



O reforço da autoestima

A autoestima para a mulher negra é uma ferramenta essencial de enfrentamento contra a desvalorização sistemática imposta pela sociedade. De acordo com Winnie Santos, psicóloga e coordenadora de projetos no Centro de Estudos das Relações de Trabalho e Desigualdades (CEERT), a construção da autoimagem feminina negra é marcada desde a infância por um sentimento de não pertencimento.

"Desde cedo, somos colocadas em um lugar de não pertencimento, especialmente no que diz respeito à beleza e à afetividade", explica. Ela ressalta que a mulher negra precisa fazer um exercício constante de valorização da própria autoimagem. Compreender-se como alguém que é belo, que pode ser amado, cuidado, preferido e não preterido.

Esse histórico de desvalorização é intensificado pelo racismo institucional, que atua no abalo contínuo da autoestima em diversos ambientes. Winnie aponta que o racismo opera sutilmente desde a primeira infância – a partir da menor atenção e acolhimento recebidos (a "democratização do colo", como escreve sua irmã, a escritora Jussara Santos, no livro com esse título) – até o ambiente de trabalho, onde mulheres negras, historicamente, ocupam posições mais precarizadas e recebem salários inferiores.

Dados comprovam a fala de Winnie. Segundo o levantamento do Instituto Brasileiro de Economia, no primeiro trimestre de 2023 a remuneração média das mulheres negras era de R\$ 1.948, o que equivale a 62% do que as mulheres não negras ganham, 80% do que os homens negros ganham e 48% do que homens brancos ganham.

A psicóloga também critica a forma como a mulher negra é percebida no serviço de saúde. "No sistema de saúde, a mulher negra é vista como mais forte, e sua dor não é levada tão a sério quanto a dor de uma mulher branca."

Esse histórico, para ela, é um reforço contínuo do "não lugar", que exige um esforço desgastante de provar que se é merecedora.

Uma história de cinema

**Amor maldito (1984),
primeiro longa
dirigido por uma
mulher no Brasil**

Divulgação/Malala Filmes



"A oportunidade é muito difícil para mulheres negras. Para as brancas, é mais tranquilo"

Adélia Sampaio, cineasta

fortes, afirmados. Esse gesto cotidiano, diz, é também uma conquista coletiva. É o reflexo de uma luta longa, a dela e a de tantas outras, para que mulheres negras pudessem existir com dignidade, estética, autonomia e desejo.