar de si, quanto promover ações de cuidado que sejam coletivizantes e que favoreçam o processo de afirmação positiva da negritude.

O encontro entre o racismo e o sofrimento psíquico dele oriundo e as instigantes possibilidades de subjetivação que se apresentam com a popularização das redes sociais: novas práticas narrativas, novas maneiras de organização coletiva, novos gestos de enfrentamento ao racismo e ao machismo. Algumas mulheres negras optaram por tirar do silêncio suas experiências de mal-estar oriundo do racismo, o que operou como possibilidade de auxílio para nossas entrevistadas: Foi possível observar que a partir do encontro com essas narrativas as participantes da pesquisa puderam vivenciar um intenso processo de letramento racial e de racialização do sofrimento psíquico, e a partir da compreensão de que muito do mal estar que experienciaram tinha como origem o racismo puderam criar diferentes estratégias de cuidado de si.

O compartilhamento das experiências das YouTubers negras teve para as entrevistadas a função de criação de leques de possibilidade de enfrentamento ao mal estar subjetivo. A partir daí algumas ações concretas foram tomadas pelas entrevistadas como: buscar terapia, ocupar espaços coletivos de trabalho e encontros com outras mulheres negras.

Considerações finais: Analisamos que as redes sociais foram palco da politização do

mal estar, promovendo o letramento racial e a compreensão de que o racismo produz sofrimento psíquico e que para enfrentá-lo é preciso tanto cuidar de si, quanto promover ações de cuidado que sejam coletivizantes e que favoreçam o processo de afirmação positiva da negritude. São inúmeras as ferramentas de resistência das mulheres negras brasileiras às violências e danos subjetivos causados pelo racismo, observou-se na pesquisa a ocorrência do processo de aquilombamento, em que mulheres negras se apoiaram no processo de enfrentamento ao mal estar oriundo do racismo, seja nas atividades diárias de resistência e enfrentamento direto ao racismo institucional mas, principalmente, no compartilhamento de estratégias de cuidado de si que promovem a possibilidade de elaboração do mal estar.

Palavras-chave: sofrimento psíquico, racismo, saúde mental, gênero.