



CONVERSATORIO 2023

ARTÍCULOS PEDAGÓGICOS ¿POR QUÉ HABLAR DE EDUCACIÓN ANTIRRACISTA? IDENTIDADES, REPRESENTACIONES Y RESPONSABILIDADES

PRESENTACIÓN

CONVERSATORIO 20.10.2023

ARTÍCULOS PEDAGÓGICOS ¿POR QUÉ HABLAR DE EDUCACIÓN ANTIRRACISTA? IDENTIDADES, REPRESENTACIONES Y RESPONSABILIDADES (P.3) PRESENTACIÓN (P.5) EDUCACIÓN ANTIRRACISTA ZINTHIA ÁLVAREZ PALOMINO (P.11) DESCOLONIZAR LA EDUCACIÓN, EDUCAR EN EL ANTIRRACISMO ADRIANA TORROELLA (P.17) SALUD MENTAL Y RACISMO QUINNDY AKEJU (P.25) NO HAY EDUCACIÓN ANTIRRACISTA SIN LXS QUEER RIOKO FOTABON

UN PROYECTO DE: Munduko Medikuarak Euskadi **HAN COLABORADO EN ESTE NUMERO:** Zinthia Álvarez Palomino, Adriana Torroella, Quinndy Akeju y Rioko Fotabon **DISEÑO, MAQUETACIÓN E ILUSTRACIÓN:** Karina Senatore **ORDENANZA:** Esta publicación es de distribución gratuita y no se permite el uso de la misma con fines comerciales. Está permitida su reproducción, haciendo debida mención a la fuente. Se puede descargar gratuitamente esta guía, en formato PDF, en <https://conociendoafrica.semillaseducativas.org/>

Cómo tratamos la diferencia y cómo la explicamos puede o bien reforzar las jerarquías establecidas o bien desarmarlas. Y es aquí, donde las comunidades educativas tenemos una gran responsabilidad en qué mensajes estamos transmitiendo y revisar nuestras actitudes y prácticas pedagógicas.

Por ello, el 20 de octubre de 2023, Médicos del Mundo organizamos un Conversatorio sobre *¿Por qué hablar de educación antirracista? Identidades, representaciones y responsabilidades*, donde tuvimos la oportunidad de encontrarnos, reflexionar y dialogar sobre la importancia de una educación antirracista.

Reflexionamos sobre la educación primaria y la importancia de las representaciones, analizamos las lógicas del racismo en las aulas y posibles soluciones antirracistas en secundaria, se abordaron estrategias colectivas y narrativas antirracistas en RRSS y el impacto en la salud mental y emocional del racismo, además de compartir materiales educativos, poemarios y cuentos.

Este conversatorio se enmarca en el proyecto Afrikan Murgiltzen, que trata de narrar las historias desde una perspectiva afrocentrada. Y siguiendo con esta idea de contar, y debido al borrado sistemático colonial que sigue dibujando una historia única, llena de ausencias de aportaciones del sur global. Contarse, leerse, tocarse, mirarse como dice Lucía Mbomío, es como recuperar el cuerpo, es convertir los no-lugares en realidades tangibles que, aunque la blanquitud y la colonialidad invisibilice y niegue, siempre estuvieron y están ahí, con esas posibilidades del ser.

Deseamos que la lectura de estos artículos, nos sigan moviendo hacia practicar el pensamiento crítico y accionar por la justicia social y el buen trato.



EDUCACIÓN ANTIRRACISTA

TEXTO POR ZINTHIA ÁLVAREZ PALOMINO

La diversidad étnico-racial y cultural plantean nuevos escenarios e incorpora nuevos retos a nuestra sociedad que deben abordarse desde el principio de corresponsabilidad. El proceso supone un esfuerzo por parte de la sociedad para conseguir una convivencia inclusiva, pero requiere también un esfuerzo especial de las personas responsables del sector educativo, para desarrollar medidas que impulsen y faciliten este proceso. Generando nuevas oportunidades de aprendizaje.

Todo esto implica una actitud de reconocimiento y aprendizaje de la cultura de cada persona, independientemente de su lugar en la estructura social o en el espectro de identidades, origen o pertenencia cultural.

La educación antirracista intenta abordar la sociedad desde una perspectiva global y analiza la diversidad étnica y cultural en función de las relaciones de poder presentes, además de cuestionar el sistema político actual que mantiene la diferenciación e inferiorización, toma en consideración todas las cruces de la relación de dominación: la social, la política, la económica; siendo la cultural una más de ellas.



UNA FRASE "EL CONOCIMIENTO ES COMO UN BOOBAB: LOS BRAZOS DE UNA SOLA PERSONA NO BASTAN PARA ABARCARLO." PROVERBIO AFRICANO

ARTÍCULO UNO

**ZINTHIA ÁLVAREZ
PALOMINO**

Periodista e integradora social,
impulsora del proyecto educativo
@negrasquecambiaronelmundo,
con la publicación del libro *"Mujeres
negras en la ciencia"*.

LA EDUCACIÓN ANTIRRACISTA SUBRAYA QUE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS, INCLUYENDO LAS ESCUELAS Y LAS AULAS, NO SON ENTORNOS IMPARCIALES NI DESPROVISTOS DE CONTENIDO POLÍTICO. ESTOS LUGARES SE CONCIBEN, O AL MENOS DEBERÍAN CONCEBIRSE, COMO ESPACIOS DE REFLEXIÓN COLECTIVA, DONDE SE DEBE FOMENTAR UN DIÁLOGO CONSTRUCTIVO ACERCA DE LOS DESAFÍOS QUE ENFRENTA LA SOCIEDAD.

UNA PROPUESTA GLOBAL

Identificar y confrontar los prejuicios y estereotipos individuales no resulta suficiente en la educación antirracista. En lugar de ello, se desafía a poner sobre la mesa los elementos estructurales que perpetúan la desigualdad en nuestra sociedad. Esto implica examinar a fondo las bases de las disparidades raciales y étnicas, así como los sistemas que las respaldan y mantienen, y aportar soluciones encaminadas a una mayor igualdad y justicia.

En este sentido, no tiene lógica plantear una educación antirracista únicamente para aplicar en ciertas escuelas (donde existe presencia de diversidad étnica y cultural); sino se plantea como un modelo educativo que debe aplicarse a todos los centros educativos y a cada estudiante, independientemente de su origen cultural.

Para construir una escuela inclusiva y antirracista, es esencial evaluar todos

sus aspectos, comenzando por examinar los mensajes y materiales que se utilizan. En este sentido, el plan de estudios es especialmente crucial, ya que no se trata solo de una lista de temas prácticos, sino que influye en las experiencias de los y las estudiantes de manera explícita e implícita.

Además, afecta la forma en que vemos a las demás personas, las oportunidades de participación, interacciones y las relaciones, así como los mensajes que se transmiten de aceptación o rechazo, tanto de manera directa como indirecta.

La revisión de los contenidos implica abordar la falta de visibilidad y examinar los materiales de enseñanza, las imágenes, las perspectivas, entre otros aspectos. Esto conlleva un proceso de concienciación, autoevaluación y capacitación del profesorado para superar la perspectiva centrada en occidente que ha influido en la forma en construcción del mundo hasta ahora.



ADEMÁS, ESTA REVISIÓN IMPLICA INCORPORAR LA HISTORIA, LA CULTURA, LAS CONTRIBUCIONES Y LOS DESAFÍOS DE “LAS OTRAS”, ASÍ COMO SEÑALAR Y COMBATIR LOS PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS DISCRIMINATORIOS.

Un plan de estudios intercultural y antirracista debe, entre otros aspectos:

01. Analizar de manera crítica la persistencia y los impactos del racismo y de las políticas racistas.
02. Ampliar la variedad de lecturas y recursos en los cursos para incluir a autores y autoras que históricamente han sido excluidos, así como aquellos que adoptan enfoques antirracistas.
03. Cuestionar lo que se internaliza de manera implícita, como la creencia en la objetividad de la meritocracia o la atribución exclusiva del fracaso al estudiante.
04. Estar dispuesto a explorar diversas formas de conocimiento, tradiciones, culturas y lenguajes para evitar la restricción de la experiencia humana y el desarrollo del saber al enfoque eurocéntrico.
05. Promover la autorreflexión y la autocrítica en el desarrollo profesional de los educadores.
06. Reconocer el compromiso social como una parte integral de la vivencia educativa.
07. Explorar las intersecciones entre diferentes identidades, como género, sexualidad, clase social o habilidades, que ejercen influencia en las dinámicas de poder en la sociedad.

LA FORMACIÓN DEL PROFESORADO

La preparación de los y las docentes debería comenzar por fomentar una mayor conciencia en ellos y ellas a través de una autoevaluación crítica. Esto implica que reflexionen sobre su propio bagaje cultural y examinen sus actitudes hacia aquellas personas que han sido consideradas diferentes. En este punto se debe estar dispuesta a cuestionar y desafiar los prejuicios personales, así como los supuestos no expresados que puedan tener una consecuencia negativa sobre la percepción de las demás personas.

Esto también incluye una reflexión profunda sobre la posición que cada persona ocupa en el complejo sistema de jerarquías sociales, y cómo esta posición puede influir en la reproducción de estructuras de poder y discriminación en la educación y en la sociedad en general. En última instancia, esta toma de conciencia es fundamental para que los y las educadoras desempeñen un papel activo en la promoción de la igualdad y la justicia en el entorno educativo y más allá.

LA COMUNIDAD

Desde una perspectiva intercultural y antirracista, resulta fundamental la plena implicación y concienciación de todas las partes de la comunidad educativa. En muchos casos, los esfuerzos de formación y concienciación en temas de transformación y justicia social se centran mayormente en los y las estudiantes, dejando en un segundo plano a los y las educadores.

Sin embargo, es imperativo trascender estas limitaciones y comprometer a todas las partes involucradas en el ámbito educativo. Esto incluye no solo a los padres y madres, sino también a la dirección de la escuela, el personal docente, los y las estudiantes, el personal administrativo y los servicios relacionados con la institución educativa, como las actividades extracurriculares, los comedores escolares y el transporte, entre otros. La colaboración y la sensibilización de todos estos actores son esenciales para fomentar una educación intercultural y antirracista que promueva la igualdad y la justicia en la comunidad educativa en su conjunto.

Una comunidad educativa que integre los principios de la interculturalidad y el antirracismo se caracterizará por su trabajar en la diversidad y en su habilidad para influir en la realidad más allá del salón de clases. En este sentido, la comunidad educativa se convierte en un ejemplo a seguir para sus estudiantes y su entorno más amplio. Es importante reconocer que las escuelas no existen en un aislamiento, sino que están inmersas en un contexto más amplio, formando parte integral de un territorio, una ciudad, un barrio y una comunidad específica. Por lo tanto, la relación entre la escuela y la comunidad se torna esencial para brindar una educación antirracista completa, no solo para los y las estudiantes, sino para el conjunto de la sociedad. La colaboración entre la escuela y la comunidad se convierte en un motor importante para la promoción de valores interculturales y antirracistas en la sociedad en su conjunto.

UN STOP AL RACISMO EN LAS ESCUELAS

Más allá de la labor preventiva y de la importancia de generar conciencia acerca del antirracismo, es imperativo comprender que los entornos educativos pueden convertirse en escenarios donde se experimenta el racismo en la vida cotidiana, así como prejuicios e incluso acciones de carácter racista.

Cuando nos referimos a acciones racistas, hablamos de cualquier acontecimiento que pueda ser percibido como tal por la víctima o cualquier otra persona involucrada. Estos incidentes abarcan un amplio espectro que va desde el abuso verbal hasta la agresión física. En el contexto escolar, los incidentes racistas pueden manifestarse de diversas maneras, incluyendo comentarios, observaciones o “bromas” con tintes racistas, así como la exclusión de una persona o incluso episodios de violencia física que ocasionan daños significativos.

Es crucial tener en consideración que algunos incidentes que en un principio puedan parecer de poca importancia, pueden acarrear efectos negativos a largo plazo en las víctimas. Los centros educativos que optan por pasar por alto, minimizar o negar la existencia de estos incidentes están enviando un mensaje equivocado a las jóvenes generaciones.

El éxito de una sociedad multicultural depende en gran medida de que los niños y niñas de hoy crezcan con las habilidades y la disposición necesarias para denunciar cualquier forma de racismo, promoviendo la justicia y la igualdad en sus comunidades y en la sociedad en su conjunto.

DESCOLONIZAR LA EDUCACIÓN, EDUCAR EN EL ANTIRRACISMO

TEXTO POR ADRIANA TORROELLA

Uno de los obstáculos que dificulta la prevención del racismo en las aulas es su percepción como un “problema de niñ@s”, “de adolescentes”, “del ser diferente”. A pesar de que todas las personas tenemos una identidad racial (al igual que una identidad de género o de sexualidad), las consecuencias no son las mismas para las personas de apariencia asiática, africana, gitana o latinoamericana que para aquellas pertenecientes a la *hegemonía occidental* o *blanca*. Así como ser mujer nos afecta directamente en una sociedad de tradición machista, ser una persona no blanca nos afecta directamente en una sociedad de tradición racista.

En el Informe del Grupo de Trabajo sobre los Afrodescendientes acerca de su Misión en España¹, se recoge información sobre las formas de racismo, xenofobia y afrofobia a que las personas de la diáspora africana nos vemos expuestas en el Estado. Concretamente, en el ámbito educativo, el Grupo de Trabajo constata que “los planes de estudio no reflejan adecuadamente la historia de la colonización, la trata transatlántica de personas esclavizadas ni las contribuciones de las personas afrodescendientes en España”. Aunque algunos centros tratan de abordar estas cuestiones mediante la valoración de la diversidad y el aprendizaje cooperativo, la ONU denuncia que muchos docentes reconocen ser incapaces de gestionar conflictos raciales así como de impartir conocimientos suficientes sobre la historia de las comunidades racializadas.

1. Asamblea General de las Naciones Unidas. (2018). Informe del Grupo de Trabajo de Expertos sobre los Afrodescendientes acerca de su misión a España [PDF]. Recuperado de <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G18/249/78/PDF/G1824978.pdf?OpenElement>



UNA FRASE "LAS MUJERES AFRICANAS SOMOS CREADORAS DE ESTRATEGIAS PARA LA SUPERVIVENCIA DE TODO NUESTRO ENTORNO." REMEI SIPI

ARTÍCULO DOS

ADRIANA TORROELLA

Educadora social, afrofeminista y creadora de varias guías entre ellas, la “*guía docente antirracista Mainty*”, además lidera el proyecto [@_fahafahana_](https://www.instagram.com/_fahafahana_) donde ofrece servicios socioeducativos.

"ASÍ COMO SER MUJER NOS AFECTA DIRECTAMENTE EN UNA SOCIEDAD DE TRADICIÓN MACHISTA, SER UNA PERSONA NO BLANCA NOS AFECTA DIRECTAMENTE EN UNA SOCIEDAD DE TRADICIÓN RACISTA".

Evidentemente, la colonialidad y la tradición racista no son culpa de las generaciones actuales; sin embargo, la educación tiene la responsabilidad moral de concretar la antidiscriminación en todos los ámbitos de la vida y, por lo tanto, de prevenir que su alumnado sea discriminado por motivos de racialidad, linaje y/u origen. Así como el racismo no puede explicarse sin la colonialidad del poder y las desigualdades históricas generadas por el sistema de castas colonial², la educación que se posiciona contra tal discriminación tampoco puede desentenderse de los factores políticos de exclusión. Por este motivo, las educaciones antirracistas sitúan la diversidad racial, cultural y de orígenes en un contexto de desigualdad: para cuestionar la hegemonía occidental que la genera y promover un paradigma inclusivo contra el racismo.

En el ámbito de la educación formal, el enfoque actual tiende a fusionar todas las formas de discriminación, pasando por alto las particularidades históricas del racismo y de las luchas contra la colonialidad. En el contexto español,

caracterizado por discursos de "tolerancia y libertad", las denuncias de racismo son vistas con recelo y reducidas a cuestiones de subjetividad. De hecho, de acuerdo con el proyecto europeo TOLERACE³, el racismo en el ámbito educativo es percibido como "casos aislados en el funcionamiento general de la sociedad".

El fracaso de la prevención escolar del racismo se debe a un pensamiento paternalista, que no deja de ser una forma endulzada de discriminación. Hasta ahora, el profesorado ha limitado su aportación al discurso intercultural y a la represión de comentarios, actitudes y/o agresiones racistas; pero no ha cuestionado la naturaleza eurocéntrica de lo que en Occidente se considera "ciencia" y "conocimiento". En otras palabras: desde los centros educativos se promueven discursos para la resolución pacífica de conflictos (como la educación intercultural), pero aún queda un largo camino por recorrer en el desarrollo de prácticas críticas que aborden la desigualdad social (tal como lo proponen las educaciones antirracistas): IMAGEN 1

3. Proyecto TOLERACE. (2015). Comprendiendo la Lógica del Racismo en la Europa Contemporánea [PDF]. Recuperado de <http://www.museo-etnografico.com/pdf/puntodefuga/150219tolerance.pdf>

2. Quijano, A. (2000). Colonialidad del poder y clasificación social. *Journal of World-System Research*, 6(2), 342-386.



ADRIANA TORROELLA



01
174
02453

	MULTI CULTURALIDAD	INTER CULTURALIDAD	ANTIR RACISMO
BASE	Coexistencia de distintas culturas estáticas y estereotipadas.	Convivencia de distintas culturas dinámicas y complejizadas.	El racismo como un sistema de poder y desigualdad social.
DEBILIDADES	Imagen folklorizada de las personas migradas y/o racializadas.	Suposición de que el racismo es una cuestión de culturas.	Dependencia de la percepción y definición de «racismo».
FORTALEZAS	Conocimiento de otras culturas distintas a la occidental.	Principios universales tales como la libertad y la igualdad de diferencias.	Descolonización del modelo hegemónico occidental.
DISCURSO y VOLUNTAD	Culturalismo y reconocimiento de la alteridad.	Culturalismo e integración de la alteridad.	Antidiscriminación e inclusión en términos de equidad.

IMAGEN 1: Diferencias entre los 3 paradigmas educativos más escuchados cuando pensamos en racialización: multiculturalidad, interculturalidad y antirracismo. Tabla de elaboración propia: Adriana Torroella, 2020.

Ante el actual contexto de crecimiento de la extrema derecha, auge del populismo anti-inmigrante y otras proliferaciones de intolerancia social, las educaciones antirracistas deben desarrollar una oposición intelectual a los fundamentos culturales del racismo. Este desafío va más allá de la mera resistencia antirracista, pues implica una postura activa en contra de la supremacía racial y la discriminación por motivos étnicos, culturales y/o de origen.

Para combatir eficazmente el racismo, es esencial que la educación adopte un enfoque más proactivo y estratégico. Esto incluye no solo la denuncia de prácticas racistas y discursos discriminatorios, sino también la promoción activa de la diversidad, la inclusión y la igualdad de oportunidades en las aulas.

DECÁLOGO SOBRE EL ROL DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA EN LA PREVENCIÓN ESCOLAR DEL RACISMO:

01. Atender al alumnado racializado que ha experimentado discriminación racial, ya sea a través de un trato desigual en el acceso a oportunidades educativas y/o en la aplicación de sus derechos.
02. Visibilizar las discriminaciones por causa y/o con agravante racial a través de su identificación, documentación y registro.
03. Facilitar espacios de diálogo, mediación y resolución de conflictos, incluyendo a aquel alumnado que, consciente de la existencia del racismo, no ha confrontado la situación (personas cómplices).
04. Intervenir en las dinámicas del grupo-clase para asegurar relaciones saludables basadas en el respeto, la empatía y la equidad, fomentando un ambiente inclusivo y un entorno seguro.

05. Revisar los criterios de "integración", especialmente aquellos relacionados con el aprendizaje del idioma y la comprensión de prácticas religiosas.
06. Identificar las causas subyacentes de ciertas prácticas y comportamientos, como la falta de material, la ausencia en salidas escolares o la falta de participación en actividades extracurriculares.
 - a) En caso de que la causa sea económica, considerar la posibilidad de ofrecer becas para que la falta de recursos económicos no aumente la desigualdad social.
07. Utilizar los recursos disponibles en el entorno, como salas de estudio, bibliotecas, clases de apoyo y actividades de tiempo libre para garantizar la igualdad de oportunidades y enriquecer la experiencia educativa de tod@s l@s estudiantes.
08. Sensibilizar a la comunidad educativa acerca de la diversidad racial, cultural y/o de origen, explicando la herencia de la colonización, la influencia del eurocentrismo y la necesidad de reconocer referentes racializad@s.
09. Contribuir a la política antirracista mediante la denuncia de prácticas discriminatorias y la colaboración en la creación de protocolos y guías para prevenir y abordar el racismo en el entorno escolar.

10. DEFENDER LA EDUCACIÓN ANTIRRACISTA Y EL FEMINISMO DECOLONIAL PROMOVIENDO UNA COMPRESIÓN CRÍTICA DE LAS ESTRUCTURAS DE PODER.

En definitiva, la lucha contra el racismo en las aulas es un desafío que va más allá de la percepción de este problema como exclusivo de la infancia o la adolescencia. Es un imperativo moral para la educación abordar la discriminación racial de manera estratégica y proactiva, reconociendo las desigualdades históricas que persisten en la sociedad. La promoción de la equidad y la igualdad de oportunidades no solo implica la denuncia de prácticas racistas, sino también la revisión de políticas educativas y la sensibilización de la comunidad acerca de la herencia colonial y eurocentrista.

En un contexto global marcado por el auge del fascismo y la intolerancia social, las educaciones antirracistas desempeñan un papel fundamental en la construcción de sociedades más justas y equitativas. A través de un enfoque que promueva la conciencia crítica y la acción colectiva, la comunidad socioeducativa puede contribuir de manera significativa a la eliminación del racismo en todas sus formas.

¡Es hora de que la educación abandone el pensamiento paternalista y se enfrente de manera efectiva a las desigualdades raciales, reconociendo que la lucha contra el racismo es un compromiso de tod@s y todes!



UNA FRASE
"MUCHAS RAMAS
JUNTAS SON
IRROMPIBLES."
PROVERBIO BONDÉI

ARTÍCULO TRES

QUINNDY AKEJU

Investigadora, comunicadora,
enfermera, bailarina y co-fundadora de
@afrocolectivx. Cuento escrito junto
a su madre "Dortoka Zekena. Ijapa
Olojukokoro", escrito en yoruba y euskera.

SALUD MENTAL Y RACISMO

TEXTO POR QUINNDY AKEJU

¿Cómo sufren nuestras mentes como consecuencia del racismo? Sostener violencias estructurales en nuestros cuerpos tiene un impacto en nuestra salud mental. Sin embargo, el propio sistema de salud "psi" se construye desde una mirada blanca patriarcal que saca de las conversaciones la necesidad de la reparación y el daño colectivo a las comunidades negras. Es necesario que podamos tener espacios seguros desde el apoyo mutuo para reapropiarnos y construir un discurso de la salud mental desde lo político que nos permita un acceso seguro y gratuito al derecho a la salud mental en la comunidad negroafricana y afrodescendiente.

¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL? LA SALUD MENTAL NO ES SOLO LA AUSENCIA DE UN TRASTORNO MENTAL. LA OMS LA DEFINE COMO UN ESTADO DE BIENESTAR EN EL QUE LA PERSONA ES CONSCIENTE DE SUS PROPIAS CAPACIDADES, PUEDE AFRONTAR LAS TENSIONES NORMALES DE LA VIDA, PUEDE TRABAJAR DE FORMA FRUCTÍFERA Y HACER UNA CONTRIBUCIÓN A SU COMUNIDAD.

Tener un diagnóstico de salud mental no supone, por lo tanto, un impedimento para llevar una vida normalizada en comunidad y para disfrutar de una buena salud mental. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez y la vejez. Hay muchos factores diferentes que pueden afectar su salud mental, incluyendo:

01. FACTORES BIOLÓGICOS, COMO LOS GENES O LA QUÍMICA DEL CEREBRO. 02. EXPERIENCIAS DE VIDA, COMO TRAUMA O ABUSO. 03. ANTECEDENTES FAMILIARES DE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. 04. ESTILO DE VIDA, COMO LA DIETA, ACTIVIDAD FÍSICA Y CONSUMO DE SUSTANCIAS.

CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DE SUFRIR RACISMO

Se conocen datos de la existencia del racismo o discriminación racial, desde que España colonizó Abya Yala, también conocido como América, África y Asia.

Esta creencia de superioridad, socialmente sostenida, hasta el punto de crear instituciones y jerarquías racistas reales mediante el uso de la violencia, tiene impactos psicológicos fuertes.

La vida cotidiana de las personas que están afectadas por el racismo puede convertirse en un infierno diario. Nos vemos sometidas a estereotipos, discriminación a nivel social e institucional, violencia, desigualdad, etc. Si nos paramos a pensar un momento, incluso en nuestro lenguaje cotidiano, usamos expresiones racistas, como frases hechas y/o refranes, estando esto, muy normalizado.

Verse inmerso en esa vorágine a diario puede conllevar consecuencias, tanto físicas como psicológicas, de hecho, está demostrado que, el sufrir conductas e interacciones racistas, influye en la modulación del cerebro de las infancias.

Se sabe que la exposición crónica al racismo afecta el funcionamiento de áreas cerebrales implicadas en el control del pensamiento y de las emociones. El sistema límbico es la zona del cerebro que dirige nuestras emociones y nuestras sensaciones más primitivas: aquellas relacionadas con la supervivencia (como por ejemplo el miedo y la ira). IMAGEN 2

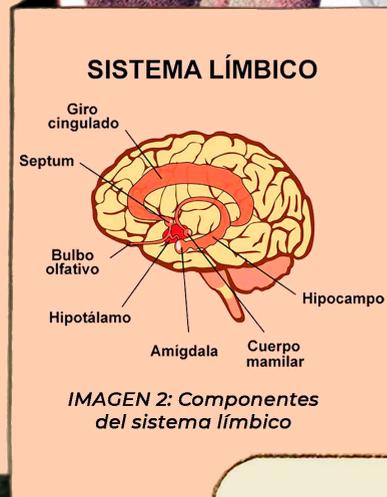


IMAGEN 2: Componentes del sistema límbico

QUINNDY AKEJU



01
99
02453

BOOM!

SPECIAL EDITION

ARTÍCULO TRES / © QUINNDY AKEJU / SALUD MENTAL Y RACISMO

Entre estos instintos encontramos: la memoria involuntaria, el hambre, la atención, los instintos sexuales, las emociones (por ejemplo: placer, miedo, agresividad), la personalidad y la conducta. Está formado por partes del tálamo, hipotálamo, hipocampo, amígdala cerebral, cuerpo caloso, septo y mesencéfalo.

El sistema límbico interacciona muy velozmente (y al parecer sin que necesite mediar estructuras cerebrales superiores) con el sistema endocrino y el sistema nervioso periférico.

Sin embargo, sorprende que sea un área muy poco investigada en psicología, teniendo en cuenta la gravedad que pueden llegar tener las secuelas psicológicas.

¿CUÁLES SON LAS PRINCIPALES CONSECUENCIAS DE SUFRIR RACISMO?

BAJA AUTOESTIMA

Desarrollo insuficiente de la percepción de sí mismo en positivo, de cómo se sienten y de como se piensan, junto con elevados sentimientos de desesperanza.

AUTOCONCEPTO DISTORSIONADO

Unido a la baja autoestima, se internaliza un auto-concepto erróneo, con atribuciones negativas que se van instalando poco a poco y generando sentimientos de inferioridad o vergüenza.

ESTRÉS

Nos referimos tanto al agudo como al crónico. La hipervigilancia para protegerse, para prevenir el daño tanto físico como mental, que otras personas puedan infligir. Esta activación del organismo se vuelve desadaptativa provocando malestar a nivel físico, como cefaleas, diarreas, somatizaciones en todo el cuerpo, también a nivel cutáneo y a nivel psicológico, siendo frecuentes los problemas de sueño, ataques de pánico ante interacciones sociales en las que se siente peligro, ansiedad, depresión, etc.

IRA

La represión, la incomprensión tanto externa, como interna de lo que ocurre, el trato discriminatorio, etc., hace que, en muchos casos, la forma de poder expresar el malestar interno sea mediante la ira, por el cansancio crónico que supone vivir en una sociedad racista.

AVERSIÓN DE GRUPO DE IGUALES Y DE SÍ MISMO

Otra de las consecuencias de sufrir el desprecio externo, es que pueden llegar a interiorizar ese odio, también hacia un grupo de iguales.

AISLAMIENTO

Además de provocado por la discriminación, hay una parte que tiene que ver con varias situaciones como poder protegerse, como sentimientos de vergüenza, el no querer que sus personas queridas lo sepan.

AUTODESTRUCCIÓN

Son comunes las conductas lesivas, tanto externamente, asociadas al color de su piel como internas, relacionadas habitualmente con el consumo de sustancias.

INDEFENSIÓN APRENDIDA

Comportarse pasivamente o no enfrentar la situación, se convierte para muchas personas en la forma de evitar e intentar protegerse de las agresiones tanto físicas como verbales. Los sentimientos de impotencia son tan elevados que la inacción, se cree que es la única respuesta, pueden llegar a no confiar en que la situación pueda cambiar.

TRASTORNOS PSICOLÓGICOS

La inestabilidad emocional, las emociones y sentimientos negativos desarrollados por las situaciones vividas, desencadenan principalmente en trastornos relacionados con el estado de ánimo como ansiedad, depresión, distimia, pudiendo desarrollar también trastornos de personalidad.

DESCONFIANZA

Duda constante de las personas, de las relaciones, por el miedo a ser dañadas.

REVICTIMIZACIÓN

En los casos en los que se decide contarlos, podemos encontrar apoyo nulo. Enfrentarse a desestimación de su experiencia, a la minimización de lo que haya ocurrido, responsabilizando a la víctima de ello.

TRAUMAS

El trauma es el resultado de haber estado expuesto a un acontecimiento estresante inevitable, del que no podemos escapar y para el que nuestras formas de enfrentamiento habituales no han sido eficaces. El Trauma es colectivo cuando es una experiencia compartida y hay un grupo dañado. En este caso, los acontecimientos traumáticos crónicos tienen que ver con el racismo.

BONUS

Salud mental en las personas activistas antirracistas y los colectivos: Hay veces que el recibir constantemente información, sobre todo negativa, para concienciarse y crear conciencia, puede llegar a ser un proceso que, aunque sea necesario, crea situaciones mentales de alerta que pueden desembocar en crisis mentales. Es importante para las personas que realizan el ejercicio del activismo antirracista que tomen una serie de medidas de protección.

¿QUÉ SE PUEDE HACER ANTE LA DISCRIMINACIÓN Y EL RACISMO? COMO COMENTÁBAMOS AL PRINCIPIO, INCLUSO EN FRASES QUE USAMOS DE MANERA COTIDIANA HAY DESCALIFICACIONES RACISTAS, LO QUE ES UNA MUESTRA MÁS DE LO SUTIL QUE PUEDEN LLEGAR A SER LA DISCRIMINACIÓN Y EL MALTRATO DE LAS PERSONAS QUE LO SUFREN.

También debemos hablar del racismo institucionalizado, como el que ocurre en instituciones educativas, con la falta de protocolos antirracistas o la invisibilización de la historia de pueblos racializados, en el ámbito sanitario, con la invisibilización de patologías consecuentes del racismo, con la falta de protocolos con sensibilidad pluricultural, o con la falta de formación profesional antirracista, con el racismo inmobiliario, que impide a las personas racializadas poder acceder al derecho básico de la vivienda, y un sin fin de instituciones que perpetúan el poder a través de una jerarquía.

Para poder erradicar esta lacra del racismo, es fundamental la prevención desde la infancia. Educar e inculcar a les niñes en el antirracismo es muy importante, además de en valores como la solidaridad, igualdad, amistad, tolerancia, respeto, etc., para que aprendan a convivir en armonía. Aprender que significa la diversidad y que ser diferentes solo significa eso, no que seamos superiores ni inferiores a los demás.

A nivel sociedad, seguir trabajando en erradicar el racismo estructural de todos

sus marcos. Para ello, hace falta una gran organización antirracista comprometida con la lucha. Además, hay que seguir trabajando y luchando contra los estereotipos, la falta de información, el prejuicio, etc. que generan sentimientos de odio. No olvidemos, como dijo Nelson Mandela que “nadie nace odiando a nadie por el color de su piel, o su origen, o su religión”. Lo cual, indica que son producto de la construcción social y estructural del racismo, que se va interiorizando desde las más tempranas edades.

Trabajando con las infancias, es importante no negar sus experiencias de racismo, ni minimizarlas a cosas de niños, ya que podría acarrear graves consecuencias a nivel mental. [LEE TODO SOBRE LA NEGLIGENCIA Y LOS PROBLEMAS DEL DESAPEGO EN LA INFANCIA.](#)

El racismo es un fenómeno estructural global y, por lo tanto, así debe ser observado y comprendido. Como la crisis de salud pública que es, puesto que afecta al acceso a viviendas, atención médica, educación y empleo seguros y asequibles, esencialmente, a todas las dimensiones de la vida.

ABORDAJES ANTIRACISTAS DESDE LA PRÁCTICA PROFESIONAL DE LA SALUD MENTAL

Habilitar espacios en los distintos ámbitos de la sanidad para abordar específicamente el racismo ejercido por profesionales en salud mental y solucionar problemas potenciales. Crear protocolos de actuación. Revisar los estándares de diagnóstico con sesgos racistas o que obvien los agentes sociales que pueden influir en los procesos psicológicos, por ejemplo, la esquizofrenia, que es alta y desproporcionadamente diagnosticada en hombres racializados.

MANERAS DE MEJORAR LA SALUD MENTAL EN LA COMUNIDAD

La necesidad de profesionales sanitarios racializados que ejerzan. Se necesitan políticas de combate a la inequidad racial, y más concretamente, políticas de acción afirmativa en, por ejemplo, la educación superior. Estas transformaciones, junto con la participación de movimientos antirracistas en la demanda de políticas públicas y una mejor percepción ideológica de las personas racializadas a través de narrativas que cuenten realidades históricas de los pueblos.

Habilitación de espacios de debate y grupos de apoyo. Sentir comprensión por parte de gente que sufre de la misma opresión ayuda a la sensación de bienestar, sentirse, comprender... Mediante los grupos de apoyo, las personas que en ellos participan pueden aprender nuevas formas de hacer frente a sus dificultades, pudiendo generarse nuevas estrategias de afrontamiento tanto al aprenderlas de los demás como al elaborarlas conjuntamente.

En este documento se resumen muchos aspectos de como interseccionan el racismo y la salud mental. Es importante recalcar que la educación, una vez, más juega un papel crucial en esta cuestión. Todavía queda mucho por hacer, pero es posible crear una sociedad y unas instituciones libres de racismo. No vale quedarse de perfil, hay que luchar activamente contra ello. Como dijo Angela Davis: "Es una sociedad racista, no basta con no ser racista, hay que ser ANTIRACISTA."

Para más información y seguir el proceso de construcción antirracista y deconstrucción racista, pueden encontrarme en redes sociales QUINNDY, o también al medio de comunicación con perspectiva antirracista, afrofeminista y panafricanista en clave interseccional: AFROCOLECTIVA.

NO HAY EDUCACIÓN ANTIRRACISTA SIN LXS QUEER

TEXTO POR RIOKO FOTABON

La educación antirracista es, sin duda, una necesidad urgente en España. Una educación que se comprometa con la abolición de los parámetros de la supremacía blanca, que se responsabilice con los procesos de racialización y las lógicas de racismo institucional que siguen poniendo ciertos cuerpos por encima de otros. Es urgente un compromiso educativo donde lo teórico se entrecruce con los sentimientos y militancias políticas, escapando de la ilusión de objetividad blanca, teniendo en cuenta la línea de lo abrazado por autoras como Patricia Hill Collins o bell hooks. Como decía poéticamente Gloria Anzaldúa (2021), algo que nazca de reconocer que muchos vivimos siendo el campo de batalla, una extraña, una herida, resistiendo y siendo un cruce de caminos. Para ello, no podemos olvidarnos tampoco de las lógicas que masculinizan el conocimiento y los epistemicidios que han hecho del binarismo la norma en la mayoría de territorios actualmente. A continuación, presento un breve texto que refleja las contribuciones de autoras que cuestionan el régimen cisgenérico desde una perspectiva que centra, al mismo tiempo, lo racial.



**UNA FRASE "LOS DERECHOS HUMANOS NO SON COSAS QUE SE PONEN SOBRE LA MESA PARA QUE LA GENTE LOS DISFRUTE. SON COSAS POR LAS QUE SE LUCHA Y QUE LUEGO HAY QUE PROTEGER."
"WANGARI MUTA MAATHAI**

ARTÍCULO CUATRO

RIOKO FOTABON

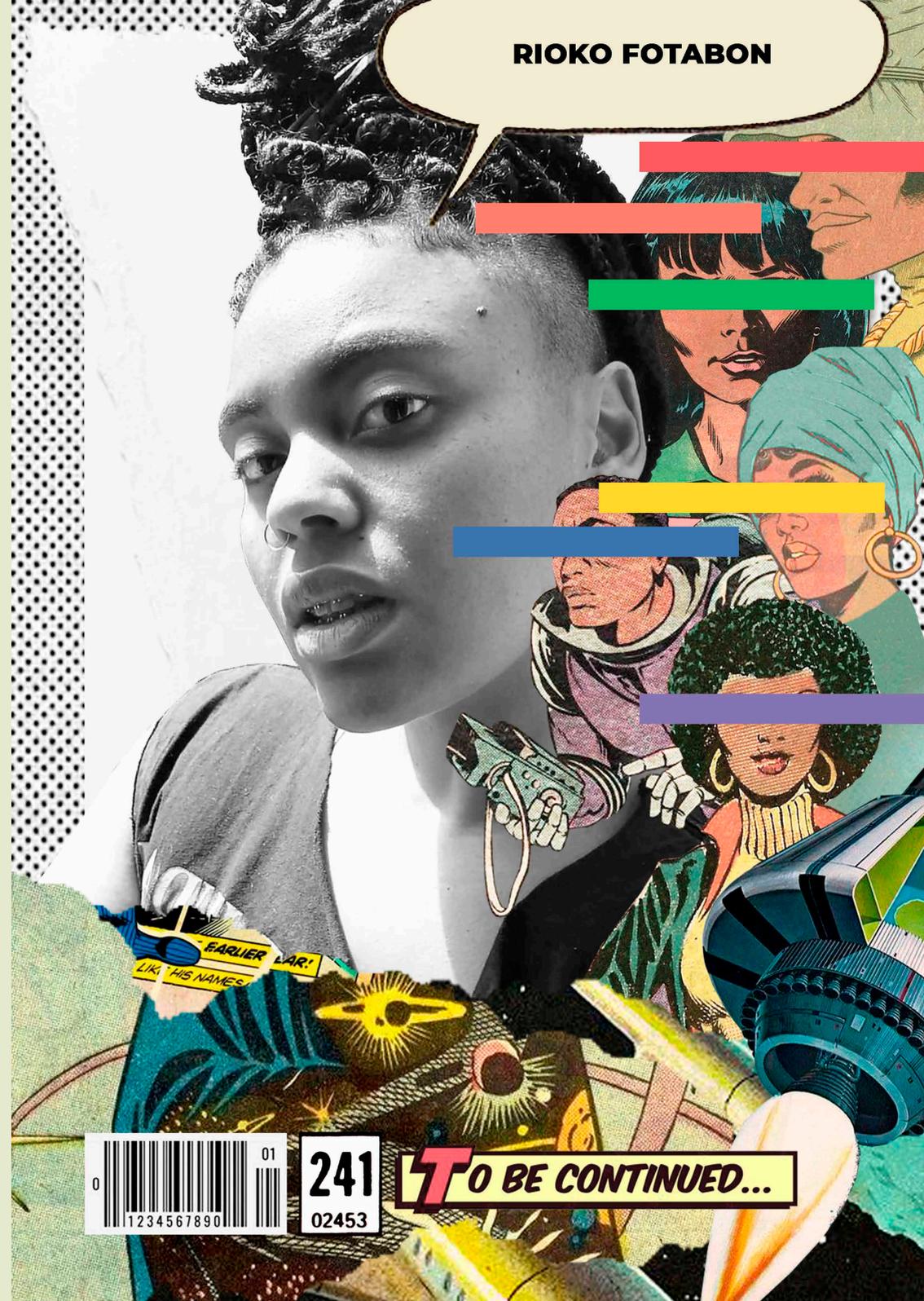
Docente, formadore y creadore de contenidos antirracistas queer @queermango_. Su poemario "¿Quién repara este dolor?".

OYERONKE OYEWUMI ES UNA DE LAS AUTORAS AFRICANAS, ESPECÍFICAMENTE DEL TERRITORIO ACTUALMENTE CONOCIDO COMO NIGERIA, QUE MÁS HA APORTADO A IDENTIFICAR POR QUÉ EL BIOLOGICISMO Y EL BINARISMO DE GÉNERO SON CONSTRUCCIONES COLONIALES. SU TRABAJO SE CENTRA EN EL PUEBLO YORUBA: “LA CATEGORÍA “MUJER” -QUE ES FUNDAMENTAL EN LOS DISCURSOS OCCIDENTALES SOBRE EL GÉNERO- SIMPLEMENTE NO EXISTÍA EN TIERRA YORUBA ANTES DE SU CONTACTO CONTINUADO CON OCCIDENTE. NO HABÍA NINGÚN GRUPO PREEXISTENTE CARACTERIZADO POR INTERESES, DESEOS O POSICIÓN SOCIAL COMPARTIDOS.

La lógica cultural de las categorías sociales occidentales se basa en una ideología de determinismo biológico: la concepción de que la biología proporciona lo racional para la organización del mundo social. Así, esta lógica cultural es en realidad una “bio-lógica”. Categorías como la de “mujer” se basan en el tipo de cuerpo y se elaboran en relación y oposición a otra categoría: el hombre; la presencia o ausencia de ciertos órganos determina la posición social. (Oyewumi, 1997, p. ix-x) Cuestiona así la idea de que el género como categoría que ordena la sociedad ha existido en todo territorio históricamente, de hecho pone sobre la mesa que la subordinación de las mujeres en la sociedad Yoruba fue una importación europea dado que “en la sociedad precolonial Yoruba, el tipo de cuerpo no era la base de la jerarquía social: los hombres y las

mujeres no se clasificaban según la distinción anatómica” (Oyewumi, 1997, p. xii). Reivindica la necesidad de crear categorías analíticas que no se originen en Europa o Estados Unidos para superar la alienación producida por ellas. Reclama, además, la desnaturalización del género. Se necesita aceptar, especialmente en los movimientos feministas hegemónicos, que el género es un constructo social variable en diferentes culturas:

“Debemos reconocer además que si el género es una construcción social, entonces hubo un tiempo específico (en diferentes emplazamientos culturales/arquitectónicos) en el que se “construyó” y, por tanto, un tiempo anterior en el que no. Así pues, siendo el género una construcción social, es lógico suponer que en algunas sociedades la construcción del género no tenía por qué haber existido en absoluto” (Oyewumi 1997, p.10).



A Oyeronke se suman autoras que cuestionan la heterosexualidad como institución política y obligatoria que sostiene el sistema sexo-género (Miñoso,2007; Curiel,2011). Denuncian que las identidades fuera de la norma existen como contención, como recordatorio de la superioridad de unxs y subordinación fija de otrxs, “una es lesbiana u homosexual en la medida en que no es heterosexual” (Miñoso,2007, p.44). Se reivindica lo lésbico ante la primacía de la heterosexualidad en los espacios de feminismo tanto académicos como activistas, se nombra el deseo como una cuestión que no es solamente personal, sino construida. Además, Miñoso (2017) realiza una crítica a las políticas de reconocimiento de la diversidad sexual que han sido despojadas de un análisis de las opresiones interconectadas y se han vuelto “una agenda internacional light” (Miñoso,2007, p.135) basada en la idea de tolerancia. Es decir, se ha dejado de nombrar que el régimen heterosexual atraviesa todas las decisiones, así como las relaciones sociales que se toman en una nación (Curiel, 2011).

LAS IDENTIDADES TRANS HAN SIDO EXPULSADAS A LOS MÁRGENES DEBIDO A LA CENTRALIZACIÓN DE LA CISGENDERIDAD COMO NORMA. De hecho, en múltiples contextos y momentos históricos, se ha categorizado a las personas trans como peligrosas o psicológicamente enfermas (Arjonilla & Méndez, 2015). En territorio español, durante la época franquista, se acusaba al colectivo trans de suponer un escándalo público. Aún con ello, han estado siempre presentes en primera línea de las luchas por la liberación queer (Arjonilla & Méndez,

2015). No ha sido hasta años recientes que se ha despatologizado la identidad trans en el contexto español con leyes históricas, que han supuesto resistencias ejemplares pero también violentos señalamientos que continúan (Valdés, 2023).

Incorporando las realidades descritas en el párrafo anterior, Alanis Bello Ramírez (2018) trabaja por crear una perspectiva educativa travesti, popular y transformadora. Es necesario dado que la pedagogía como disciplina “se encuentra ligada de manera inexorable a la regulación de los cuerpos, el control de los deseos y el modelamiento de esquemas de subjetivación” (Ramírez, 2018, p.105). Dicha regulación hace que los cuerpos trans no estén autorizados a ser parte del día a día pues no entran dentro de la normalidad y que sus vidas se encuentren en constante riesgo por haber transgredido la coherencia sexo-género-deseo (Ramírez, 2018). Los espacios educativos deben dejar de reforzar la marginalización latente. Por ello, la autora reclama que se reconozca a las personas trans como sujetos de conocimiento y agentes pedagógicos válidos sin caer en los modelos de ciudadanía neoliberal asimilacionistas de la diversidad:

“Porque nuestro deseo no es alcanzar la respetabilidad, sino demoler las jerarquías que ordenan a las identidades, y a las y los sujetos, reconociéndonos negras, putas, palestinas, revolucionarias, indígenas, gordas, presas, drogonas, exhibicionistas, piqueteras, villeras, lesbianas, mujeres y travas que, aunque no tengamos la capacidad de parir un hijo, sí tenemos el coraje necesario para engendrar otra historia” (Berkins, 2006, p.227)

La transpedagogía es poética y sanadora, supone abrir espacios de colectividad para compartir las heridas que produce no habitar la norma en sus diferentes ejes (raza, clase, género, capacidades...). Supone expandir las prácticas para poder abrazar otras maneras de vida como legítimas e importantes; arrancando la idea de natural en cuanto a la definición de los cuerpos y hablando, en vez de ello, de poder y disputa (Ramírez, 2018). También tiene que ver con nombrar y dejar de escucharse en discursos conservadores como los de las iglesias, que dicen defender los derechos del niñx, para no hablar de género y sexualidad. Pues el género en sí mismo puede constituir una forma de violencia. Ramírez (2018) comparte:

“No pienso la transpedagogía como un manual ni un corpus coherente y homogéneo de contenidos, sino como un conjunto de reglas y dinámicas metodológicas útiles para leer, pensar

e implicarse en la vida diaria. Significa acciones y no actores; no es indispensable ser marica, trans o lesbiana para operar la transpedagogía; es una orientación ética que puede ser encarnada por cualquiera y que implica oponerse a la reproducción de las normas heterosexuales en el aula y empeñarse en la producción creativa de alternativas para historizar y desnaturalizar lo normal y lo normativo. Implica dejar de ver la sexualidad como un problema educativo y considerarla un lugar para estimular la curiosidad, desestabilizar las identidades fijas y fomentar el placer y la libertad.” (p. 116)

En conclusión, no podremos lograr espacios educativos antirracistas si no hacemos un ejercicio de memoria larga donde rescatemos toda la magia identitaria comunitaria poscolonial. Este esfuerzo no tiene que ver solo con algo racial, también se relaciona con el género y las formas de encontrarnos/compañarnos con el mundo y con otros.

**THANK
YOU!**



GARAPENERAKO
LANKIDETZAREN
EUSKAL AGENTZIA
AGENCIA VASCA DE
COOPERACIÓN PARA
EL DESARROLLO

