Quem ensinou uma criança negra a odiar o próprio cabelo?

Em que momento uma criança começa a acreditar que existe algo errado com sua aparência? Quando os cachos deixam de ser motivo de alegria e passam a provocar vergonha? Quando o cabelo, que deveria expressar sua identidade, se transforma em algo que ela deseja esconder ou modificar? E, diante dessas perguntas, insiste outra: quem ensinou?

Essas questões têm ocupado cada vez mais espaço nas minhas reflexões profissionais. Nos atendimentos que realizo, recebo mães preocupadas com a maneira como seus filhos, ainda pequenos, estão enxergando a própria imagem. Algumas crianças demonstram desconforto com seus fios, outras expressam rejeição à própria aparência, e mães já chegaram a relatar que seus filhos dizem odiar o próprio cabelo.

Como psicóloga e visagista, essas falas me mobilizam profundamente. Minha experiência com o universo dos cabelos e da imagem me aproxima dessas histórias, enquanto a Psicologia amplia as perguntas que faço diante delas: o que essa criança está comunicando quando rejeita sua imagem? Quais experiências estão ensinando a ela que suas características precisam ser corrigidas?

A resposta exige que olhemos para além do espelho. Precisamos compreender o ambiente em que essa criança cresce, as mensagens que recebe e os padrões de beleza aos quais é exposta. A infância é um período fundamental para a formação da autoimagem, da autoestima e do pertencimento.

Como explicam as pesquisadoras Diane Papalia e Ruth Feldman, a construção do autoconceito tem uma dimensão social: a criança incorpora à sua autoimagem a compreensão de como é vista pelos outros.

Contudo, essa construção acontece em uma sociedade atravessada pelo racismo. Não podemos falar da rejeição ao cabelo de uma criança negra sem considerar os padrões que, historicamente, associam beleza, aceitação e reconhecimento à proximidade com características brancas.

O intelectual e ativista Abdias Nascimento já analisava como a ideologia do branqueamento opera na negação da identidade negra. Nessa lógica, a beleza passa a ser medida pela aproximação à branquitude, enquanto a pele negra, o cabelo crespo e os demais traços negros são desvalorizados.

Na mesma direção, o psiquiatra e filósofo Frantz Fanon, ao discutir os efeitos psíquicos do racismo colonial, ajuda a compreender como essa inferiorização social pode ser internalizada.

A autorrejeição, portanto, não nasce com a criança: pode ser aprendida nas relações e nas mensagens que apresentam suas características como inadequadas. É no corpo negro, e no cabelo crespo como marca visível desse corpo, que a violência estética se torna mais explícita.

Bullying ou racismo? O peso de nomear

Expressões como “cabelo ruim”, “cabelo bandido”, “pé na senzala” ou “precisa domar esse cabelo” foram tratadas por muito tempo como brincadeiras inocentes. Mas essas falas não são neutras: ao desqualificar o cabelo crespo e os traços negros, reproduzem padrões racistas de beleza.

Como aponta a escritora e pesquisadora Grada Kilomba, o racismo se manifesta no cotidiano e no corpo, tornando urgente reconhecer a violência contida nesses comentários que costumamos naturalizar.

É preciso, também, distinguir preconceito, bullying e racismo. Preconceito diz respeito a julgamentos prévios. Bullying envolve agressões intencionais e repetidas em relações desiguais de poder. Já o racismo inferioriza e produz desigualdades a partir de pertencimentos raciais, manifestando-se tanto entre indivíduos quanto nas instituições.

Uma criança pode sofrer bullying e racismo ao mesmo tempo, mas quando a agressão atinge seu cabelo ou sua cor como marcas da sua identidade negra, chamá-la apenas de bullying apaga a dimensão racial da violência. Além disso, um episódio racista não precisa se repetir para ser reconhecido como tal. Nomear corretamente o que acontece é o primeiro passo para conter a ferida.

O que a criança escuta em casa, na escola ou nas mídias pode se somar até transformar uma característica sua em motivo de vergonha, gerando perguntas dolorosas: por que meu cabelo é assim? Por que não posso ser igual às outras meninas? O que há de errado comigo? Nenhuma criança deveria crescer acreditando que sua beleza depende de parecer com outra pessoa.

Cuidado, imagem e pertencimento

É exatamente aqui que o visagismo, compreendido como a análise da imagem pessoal a partir dos traços, da expressão, da cultura e da identidade de cada um, pode contribuir quando praticado para valorizar a singularidade e desconstruir padrões eurocêntricos.

Na minha vivência profissional, observo como uma escuta acolhedora, alinhada ao cuidado com o cabelo, pode produzir mudanças perceptíveis na maneira como algumas crianças se veem e se expressam.

Ao terem suas características naturais cuidadas, respeitadas e valorizadas, elas encontram espaço para construir uma relação mais positiva com a própria imagem. Esse processo também oferece aos pais outras possibilidades de compreender e acompanhar a construção da identidade dos filhos.

Ainda assim, o fortalecimento individual não torna a criança imune ao racismo. Mesmo em uma família consciente, a discriminação pode acontecer e a rejeição à imagem surgir. Esse sofrimento não significa que os pais falharam, pois não podemos transferir à criança ou às famílias negras a responsabilidade de suportar sozinhas uma violência que é social.

Por isso, quando uma menina diz que odeia seu cabelo, não basta responder apenas que ele é lindo. Precisamos compreender de onde vem esse sentimento e ouvi-la sem transformar a violência sofrida em uma dificuldade individual de se aceitar.

Nesse contexto, o letramento racial torna-se indispensável para todos: pessoas brancas, educadores e instituições precisam participar ativamente da desconstrução desses padrões.

O papel da família e da escola

Na prática, combater esse ciclo exige ações intencionais no cotidiano. Precisamos atentar para as referências que oferecemos às crianças. Hoje, já vemos movimentos importantes de mudança cultural: marcas históricas como a Barbie, que por décadas reproduziu um padrão eurocentrado, têm ampliado essa representação ao incluir bonecas crespas, negras e com deficiência.

Essa diversidade no brincar importa. Da mesma forma, precisamos levar para dentro de casa e das salas de aula brinquedos representativos, livros infantis com protagonismo negro positivo, desenhos animados diversos e uma linguagem que elogie o cabelo crespo em sua textura e beleza natural, sem ressalvas.

A escola, por sua vez, precisa aplicar uma educação antirracista contínua nas práticas pedagógicas, nos materiais e nas relações diárias, e não apenas como reação a denúncias ou em datas comemorativas em novembro.

Isso se concretiza na formação continuada de professores para identificar e acolher episódios racistas, na revisão do projeto político-pedagógico à luz da Lei 10.639/2003 e em protocolos claros de acolhimento e responsabilização quando a discriminação acontece. É preciso educar todas as crianças para o respeito às diferenças e interromper atitudes discriminatórias na raiz.

Na minha prática, aproximar o cuidado com a imagem da escuta e da valorização da identidade reforça uma convicção: o cuidado com o cabelo na infância também merece atenção por suas implicações emocionais e sociais. Ele pode se tornar um gesto de afeto, acolhimento e afirmação identitária. Mas esse cuidado precisa caminhar junto com o compromisso coletivo de enfrentar as mensagens e as práticas que ensinam uma criança a rejeitar a si mesma.

Neste Mês da Consciência Negra, o convite é para olharmos para essa dimensão silenciosa do racismo que atinge a infância. Não podemos controlar todas as experiências que uma criança terá, mas famílias, escolas e instituições podem assumir o compromisso de escutá-la, validar suas dores e enfrentar as situações que a ferem.

As crianças têm o direito de crescer reconhecendo sua beleza, sua história e seu pertencimento, porque combater o racismo é, acima de tudo, impedir que uma criança aprenda a odiar aquilo que ela é.

Carol Bispo é psicóloga, visagista, especialista em cabelos afros e cacheados e pesquisadora em saúde mental da população negra