

**Aquilombar o Cuidado: Referências para a discussão da racialidade nos dispositivos de
cuidado da saúde mental**

Portfólio baseado nas experiências de estagiários nos Centros de Atenção Psicossocial

Guilherme Calvo

Helena Costa

José Eduardo Rosmaninho

Juliane Bitencourt

Larissa Lavander

Laura Goes

Max Halembeck

Sofia Szaniecki Novak

Sumário

FILMES.....	3
MÚSICAS.....	6
VÍDEOS.....	7
LIVROS.....	8

FILMES

1. M8 - Quando a Morte Socorre a Vida

Sinopse: Maurício começa a estudar na renomada Universidade Federal de Medicina. Em sua primeira aula de anatomia, ele conhece M8, o cadáver que servirá de estudo para ele e os amigos. Durante o semestre, o mistério da identidade do corpo só pode ser desvendado depois que ele enfrentar suas próprias angústias

Possibilidades de trabalho com o grupo:

Desigualdade no valor social atribuído aos corpos negros: o modo como o corpo do “M-8” é tratado no filme pode ajudar o grupo a discutir sensações de desumanização, descaso ou tratamento desigual, permitindo que os participantes reconheçam experiências semelhantes em suas trajetórias.

Sufrimentos produzidos pela solidão racial: a vivência do protagonista em espaços onde é minoria racial pode abrir conversas sobre a sensação de não pertencimento, vigilância constante ou necessidade de provar valor

Relações entre ancestralidade e fortalecimento subjetivo: a presença simbólica do “M-8” conduz o protagonista a um contato mais profundo com sua ancestralidade; isso pode inspirar o grupo a pensar como memórias, linhagens e histórias negras funcionam como fontes de cuidado e continuidade.

Nomeação do racismo cotidiano: as microviolências presentes na trajetória do personagem (comentários, olhares, expectativas) podem ser usadas para que o grupo compreenda o racismo para além de atos escancarados, reconhecendo impactos emocionais e corporais dessas vivências.

Reconstrução da própria narrativa: o caminho do protagonista ao reconfigurar sua relação com sua identidade pode estimular conversas sobre como cada participante revisita a própria história, ressignifica feridas e afirma potências.

Aquilombação como resposta ao isolamento: as alianças e vínculos que o personagem busca ao longo do filme podem servir como ponto de partida para o grupo refletir sobre suas próprias redes de apoio, sobre o que as fortalece e sobre o que lhes dá sentido.

2. Malês

Sinopse: Um casal é separado após serem arrancados de sua terra natal na África e trazidos para o Brasil à força como escravizados. Enquanto lutam para sobreviver e tentar se reencontrar, ambos se envolvem no levante dos Malês.

Possibilidades de trabalho com o grupo:

Memória como território de resistência: o modo como o filme convoca lembranças, relatos e rastros da diáspora pode incentivar o grupo a refletir sobre o papel da memória na construção da identidade e na reconstituição de histórias que foram apagadas ou fragmentadas.

Espiritualidade e corpo como lugares de saber: as cenas que mobilizam rituais, cantos e gestualidades negras podem abrir conversas sobre como a espiritualidade (seja religiosa, ancestral ou cotidiana) ajuda a sustentar a vida e a saúde emocional de pessoas negras, e como se manifesta no corpo.

Produção de subjetividade frente à violência histórica: *Malês* articula o passado escravista com o presente, permitindo que o grupo discuta como marcas coloniais continuam operando hoje, atravessando autoestima, pertencimento e possibilidades de existência.

Coletividade como contraponto a individualidade: o filme evidencia práticas comunitárias que funcionam como amparo e continuidade; isso pode ajudar o grupo a pensar suas próprias redes de apoio e as formas de estar junto que fortalecem a vida negra.

Afeto como forma de política: *Malês* trabalha com imagens e cenas que afirmam o cuidado, o toque, o canto e a presença; isso pode ser usado para que o grupo reflita sobre afetos que, embora silenciados socialmente, sustentam existências negras e produzem futuro.

3. Medida Provisória

Sinopse: Em uma iniciativa de reparação pelo passado escravocrata, o governo brasileiro decreta uma medida provisória e provoca uma reação imediata no Congresso Nacional. Os parlamentares aprovam uma medida que obriga os cidadãos negros a se mudarem para a África na intenção de retomar as suas origens. A aprovação afeta diretamente a vida do casal

formado pela médica Capitu e pelo advogado Antônio, além de seu primo, o jornalista André, que mora com eles no mesmo apartamento.

Possibilidades de trabalho com o grupo:

Racismo institucional e políticas de exclusão: a “medida provisória” fictícia do filme pode ajudar o grupo a debater como, na vida real, pessoas negras são empurradas para fronteiras sociais, econômicas e simbólicas, permitindo o debate sobre mecanismos de exclusão do cotidiano e racismo institucional.

Corpos negros como alvo de controle: a perseguição e o monitoramento apresentados na narrativa funcionam como um espelho ampliado das formas de vigilância e suspeição que muitos negros enfrentam; isso pode gerar conversas sobre medo, hipervigilância e autoproteção.

Afeto, cuidado e resistência no cotidiano: as relações entre os personagens, nos pequenos gestos de apoio, nos esconderijos improvisados e no compartilhamento de recursos, podem estimular o grupo a pensar as práticas de cuidado comunitário que sustentam vidas negras mesmo em contextos de ameaça.

A dor do deslocamento e a força do pertencimento: o exílio forçado proposto pelo filme pode abrir espaço para que os participantes reflitam sobre experiências de desarraigamento, expulsão simbólica ou sensação de “não lugar” vividas em diferentes espaços sociais.

Reescrita da narrativa negra: a maneira como os personagens afirmam suas histórias, memórias e afetos diante da tentativa de apagamento permite discutir como cada pessoa resiste a discursos que tentam definir ou reduzir identidades negras.

OBS: A ficção como ferramenta de elaboração, considerando o caráter distópico do filme, “protege emocionalmente” os espectadores ao tratar de temas duros por meio da metáfora, permitindo que o grupo fale de violências reais sem exposição direta, o que pode facilitar a circulação da fala.

4. Chico Rei Entre Nós

Sinopse: Chico Rei foi um rei congolês escravizado que libertou a si e aos seus súditos durante o Ciclo de Ouro em Minas Gerais. Sua história é o ponto de partida para explorar os

diversos ecos da escravidão brasileira na vida das pessoas negras e da sociedade de hoje, entendendo seu movimento de autoafirmação e liberdade a partir de uma perspectiva coletiva.

Possibilidades de trabalho com o grupo:

Reconstituição da memória como cuidado: o modo como o filme reconecta fragmentos da história de Chico Rei pode ajudar o grupo a pensar como cada pessoa também carrega histórias interrompidas, não contadas ou desvalorizadas

Ancestralidade como sustentação emocional: o diálogo entre passado e presente no filme abre espaço para discutir como ancestralidade, espiritualidade e vínculos comunitários funcionam como apoios potentes na vida de muitos participantes, mesmo quando não são nomeados como tais.

Racismo histórico e seus efeitos atuais: ao mostrar como a violência colonial molda o presente, o filme permite que o grupo reconheça que certas dores, medos e inseguranças não são “individuais”, mas efeitos de estruturas históricas

Produção de pertencimento e identidade: a presença de descendentes, comunidades e guardiões da memória de Chico Rei pode iniciar conversas sobre o que significa pertencer, ocupar um território, estar em uma comunidade

Arte e narrativa como formas de cura: a mistura de música, corpo, dança e depoimentos no filme pode inspirar o grupo a pensar como diferentes linguagens também produzem cuidado e expressão, especialmente para experiências que nem sempre cabem na fala direta.

5. Kasa Branca

Sinopse: Dé é um adolescente negro da periferia do Rio de Janeiro que descobre que sua avó está na fase terminal da doença de Alzheimer. Ele tem a ajuda de seus dois melhores amigos para enfrentar o mundo e aproveitar os últimos dias de vida da mulher.

Possibilidades de trabalho com o grupo:

Importância da rede de apoio: como os amigos forma a maior rede de apoio e suporte do personagem principal, mostrando a importância de estabelecer laços e como eles se dão.

Cultura como identidade: a festa trazendo o caráter da identidade do bairro, reforçando os laços sociais.

O território e a memória como forma de pertencimento: a apropriação do território como forma de se sentir pertencente e resgatar a memória familiar.

6. Moonlight: Sob a luz do luar

Sinopse: acompanhamos três momentos da vida de Chiron, um jovem negro morador de uma comunidade pobre de Miami. Do bullying na infância, passando pela crise de identidade da adolescência e a tentação do universo do crime e das drogas, este é um poético estudo de personagem.

Possibilidades de trabalho com o grupo:

Identidade e Autodescoberta: A jornada de Chiron em três fases de sua vida (infância, adolescência e idade adulta) é um estudo de personagem que foca na busca por sua própria identidade, especialmente em um ambiente que tenta impor uma "imagem de controle" sobre quem ele deve ser.

Masculinidade Negra: O filme desafia e retrata a complexidade da masculinidade entre homens negros, muitas vezes contrastando a vulnerabilidade de Chiron com as expectativas sociais de "dureza" ou envolvimento com o crime.

Sexualidade e Homossexualidade: *Moonlight* aborda a descoberta da sexualidade de Chiron e o sofrimento emocional enfrentado por homossexuais em comunidades onde a aceitação pode ser difícil, explorando o amor relacional e a repressão de sentimentos.

Opressão e Vulnerabilidade Social: A narrativa expõe a realidade de comunidades marginalizadas em Miami, lidando com temas como pobreza, abuso de substâncias (especialmente a mãe de Chiron), ausência parental e a influência do universo do crime.

Bullying e Violência: A agressividade e o bullying sofridos por Chiron na escola são temas centrais que mostram como a hostilidade do ambiente molda sua personalidade e escolhas futuras.

Relações Familiares e Apoio (ou a falta dele): O filme ilustra a ausência de figuras paternas e maternas, e como Chiron encontra apoio em figuras inesperadas, como Juan (um traficante de drogas que age como figura paterna), o que pode gerar discussões sobre estruturas familiares não convencionais.

Impacto do Ambiente na Formação do Indivíduo: Uma discussão potente pode ser sobre até que ponto o ambiente e as expectativas sociais determinam quem uma

pessoa se torna, e o momento em que é preciso decidir quem você quer ser, independentemente das circunstâncias.

MÚSICAS

1. Identidade - Jorge Aragão

Pode ser trabalhada no Grupo Café Preto como um dispositivo potente para discutir afirmação racial, autoestima e enfrentamento ao racismo cotidiano. A letra, que reivindica o direito de existir sem disfarces e sem apagar traços da negritude, abre espaço para que os participantes compartilhem vivências de discriminação, tentativas de adequação e processos de reconciliação com sua própria identidade. No grupo, a música pode servir para pensar como a construção da identidade negra é atravessada por pressões sociais e, ao mesmo tempo, por movimentos de resistência, orgulho e pertencimento comunitário. Trabalhá-la também permite retomar a importância de reconhecer a própria história, fortalecer laços e produzir espaços de aquilombamento que sustentem a dignidade e a voz de cada participante.

2. Olhos Coloridos - Macau

Pode ser utilizada no Grupo Café Preto como um dispositivo para discutir racismo cotidiano, afirmação identitária e estratégias de resistência e pertencimento. A letra, que denuncia situações de discriminação enquanto reafirma a beleza e a força da negritude, possibilitando o compartilhamento de experiências pessoais de preconceito, estigmatização e autoimagem. No grupo, a música pode auxiliar na elaboração coletiva sobre como os corpos negros são lidos e controlados socialmente, ao mesmo tempo em que convoca um movimento de valorização da própria história, dos traços e da ancestralidade.

3. Coisa de Pele - Jorge Aragão

Pode abrir caminhos potentes de escuta e elaboração no Café Preto, especialmente por reafirmar a beleza, a força e a singularidade da experiência negra. A letra, ao celebrar a identidade como marca que se carrega no corpo e na história, cria um espaço seguro para falar sobre autoestima, orgulho, pertencimento e também sobre as feridas que atravessam esse pertencimento. A música também facilita conversas sobre o processo de se reconhecer, de nomear violências naturalizadas e de fortalecer coletivamente uma identidade muitas vezes invisibilizada.

4. Sorriso Negro - Adilson Reis dos Santos, Jair Carvalho e Jorge Portela

A música articula de modo sensível a dor histórica e a força cotidiana da população negra, deslocando o olhar para a potência que existe nos pequenos gestos de sobrevivência, cuidado e afirmação, permitindo ao grupo discutir como o riso, a beleza e a alegria também são formas de resistência política. A letra convida a reconhecer as marcas do racismo estrutural, mas sem reduzir a experiência negra ao sofrimento, abrindo espaço para que os participantes compartilhem memórias, trajetórias familiares, momentos de luta e orgulho. Trabalhar essa música no encontro pode favorecer conversas sobre autoestima, identidade, ancestralidade e estratégias de enfrentamento, além de fortalecer o sentimento de pertencimento dentro do grupo.

5. Periferia é periferia - Racionais MC's

A música perpassa temas relacionados a abuso de substâncias, vulnerabilidade social, gênero, questões raciais, etc. Pode-se tratar usar essa música como motivador para trazer essas questões e perguntar o que as pessoas sentiram ao ouvi-lá. Além disso, é possível relacionar a música com conquistas e debates do movimento negro acerca dos temas elucidados.

VÍDEOS

1. TED TALK da Chimamanda Adichie: O perigo de uma história única

A palestra “O perigo de uma história única” se transformou em um livro homônimo em 2019. Chimamanda aponta para os perigos que corremos quando nos prendemos a contar uma única versão da história, corroborando com estereótipos e enfatizando diferenças a partir de uma perspectiva negativa. Nesse sentido, a autora mostra como somos moldados pelas histórias que conhecemos e como nossa visão de mundo é limitada por “histórias únicas”, majoritariamente contadas por brancos europeus. Segundo Adichie, “as histórias foram usadas para espoliar e caluniar, mas também podem ser usadas para empoderar e humanizar. Elas podem despedaçar a dignidade de um povo, mas também podem reparar essa dignidade despedaçada”. Sendo assim, o vídeo do TED TALK pode ser interessante para discutir acerca das narrativas construídas sobre os diversos povos: quem conta? de quem estão contando? quais as consequências dessa narrativa? o que gostaríamos de contar diferente?

LIVROS E PODCASTS

Aqui há indicação de livros para trabalhar, como o grupo é aberto e há pouco tempo para trabalhar os vários temas dessas obras, está sendo indicado podcasts que abordam sobre o livro e trazem discussões a partir das obras. Isso não impede do grupo trabalhar com o livro ou os participantes do grupo terem acesso à obra integral, muito menos o podcast impedir de ter outras discussões sobre as obras.

1. O Averso da Pele de Jeferson Tenório

Sinopse:

Um romance sobre identidade e as complexas relações raciais, sobre violência e negritude, ‘O avesso da pele’ é uma obra contundente no panorama da nova ficção literária brasileira. Vencedor do Prêmio Jabuti na categoria "Romance Literário". ‘O avesso da pele’ é a história de Pedro, que, após a morte do pai, sai em busca de resgatar o passado da família e refazer os caminhos paternos. Com uma narrativa sensível e por vezes brutal, Jeferson Tenório traz à superfície um país marcado pelo racismo e por um sistema educacional falido, e um denso relato sobre as relações entre pais e filhos. O que está em jogo é a vida de um homem abalado pelas inevitáveis fraturas existenciais da sua condição de negro em um país racista, um processo de dor, de acerto de contas, mas também de redenção, superação e liberdade. Com habilidade incomum para conceber e estruturar personagens e de lidar com as complexidades e pequenas tragédias das relações familiares, Jeferson Tenório se consolida como uma das vozes mais potentes e estilisticamente corajosas da literatura brasileira contemporânea.

Podcast:

Entrevista feita com o Jeferson Tenório, trazendo sobre a sua vida e as motivações de fazer o livro, tem duração de 1h.

Link: <https://soundcloud.com/publico-980450019/jeferson-tenorio-o-avesso-da-pele>

Algumas possibilidades de trabalho com o grupo:

Pensar além da violência: trabalhar o que poderia ser diferente para que as violências vividas não fossem experienciadas, como a violência policial e institucionais, mas não tratando como uma mudança individual, mas do contexto social que se está inserido, pensando na cidade, estado e país que se vive que vem com uma história colonizadora e de escravidão, com produção de desigualdades.

O que é a educação antes e agora?: trabalhar quais foram os acessos das pessoas em relação aos estudos, sendo formal ou da cultura, como livros, e quais foram os espaços e discussões que foram impedidos de participar por causa dessa barreira, ou quais os outros meios de aprender além da educação formal.

Reconhecimento: trabalhar a questão da negritude, de como você se reconhece como uma pessoa negra e reconhece uma pessoa negra, isso abarcando as potências das pessoas e os preconceitos reproduzidos a partir da relação com o outro.

2. Hibisco Roxo de Chimamanda Adiche

Sinopse:

Em um romance que mistura autobiografia e ficção, Chimamanda Ngozi Adichie - uma das mais aclamadas escritoras africanas da atualidade - traça, de forma sensível e surpreendente, um panorama social, político e religioso da Nigéria atual. Protagonista e narradora de 'Hibisco roxo', a adolescente Kambili mostra como a religiosidade extremamente "branca" e católica de seu pai, Eugene, famoso industrial nigeriano, inferniza e destrói lentamente a vida de toda a família. O pavor de Eugene às tradições primitivas do povo nigeriano é tamanho que ele chega a rejeitar o pai, contador de histórias encantador, e a irmã, professora universitária esclarecida, temendo o inferno. Mas, apesar de sua clara violência e opressão, Eugene é benfeitor dos pobres e, estranhamente, apoia o jornal mais progressista do país. Durante uma temporada na casa de sua tia, Kambili acaba se apaixonando por um padre que é obrigado a deixar a Nigéria, por falta de segurança e de perspectiva de futuro. Enquanto narra as aventuras e desventuras de Kambili e de sua família, o romance que mistura autobiografia e ficção, também apresenta um retrato contundente e original da Nigéria atual, traçando de forma sensível e surpreendente, um panorama social, político e religioso, mostrando os remanescentes invasivos da colonização tanto no próprio país, como, certamente, também no resto do continente. "Uma história sensível e delicada sobre uma jovem exposta à intolerância religiosa e ao lado obscuro da sociedade nigeriana." – J.M. Coetzee.

Podcast:

Feita a partir de uma atividade de extensão, aborda sobre a autora, discute sobre religiosidade, colonialidade e os papéis de gênero a partir da raça/cor. Tem 24 minutos de duração.

Link: <https://open.spotify.com/episode/0zo8F26qPpyCL6VvnnQCZG?si=4b2f3e757de843d6>

Algumas possibilidades de trabalho com o grupo:

Colonialidade: trabalhar o que se perdeu neste processo ou que se deixa de fazer e transmitir por causa da lógica colonizadora. trazer coisas que vão contra o modelo hegemônico branco para se trabalhar nas potencialidades e coisas perdidas pelas barreiras impostas pela sociedade.

Pessoa benfeitora, mas também agressiva: trabalhar questões com essa dualidade, pensando tanto em pessoas, objetos e instituições, fazer alguma atividade para se abordar esse assunto

Papéis de gênero: no livro coloca em foco a mulher negra, trazendo os seus sofrimentos e os seus sofrimentos a partir das violências vindas da família e pelo regime instaurado no país. Trabalhar no grupo sobre esse sofrimento e levar a reflexão sobre as potências dessas mulheres.

3. Quarto de Despejo de Carolina Maria de Jesus

Sinopse:

Do diário da catadora de papel Carolina Maria de Jesus surgiu este autêntico exemplo de literatura-verdade, que relata o cotidiano triste e cruel da vida na favela. Com uma linguagem simples, mas contundente e original, a autora comove o leitor pelo realismo e pela sensibilidade na maneira de contar o que viu, viveu e sentiu durante os anos em que morou na comunidade do Canindé, em São Paulo, com seus três filhos. Ao ler este relato-verdadeiro best-seller no Brasil e no exterior- você vai acompanhar o duro dia a dia de quem não tem amanhã. E vai perceber que, mesmo tendo sido escrito na década de 1950, este livro jamais perdeu sua atualidade.

Podcast:

Fazem uma discussão em relação à obra e vida da Maria Carolina de Jesus, falando temas como território, potência da autora e contexto social, tem duração de 1h30, dá para se trabalhar a partir do Bloco 2 que começa nos 40 minutos do podcast.

Link: <https://open.spotify.com/episode/5R6JOlMrMWuW9WNrfxzpcS>

Algumas possibilidades de trabalho com o grupo:

Barreiras produzidas pela sociedade: trabalhar quais são as barreiras que impedem o livre acesso e do que você é, pensar no porquê isso acontece e como poderia mudar.

Meritocracia e branquitude: trabalhar questões em relação a trabalho e estudo, sendo que o contexto brasileiro está inserido em uma lógica de que você tem que conquistar as coisas, mas há uma descridibilização de pessoas não-brancas quando elas conquistam algo, como a autora do livro, que conseguiu sair da favela e auxiliar o próximo a partir das vendas dos seus livros.