



CARTILHA ANTIRRACISTA

GUIA ORIENTATIVO DE DEFESA, AÇÃO E REGISTRO CONTRA O RACISMO

Partido da Causa Negra (PCN)

Pedro Oliveira

contato@causanegra.org



Guia prático de orientação e exemplificação para o exercício de direitos diante de atos racistas.

Documento de carácter público, educativo e orientativo.

As situações descritas são exemplificativas e não esgotam todas as formas de racismo.

As orientações aqui apresentadas visam o exercício regular de direitos, a preservação da integridade física e psicológica e a produção de registros formais, não substituindo a atuação das autoridades competentes nem a orientação jurídica individual.

Direito não se pede. Direito se exerce.

CONTEÚDO

APRESENTAÇÃO
INSTITUCIONAL

FINALIDADE DA CARTILHA

PRINCÍPIO CENTRAL

BASE POLÍTICA, TEÓRICA E
ÉTICA

SEGURANÇA E SAÚDE
PSICOLÓGICA

COMO USAR ESTA CARTILHA

AVISO OPERACIONAL
FUNDAMENTAL

DEFINIÇÃO DIDÁTICA DOS
CRIMES RACIAIS

COMO REGISTRAR
CORRETAMENTE (SEM ERRO)

REGISTRO DE BOLETIM DE
OCORRÊNCIA

QUADRO 1 — RACISMO VERBAL,
SIMBÓLICO E INTERPESSOAL

QUADRO 2 — WHATSAPP,
REDES SOCIAIS E AMBIENTE
DIGITAL

QUADRO 3 — RACISMO EM
RESTAURANTES, BARES E
ESTABELECIMENTOS DE
ALIMENTAÇÃO

QUADRO 4 — AMBIENTE DE
TRABALHO

QUADRO 5 — COMÉRCIO,
SERVIÇOS E LAZER

QUADRO 6 — ABORDAGEM
POLICIAL E SEGURANÇA

QUADRO 7 — ESCOLA, CRECHE
E UNIVERSIDADE

QUADRO 8 — SAÚDE PÚBLICA
E PRIVADA

QUADRO 9 — CONDOMÍNIOS E
MORADIA

QUADRO 10 — TRANSPORTE

QUADRO 11 — ALUGUEL E
LOCAÇÃO

QUADRO 12 — INSTITUIÇÕES
PÚBLICAS E PRIVADAS

QUADRO 13 — AMBIENTE
RELIGIOSO

QUADRO 14 — AMBIENTE
CULTURAL E EVENTOS

QUADRO 15 — SISTEMA
BANCÁRIO

QUADRO 16 — AEROPORTOS E
VOOS

QUADRO 17 —
DOCUMENTAÇÃO

SIGLAS

CONCLUSÃO FINAL



APRESENTAÇÃO INSTITUCIONAL

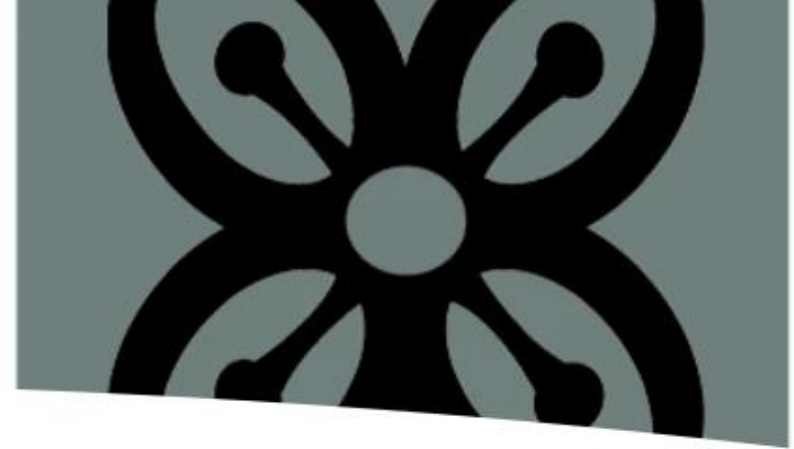
O racismo no Brasil não é exceção, nem desvio individual. É estrutural, histórico, institucional e cotidiano. Ele se manifesta nas ruas, no trabalho, na escola, na saúde, nos serviços, na segurança pública, nas instituições e nas relações sociais. Milhares de casos não produzem consequência por falta de orientação evidente, reação segura e registro correto. Esta cartilha foi criada para enfrentar esse vazio histórico.



FINALIDADE DA CARTILHA

Esta cartilha institui um guia para orientar pessoas negras sobre:

- 1** O que dizer diante do racismo
- 2** O que fazer com segurança
- 3** Como registrar corretamente
- 4** Para onde encaminhar



PRINCÍPIO CENTRAL

Direito não se pede. Direito se exerce. O enfrentamento ao racismo exige método, registro e consequência institucional.

BASE POLÍTICA, TEÓRICA E ÉTICA

Esta cartilha se fundamenta no pensamento negro que rompe com a pedagogia da submissão:

Frantz Fanon demonstrou o impacto psíquico e estrutural do racismo.

Abdias do Nascimento afirmou o racismo como projeto político.

James Baldwin expôs a farsa moral da supremacia branca.

Malcolm X ensinou que dignidade não se pede, se garante.

Angela Davis mostrou que não existe neutralidade diante da opressão.

Lélia Gonzalez revelou o racismo inscrito na linguagem e nas instituições brasileiras.

Clóvis Moura evidenciou a resistência negra como motor da história.



SEGURANÇA E SAÚDE PSICOLÓGICA

A preservação da vida e da integridade física vem antes de qualquer reação. Em situações de risco, especialmente com forças de segurança:

Mantenha a calma

1

2

Obedeça comandos legais

4

3

Registre depois

Memorize os fatos



COMO USAR ESTA CARTILHA

Identifique o quadro mais próximo da situação vivida. Diga a frase indicada. Afaste-se e encerre a interação. Registre conforme orientado. Guarde provas e protocolos.



AVISO OPERACIONAL FUNDAMENTAL

As situações descritas são exemplificativas. O racismo assume milhares de formas e não pode ser totalmente esgotado em um material. Quando não houver situação idêntica:

Utilize o quadro mais próximo

Aplique a frase padrão

Siga o mesmo método de registro

DEFINIÇÃO DIDÁTICA DOS CRIMES RACIAIS

R

Racismo

negar direitos ou tratar pior alguém por raça ou cor.



Injúria racial

ofensa direta com elemento racial.

N

Discriminação

negar acesso, atendimento ou permanência.



Assédio racial

humilhar ou constranger de forma repetida.



Incitação ao ódio racial

estimular preconceito ou violência.



COMO REGISTRAR CORRETAMENTE

1 Produzir prova: data, hora, local, nomes, prints, áudios, fotos, vídeos.

2 Registrar BO presencial ou eletrônico.

3 Registrar na ouvidoria ou órgão regulador competente.

4 Encaminhar à Defensoria Pública ou Ministério Público, quando cabível.

OPÇÃO 1 — BO PRESENCIAL (DELEGACIA)

Quando usar:

Racismo presencial

Constrangimento grave, ameaça ou violência

Preferência por atendimento direto

Passo a passo:

Vá a qualquer delegacia.

Diga: “Quero registrar um Boletim de Ocorrência por racismo.”

Relate fatos objetivos: o que, onde, quando, quem.

Entregue provas e nomes de testemunhas.

Solicite o número do BO e uma cópia.

Importante:

R

Registrar BO é direito.



O registro não pode ser recusado.

OPÇÃO 2 — BO ONLINE (DELEGACIA ELETRÔNICA)

Quando usar:

Racismo em WhatsApp, redes sociais ou internet

Situações sem violência física

Impossibilidade de ir à delegacia

Passo a passo:

1

Acesse a Delegacia Eletrônica do seu estado.

2

Escolha “Registrar Ocorrência”.

3

Selecione crime relacionado a racismo ou discriminação.

4

Preencha os dados com objetividade.

5

Anexe provas.

6

Finalize e guarde o número do BO.

QUADRO 1 — RACISMO VERBAL, SIMBÓLICO E INTERPESSOAL

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Ofensa racial direta	“Isso é racismo. Pare imediatamente.”	Provas (áudio, vídeo, testemunhas) + BO.
“Brincadeira” racista	“Não é brincadeira. Isso é racismo.”	Prints ou áudios + BO
Comentário sobre traços	“Seu comentário é racista.”	Provas + BO se recorrente
Apelido racial	“Use meu nome. Isso é racismo.”	Registro do fato + BO
Questionar capacidade	“Essa fala é racista.”	Contexto escrito + BO
Tratamento como suspeito	“Qual o motivo desse tratamento?”	Anotar resposta + BO
Invisibilização ou desconsideração reiterada	“Estou sendo tratado de forma discriminatória.”	Relato escrito + BO se recorrente.

QUADRO 2 — WHATSAPP, REDES SOCIAIS E AMBIENTE DIGITAL

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Mensagem privada	“Isso é racismo.”	Print completo + BO eletrônico
Mensagem em grupo	“Essa mensagem é racista.”	Prints do grupo + BO
Áudio racista	Não responda	Salvar áudio + BO
Meme racista	Não responda	Arquivo + BO + denúncia
Ataque em massa	Silencie	BO + MP
Comentário racista em postagem pública	“Esse comentário é racista.”	Print com URL, data e perfil + BO + denúncia na plataforma.

QUADRO 3 — RACISMO EM RESTAURANTES, BARES E ESTABELECIMENTOS DE ALIMENTAÇÃO

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Demora seletiva no atendimento	“Estou sendo atendido de forma diferente. Isso é discriminação racial.”	Anote data, horário, local e funcionários. Testemunhas. Registre BO. Reclame no Procon.
Recusa de atendimento	“A recusa de atendimento é discriminação racial.”	BO imediato. Procon. Guarde comprovantes.
Pedido para mudar de mesa	“Não aceito mudar de lugar por discriminação.”	Registre BO. Anote funcionários. Procon.
Vigilância excessiva	“Estou sendo vigiado de forma discriminatória.”	Testemunhas. BO. Procon.
Exigência de pagamento antecipado	“Não aceito tratamento diferenciado. Isso é discriminação.”	Anote o fato. BO. Procon.
Comentário racista de funcionário	“Esse comentário é racista.”	BO. Reclamação formal ao estabelecimento.

QUADRO 4 — AMBIENTE DE TRABALHO

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Piadas racistas	“Isso é racismo no ambiente de trabalho.”	E-mail + BO + RH/MPT
Desfavorecimento	“Solicito os critérios por escrito.”	Provas + BO
Salário inferior	“Solicito equiparação salarial.”	Holerites + Justiça do Trabalho
Isolamento	“Estou sendo isolado de forma discriminatória.”	Provas + BO
Retaliação	Não confronto	Provas + Defensoria

QUADRO 5 — COMÉRCIO, SERVIÇOS E LAZER

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Vigilância seletiva	“Estou sendo tratado de forma discriminatória.”	BO + Procon
Revista injustificada	“Recuso revista sem base legal.”	BO
Recusa de entrada	“Isso é discriminação racial.”	Polícia + BO
Atendimento hostil ou desrespeitoso	“Estou recebendo tratamento discriminatório neste estabelecimento.”	Registrar nomes de funcionários. BO. Reclamação no Procon.

QUADRO 6 — ABORDAGEM POLICIAL E SEGURANÇA

Preserve a vida. A vida vale mais do que qualquer direito neste momento. Mantenha a calma, fale pouco, não confronte e obedeça comandos legais. Evite gestos bruscos, mantenha as mãos visíveis e informe seus movimentos. Memorize local, horário, viatura e identificação dos agentes. Se houver abuso, registre depois, com segurança. Agir com calma não é submissão, é estratégia de sobrevivência.

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Abordagem sem causa	“Qual o motivo da abordagem?”	BO posterior + Corregedoria
Linguagem ofensiva	Não responda	BO
Força excessiva	“Estou cooperando.”	Atendimento médico + BO
Revista prolongada ou vexatória	“Estou cooperando. Solicito que a revista seja feita dentro da legalidade.”	Memorizar fatos. Registrar BO posteriormente e Corregedoria.
Apreensão de objeto sem explicação	“Qual a base legal para a apreensão?”	Anotar resposta e itens apreendidos. Registrar BO posteriormente.

QUADRO 7 — ESCOLA, CRECHE E UNIVERSIDADE

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Bullying racial	“Isso é racismo.”	Direção + BO
Professor racista	“Essa fala é racista.”	Secretaria + BO
Omissão	“Solicito providências formais.”	MP
Não ensino de história e cultura afro-brasileira	“A escola está descumprindo a obrigação legal de ensinar história e cultura afro-brasileira.”	Solicitar resposta por escrito da escola. Registrar BO. Denunciar à Secretaria de Educação e ao Ministério Público.

QUADRO 8 — SAÚDE PÚBLICA E PRIVADA

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Negligência	“Exijo atendimento e registro no prontuário.”	Ouvidoria SUS/plano + BO
Minimização da dor	“Solicito registro no prontuário.”	CRM + BO
Recusa injustificada de atendimento	“A recusa de atendimento é ilegal.”	Registrar nome do profissional. Ouvidoria do SUS ou plano. BO.
Tratamento desrespeitoso ou discriminatório	“Estou sendo tratado de forma discriminatória.”	Testemunhas. Ouvidoria. CRM. BO.

QUADRO 9 — CONDOMÍNIOS E MORADIA

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Impedir acesso	“Sou morador autorizado.”	Registrar data, horário e responsáveis. BO.
Suspeita constante	“Isso é discriminação.”	Provas + BO
Exigência de identificação apenas para pessoas negras	“Não aceito tratamento diferenciado.”	Anotar nomes e regras aplicadas. BO.
Abordagem hostil de porteiro, síndico ou vizinhos	“Estou sendo tratado de forma discriminatória.”	Registrar ocorrência no livro do condomínio. BO.

QUADRO 10 — TRANSPORTE

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Recusa de embarque	“Isso é discriminação racial.”	BO + empresa
Hostilidade	Não confronto	Testemunhas + BO

QUADRO 11 — ALUGUEL E LOCAÇÃO

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Recusa de locação	“Qual o motivo da recusa?”	BO + Procon
Cobrança desigual	“Essa cobrança é discriminatória.”	BORegistrar BO. Procon. Guardar propostas e comprovantes.
Exigência de garantias excessivas apenas para pessoas negras	“Não aceito exigências diferenciadas.”	Anotar exigências. Registrar BO. Procon.
Cancelamento após ver a pessoa	“O cancelamento ocorreu por discriminação.”	Guardar mensagens e datas. Registrar BO. Procon.

QUADRO 12 — INSTITUIÇÕES PÚBLICAS E PRIVADAS

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Atendimento hostil	“Solicito tratamento igualitário.”	Ouvidoria + BO
Negativa sem base	“Exijo protocolo formal.”	MP
Exigência de documentos adicionais apenas para pessoas negras	“Não aceito exigências diferenciadas.”	Anotar exigências. Registrar BO. Ouvidoria.
Omissão institucional diante de denúncia de racismo	“Solicito providências formais por escrito.”	Protocolo interno. Registrar BO. Ministério Público.

QUADRO 13 — AMBIENTE RELIGIOSO

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Ataque verbal ou físico a prática religiosa	“Isso é racismo religioso.”	Registrar BO. Guardar provas e testemunhas.
Interrupção de culto ou cerimônia	“Esse ato é discriminatório.”	Testemunhas + BO
Questionamento ou proibição de vestimenta religiosa	“É vestimenta religiosa.”	BO
Desqualificação pública da religião de matriz africana	“Essa fala é racista e religiosa.”	Registrar BO. Prints, áudios ou vídeos.
Omissão de autoridades ou do responsável pelo local	“Solicito providências imediatas.”	Solicitar registro formal. BO. Encaminhar ao Ministério Público se reiterado.

QUADRO 14 — AMBIENTE CULTURAL E EVENTOS

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Segregação de público ou áreas separadas	“Isso é discriminação racial.”	Registrar BO. Guardar ingressos, convites e testemunhas.
Recusa de entrada	“Qual o critério utilizado?”	Anotar resposta. Registrar BO. Reclamar no Procon.
Abordagem seletiva de segurança	“Estou sendo abordado de forma discriminatória.”	Chamar polícia. Registrar BO. Guardar provas.
Tratamento hostil após questionamento	“Estou sofrendo retaliação por denunciar discriminação.”	Registrar BO. Procon. Possível ação cível.

QUADRO 15 — SISTEMA BANCÁRIO

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Atendimento negado	“Solicito justificativa formal.”	Anotar agência, data e funcionários. Registrar BO. Reclamar na Ouvidoria do banco e no Banco Central.
Constrangimento	“Estou sendo discriminado.”	Reunir testemunhas. Registrar BO. Ouvidoria do banco.
Suspeita injustificada de fraude	“Solicito explicação formal para essa suspeita.”	Guardar protocolos. Registrar BO. Ouvidoria do banco. Banco Central.
Exigência de documentos adicionais apenas para pessoas negras	“Não aceito exigências diferenciadas.”	Anotar exigências e nomes. Registrar BO. Ouvidoria do banco. Banco Central.

QUADRO 16 — AEROPORTOS E VOOS

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Revista seletiva	“Estou cooperando.”	Memorizar agentes, local e horário. Registrar BO posteriormente.
Retenção injustificada	“Qual o motivo da retenção?”	Anotar resposta. Registrar BO. Reclamar na ANAC e na companhia aérea.
Tratamento hostil por funcionários	“Estou sendo tratado de forma discriminatória.”	Reunir testemunhas. Registrar BO. Ouvidoria da companhia aérea.
Impedimento de embarque sem explicação	“Solicito justificativa formal para o impedimento.”	Guardar bilhete e protocolos. Registrar BO. Reclamar na ANAC.

QUADRO 17 — DOCUMENTAÇÃO E VIAGEM INTERNACIONAL

Situação	O que dizer na hora	Registrar, onde e como
Retenção para averiguação	“Estou cooperando.”	Memorizar local, horário e agentes. Registrar BO após liberação. Procurar a Defensoria Pública da União (DPU).
Tratamento racializado	Não confronto	PF + BO
Questionamento excessivo sem base objetiva	“Qual a base legal deste questionamento?”	Anotar respostas. Registrar BO. DPU.
Impedimento de saída ou entrada sem justificativa	“Solicito justificativa formal para a decisão.”	Guardar documentos e protocolos. Registrar BO. DPU.

SIGLAS

BO – Boletim de Ocorrência

MP – Ministério Público

MPT – Ministério Público do Trabalho

DPU – Defensoria Pública da União

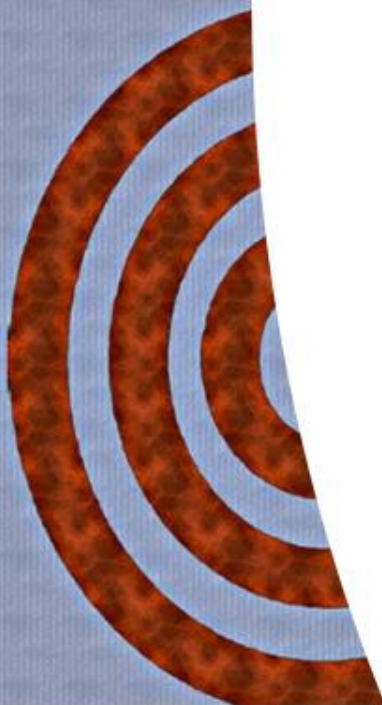
SUS – Sistema Único de Saúde

CRM – Conselho Regional de Medicina

Procon – Defesa do Consumidor

ANAC – Agência Nacional de Aviação Civil

PF – Polícia Federal



CONCLUSÃO FINAL

Esta cartilha institui um guia de enfrentamento ao racismo. Ela protege vidas negras. Ela preserva saúde mental. Ela transforma racismo em registro e consequência. Direito não se pede. Direito se exerce.