



## MICROAGRESSÕES RACIAIS DE GÊNERO EXPERIENCIADAS POR MULHERES NEGRAS: REVISÃO DA LITERATURA

*Táhcita Medrado Mizael<sup>1</sup>*

*Universidade de São Paulo, Instituto de Psicologia, São Paulo, SP, Brasil.  
University of South Australia, UniSA Justice & Society, Adelaide, South Australia,  
Australia.*

**Resumo:** Microagressões raciais são insultos crônicos e sutis cometidos contra pessoas não-brancas, por não serem brancas. O objetivo deste estudo foi revisar a literatura em português e inglês sobre microagressões raciais de gênero, com foco em mulheres negras. As buscas foram feitas no Portal de Periódicos CAPES e 21 artigos foram selecionados. As microagressões se correlacionam com estresse traumático, ansiedade, depressão e ideação suicida, influenciando também na autoestima e autovalorização. As mulheres tendem a responder às microagressões de forma não-confrontadora, confrontadora (explicitar que comentário foi racialmente agressivo) ou de forma a mudar a narrativa, negando que o episódio foi racista. Apenas um estudo foi feito no Brasil, o que mostra a importância de pesquisadores/as voltarem-se para este tema.

**Palavras-Chave:** Microagressões Raciais de Gênero; Racismo; Mulheres Negras; Revisão da Literatura.

### GENDERED RACIAL MICROAGGRESSIONS EXPERIENCED BY BLACK WOMEN: A LITERATURE REVIEW

**Abstract:** Racial microaggressions are chronic and subtle slurs committed against non-White individuals, based on their race. The aim of this study was to review the literature in Portuguese and English on gendered racial microaggressions, focusing on Black women. The database Portal de Periódicos CAPES was used, and 21 papers were selected. The microaggressions are related to traumatic stress, anxiety, depression, and suicide ideation, influencing on self-esteem and self-valuing. Black women tend to respond to

---

<sup>1</sup> Psicóloga Clínica (CRP 06/161558) e pesquisadora de pós-doutorado na University of South Australia. Possui graduação (2012), mestrado (2015) e doutorado (2019) em Psicologia pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). É também especialista em gênero e sexualidade (2016) pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ). E-mail: [tahcitammizael@gmail.com](mailto:tahcitammizael@gmail.com) ORCID: 0000-0002-5543-1188.

Táhcita M. Mizael é pesquisadora de pós-doutorado na Universidade de São Paulo (Processo FAPESP n. 2020/02548-7), atualmente em estágio no exterior (Processo FAPESP n. 2022/14309-2).



microaggressions by confronting (stating that a comment was racist), not confronting, or changing the narrative, denying that an episode was racist. Just one paper was carried out in Brazil, what shows the importance of researching this topic.

**Keywords:** Gendered Racial Microaggression; Racism; Black Women; Literature Review.

### **MICROAGRESIONES RACIALES DE GÉNERO EXPERIMENTADAS POR MUJERES NEGRAS: REVISIÓN DE LA LITERATURA**

**Resumen:** Las microagresiones raciales son insultos crónicos y sutiles que se cometen contra personas no blancas basada en sus razas. El objetivo de este estudio fue revisar la literatura en portugués e inglés sobre las microagresiones raciales de género, centrándose en las mujeres negras. Se realizaron búsquedas en el Portal de Periódicos CAPES y se seleccionaron 21 artículos. Las microagresiones se correlacionan con estrés traumático, ansiedad, depresión e ideación suicida, y también influye en la autoestima y en la autovaloración. Las mujeres tienden a responder a las microagresiones de una manera confrontativa (explicando que el comentario fue racialmente agresivo), no confrontativa o en formas en las cuales las mujeres cambian la narrativa, negando que el episodio fue racista. Solo un estudio fue realizado en Brasil, lo que demuestra la importancia de que las/los investigadoras/es se centren en este tema.

**Palabras-clave:** Microagresiones Raciales de Género; Racismo; Mujeres Negras; Revisión de la Literatura.

### **MICROAGRESSIONS RACIALES DE GENRE VECUES PAR LES FEMMES NOIRES: REVUE DE LA LITTERATURE**

**Résumé:** Les microagressions raciales sont des insultes chroniques et subtiles commises contre des personnes de couleur parce qu'elles ne sont pas blanches. Le but de cette étude était de passer en revue la littérature en portugais et en anglais sur les microagressions raciales de genre, en se concentrant sur les femmes noires. Des recherches ont été effectuées sur le Portal de Periódicos CAPES et 21 articles ont été sélectionnés. Les microagressions sont en corrélation avec le stress traumatique, l'anxiété, la dépression et les idées suicidaires, influençant également l'estime de soi et la appréciation de soi-même. Les femmes ont tendance à réagir aux micro-agressions de manière non conflictuelle, conflictuelle (en énonçant que le commentaire était raciste) ou de manière à modifier le récit en niant que l'épisode était raciste. Une seule étude a été réalisée au Brésil, ce qui montre l'importance de revenir sur ce sujet.

**Mots-clés:** Micro-Agressions Raciales re Genre; Racisme; Femmes Noires; Revue de Littérature.

## **INTRODUÇÃO**

Embora o Brasil seja atualmente composto por uma população majoritariamente negra (56%), a maior parte da população negra se encontra na base de diversos



indicadores sociais. Dados do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP), por exemplo, mostram que, a cada 100 pessoas assassinadas no Brasil, 78 são negras. Além disso, a taxa de homicídio de pessoas negras cresceu 7,5% no período de um ano, enquanto a taxa de homicídios de pessoas brancas caiu 26,5% (FBSP, 2022). Dados de organizações como o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) e o Grupos de Estudos Multidisciplinares em Ações Afirmativas (GEMAA) também mostram que a população negra se encontra abaixo da branca no que se refere às condições de moradia, acesso à internet e saneamento básico, anos de educação formal, média salarial, etc. Ao mesmo tempo, a população negra é maioria quando se analisam taxa de analfabetismo, população carcerária, representação política, etc. (e.g., GEMAA, 2016; 2020; IBGE, 2022).

A melhor explicação para essa disparidade existente entre a população negra e branca é o racismo, como evidenciado por diversos/as autores/as (e.g., BENTO; CARONE, 2002; HASENBALG, 1979; HASENBALG; SILVA, 1988; TELLES, 2003) e, inclusive, organizações, como a Organização das Nações Unidas (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2018). O racismo é definido por Almeida (2019) como “uma forma sistemática de discriminação que tem a raça como fundamento, e que se manifesta por meio de práticas conscientes ou inconscientes que culminam em desvantagens ou privilégios para indivíduos, a depender do grupo racial ao qual pertencam” (p. 32). Sendo o racismo um fenômeno complexo, estudiosas/os têm utilizado diferentes abordagens para entender e, conseqüentemente, pensar em intervenções que reduzam as práticas racistas que existem nos níveis interpessoal, institucional e estrutural (e.g., SANTOS, 2018). Esse estudo se foca em um tipo de prática racista, a saber: as microagressões raciais.

Microagressões raciais podem ser definidas como insultos diários, sutis, intencionais ou não, cometidos contra pessoas não-brancas, a partir da identificação destes indivíduos enquanto pessoas não-brancas. Essas microagressões comunicam mensagens hostis, derogatórias ou negativas ao grupo/indivíduo não branco (SUE et al. 2007). Apesar de diárias e vistas, muitas vezes, como não-intencionais, tais microagressões não são inofensivas para os indivíduos agredidos, com estudos mostrando a relação entre experienciá-las e sintomas de depressão, ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático, baixos níveis de autoestima, entre outros desfechos negativos em saúde mental (e.g., WILLIAMS et al., 2020).



Sue et al. (2007), em sua formulação, descrevem que as microagressões raciais podem tomar três formas/tipos: microataques (microassault), microinsultos e microinvalidações. Microataques se caracterizam como ataques verbais ou não-verbais explícitos que possuem o objetivo de machucar a vítima, e incluem se esquivar fisicamente de um indivíduo não-branco, insultar (name-calling) e outras ações propositalmente discriminatórias, como chamar uma afroamericana de “pessoa de cor” (colored), mostrar uma suástica, entre outras ações. Microinsultos são formas de comunicação que passam uma mensagem insensível, depreciando a identidade racial ou história (heritage) do grupo racial minorizado. Um exemplo de microinsulto seria um indivíduo branco perguntar, surpreso, “Como você conseguiu seu emprego?” a uma pessoa não-branca por ter um trabalho de prestígio. Nesse caso, a pessoa branca provavelmente assumiu que a pessoa não-branca não teria a capacidade para tal trabalho e, portanto, deve ter conseguido o emprego por alguma forma de ação afirmativa.

Por fim, microinvalidações são formas de comunicação que excluem, negam ou anulam os sentimentos, pensamentos e/ou a realidade experiencial de uma pessoa não-branca. Isso ocorre quando pessoas brancas dizem coisas como “Eu não vejo raça” ou “Somos todos seres humanos”, que tem como efeito a negação das experiências como pessoas não-brancas em um mundo racista. Outro exemplo é parabenizar um americano-asiático, nascido em país de língua inglesa, por falar inglês “bem”, ou perguntar onde essa pessoa nasceu (isto é, assumir que ele não é ou não pertence ao país de língua inglesa) (SUE et al., 2007). Aqui vale mencionar que, embora esses exemplos constituam frequentes formas de microagressões raciais, uma análise dos contextos nos quais elas ocorrem, atentando para as consequências para os dois grupos é a melhor forma para verificar se, de fato, tais comentários se configuram como microagressões raciais.

Esses três tipos de microagressões raciais se desdobram em várias categorias de microagressões, como suposição de criminalidade, negação do racismo, mito da meritocracia, suposições sobre inteligência, competência, ou status social, racismo “reverso”, exotização ou erotização, exclusão ambiental etc. Por exemplo, a exclusão ambiental ocorre quando a identidade racial de um indivíduo é minimizada a partir da exclusão de itens, decoração, literatura ou outros indivíduos que fazem parte do mesmo grupo racial que ele. A exotização, por sua vez, ocorre quando um indivíduo não-branco é visto como exótico, simplesmente por ter traços fenotípicos negroides, asiáticos ou indígenas.

Desde o trabalho de Sue et al. (2007), diversas pesquisas investigando esse fenômeno foram publicadas, havendo uma tendência, ao longo do tempo, a mesclar estudos que estudam as microagressões raciais a partir das três formas propostas por Sue et al. (2007) com estudos que se focam nas categorias de microagressões, inclusive revisando e ampliando-as, como pode ser visto na pesquisa de Williams et al. (2021). Em 2015, foi publicada a escala de microagressões raciais de gênero, construída e validada por Lewis e Neville. O instrumento avalia a frequência e o nível de estresse advindo das microagressões e contém quatro fatores: suposições de beleza e objetificação sexual, silenciada e marginalizada, estereótipo de mulher negra forte, e estereótipo da mulher negra raivosa. Diversos estudos utilizam essa escala para avaliar esse tipo de microagressões perpetradas contra mulheres negras (e.g., DUNN et al., 2019; SISSOKO et al., 2022; THOMPSON; DALE, 2022; WRIGHT; LEWIS, 2020).

As microagressões raciais podem se interseccionar com outros marcadores sociais, gerando microagressões específicas, no caso de mulheres negras ou de outros grupos com articulação entre dois ou mais marcadores sociais. De fato, embora as mulheres, como um grupo, sejam frequentemente objetificadas, estudos mostram que mulheres negras são objetificadas de forma específica, pela articulação de sua raça com seu gênero, sendo ridicularizadas, por exemplo, pelo tamanho de suas bundas, seios ou lábios, enquanto mulheres brancas são costumeiramente vistas como bonitas por terem características semelhantes (e.g., COLLINS, 2000). Assim, define-se como microagressões raciais de gênero “expressões de opressão verbais, comportamentais, e ambientais, diárias e sutis, baseadas na intersecção da raça e gênero de um indivíduo” (LEWIS; NEVILLE, 2015, p. 292).

Levando em consideração 1) que as microagressões raciais de gênero são frequentes, conforme explicitado na literatura, 2) que elas não são inócuas, auxiliando negativamente em quadros como depressão, ansiedade e estresse traumático, 3) que o Brasil possui 53 milhões de mulheres negras (CARNEIRO, 2017), ou seja, praticamente um quarto da população é constituído por essas mulheres, parece importante olharmos para este fenômeno, buscando saber o que a literatura tem publicado sobre este assunto para que, no futuro, possamos delinear intervenções focadas na redução desse tipo de microagressão e na melhoria da saúde mental das mulheres negras. Assim, o objetivo deste trabalho é revisar a literatura sobre microagressões raciais de gênero, com foco na população de mulheres negras.



## MÉTODO

Esse estudo consistiu em uma revisão sistematizada de literatura (systematized review, GRANT; BOOTH, 2009). As buscas foram feitas no Portal de Periódicos CAPES. A escolha por esse acervo se deu por ele agregar mais de 455 bases de dados, com mais de 49 mil periódicos com texto completo. Foram utilizadas como palavras-chave os termos “gendered racial microaggressions” (no título), “racial microaggressions” (no título) + “Black women” (em qualquer campo), “microagressões raciais de gênero” (no título), “microagressões raciais” (no título) + “mulheres negras/pretas/pardas” – as três combinações foram usadas (em qualquer campo).

Os critérios de inclusão foram: 1) se focar em microagressões raciais (de gênero) perpetradas contra mulheres negras, 2) ter sido publicado em inglês ou português, 3) ter o texto disponível completo, e 4) ter sido revisado por pares. Foram excluídos os textos 1) que abordaram o tema apenas marginalmente, 2) que tiveram diversos participantes (sem se focar em mulheres negras), e 3) que constituíram revisões da literatura. Não foi delimitado um período de tempo na busca. Os estudos foram analisados quanto aos objetivos, tipo de pesquisa (se quantitativa, qualitativa ou mista), participantes, cidade/país de realização, método, resumo do método e dos resultados. A busca foi realizada em janeiro de 2023. As recomendações do grupo PRISMA (LIBERATI et al., 2009) foram consideradas na apresentação dos resultados.

## RESULTADOS

Um total de 21 artigos foram encontrados com a palavra-chave “gendered racial microaggressions”. Destes, três foram excluídos por serem duplicatas. Outros quatro artigos foram excluídos por não se focarem em mulheres negras. Assim, 14 estudos foram selecionados para análise. Três estudos foram encontrados com a palavra-chave “microagressões raciais de gênero”. Entretanto, estes foram excluídos por serem duplicatas de um artigo já selecionado.

A busca utilizando as palavras-chave “racial microaggressions” (título) e “Black women” (qualquer campo) gerou 24 resultados. Destes, 15 eram artigos já selecionados previamente (duplicatas). Além disso, um artigo foi excluído por não se focar em mulheres negras. Portanto, sete artigos foram selecionados para análise. A busca por “microagressões raciais” (título) + “mulheres negras” (qualquer campo) gerou três resultados, mas estes foram excluídos, por serem duplicadas. A busca por



“microagressões raciais” (título) + “mulheres pretas” (qualquer campo) e por “microagressões raciais” (título) + “mulheres pardas” (qualquer campo) não gerou resultados. Portanto, aplicando-se os critérios de inclusão, a amostra final foi de 21 artigos analisados.

As Tabelas 1 e 2 apresentam um resumo dos artigos encontrados, contendo informações sobre autoras/es, ano de publicação do trabalho, objetivo, cidade/país de realização do estudo, participantes, e resumo do método e dos resultados. A Tabela 1 se foca nos estudos quantitativos e a Tabela 2, nos estudos qualitativos.

De acordo com as Tabelas, a maioria das participantes dos estudos eram heterossexuais e cisgêneras. Além disso, todos os estudos foram realizados nos Estados Unidos, com exceção de um, que foi feito no Brasil (MARTINS et al., 2020). A maioria das pesquisas (15) era do tipo quantitativa, utilizando medidas com propriedades psicométricas e gerando correlações sobre a presença de microagressões raciais (de gênero) e desfechos em saúde mental, como depressão (DALE; SAFREN, 2020; ERWING et al., 2022; WILLIAMS; LEWIS, 2019), estresse traumático (MOODY; LEWIS, 2019; WATSON; HENDERSON, 2023), e ansiedade (BURKE et al., 2022; WRIGHT; LEWIS, 2020). Entre as medidas utilizadas, obteve destaque a escala de microagressões raciais de gênero, utilizada em 12 dos 15 estudos de abordagem quantitativa. Essa escala foi elaborada justamente para captar as microagressões que são perpetuadas a partir da intersecção entre ser mulher e ser negra, justificando o seu uso nos estudos.

De maneira geral, os estudos quantitativos mostraram que a frequência ou estresse experienciado pelas microagressões raciais se correlaciona positivamente com maiores níveis de ansiedade, depressão, estresse traumático e outros desfechos negativos em saúde mental. Nestes estudos, as microagressões raciais de gênero que envolvem o “estereótipo da mulher negra raivosa” parecem ser as mais experienciadas pelas mulheres participantes dos estudos (ERWING et al., 2022).

No que se refere aos estudos qualitativos, todos foram feitos nos Estados Unidos, com amostras pequenas (até 17 participantes), com exceção do estudo de Davis (2018), que contou com mais de 150 mulheres negras. Os grupos focais foram as formas de coleta de dados mais frequentes (quatro estudos), seguido das entrevistas (três estudos). Estes estudos, grosso modo, tiveram como objetivo verificar quais tipos de microagressões



raciais (de gênero) mulheres negras experienciam, além de identificar como respondem a e como lidam<sup>2</sup> com tais microagressões.

---

<sup>2</sup> Lidar e responder são perguntados separadamente (“How do you deal with it?” e “How do you respond to it?”). Nesse sentido, apesar da semelhança, o “responder” pode ser visto como algo mais imediato, enquanto o “lidar” parece constituir algo que pode ocorrer a curto, médio e longo prazo.

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Dunn et al. (2019)	Verificar o possível papel mediador da autovalorização (self-worth) contingente à aparência na relação entre microagressões raciais de gênero e apreciação corporal em mulheres negras jovens	143 mulheres negras -18-24 anos -42,7% em relacionamento sério -93,7% da região sul -95,1% universitárias	EUA/ Online	-Body Appreciation Scale -Gendered Racial Microaggressions Scale (análise das subescalas “Suposições sobre beleza” e “Objetificação sexual”) -Contingencies of Self-Worth Scale (subescala “Aparência”) -Revised Multigroup Ethnic Identity Measure (subescala “Afirmação/Pertencimento”)	-Foi verificada uma conexão entre uma avaliação aumentada de estresse devido às microagressões e a apreciação corporal. -Participantes que sentiam estresse devido às microagressões tinham menor apreciação corporal e maior autoavaliação contingente à sua aparência. -A autovalorização contingente à aparência atuou como mediadora da relação entre as microagressões e a apreciação corporal.
Moody e Lewis (2019)	Examinar a relação entre microagressões raciais de gênero, socialização racial de gênero e sintomas de estresse traumático em mulheres negras	226 mulheres negras -92% mono-raciais -18 a 76 anos -82% heterossexual -23% cursaram universidade -92% nascidas nos EUA -47% da classe média	EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS) -Gendered Racial-Ethnic Socialization Scale for Black Women (GRESS-BW) -PTSD symptom checklist for the DSM-V (PLC-5) – exceto o critério A	-Microagressões associadas significativamente com sintomas de estresse traumático (correlação positiva). -Mais experiências de microagressões e maior internalização da opressão racial de gênero (parte da socialização racial de gênero) foi relacionada com mais estresse traumático. -A orientação sexual foi associada significativamente com mais sintomas de estresse traumático.
Williams e Lewis (2019)	Investigar a relação entre microagressões raciais de gênero e sintomas depressivos em mulheres negras, avaliando também o papel moderador/mediador de estratégias de coping	231 mulheres negras -18 a 78 anos -88% negras ou afro-americanas -88% heterossexuais -62% com pós-graduação -54% do sul dos EUA -60% da classe média -54% cristãs; -59% muito espirituais (espiritualidade)	Diversas regiões dos EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS) -Versão modificada de subescalas sobre consideração pública e privada do Multidimensional Black Identity Inventory (MIBI) -Brief Coping with Problems Experienced Inventory (Brief COPE)	-Maior frequência de microagressões associada com maior uso da estratégia de coping “desengajamento”. -Maior uso da estratégia de coping “desengajamento” relacionada com mais sintomas depressivos. -Participantes que relataram uma maior frequência de microagressões e mais autopercepções negativas de sua identidade enquanto mulheres negras usaram a estratégia de coping “desengajamento” e, subsequentemente, experienciaram mais sintomas depressivos do que as participantes que relataram mais percepções mais positivas sobre suas identidades.



-Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21)

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados (Cont.)**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Martins et al. (2020)	Avaliar os impactos das microagressões raciais de gênero na saúde mental de mulheres negras, verificando o papel da identidade social como moderadora e a autoestima como mediadora desta relação	76 mulheres negras -18-56 anos -69,7% heterossexuais -53,9% solteiras -47,4% com Ensino Superior Incompleto -36,8% com renda maior de quatro salários-mínimos	Fortaleza/ Interior do Ceará/ Brasil/ Online	-Escala de Microagressões Raciais de Gênero (GRMS) -Questionário de saúde geral de Goldberg -Escala de identificação com o grupo -Escala de autoestima de Rosenberg	-Correlação negativa entre a frequência de microagressões raciais de gênero e menores níveis de saúde mental e de autoestima -A autoestima atua como fator protetivo para a saúde mental (efeito mediador). -Microagressões predisseram significativamente a saúde mental em pessoas com alta identidade racial (identidade racial como moderadora).
Dale e Safren (2020)	Examinar a relação entre microagressões raciais de gênero, discriminação relacionada à raça e ao HIV, e sintomas depressivos e o diagnóstico clínico de depressão em mulheres negras vivendo com HIV	100 mulheres negras cisgêneras com histórico de abuso ou trauma -22 a 67 anos de idade -62% com salário inferior a 12 mil dólares por ano -63,5% com Ensino Médio Completo -75,2% heterossexuais -46,5% solteiras -82,2% tinham filhos -54,5% moravam sozinhas 24% atingiam critério para episódio depressivo maior	EUA (Miami e áreas próximas)	-Multiple Discrimination Scale -Gendered Racial Microaggressions Scale-Black Women (GRMS-BW) -Center for Epidemiologic Studies Depression Scale -Mini-International Neuropsychiatric Interview (MINI)	-Relação entre maior discriminação racial, discriminação relacionada ao HIV e microagressões raciais de gênero e mais sintomas depressivos. -Relação entre discriminação racial, discriminação relacionada ao HIV e microagressões raciais de gênero e maior probabilidade de ser diagnosticada com um episódio depressivo maior. -Microagressões raciais de gênero contribuindo unicamente com sintomas depressivos e para o aumento na probabilidade de serem diagnosticadas com episódio depressivo maior.
Banks & Landau (2022)*	Explorar se a respiração profunda como uma estratégia de coping poderia mitigar os efeitos de microagressões raciais de gênero	61 mulheres negras que frequentavam uma universidade com maioria branca no centro-oeste -18 a 30 anos -53 negras -8 birraciais -31% calouras	EUA	-Teste de Stroop Cor-Nome -4 condições: microagressão sem coping, microagressão com coping, sem microagressão e com coping, e sem microagressão e sem coping -A microagressão era feita como um comentário, emitido pela	-Houve uma maior depleção cognitiva (interferência cognitiva ao tomar decisões) nas participantes da condição microagressão sem coping do que nas condições controle com coping ou controle sem coping. -Houve menor depleção cognitiva nas participantes da condição microagressão com coping, em comparação com as participantes da condição



		-52 heterossexuais		experimentadora e sugerindo não haver diferenças na experiência de pessoas brancas e não-brancas	microagressão sem coping (diferença marginalmente significativa; $p = .05$ ).
--	--	--------------------	--	--	---

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados (Cont.).**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Wright e Lewis (2020)	Explorar as relações entre microagressões raciais de gênero e ansiedade entre mulheres afro-americanas, e verificar se a atividade física serve como moderadora entre as microagressões e os sintomas de ansiedade	249 mulheres negras -92% se identificavam como negras/afro-americanas e nascidas nos EUA -8% se identificavam como multirraciais negras/afro-americanas nascidas fora dos EUA -18-76 anos -82% heterossexuais, 7% bissexuais, 4% queer, 4% se questionando, 2% lésbicas, 1% assexuais ou com outra orientação sexual -24% com algum ensino universitário, 22% com diploma do ensino médio ou similar, 17% com pós-graduação completa, 14% com ensino superior (universidade), 5% com doutorado completo, 2% com curso “associate/2-year degree” -47% da classe média, 28% da classe trabalhadora, 16% de classe média alta, 8% pobres e 1% ricas -72% tinham tido feito alguma atividade física no último mês	EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS) -Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21) -Questão única do Centers for Disease Control-Behavioral Risk Factor Surveillance System (CDC-BRFSS) sobre realização de atividade física no último mês	-Houve uma correlação significativa entre a frequência e o estresse das microagressões e sintomas de ansiedade (anxiety arousal). -Quanto mais frequente e estressante as microagressões, maiores os sintomas de ansiedade. -A atividade física não se mostrou moderadora da relação entre a frequência/nível de estresse das microagressões e a ansiedade.
Burke et al. (2022)	Examinar como as microagressões raciais de gênero podem estar associadas com ansiedade social e sintomas de ansiedade geral, e verificar quais	163 mulheres negras, moradoras dos EUA -46,3% afroamericanas -76,5% heterossexuais -74,1% estudantes 54,3% frequentaram a universidade por algum tempo -35,8% com renda igual ou superior a 100 mil dólares anuais	EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS) -The Unidimensional Perceived Stress Scale (PSS) -The Unidimensional Distress Tolerance Scale (DTS)	-O estresse das microagressões foi associado com mais ansiedade social e geral (i.e., quanto mais estressantes as microagressões, maior a ansiedade social e geral). -A intolerância ao sofrimento (distress) e o estresse atuaram como mediadores



	mecanismos podem mediar tal relação	-66% vivendo nos EUA de 11 a 20 anos		-The Unidimensional Social Interaction Anxiety Scale (SIAS) -Subscala de ansiedade do Depression, Anxiety Stress Scale-21	da relação entre as microagressões e a ansiedade social. -A frequência das microagressões foi negativamente correlacionada com a ansiedade social.
--	-------------------------------------	--------------------------------------	--	--	---

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados (Cont.)**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Loyd et al. (2021)*	Investigar as associações entre dois tipos de microagressões raciais e sintomas negativos de saúde mental em mulheres e garotas negras, e verificar o papel de dois fatores de proteção como moderadores desta relação.	199 adolescentes negras e 199 mulheres negras -As mulheres participantes eram mães ou outro tipo de cuidadora das adolescentes -21 a 75 anos -75% com renda inferior a 30 mil dólares por ano -75% das mulheres eram mães solo -43% tinham estudado pelo menos parcialmente na universidade ou escola técnica	EUA	-Duas subescalas do Racial and Ethnic Microaggressions Scale: 1) microagressões na escola ou trabalho, e 2) suposições de criminalidade e cidadão de segunda classe -Três subescalas de uma versão modificada da medida de coping desenvolvida por Connor-Smith et al. (2000): 1) pensamento positivo, 2) reestruturação cognitiva, e 3) distração -Sete itens da subescala “pró-negro” do Racial and Ethnic Identity Scales (só para as adolescentes) -Cinco itens da escala de consideração particular (private Regard) do Multidimensional Inventory of Black Identity (só para as mulheres) -Youth Self-Report (só para as adolescentes) -Symptom Checklist-90 (só para as mulheres) -As medidas foram usadas em 3 momentos: Linha de Base (LB), seis e 12 meses depois da LB.	-As garotas tiveram mais experiências de microagressões com suposições de criminalidade do que na escola/trabalho. -As mulheres tiveram mais experiências com microagressões recebendo serviço abaixo do padrão em lojas e comportamento pouco amigável ou hostil no trabalho. -As experiências com as suposições de criminalidade e cidadãs de segunda classe predisseram aumento dos sintomas externalizantes quando as estratégias de coping são levadas em consideração. -Os dois tipos de microagressões se relacionaram com o aumento dos sintomas negativos de saúde mental nas mulheres negras. -O pensamento positivo foi correlacionado com menos sintomas externalizantes nas adolescentes ao longo do tempo, e com menos sintomas negativos de saúde mental nas mulheres. -A distração se relacionou com o aumento de sintomas internalizantes nas garotas ao longo do tempo.

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/ País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Thompson e Dale (2022)	Investigar como as microagressões raciais de gênero e o autossilenciamento (self silence) se relacionam com uma maior ideia suicida em mulheres negras que vivem com HIV	119 mulheres negras cisgêneras com histórico de abuso ou trauma -22 a 67 anos -33,9% com Ensino Médio Completo -355% com salário menor que 5 mil dólares anuais -57% recebendo ajuda do governo por terem alguma deficiência -43,8% solteiras -75,2% heterossexuais -81% com filhos -52,9% moravam sozinhas	EUA (Sul da Flórida)/ Online	-Silencing the Self Scale -Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI)” - Gendered Racial Microaggressions Scale- Black Women (GRMS-BW)	-Correlação entre maior avaliação/estresse das microagressões e maior autossilenciamento e maior probabilidade de risco de suicídio atual. -Maior autossilenciamento predisse uma maior probabilidade de risco de suicídio atual e ao longo da vida. -O autossilenciamento contribuiu significativamente para o risco de suicídio ao longo da vida mais do que a frequência e avaliação das microagressões.
Matsuzaka et al. (2022)	Verificar se a escala “Gendered Racial Microaggression” mede o mesmo construto em mulheres negras heterossexuais e lésbicas/bissexuais	1506 mulheres negras cisgêneras -Idade média = 23 anos -83,9% afro-americanas -76,1% heterossexuais -17,9% bissexuais -6% lésbicas 36% trabalhavam em tempo integral	EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS)	-A escala, que mede a frequência e avaliação do estresse das microagressões parece medir o mesmo construto em amostras heterossexual e lésbica/bissexual. -Há um maior ajuste da escala com a subamostra heterossexual.
Watson e Henderson (2022)	Verificar a relação entre a frequência de microagressões raciais de gênero e estresse traumático e a mediação	402 mulheres negras -18 a 77 anos -Se identificavam como negras ou afro-americanas	Diversas regiões dos EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS): somente frequência -Trauma Symptom Checklist (TSC-40)	-Foi identificada uma correlação positiva entre a frequência das microagressões e o estresse traumático. -A frequência das microagressões foi negativamente correlacionada com a autoestima pessoal e coletiva.



	dessa relação por autoestima pessoal e dimensões da autoestima coletiva	-62,9% afro-americanas e 56% negras -93,3% cisgêneras -82,8% heterossexuais 52,7% com mestrado		-Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) -Versão modificada do Collective Self-Esteem Scale (CSES) -Brief Resilience Scale	-A autoestima pessoal e coletiva foi negativamente correlacionada com o estresse traumático. -A resiliência foi positivamente correlacionada com a autoestima pessoal e coletiva e negativamente correlacionada com o estresse traumático. -A autoestima pessoal mediou a frequência de microagressões e o estresse traumático. -A resiliência mediou a relação entre a frequência das microagressões.
--	---	---	--	---	---

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados (Cont.).**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Knighton et al. (2022)*	Examinar a relação entre microagressões raciais, obrigação de mostrar força/suprimir emoções e sintomas de sofrimento (distress) psicológico em mulheres afro-americanas	243 mulheres afro-americanas -Se identificavam como negras ou afro-americanas -19 a 72 anos (média = 39 anos) -17 anos de educação formal em média -57% sem parceiros -75% trabalhavam em tempo integral -Rendimento médio anual = 63 mil dólares	EUA/ Online	-Patient Health Questionnaire 8-Item (PHQ-8) -Generalized Anxiety Disorder-7 item (GAD-7) -Inventory of Microaggressions Against Black Individuals (IMABI) -Items do Stereotype Roles for Black Women Scale (SRBWS)	-Experienciar microagressões raciais e sentir obrigação de mostrar força/suprimir emoções se correlacionaram positivamente com sofrimento psicológico. -A idade foi negativamente correlacionada com o sofrimento psicológico. -Mulheres mais velhas reportaram sentir menos obrigação de mostrar força/suprimir emoções.
Erwing et al. (2022)	Verificar a frequência com a qual mulheres negras experienciam microagressões raciais de gênero, investigar a relação entre tais microagressões e sintomas depressivos, e verificar se o acesso a recursos psicológicos media a associação entre	202 mulheres negras estudantes da graduação ou pós de uma universidade historicamente negra -18 a 65 anos -93% nascidas nos EUA -84% heterossexuais -76% sem filhos 41% primeira geração a cursar a universidade -73% trabalhavam	Sul dos EUA/ Online	-Versão de 12 itens do Center for Epidemiological Studies-Depression (CES-D) Scale -Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS) -Mastery Scale -Morris Rosenberg Scale	-A frequência de microagressões raciais de gênero identificadas foi de “algumas vezes por ano”. -Foi identificada uma associação entre as microagressões e sintomas depressivos. -A subescala mais reportada do GRMS foi “estereótipo da mulher negra raivosa”. -Entre os quatro tipos de microagressões raciais de gênero analisados (silenciada e marginalizada, mulher negra forte, mulher negra raivosa, e suposições de beleza e objetificação sexual), o que



	as microagressões e sintomas depressivos	-76% solteiras		-12-Item Multidimensional Scale of Perceived Social Support	foi mais associado com sintomas depressivos foi a “mulher negra raivosa”. -Mulheres com 41 anos de idade ou mais tinham menos sintomas depressivos que as mais jovens (18-22 anos). -Recursos psicossociais (autoestima, maestria – percepção de controle sobre a própria vida – e suporte social) mediarão parcialmente a associação entre as microagressões e sintomas depressivos.
--	--	----------------	--	---	---

**Tabela 1. Resumo dos estudos quantitativos encontrados (Cont.).**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Cidade/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Sissoko et al. (2022)	Explorar o potencial efeito moderador do tom de pele e nível de satisfação com o tom de pele na relação entre experiências de microagressões raciais de gênero e sintomas de estresse traumático em mulheres negras	237 mulheres autodeclaradas negras -36% afro-Latinas, 30% afro-americanas, 18% afro-caribenhas, 12% negras e 4% africanas -18 a 50 anos -77% heterossexuais, 13% bissexuais, 3% lésbicas -38% de classe média, 33% de classe trabalhadora, 22% de classe média baixa, 6% de classe média alta e 1% de classe alta	Nordeste dos EUA/ Online	-Gendered Racial Microaggressions Scale (GRMS) -Checklist de Transtorno de Estresse Pós-Traumático do DSM-5 (PCL-5) -Pergunta de autorrelato (Avaliar o tom de sua pele comparando-o com outras pessoas do seu grupo racial) -Três itens do Skin Color Satisfaction Scale (SCSS)	-Vinte e sete por cento declararam ter pele marrom bem clara, 25% marrom claro, 32% marrom médio, 13% marrom escuro, e 2% marrom muito escuro. -O tom de pele não se mostrou uma variável moderadora. -O nível de satisfação se mostrou uma variável parcialmente moderadora: Houve maior associação entre as microagressões e estresse traumático entre as mulheres que reportaram ter tanto maiores quanto menores níveis de satisfação de seus tons de pele (especialmente microagressões do tipo “silenciada e marginalizada”).

Fonte: Base de dados da pesquisa. \*Não focado especificamente em microagressões raciais de gênero.

**Tabela 2. Resumo dos estudos qualitativos encontrados**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Região/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Lewis et al. (2013)	Explorar os tipos de estratégias de coping que mulheres negras utilizam ao experienciar microagressões raciais de gênero e identificar quais delas representam resistência e resiliência	17 mulheres afro-americanas -Nascidas nos EUA -19 a 39 anos de idade -Alunas de graduação ou pós-graduação	EUA	Grupo focal com perguntas sobre as experiências e impacto de microagressões raciais de gênero na saúde mental e estratégias de coping utilizadas	<p>-Após experienciarem as microagressões, as mulheres se engajavam no processo de “escolher as batalhas” = decidir quando e como responder às microagressões.</p> <p>-Alguns fatores contextuais relacionados à escolha da estratégia de coping: recursos disponíveis, dinâmica de poder entre a mulher e o/a perpetrador/a, se o responder vai fortalecer algum estereótipo negativo já atribuído às mulheres negras (e.g., “mulher negra raivosa”), e impacto potencial no bem-estar psicológico.</p> <p>Foram identificadas 5 estratégias de coping, sendo duas de resistência, uma de coping coletivo, e outras duas de autoproteção.</p> <p>Estratégias de resistência:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Utilizando a voz como poder = Falar ativamente (speak up) e abordar a microagressão ao perpetrador.</li><li>2. Resistindo a padrões eurocêntricos de beleza: forma de resposta às microagressões ambientais (e.g., utilizar cabelo natural, não se conformar com padrão de peso – magreza).</li></ol> <p>Estratégia coletiva: Se apoiando na rede de suporte.</p> <p>Estratégias de autoproteção:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Se tornando uma supermulher negra = assumir vários papéis e responsabilidades para mostrar força e resiliência.</li><li>2. Se tornando dessensibilizada e fugindo = se focar no trabalho, cuidado de outros, indulgência de comida ou dormir excessivamente como esquiva.</li></ol>

**Tabela 2. Resumo dos estudos qualitativos encontrados (Cont.)**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Região/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Nnawulezi e Sullivan (2014)*	Explorar a presença de microagressões raciais contra mulheres negras em abrigos para mulheres que sofreram violência doméstica, investigando como elas respondem a esses incidentes	14 mulheres negras -18-49 anos -Se identificavam como negras ou afro-americanas -Estiveram em um abrigo para vítimas de violência doméstica por, pelo menos, 5 dias -9 eram mães (dessas, 5 estavam com as crianças no momento da coleta de dados)	3 abrigos em um Estado no centro-oeste dos EUA -2 dos 3 abrigos tinham uma mulher negra como diretora	Entrevista individual, com perguntas sobre 1) o ambiente geral do abrigo; 2) as experiências das mulheres com racismo aberto e encoberto no abrigo, 3) como responderam à essas experiências, 4) desafios gerais que mulheres negras enfrentam no abrigo, 5) como suas experiências impactam na escolha de retornar ou recomendar o abrigo; e 6) questões demográficas *Não foi fornecida a definição de microagressões raciais às participantes	<p>-Treze participantes disseram que os abrigos eram seguros e equitativos e que não havia racismo no abrigo, entretanto, 12 participantes relataram incidentes que podem ser classificados como microagressões raciais.</p> <p>-A maioria das reclamações foram feitas com relação a vida comunal.</p> <p>-Todas mencionariam que retornariam ao abrigo, se necessário.</p> <p>-Microagressões ambientais foram as mais frequentes: falta de produtos específicos para o cabelo (10 mulheres), falta de alimentos da cultura afro-americana (5 mulheres) e uma composição de funcionários homogênea (3 mulheres).</p> <p>-Foram identificados 2 microassaltos (e.g., usar a palavra n-), 4 microinsultos (e.g., chamar uma mulher negra de “mulher de cor”) e algumas (não foi especificado quantas) microinvalidações (e.g., mulheres brancas riram quando participante negra contou sobre incidente racista que passou e disseram que “não era importante” o ocorrido (“it’s no big deal”).</p> <p>-Uma microagressão foi perpetrada pela equipe do abrigo. As demais foram perpetradas pelas outras mulheres brancas que frequentavam o abrigo.</p> <p>-Oito mulheres responderam às microagressões de maneira não-confrontadora (e.g., deixando “para lá”, se distanciando fisicamente da perpetradora).</p> <p>-Três mulheres responderam às microagressões de maneira confrontadora (e.g., explicando o porquê tal termo é racista; perguntando “o que é agir como uma negra?” quando mulher branca perguntou por que participante não age tanto como uma negra).</p> <p>-Alguns motivos encontrados para o modo como as participantes responderam às microagressões foram a negação dos incidentes como racistas (e.g., dizer que a perpetradora não tinha intenção) e o preconceito internalizado, tanto da condição de mulher como de ser uma mulher negra (e.g., dizer que mulheres negras são escandalosas ou agressivas).</p> <p>-Ao negar os incidentes como racistas, as mulheres podem se culpar pelo ocorrido, por meio da internalização dos estereótipos atribuídos às mulheres negras; outra possibilidade para a negação da ocorrência de racismo no abrigo é dizer que já estão acostumadas com isso e não querer serem vistas como “supersensíveis”.</p>

**Tabela 2. Resumo dos estudos qualitativos encontrados (Cont.)**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Região/ País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Lewis et al. (2016)	Explorar os tipos de microagressões que mulheres negras experienciam em uma Instituição do Ensino Superior predominante branca	17 mulheres negras -Se identificavam como afro-americanas ou negras -Estudantes de graduação ou pós-graduação -19 a 39 anos de idade	Centro-oeste dos EUA	-Grupo focal com perguntas sobre microagressões raciais de gênero	<p>-Foram encontrados três temas principais e dois subtemas dentro de cada tema.</p> <p>-Tema 1: Estereótipos projetados = percepções sexualizadas ou exotizadas baseadas na raça e gênero.</p> <p>-Subtema 1a: expectativa de Jezebel = sentir-se exotizada ou sexualizada por homens; supor que são promíscuas.</p> <p>-Subitem 1b: expectativa da “mulher negra raivosa” = sentiram a pressão de se censurarem para evitar a perpetuação deste estereótipo.</p> <p>-Tema 2: Silenciada e marginalizada = sentir que suas contribuições estão sendo minimizadas.</p> <p>-Subtema 2a: luta (struggle) por respeito = sentir que tinham sua autoridade e intelecto desafiado e questionado, e que não recebem respeito por pares.</p> <p>-Subtema 2b: Invisibilidade = sentir-se ignoradas e marginalizadas por pares no campus e na sala de aula.</p> <p>-Tema 3: Suposições sobre estilo e beleza = serem reduzidas aos estilos de comunicação, aparência física e tipo corporal supostos de mulheres negras.</p> <p>-Subtema 3a: Suposições sobre estilos de comunicação = sentir-se patologizada ou inferior pelo modo como fala/se comunica; suposições de que são escandalosas e super expressivas (e.g., olhos virando, mexendo/estalando as mãos).</p> <p>-Subtema 3b: Suposições sobre estética = suposições sobre aparência física das mulheres negras (e.g., corpos serem maiores e com mais curvas; bundas e seios fartos, quadris largos).</p>
Jones (2021b)*	Explorar as experiências com microagressões raciais de mulheres negras que frequentam uma universidade	5 mulheres negras calouras -Todas se identificavam como negras -Duas se identificavam também como africanas	Diferentes cidades dos EUA	-Grupos Focais -Diário sobre experiências de microagressões raciais sofridas -Entrevistas individuais	<p>-Três tipos de reações foram identificados: se abster (refrain) = não reagir ao incidente; reformular (reframe) = diálogo interno que participantes têm ao tentar entender e racionalizar o ocorrido; e reivindicar (reclaim) = recuperar seu poder ao reagir à microagressão.</p> <p>-Tendência de se questionarem sobre se incidente foi motivado por questões raciais ou não.</p> <p>-Tendência de minimizar o impacto destas experiências ou se questionarem sobre se teriam o direito de serem afetadas pelo incidente.</p> <p>-As participantes citaram, como ações que as ajudariam:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) aumento da diversidade entre os estudantes e professores/as.</li> <li>2) Treino sobre diversidade para alunos/as e professores/as.</li> <li>3) Terapeutas/Conselheiros (counselor) com competência cultural.</li> </ol>



	com maioria negra				
--	-------------------	--	--	--	--

**Tabela 2. Resumo dos estudos qualitativos encontrados (Cont.)**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Região/País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Jones (2021a)*	Descrever como mulheres negras que frequentam uma universidade com maioria negra reagem (respond) a microagressões raciais de gênero	5 mulheres negras calouras em universidades com maioria negra	Diferentes cidades dos EUA	-Grupos Focais -Diário sobre experiências de microagressões raciais de gênero sofridas -Entrevistas individuais	-As três reações mais presentes diante das microagressões foram se abster (refrain) = escolher não reagir ao incidente; reformular (reframe) = decisão de modificar a narrativa sobre o que aconteceu, geralmente para uma narrativa na qual não exista um tom racista (racist undertone); e reivindicar (reclaim) = recuperar seu poder e reagir à microagressão. -Todas as participantes disseram que não se sentiam confortáveis em reagir às microagressões para não darem a impressão de que o estereótipo da “mulher negra raivosa” é acurado. -Outra razão para não reagir foi sentirem-se sozinhas e sem apoio, especialmente na sala de aula. -As participantes citaram, como ações que as ajudariam: 1) a criação de contra-espacos (counterspaces), onde aprenderiam como reagir e lidar com as microagressões, como desafiar as narrativas dominantes que dizem que elas são inferiores, mostrar o valor de suas experiências e ensiná-las que elas possuem um lugar no ensino superior justamente por conta de seus backgrounds. 2) Ações intencionais da universidade: não tolerar racismo, discriminação e intolerância; realização de treinamentos para os membros da universidade (faculty) para que consigam identificar e reagir à episódios de microagressão; aprender sobre autoreflexão e o papel das pessoas brancas como contribuidores de ambientes hostis; responsabilização para membros da faculdade que não querem mudar; não-necessidade de ter que apontar as injustiças na sala de aula enquanto o professor fica em silêncio. 3) Mais professores/as negros/as 4) Terapeutas/Conselheiros (counselor) com competência cultural.

**Tabela 2. Resumo dos estudos qualitativos encontrados (Cont.)**

Autores e ano	Objetivo	Participantes/ Caracterização da amostra	Região/ País	Método/ Instrumentos	Principais Resultados
Davis (2018)*	Avaliar a forma como mulheres negras oferecem apoio a uma amiga negra que experienciou microagressões raciais, e se há diferenças na forma de comunicação, a depender da faixa etária	156 mulheres negras 18-89 anos -Se autoidentificavam como mulheres negras -2 nigerianas, 3 haitianas, 3 com background crioulo	San Diego, Los Angeles, San Bernardino, Santa Barbara, Sacramento, San Jose, São Francisco, Chicago, Iowa City, Des Moines, Davenport, Cedar Rapids	-52 grupos (uma mulher que pede suporte e duas amigas que darão suporte) -Faixas de idade: 18-25; 26-44; 45-55; 56 ou mais -Questionário para identificação de três eventos no qual sofreu microagressão racial por parte de mulher branca (amiga, colega de classe e vizinha); escolha do incidente que mais a chateou/incomodou e que continua a incomodá-la -Conversa com amigas sobre o incidente (sem a presença da experimentadora), descrevendo-o e pedindo suporte -Análise da gravação em vídeo da conversa com as amigas	-Foram identificadas duas fases no processo de suporte: 1) Fase de orientação individual, com duas subfases: a) Busca de informação = entender o ocorrido, saber se existiam testemunhas e se interviram ou foram complacentes com a situação. b) Provisão de apoio = oferecer apoio verbal e não-verbal à amiga na forma de conforto, atenção e validação. 2) Fase de orientação coletiva (compartilhamento de outras ocorrências de microagressões raciais e outros atos racistas pelas outras mulheres), com três subfases: a) Diferenciação hostil = diferenciar a si e a perpetradora em termos grupais; utilizar estereótipos e desvalorizar feminilidade branca (e.g., enfraquecer a natureza “bem-intencionada” da microagressão perpetrada pela mulher branca; desmistificar noção de que a mulher branca é inocente). b) Contextualização sociopolítica = tratar as microagressões como parte do racismo estrutural. c) Elevação coletiva (collective uplift) = Demonstrar empatia pelas diversas experiências e aumentar a estima das mulheres (e.g., usar os termos “nós” e “nosso”; afirmar a beleza negra; “todos precisam valorizar nossas experiências”); utilizar a religião para melhorar o astral (e.g., “Deus vai cuidar disso”). -Foram identificadas diferenças em dois grupos de idade: o grupo de 56 anos ou mais tendia a comunicar mensagens de tolerância que racionalizavam o comportamento das perpetradoras (“Elas não sabem o que estão fazendo”), além de mensagens que comunicavam aceitação, perdão, e a importância de educar as perpetradoras, enquanto as mulheres mais jovens rejeitaram a noção de que precisam educar ou acalmar a ‘culpa’ das mulheres brancas pelos seus atos. -O humor foi presente nas duas fases, sendo visto como uma ferramenta utilizada para lidar com o estresse de sofrer uma microagressão. -Muitas participantes tiveram dificuldade em solicitar apoio para suas amigas, o que pode estar relacionado com o endosso do estereótipo da mulher negra forte (“guerreira”).

Fonte: Base de dados da pesquisa. \*Não focado especificamente em microagressões raciais de gênero.



Os resultados dos estudos qualitativos mostram que, no geral, as microagressões se relacionam com estereótipos como o da “mulher negra raivosa” e da “Jezebel, mulher hipersexualizada”, envolvem silenciamento e invisibilidade e/ou patologização/suposições de criminalidade. As mulheres tendem a responder às microagressões de forma não-confrontadora (“se abster”), confrontadora (e.g., explicitar que comentário foi racialmente agressivo) ou de forma a mudar a narrativa, negando que o episódio foi racista. As estratégias são utilizadas a depender de diversas variáveis, como o diferencial de poder existente entre perpetrador/a e vítima, a presença de pessoas que apoiariam a vítima, e o receio de confirmarem estereótipos negativos já utilizados para classificar mulheres negras, como o da “mulher negra raivosa”. Para lidar com as microagressões, foram identificados com maior frequência o recurso à religião, a minimização do ocorrido/dessensibilização, se apoiar na rede de suporte (frequentemente composta por outras mulheres negras), e se tornar a “supermulher” negra, assumindo várias responsabilidades e demonstrando força e resiliência.

Os estudos foram publicados em periódicos diversos, sendo que os periódicos que mais publicaram sobre o assunto foram o *Journal of Black Psychology* e o *Psychology of Women Quarterly*, com três publicações cada, seguido do periódico *The Counseling Psychologist*, com duas publicações. A autoria era, na maioria, de mulheres e, em diversos casos, as próprias autoras (geralmente a autora principal) faziam uma descrição sobre serem negras no corpo do artigo (e.g., DAVIS, 2018; JONES, 2021a; LEWIS et al., 2013). Com relação a tendência de publicação ao longo dos anos, é possível perceber que os estudos qualitativos foram os primeiros a serem publicados, a partir de 2013. Os estudos quantitativos começaram a ser publicados em 2019, com o maior número de artigos publicados em 2022 (oito artigos).

Algumas autoras também se destacaram por serem autoras de mais de um artigo. Jioni Lewis é autora de seis dos 21 manuscritos selecionados para essa revisão. Na sequência, temos Sannisha Dale, Angel Jones, Ruby Mendenhall, Stacy Harwood e Margaret Hunt como autoras de dois artigos da amostra. Por meio de heteroatribuição, é possível notar que, dessas seis autoras, cinco são negras, o que denota uma preocupação restrita a mulheres negras e, ao mesmo tempo, o protagonismo dessas mulheres no estudo de questões que lhe atingem diretamente.



## DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi revisar a literatura sobre microagressões raciais de gênero, com foco nas microagressões experienciadas por mulheres negras. Todos os estudos mostram os efeitos prejudiciais de experienciar tais microagressões, corroborando com a noção de que tais microagressões não são inócuas e se relacionam com diversos desfechos negativos em saúde mental, como estresse traumático (MOODY; LEWIS, 2019; WATSON; HENDERSON, 2022), ansiedade (BURKE et al., 2022, WRIGHT; LEWIS, 2020), depressão (DALE; SAFREN, 2020, ERWING et al., 2022, WILLIAMS; LEWIS, 2019), ideação suicida (THOMPSON; DALE, 2022), influenciando também na autoestima (MARTINS et al., 2020) e autovalorização (DUNN et al., 2019).

Diferentemente das pesquisas quantitativas, que se focaram na busca por correlações entre experiências de microagressões raciais e desfechos em saúde mental, as pesquisas qualitativas se focaram nos tipos de microagressões raciais (de gênero) experienciadas por mulheres negras (LEWIS et al., 2016), em como as mulheres respondem a tais microagressões (JONES, 2021a, JONES, 2021b, NNAWULEZI; SULLIVAN, 2014), nas estratégias de coping utilizadas por essas mulheres diante das experiências de microagressões (LEWIS, 2013) e em como as amigas negras oferecem apoio diante desse tipo de incidente (DAVIS, 2018).

Essas pesquisas mostram que as mulheres negras tendem a fazer uma avaliação dos riscos envolvidos em responder de maneira confrontadora, uma vez que sabem que, sendo parte de um grupo minoritário e vivendo em uma sociedade racista, a chance de serem vistas como “mulheres negras raivosas” e “supersensíveis”, tendo suas queixas e sentimentos invalidados, é alta. Isso mostra a importância de aliados que, estando presentes nesses incidentes, possam apontar o tom racista, validando os sentimentos da vítima e, principalmente, apontando o tratamento injusto (atuação antirracista).

Como agir de forma confrontadora acaba sendo, muitas vezes, prejudicial para essas mulheres, em termos das consequências imediatas, elas frequentemente respondem a esses incidentes de duas outras formas: não confrontando (e.g., ficar calada, se afastar do/a agressor/a) e/ou criando outra narrativa sobre o ocorrido. A criação de uma nova narrativa frequentemente leva a uma minimização do ocorrido, com as vítimas se questionando sobre a necessidade de se afetarem negativamente pelo ocorrido e, às vezes,



inclusive, afirmando (mesmo sem qualquer evidência), que o/a perpetrador/a não é racista. Como consequência, as mulheres passam a assumir que elas causaram o incidente, ou seja, se sentem responsáveis pelo ocorrido. Isso é extremamente problemático, pois leva a uma culpabilização indevida, podendo colaborar para o fortalecimento do racismo internalizado<sup>3</sup>.

Algumas mulheres também comentaram que minimizam tais incidentes com base na constatação de que isso acontece tantas vezes em suas vidas e que, portanto, não podem deixar isso afetá-las. Outras estratégias utilizadas foram “se tornar a supermulher negra” e “se dessensibilizar e fugir”. Acredito que tais estratégias são potencialmente prejudiciais à médio e longo prazo são (e.g., o excesso de atividades de trabalho pode levar à quadros de burnout, e a indulgência de comida ou sono excessivo podem reduzir o valor reforçador destes, além de reduzir o tempo em que essas mulheres poderiam se engajar em atividades prazerosas). Assim, as estratégias de enfrentamento identificadas que parecem ser mais saudáveis foram movimentos de resistência aos padrões eurocêntricos de beleza, como deixar o cabelo natural e voltar-se para a rede de apoio (LEWIS et al., 2013).

Como limitações dessa pesquisa, podemos mencionar que a busca foi feita utilizando os termos apenas em português e inglês, impossibilitando uma análise do que a literatura latino-americana, de forma geral, tem produzido sobre o assunto. Sugerimos que outras pesquisas sejam feitas com esse tema, especialmente no Brasil, tendo em consideração que as mulheres negras perfazem praticamente um quarto da população do país, que há diversas evidências sobre os efeitos negativos de sofrer esse tipo de agressão. Além disso, ao ignorar este assunto, além de desconhecimento sobre essa prática racista, evita-se a produção de estratégias que busquem reduzir o impacto dessas microagressões nessas mulheres e, especialmente, intervenções voltadas para os/as perpetradores/as, assim como estudos sobre a importância de aliados/as que apontem que esses diversos comentários e outros comportamentos não são inócuos e que, portanto, críticas sobre experienciá-los não devem ser vistos como “ser muito sensível” ou “reclamar de tudo”.

---

<sup>3</sup> O racismo internalizado seria o efeito “do aprendizado de relações arbitrárias entre estímulos ... que estabelecem relações entre traços negroides e estímulos aversivos..., ao mesmo tempo que faz o oposto à traços caucásianos, levando os indivíduos dos grupos racialmente oprimidos a associação de suas características físicas como pejorativas e aversivas, resultando em um sofrimento psíquico contínuo para esses indivíduos devido à essa exposição” (Araújo et al., 2022, p. 350).



## CONCLUSÃO

As microagressões raciais de gênero são um tipo de conduta baseado no racismo e no machismo. A revisão mostrou que experienciar tais tipos de agressões se correlaciona com quadros como ansiedade, depressão e ideação suicida. Assim, é necessário que mais estudos sejam feitos sobre essa temática, pensando em intervenções para as vítimas, mas também em maneiras de reduzir os comportamentos racistas emitidos por pessoas brancas. As formas as quais as mulheres respondem e lidam com as microagressões mostram a importância de aliados na luta antirracista e da rede de apoio, geralmente formada por outras mulheres negras. Pesquisadoras e pesquisadores brasileiros precisam se atentar para este fenômeno, visto que apenas um estudo da amostra foi realizado no Brasil. Estudos também precisam ser realizados com mulheres não heterossexuais, para verificar possíveis especificidades em mulheres que possuem, ao menos, três identidades marginalizadas (ser mulher, ser negra e não ser heterossexual). Espero que esse estudo seja um pontapé inicial que, ao mostrar o estado da arte sobre essa temática, fomente o interesse de outras(os) pesquisadoras(es), sempre na busca de um mundo com menos desigualdade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, S. Racismo estrutural. São Paulo: *Pólen*, 2019.

ARAÚJO, E. M. de; XAVIER, K. A. da S.; SOUZA, L. B. de; VICHI, C. Racismo Internalizado: uma Perspectiva Analítico-Comportamental. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, v. 13, n. 1, 2022, p. 342-353. Disponível em: <<https://doi.org/10.18761/DH000166.set21>>. Acessado em: 25/02/2023.

\*BANKS, B. M.; LANDAU, S. Take a Deep Breath: Coping and the Cognitive Consequences of Racial Microaggression among Black College Women. *Journal of College Student Psychotherapy*, 2022, p. 1-20. Disponível em: <10.1080/87568225.2022.2100855>. Acessado em: 10/01/2023.

BENTO, M. A.; CARONE, I. Psicologia social do racismo: estudos sobre branquitude e branqueamento no Brasil. 2. ed. São Paulo: *Vozes*, 2002.

\*BURKE, L. A.; CHIJOKE, S.; LE, T. P. Gendered racial microaggressions and emerging adult Black women's social and general anxiety: Distress intolerance and stress as mediators. *Journal of Clinical Psychology*, 2022, p. 1-19. Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/jclp.23460>>. Acessado em: 10/01/2023.



CARNEIRO, S. Mulheres negras e violência doméstica: decodificando os números. São Paulo: *Geledés Instituto da Mulher Negra*, 2017. Disponível em: <<https://www.geledes.org.br/wp-content/uploads/2017/03/e-BOOK-MULHERES-NEGRAS-e-VIOL%C3%80NCIA-DOM%C3%89STICA-decodificando-os-n%C3%BAmeros-isbn.pdf>>. Acessado em: 12/01/2023.

COLLINS, P. H. Black feminist thought: knowledge, consciousness, and the politics of empowerment. 2nd. Edition. New York: *Routledge*, 2000.

\*DALE, S. K.; SAFREN, S. A. Gendered Racial Microaggressions Associated with Depression Diagnosis among Black Women Living with HIV. *J Urban Health*, v. 97, n. 3, jun. 2020, p. 377-386. Disponível em: <10.1007/s11524-020-00432-y>. Acessado em: 10/02/2023.

\*DAVIS, S. M. When sistahs support sistahs: A process of supportive communication about racial microaggressions among Black women, *Communication Monographs*, 86, 2, 2018, p. 1-25. Disponível em: <10.1080/03637751.2018.1548769>. Acessado em: 10/01/2023.

\*DUNN, C. E.; HOOD, K. B.; OWENS, B. D. Loving myself through thick and thin: Appearance contingent self-worth, gendered racial microaggressions and African American women's body appreciation. *Body Image*, v. 30, 2019, p. 121-126. Disponível em: <10.1016/j.bodyim.2019.06.003>. Acessado em: 10/01/2023.

\*ERVING, C. L.; WILLIAMS, T. R.; FRIERSON, W.; DERISSE, M. Gendered Racial Microaggressions, Psychosocial Resources, and Depressive Symptoms among Black Women Attending a Historically Black University. *Society and Mental Health*, v. 12, n. 3, 2022, p. 230-247. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/21568693221115766>>. Acessado em: 10/01/2023.

FÓRUM Brasileiro de Segurança Pública. Infográfico: a violência contra pessoas negras no Brasil 2022. Disponível em: <<https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2022/11/infografico-violencia-desigualdade-racial-2022.pdf>>. Acessado em: 15/02/2023.

GRANT, M. J.; BOOTH, A. A Typology of Reviews: An Analysis of 14 Review Types and Associated Methodologies. *Health Information and Libraries Journal*, v. 26, n. 2, p.91-108, 2009. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x>>. Acessado em: 15/02/2023.

GRUPOS de Estudos Multidisciplinares em Ações Afirmativas. A desigualdade racial no judiciário brasileiro, 2016. Disponível em: <<https://gema.iesp.uerj.br/infografico/a-desigualdade-racial-no-judiciario-brasileiro/>>. Acessado em: 15/02/2023.

GRUPOS de Estudos Multidisciplinares em Ações Afirmativas. Relatório das desigualdades de raça, classe e gênero GEMAA. 2020. Disponível em: <<https://gema.iesp.uerj.br/infografico/relatorio2020/>>. Acessado em: 15/02/2023.

HASENBALG, C. Discriminação e desigualdades raciais no Brasil. Rio de Janeiro: *Graal*, 1979.

HASENBALG, C.; SILVA, N. V. Estrutura social, mobilidade e raça. São Paulo: *Vértice*, 1988.

INSTITUTO Brasileiro de Geografia e Estatística. Desigualdades sociais por cor ou raça no Brasil. 2. ed. 2022. Disponível em: <[https://static.poder360.com.br/2022/11/IBGE-DESIGUALDADES-11.NV\\_.pdf](https://static.poder360.com.br/2022/11/IBGE-DESIGUALDADES-11.NV_.pdf)>. Acessado em: 15/02/2023.



\*JONES, A. M. Conflicted: How Black women negotiate their responses to racial microaggressions at a historically White Institution. *Race Ethnicity and Education*, 25, 5, 2021a, p. 1-16. Disponível em: <[10.1080/13613324.2021.1924136](https://doi.org/10.1080/13613324.2021.1924136)>. Acessado em: 10/01/2023.

\*JONES, A. M. Letters to their attackers: using counterstorytelling to share how Black women respond to racial microaggressions at a historically White institution. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 2021, p. 1-13. Disponível em: <[10.1080/09518398.2021.1942292](https://doi.org/10.1080/09518398.2021.1942292)>. Acessado em: 10/01/2023.

\*LEWIS, J. A.; NEVILLE, H. A. Construction and initial validation of the Gendered Racial Microaggressions Scale for Black women. *Journal of Counseling Psychology*, v. 62, n. 2, 2015, p. 289-302. Disponível em: <<https://doi.org/10.1037/cou0000062>>. Acessado em: 10/01/2023.

LIBERATI, A.; ALTMAN, D. G.; TETZLAFF, J.; MULROW, C.; GÖTZSCHE, P.; IOANNIDIS, J. P. A.; CLARKE, M.; DEVEREAUX, P. J.; KLEYNEN, J.; MOHER, D. The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate health care interventions: explanation and elaboration. *PLOS Medicine*, v. 6, n. 7, 2009, e1000100. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000100>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*LEWIS, J. A.; MENDENHALL, R.; HARWOOD, S. A. Coping with Gendered Racial Microaggressions among Black Women College Students. *J Afr Am St*, v. 17, 2013, p. 51-73. Disponível em: <<https://doi.org/10.1007/s12111-012-9219-0>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*LEWIS, J. A.; MENDENHALL, R.; HARWOOD, S. A.; BROWNE HUNTT, M. Ain't I a Woman? *The Counseling Psychologist*, v. 44, n. 5, 2016, p. 758-780. Disponível em: <[10.1177/0011000016641193](https://doi.org/10.1177/0011000016641193)>. Acessado em: 10/01/2023.

\*LOYD, A.B.; KÜRÜM, E.; CROOKS, N.; MAYA, A.; EMERSON, E.; DONENBERG, G. R. Investigating Longitudinal Associations Between Racial Microaggressions, Coping, Racial/Ethnic Identity, and Mental Health in Black Girls and Women. *J Res Adolesc*, v. 32, 2022, p. 69-88. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/jora.12710>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*KNIGHTON, J. S.; DOGAN, J.; HARGONS, C.; STEVENS-WATKINS, D. Superwoman Schema: a context for understanding psychological distress among middle-class African American women who perceive racial microaggressions. *Ethn Health*, v. 27, n. 4, maio 2022, p. 946-962. Disponível em: <[10.1080/13557858.2020.1818695](https://doi.org/10.1080/13557858.2020.1818695)>. Acessado em: 10/01/2023.

\*MARTINS, T. V.; LIMA, T. J. S.; SANTOS, W. S. O efeito das microagressões raciais de gênero na saúde mental de mulheres negras. *Ciênc. Saúde Coletiva*, v. 25, n. 7, 2020, p. 2793-2802. Disponível em: <[10.1590/1413-81232020257.29182018](https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.29182018)>. Acessado em: 10/01/2023.

\*MATSUZAKA, S.; JAMISON, L.; AVERY, L. R.; SCHMIDT, K. M.; STANTON, A. G.; DEBNAM, K. Gendered Racial Microaggressions Scale: Measurement Invariance Across Sexual Orientation. *Psychology of Women Quarterly*, v. 46, n. 4, 2022, p. 518-530. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/03616843221118339>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*MOODY, A. T.; LEWIS, J. A. Gendered Racial Microaggressions and Traumatic Stress Symptoms Among Black Women. *Psychology of Women Quarterly*, v. 43, n. 2, 2019, p. 1-14. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/0361684319828288>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*NNAWULEZI, N. A.; SULLIVAN, C. M. (2014). Oppression within safe spaces: Exploring racial microaggressions within domestic violence shelters. *Journal of Black Psychology*, v. 40, n. 6, 2014, p. 563-591. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/0095798413500072>>. Acessado em: 10/01/2023.



ORGANIZAÇÃO das Nações Unidas – Brasil. Desigualdades raciais no Brasil comprometem oportunidades de trabalho e desenvolvimento humano. 2018. Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/desigualdades-raciais-no-brasilcomprometem-oportunidades-de-trabalho-e-desenvolvimento-humano/>>. Acessado em: 15/02/2023.

SANTOS, J. Sofrimento psíquico gerado pelas atrocidades do racismo. *Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/As Negros/As (ABPN)*, v. 10, n. 24, 2018, p. 148-165. Disponível em: <<https://abpnrevista.org.br/index.php/site/article/view/578/1222>>. Acessado em: 17/01/2023.

\*SISSOKO, D. R. G.; LEWIS, J. A.; NADAL, K. L. It's More Than Skin-Deep: Gendered Racial Microaggressions, Skin Tone Satisfaction, and Traumatic Stress Symptoms Among Black Women. *Journal of Black Psychology*, 0, 0, 2022, p. 1-26. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/00957984221137957>>. Acessado em: 10/01/2023.

TELLES, E. Racismo à brasileira: uma nova perspectiva sociológica. Rio de Janeiro: *Relume-Dumará: Fundação Ford*, 2003.

\*THOMPSON, M.; DALE, S. Gendered Racial Microaggressions and Self-Silencing Associated with Suicidality Among Black Women Living with HIV. *J. Racial and Ethnic Health Disparities*, v. 9, 2022, p. 748-755. Disponível em: <<https://doi.org/10.1007/s40615-021-01009-4>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*WATSON, L. B.; HENDERSON, J. The Relation Between Gendered Racial Microaggressions and Traumatic Stress Among Highly Educated Black Women. *The Counseling Psychologist*, v. 51, n. 2, 2023, p. 210-241. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/00110000221133104>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*WILLIAMS, M. G.; LEWIS, J. A. Gendered racial microaggressions and depressive symptoms among black women: a moderated mediation model. *Psychology of Women Quarterly*, v. 43, n. 3, 2019, p. 368-380. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/0361684319832511>>. Acessado em: 10/01/2023.

WILLIAMS, M. T.; SKINTA, M. D.; MARTIN-WILLET, R. After Pierce and Sue: a revised racial microaggressions taxonomy. *Perspectives on Psychological Science*, v. 16, n. 5, 2021, p. 991-1007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/1745691621994247>>. Acessado em: 10/01/2023.

WILLIAMS, M. T.; SKINTA, M. D.; KANTER, J. W.; MARTIN-WILLET, R.; MIER-CHAIREZ, J.; DEBREAUX, M.; ROSEN, D. C. A qualitative study of microaggressions against African Americans on predominantly White campuses. *BMC Psychology*, v. 8, n. 1, 2020, p. 1-13. Disponível em: <<https://doi.org/10.1186/s40359-020-00472-8>>. Acessado em: 10/01/2023.

\*WRIGHT, L. N.; LEWIS, J. A. Is Physical Activity a Buffer? Gendered Racial Microaggressions and Anxiety Among African American Women. *Journal of Black Psychology*, v. 46, n. 2-3, 2020, p. 122-143. Disponível em: <<https://doi.org/10.1177/0095798420929112>>. Acessado em: 10/01/2023.