



# CARTILHA ANTIRRACISTA

Um guia prático para aprender, se posicionar e agir.

[equidade@trt21.jus.br](mailto:equidade@trt21.jus.br)

[equidade@trt9.jus.br](mailto:equidade@trt9.jus.br)

01. •••

# ÍNDICE



- 1** Índice
- 2** Por que falar sobre o racismo?
- 3** Ser Não Racista x Ser Antirracista
- 4** Racismo: não só contra negros, mas também povos originários
- 5** Pessoas brancas têm lugar de fala?
- 6** Glossário Antirracista
- 7** Evite x Utilize
- 8** Distinção importante: Racismo estrutural x Racismo individual
- 9** Práticas diárias para ser antirracista
- 10** Sugestão de Leitura
- 11** Combater o racismo é dever de todos

•••

02. •••

---

## Por que falar sobre o racismo?

Se você é uma pessoa negra ou indígena, você tem total lugar de fala para discutir o tema. O silêncio nega a existência do racismo e ajuda a perpetuá-lo.

***Silenciar diante do racismo não é ser neutro, é ser conivente.***

Por isso, falar, ensinar, debater e dialogar sobre racismo é criar consciência coletiva antirracista. E é essencial revisitá-lo para não cair no esquecimento.



•••

03. •••

## Ser Não Racista X Ser Antirracista

Ser não racista: não pratica atitudes discriminatórias.



Ser antirracista: não pratica, enfrenta e combate o racismoativamente, com fala, ação e postura.



## 04. •••

# Racismo: não só contra negros, mas também povos originários

O racismo não atinge somente pessoas negras: os povos indígenas sofrem discriminação sistemática.

Portanto, a luta antirracista é ampla, plural e coletiva.



•••

**05.** •••

## Pessoas brancas têm lugar de fala?

Sim! Pessoas brancas podem e devem falar sobre racismo, desde que façam isso a partir do lugar de quem reconhece seus privilégios e pratiquem o letramento antirracista.



•••



06. •••

## Glossário Antirracista

Apropriação cultural: usar elementos culturais de grupos marginalizados sem respeitar seu contexto histórico. Quando há respeito, é apreciação cultural.



Branqueamento: processo histórico de embranquecimento da população, por exemplo, incentivo à imigração europeia em detrimento de oportunidades para negros libertos.



Branquitude: conjunto de privilégios simbólicos de quem é branco. Não é para gerar culpa, mas responsabilidade.



# Glossário Antirracista

Colorismo: favorecimento de pessoas de pele mais clara dentro de um mesmo grupo racial.



Direito Antidiscriminatório: é um campo jurídico composto por uma série de normas que pretendem reduzir ou eliminar disparidades significativas entre grupos, um dos objetivos centrais dos textos constitucionais das sociedades democráticas



Discriminação Racial: Toda prática, individual ou institucional, que estabelece diferenciações no tratamento dispensado e no grau de respeito atribuído a pessoas conforme seu pertencimento racial



# Glossário Antirracista

Educação antirracista: inclusão de currículos que estimulem o respeito à diversidade racial.



Interseccionalidade: sobreposição de discriminações em um mesmo indivíduo (ex.: mulher negra lésbica).



Epistemicídio: silenciamento de saberes de povos historicamente marginalizados.



# Glossário Antirracista

Justiça reparatória: medidas de correção de desigualdades históricas, como políticas de cotas.



Lugar de fala: direito de quem vive determinada opressão narrar sua experiência. Não é calar outras vozes, mas valorizar as que são diretamente atingidas.



Necropolítica: decisão estatal de quem deve ser protegido e quem pode ser negligenciado ou eliminado. Exemplo: violência policial desproporcional contra negros.



# Glossário Antirracista

Negritude: É um conceito que defende a negritude como o reconhecimento do fato de ser negro e afirmar a sua cultura e história



Preconceito Racial: Qualquer noção prévia de natureza generalizante que produz uma representação inferiorizada e desqualificada de pessoas não brancas, ou as trata distorcidamente como um grupo homogêneo composto por indivíduos com exatamente as mesmas características.



Racismo: Refere-se ao projeto de dominação social pautado na hierarquização de grupos humanos, definindo-os como membros de raças (em sentido social) distintas e estabelecendo o grupo racial dominante (branco) como natural e moralmente superior aos grupos raciais dominados



# Glossário Antirracista

Racismo ambiental: impactos ambientais que atingem de forma desigual comunidades vulneráveis.



Racismo estrutural: sistema que privilegia uns e opõe outros, independente de atitudes individuais.

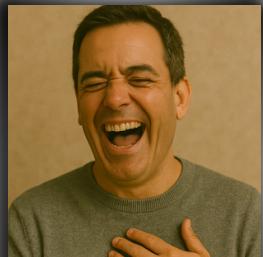


Racismo institucional: práticas racistas dentro de organizações. Exemplo: baixa proporção de juízes negros no Brasil.



# Glossário Antirracista

Racismo recreativo: piadas e entretenimento baseados em preconceito racial, que normalizam o racismo.



Racismo Religioso: o racismo religioso se refere ao conjunto de práticas ofensivas e violentas, baseadas no racismo, contra os rituais, as crenças e as práticas das religiões de matriz africana



Representatividade: presença real e com poder de decisão de pessoas marginalizadas em espaços de influência. Representar não é apenas estar presente: é ter voz ativa.



## Evite x Utilize

EVITE: A coisa está preta.

UTILIZE: A situação está difícil.

EVITE: Ele é um preto de alma branca.

UTILIZE: Ele é uma boa pessoa.

EVITE: Eu não vejo cor, sou totalmente imparcial.

UTILIZE: Eu valorizo a diversidade e respeito as diferenças.

EVITE: Ele é branco, não pode entender nossas lutas.

UTILIZE: Ele pode não ter vivido as mesmas lutas, mas pode aprender.

EVITE: Esse serviço é de preto.

UTILIZE: Esse serviço foi mal feito.

EVITE: Ela é uma linda mulata.

UTILIZE: Ela é uma linda mulher negra.

## Evite x Utilize

EVITE: Ele (a) é um negro de traços finos.

UTILIZE: Ele (a) é bonito.

EVITE: Eu fiz uma lista negra das pessoas que são mal pagadores.

UTILIZE: Eu registrei as pessoas que são mal pagadoras.

EVITE: Ele tem um pé na cozinha.

UTILIZE: Não utilize essa expressão pois é uma forma racista de falar de uma pessoa com origem afrodescendente.

EVITE: Ele quis denegrir minha imagem.

UTILIZE: Ele quis prejudicar a minha reputação.

EVITE: Essa gente de terreiro adora o demônio.

UTILIZE: Essa frase expressa o que se definiu como racismo religioso. As religiões de matriz africana são símbolos de resistência e nada tem a ver com fazer o mal às pessoas.

08. •••

## Distinção importante: Racismo estrutural x Racismo individual

Mesmo quem não se considera racista pode se beneficiar de uma sociedade estruturalmente racista, como ter mais facilidade de acesso a ensino superior ou melhores oportunidades de trabalho.

Assim, não basta mudar mentes individuais: é preciso transformar as estruturas.



•••

09. •••

# Práticas diárias para ser antirracista



**Denuncie e não tolere piadas ou memes racistas.**

**Valorize profissionais negros em todas as áreas.**



**Apoie e consuma arte, literatura e negócios de pessoas negras e indígenas.**

**Questione privilégios: reflita como eles moldam suas oportunidades.**



# Práticas diárias para ser antirracista



**Ensine as crianças desde cedo a respeitar todas as cores, culturas e religiões.**

**Compartilhe conhecimento e incentive o letramento racial.**

Compartilhe conhecimento e incentive o letramento racial



**Exija políticas de equidade no seu local de trabalho e na comunidade.**

**Pratique o antirracismo como ação, não só como discurso.**



10. •••

# Sugestão de Leitura



**Pequeno Manual Antirracista — Djamila Ribeiro**



**Quem tem medo do Feminismo Negro?  
— Djamila Ribeiro**



**A Elite do Atraso — Jessé Souza**

# Combater o racismo é dever de todos

Não seja neutro: seja ação.

Não seja silêncio: seja voz.

Não seja omissão: seja mudança.

**PRATIQUE O ANTIRRACISMO.**

