



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

O IDEAL DE MASCULINIDADE E SUAS POSSÍVEIS IMPLICAÇÕES NA SAÚDE MENTAL MASCULINA¹

Camila Monteiro Dias*

Larissa da Rocha Rosa**

Joana Panzera de Souza Mello***

RESUMO

O presente trabalho tem como tema o ideal de masculinidade a partir de normas estabelecidas em um sistema patriarcal e as possíveis implicações dessas normativas na saúde mental masculina. Como principal objetivo, o trabalho tece uma compreensão crítica acerca dos caminhos que levam homens a seguirem e reproduzirem um modelo ideal de ser um “homem de verdade” e como esse ideal pode trazer consequências à saúde mental. Este trabalho tem como metodologia a revisão bibliográfica, utilizando obras da literatura, uma tese de doutorado e artigos científicos relacionados com a temática de gênero, patriarcado, masculinidades e saúde mental masculina, assim como suas interseccionalidades. O conceito de masculinidade hegemônica é utilizado como ferramenta de questionamento perante a hierarquia masculina e a busca pela hegemonização da masculinidade, evidenciando a deslegitimação de outras possíveis expressões de masculinidade ao perpetuar a opressão diante a subjetividade dos indivíduos assim como sua relação com o cuidado em saúde mental.

Palavras-chave: Masculinidades. Patriarcado. Masculinidade Hegemônica. Gênero. Saúde Mental Masculina.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo geral explorar a construção de um sistema que instiga a idealização da masculinidade e analisar como esse sistema atravessa a subjetividade masculina, influenciando negativamente

¹TCC em formato de artigo, apresentado ao Centro Universitário Presidente Antônio Carlos (UNIPAC), como parte dos requisitos para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

* Acadêmica do 10º período do Curso de Psicologia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos, de Barbacena. Endereço eletrônico: 201-001040@aluno.unipac.br

** Acadêmica do 10º período do Curso de Psicologia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos, de Barbacena. Endereço eletrônico: 201-002973@aluno.unipac.br.

*** Orientadora, psicóloga, mestre em psicologia, docente no curso de Psicologia do UNIPAC Barbacena.

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

tanto a saúde mental quanto a atenção – ou a falta dela – aos cuidados necessários para essa saúde.

Entende-se que discussões e pesquisas científicas sobre o conceito de gênero e a importância dos movimentos feministas têm ganhado cada vez mais espaço e força na contemporaneidade, destacando as problemáticas associadas aos papéis estabelecidos e impostos socialmente sobre as mulheres. Visto isso, emerge neste trabalho a reflexão sobre o sistema patriarcal e suas possíveis influências na construção e na normatização de um ideal masculino, considerando como esse sistema estabelece padrões e estereótipos de gênero não somente às mulheres de forma misógina, mas ao próprio homem em suas diferentes vivências e realidades, destacando o reflexo negativo dessas normativas sobre a saúde mental desses indivíduos.

Para alcançar esse objetivo, o trabalho se desdobra nos seguintes objetivos específicos: 1.1 Gênero e a sua Construção; 1.2 Patriarcado: A influência do sistema de poder sobre a masculinidade; 1.3 A busca fantasiosa pela hegemonização da masculinidade; 1.4 Um olhar diante da pluralidade masculina; e, por fim, 1.5 As possíveis implicações da normatização da masculinidade na saúde mental masculina. Os principais autores utilizados como referência para a discussão são Judith Butler, Ivan Jablonka, bell hooks, Raewyn Connell, Valeska Zanello, Fernando Pessoa de Albuquerque, entre outros.

Em justificativa, o trabalho reverbera a importância da ampliação do debate crítico acerca das masculinidades e saúde mental, uma vez que os estereótipos de gênero masculino sustentam um sofrimento silencioso onde homens sofrem com o aumento de comportamentos de risco, como a violência, o abuso de substâncias e o alto índice de suicídio. Assim, esse trabalho se mobiliza a fim de compreender como essas possíveis normativas influenciam os homens e impactam diferentes aspectos de sua subjetividade, evidenciando a importância das interseções entre os debates sobre as masculinidades e a

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

saúde mental no campo da Psicologia ao considerar a complexidade em torno da saúde mental masculina diante da busca pelo ideal de masculinidade.

1. PENSANDO CRITICAMENTE: A RELAÇÃO DO HOMEM COM O IDEAL DE MASCULINIDADE

É necessário reconhecer a existência de inúmeras variáveis pelas quais os homens expressam sua masculinidade e que, de maneira alguma, todos os homens estão “presos” a padrões sociais e papéis atribuídos com base no gênero com o qual se identificam. No entanto, este trabalho aborda, de maneira crítica, a existência de um sistema orientado a um ideal de masculinidade que pode impactar os indivíduos em sociedade. Assim, para iniciar essa discussão, torna-se essencial compreender a relação do homem com sua masculinidade, considerando como sua subjetividade é atravessada e influenciada por esse sistema. A busca pela posição de “homem de verdade” ou “homem com H maiúsculo” normaliza características desse ideal masculino, frequentemente vistas como parte da cultura, ainda que muitos homens não reconheçam essa influência e suas possíveis consequências sobre sua masculinidade.

Desta forma, este trabalho tem como ponto principal relacionar as construções de masculinidade às normas sociais de gênero, ao patriarcado e ao conceito de masculinidade hegemônica, considerando os possíveis impactos de tais modelos para a saúde mental masculina. A problemática central visa elucidar: de que forma essas construções de gênero, o patriarcado e o ideal de masculinidade hegemônica formam um sistema que pode impactar a saúde mental dos homens? A partir disso, torna-se essencial levar essa discussão para o campo da Psicologia, de modo a compreender como o acesso à saúde mental é influenciado por variáveis sociais e papéis de gênero,



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

além de investigar as implicações desse contexto para o bem-estar psicológico masculino.

1.1 GÊNERO E SUA CONSTRUÇÃO

Quando se reflete sobre a constituição do que é ser homem² na sociedade, surge o questionamento sobre a origem das características que cercam esses indivíduos e funções esperadas deles. Para tal exploração, é necessário um estudo que irá abranger o que pode ser nomeado como constituições de gênero. Cabe mencionar que o trabalho visa à exploração das questões que cercam o gênero masculino, tendo como principal foco este recorte. No entanto, compreende-se que a questão de gênero é muito mais ampla e complexa, abarcando outras modalidades, como a *queer*³, proposta por Judith Butler.

O autor Ivan Jablonka em sua obra “Homens Justos: do patriarcado aos novos masculinos” (2021), reflete sobre como homens e mulheres possuem organizações fisiológicas semelhantes, bem como distinções e como, nessa perspectiva, não são inerentes às divisões de gênero da forma como são concebidas e conhecidas em sociedade, em termos de atribuições sociais. Jablonka apresenta as primeiras reflexões relacionadas aos aspectos fisiológicos:

A mulher e o homem compartilham a mesma organização fisiológica esqueleto, órgãos, circulação sanguínea, respiração, digestão, excreção, envelhecimento até a morte - como um cérebro dentro do

²Ao nos referirmos ao *homem* nesse estudo, estamos tratando de um lugar social ocupado predominantemente por indivíduos ocidentais, brancos, cisgêneros, heterossexuais e pertencentes às classes sociais mais favorecidas. Essa delimitação é importante para evidenciar que os conceitos e discussões apresentados estão diretamente ligados a uma construção histórica e social específica, que não contempla a diversidade de experiências masculinas, mas sim sua supremacia.

³Para Butler, a proposta *queer* busca desnaturalizar as categorias de gênero, demonstrando que elas não são expressões de uma essência interior, mas sim performativas, ou seja, reiteradas por meio de atos culturais. A teoria *queer*, assim, é uma crítica aos conceitos fixos e binários de gênero (Salih, 2002).



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

crânio, duas pernas adaptadas à bipedia, dois braços que se dobram, duas mãos com polegares opositores [...] É no âmbito sexual que eles se distinguem. O sexo genético dos humanos é determinado durante a fecundação. A mulher recebe dois cromossomos X., O homem, um cromossomo X e um cromossomo Y (Jablonka, 2021, p. 25).

O autor ressalta algumas semelhanças fisiológicas e também suas distinções. A partir desta colocação, pode-se inferir que homens e mulheres também estão sujeitos a vivenciar experiências humanas semelhantes e concretas, como momentos de felicidade e tristeza, além de necessidades comuns, como se alimentar, se hidratar e se relacionar. Ademais, ao final, ambos seguirão o mesmo caminho: a finitude da vida. Com isso, é possível sugerir a ideia de que, apesar das distinções, homens e mulheres também compartilham semelhanças e necessidades que transcendem a ideia de distinção de gênero, caracterizando-se como aspectos exclusivamente humanos.

No entanto, sob a ótica da diferenciação social de gênero, reflete-se sobre como homens e mulheres podem manifestar representações distintas. Na perspectiva da autora Judith Butler em “Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade” (1990), o gênero não é uma essência ou uma característica fixa, mas algo que se constrói sendo mantido por meio de atos repetidos, ou seja, uma performance:

Atribui-se a ideia de performance, a qual, via repetição estilizada dos atos, se cristaliza, causando uma ideia de substancial. Com isso, tornasse-se mulher ou tornasse homem elevado a “[...] obrigar o corpo a formar-se com uma ideia histórica (Butler, 1990, p. 300).

Quando a autora afirma que “tornar-se mulher ou tornar-se homem” envolve “obrigar o corpo a formar-se com uma ideia histórica”, indica que as noções de masculino e feminino não são naturais, mas historicamente construídas, e que os indivíduos se adaptam a determinados comportamentos, mesmo sem ter convicções claras sobre a origem dessas funções e as razões

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

que os levam a agir de determinada maneira. Os comportamentos, gestos, maneiras de se vestir, entre outras estereotípias, vão, ao longo do tempo, gerando a ilusão de que o gênero é algo substancial e fixo, quando, na verdade, segundo Butler (1990), é o resultado de um processo contínuo de performatividade.

Além do processo de performatividade, nas sociedades ocidentais, historicamente, percebe-se a diferença no ideal construído para o homem, exigindo dele uma postura mais racional e forte, enquanto a mulher é frequentemente vista como frágil e normatizada para performar o papel de “preservação”. Jablonka (2021) embasa essa ideia ao apresentar a noção de que, no plano simbólico, a mulher está associada à vida, por sua função de gerar e conceber a vida. Enquanto o homem simboliza a morte, trazendo a ideia de que esse deve ser destemido ao enfrentar situações que possam gerar riscos:

Os homens seriam mais robustos e as mulheres seriam afastadas para garantir a sobrevivência da espécie; Ou, no plano simbólico, o masculino escolheria a dureza e a morte já o feminino estaria associado à vida (Jablonka, 2021, p. 33).

Reconhece-se, a partir da ideia trazida pelo autor que, além de surgirem concepções para ambos os gêneros, os ideais começam a ser divididos, assim como as funções que lhes são atribuídas. Dessa forma, ocorre a ideia de que o homem na pré-história, ao sair para o exterior e à caça, era frequentemente associado ao estereótipo de força, sendo visto como corajoso, enquanto a mulher era considerada frágil, suscetível a se machucar, por isso permanecia no lar, cuidando da casa e dos filhos, vivendo no interior. Essa ideia traz a noção de que, por ser considerado mais destemido, o homem assumia uma posição de força e, conseqüentemente, de dominação sobre a natureza, na sociedade e sobre a mulher. Assim, nota-se que, desde os primórdios, o



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

homem vai sendo colocado em um lugar de racionalidade e coragem, enquanto a mulher representa seu oposto.

Um último ponto a ser ressaltado, no que se refere à construção de gênero, é que, ao analisar as atribuições do papel do homem, pode-se sugerir que estes não necessariamente optaram conscientemente por se mostrar como fortes, destemidos ou lógicos, mas que, possivelmente, adotaram e adotam tais posturas devido às expectativas delineadas no imaginário social⁴.

1.2 PATRIARCADO: A INFLUÊNCIA DO SISTEMA DE PODER NA MASCULINIDADE

Ao abordar a investigação do conceito de patriarcado⁵, fica explícito como essa se relaciona diretamente à forma como a construção histórica de gênero se deu e como a questão do ideal de dominação do masculino é um ponto central. Neste caminho, objetiva-se compreender de que forma essa estrutura de poder pode impactar as subjetividades no geral e também no próprio modo de ser masculino. Para tal, é imprescindível que se compreenda e amplie a visão sobre as diversas formas de dominação que coexistem na sociedade, que se integram e operam concomitantemente em diferentes níveis.

A autora bell hooks⁶ em *“The Will to Change: Men, Masculinity, and Love”* (2004) amplia essa compreensão ao sugerir que o patriarcado se entrelaça com outras formas de dominação social, utilizando o termo

⁴Imaginário social pode ser definido como uma análise das significações imaginárias ou modos de ser, pensar e agir de um indivíduo ou comunidade, em um determinado contexto, a partir de uma leitura sócio-histórica (Cegarra, 2012).

⁵Segundo as referências utilizadas nesse estudo, compreende-se que o *Patriarcado* configura-se em um sistema de poder de dominação que promove e perpetua a superioridade do gênero masculino na sociedade, sustentando a subordinação, a desvalorização, a influência e a desigualdade entre os gêneros e sobre os próprios homens.

⁶A escritora Gloria Jean Watkins adotou o pseudônimo bell hooks em homenagem a sua bisavó, assinando suas obras em letras minúsculas para, segundo ela, destacar o conteúdo de sua escrita em vez de sua identidade pessoal, colocando em evidência *“a essência de seus livros, e não quem eu sou”* (Teodoro e Delgado, 2023).



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

“patriarcado capitalista imperialista branco-supremacista” (hooks, 2004, p. 38, tradução nossa). Para a autora, esses sistemas de poder não operam isoladamente, mas estão interligados, criando estruturas opressivas que afetam as diversas identidades e corpos sociais. Ainda, o termo proposto pela autora sugere o reconhecimento e a inclusão das diversas categorias de poder que atuam na dominação social, expondo que estas incidem de diferentes maneiras sobre as existências masculinas que não se aproximam de tais ideias: supremacistas, imperialistas, brancos, capitalistas e heteronormativos.

Com isso, a autora considera que analisar uma única forma de opressão, isoladamente, é não considerar a complexidade de como estes fenômenos operam e coexistem. Rompendo com esta perspectiva isolada, é possível abordar a questão do patriarcado de maneira mais ampla, permitindo reconhecer os diversos fatores que também atuam em conjunto na constituição da masculinidade.

Após discutir sobre a existência de diversas maneiras de opressão sobre o ideal de masculinidade e como elas se interligam, volta-se à discussão sobre o patriarcado e a dominação masculina, trazendo à reflexão, não apenas sobre o poder dos homens, mas também o que se relaciona ao ideal do que significa ser um verdadeiro homem. A autora hooks (2004), traz uma definição que abrange a ideia de dominação masculina, bem como impactos da religião e a supremacia do pai no ambiente familiar:

O dicionário define ‘patriarcado’ como uma ‘organização social marcada pela supremacia do pai no clã ou na família, tanto nas funções domésticas quanto nas religiosas...’. O patriarcado é caracterizado pela dominação e poder masculinos (hooks, 2004, p. 42, tradução nossa).

Aprofundando a ideia de dominação masculina, o sistema patriarcal pode ser apreendido na estrutura de um ciclo, em que muitos pais podem assumir a responsabilidade de transmitir a seus filhos homens os ensinamentos sobre como devem ser e agir. A religião também reforça esse

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

simbolismo, ao apresentar Deus como um grande pai, perpetuando a ideia da família tradicional composta por pai, mãe e filhos e reforçando o papel do pai como provedor da família. No âmbito familiar, pode ser considerado um dos espaços mais recorrentes no qual o conceito de patriarcado, frequentemente invisível e sem forma aparente, é praticado, seja por meio de falas ou atitudes. Muitas vezes, esses ensinamentos são transmitidos sem que os pais tenham plena consciência do que estão passando adiante, replicando o que foi ensinado a eles, qual seja, a masculinidade como um ideal composto de uma série de normas a serem vivenciadas.

Sendo assim, o patriarcado aparenta perpetuar uma realidade social que, a partir de uma análise mais detida, indica que pode ser prejudicial no que toca à compreensão dos homens sobre diversos aspectos sociais.

Neste sentido, hooks (2004) discorre sobre como muitos homens não utilizam o termo patriarcado em suas conversas diárias e, frequentemente, não refletem sobre o conceito, sua origem, sua manutenção ou como este se relaciona com a própria vida. Conforme a autora, para muitos homens, a palavra é desconhecida ou mal compreendida e é muitas vezes associada exclusivamente ao feminismo, levando à percepção de irrelevância para suas próprias experiências. A autora, que aborda o patriarcado em suas discussões por mais de trinta anos, observa que, mesmo entre aqueles que conhecem o termo, há uma tendência a não o compreender plenamente ou a considerá-lo irrelevante para suas vidas cotidianas (hooks, 2004).

Contudo, percebe-se como o patriarcado é perpetuado, sendo que, muitas vezes, os homens mal reconhecem seus efeitos. Assim, pode-se considerar que, embora inicialmente o patriarcado pareça beneficiar os homens, ele também resulta, aparentemente, em uma forma de dominação sobre eles.

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

1.3 A BUSCA FANTASIOSA PELA HEGEMONIZAÇÃO DA MASCULINIDADE

Hegemonia, do grego *egemonía*, é um termo amplamente desenvolvido nas teorias do filósofo marxista Antonio Gramsci. Em relação ao termo, Ana Amélia Lage Martins e Regina Maria Marteleto (2019) discutem as ideias do filósofo, destacando sua concepção de hegemonia como uma forma de dominação ideológica exercida pela classe dominante de forma sociocultural:

Gramsci indica que as classes sociais chamadas de “dominadas” ou “subalternas” participam de uma concepção de mundo imposta pelas classes dominantes, de modo a compartilhar uma ideologia que não corresponde aos seus interesses e à sua função histórica específica. É através da produção e disseminação da ideologia da classe dominante que as classes subalternas, por meio de diferentes canais, organizações e agentes da cultura, como os meios de comunicação, a escola e os intelectuais, incorporam um sistema de representações sociais a partir dos quais os sujeitos concebem o mundo e organizam suas ações e relações (Martins e Marteleto, 2019, p. 13).

Diante disso, o conceito de masculinidade hegemônica (1987), desenvolvido por Raewyn Connell e citado inicialmente na década de 1980 durante discussões sobre desigualdade social e de gênero nas escolas australianas, refere-se à hierarquia social dominante que influencia homens e seus comportamentos, introduzida pelo sistema patriarcal de poder. A utilização do termo hegemonia por Connell (1987) possibilita uma referência acerca da dominação do padrão ideológico que, assim como discorrido sobre o sistema patriarcal, promove e sustenta a soberania masculina sobre mulheres e estabelece poder sobre as diferentes formas de masculinidade entre os próprios homens.

A partir disso, Connell em sua obra “*Masculinities*” (2005) define a masculinidade hegemônica como:



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

A configuração das práticas de gênero que incorpora a resposta atualmente aceita para o problema da legitimidade do patriarcado, garantindo (ou sendo considerada como garantia) a posição dominante dos homens e a subordinação das mulheres (Connell, 2005, p. 77, tradução nossa).

As práticas de gênero estabelecidas pelo sistema patriarcal e evidenciadas pela narrativa hegemônica masculina buscam sustentar uma posição dominante dos homens na sociedade, perpetuando uma desigualdade de gênero e normalizando o estabelecimento de comportamentos ideais sobre a figura masculina em sociedade. Ainda em reflexão sobre o conceito, Fernando Pessoa de Albuquerque (2020) sugere que:

A masculinidade hegemônica é uma narrativa eurocêntrica, construída a partir de princípios iluministas, que objetivam construir o ideal de homem de humanidade com base na experiência ocidental, branca, cis, heterossexual e burguesa, sendo uma "história única", história em que apenas essa interpretação do que é ser homem é válida (Albuquerque, 2020, p. 10).

A normatização exercida pelo sistema patriarcal em torno do ideal hegemônico de masculinidade evidencia o privilégio a um modelo de masculino único e padronizado, legitimando tais princípios ou características masculinas como a forma correta de exercer a masculinidade socialmente, deslegitimando outras vivências masculinas que não se enquadrem a esse sistema. Essa dita história única se torna válida apenas para tais experiências vivenciadas por homens ocidentais, brancos, cisgêneros⁷, heterossexuais e burgueses, desconsiderando a diversidade sócio-histórico-cultural e a subjetividade de outros homens.

O conceito de masculinidade hegemônica é utilizado por diversos autores e pesquisadores nos estudos de masculinidades (Kimmel, 2005. Messerschmidt, 2013) para demonstrar a repercussão da hegemonização do

⁷Cisgênero é uma palavra composta e, de acordo com Bagagli (2018), pode ser utilizada para: "designar aquelas pessoas que não são transgêneras, ou seja, aquelas cujo gênero auto identificado está na "posição aquém" daquele atribuído compulsoriamente ao nascimento em virtude da morfologia genital externa" (Bagagli, 2018, p. 13).

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

masculino e repensar o conceito (Connell e Messerschmidt, 2013), uma vez que a masculinidade se torna um conjunto de comportamentos e expectativas que os homens aprisionam em si com base na busca pela hegemonia do gênero masculino e em normas pré-estabelecidas.

Diante do pensamento sobre a masculinidade hegemônica, Albuquerque (2020) sugere que, dentro dessa narrativa, as expectativas idealistas sobre o padrão ideal masculino a ser alcançado podem ser caracterizadas por:

[...] um homem heterossexual, branco, de classe média, viril, agressivo, competitivo, trabalhador, que tem uma sensação de invulnerabilidade, que controla a sexualidade feminina e exerce a sua de maneira incontida e ainda respulsa a homossexualidade e teme a impotência (Albuquerque, 2020, p. 90).

Além dessas características que buscam enquadrar o indivíduo em um modelo de masculinidade único, para Shay de los Santos Rodriguez (2019), a liderança, a agressividade e a violência são frequentemente associadas ao gênero masculino e “tudo que foge a uma dessas características são componentes das masculinidades subordinadas à masculinidade hegemônica” (Rodriguez, 2019, p. 278). A partir disso, entende-se que a perpetuação do discurso social de masculinidade hegemônica se ancora em características restritivas, tornando homens que manifestam características contrárias menos homens na hierarquia patriarcal de poder.

Pensando na posição de poder masculino exercido em sociedade e em tais características geralmente associadas ao masculino, nota-se um contraste de gênero. Diante disso, percebe-se como as características idealizadas pela cultura patriarcal podem ser vistas como atribuições diante da polaridade entre feminino e masculino, impulsionando a visão do poder do homem onde, além de subjugar o próprio gênero, se sobrepõe em vantagens às mulheres, uma vez que o feminino é constantemente inferiorizado dentro dessa polaridade.

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

De acordo com Valeska Zanello em “A Prateleira do Amor: Sobre Mulheres, Homens e Relações” (2022), o pilar da masculinidade hegemônica é a misoginia e em “Masculinidade, cumplicidade e misoginia na “casa dos homens”: um estudo sobre os grupos de WhatsApp masculinos no Brasil” (2020), Zanello refere-se a essa misoginia onde, desde a infância, influencia garotos a rejeitarem características associadas ao feminino. A autora expõe como “há uma verdadeira pedagogia afetiva que ensina aos meninos que, para ser homem, há que se repudiar as mulheres e as características femininas” (Zanello, 2020, p. 81). Essa pedagogia afetiva, perpetuando a ideia de que homens de verdade não devem valorizar aspectos femininos, reforça o padrão de masculinidade desde a infância e os comportamentos misóginos dos homens.

Além dessa pedagogia afetiva também se percebe a ocorrência de uma certa pedagogia do não ser, vista diante do exposto por Albuquerque (2020):

[...] é possível afirmar que a constituição atual da masculinidade se dá em um movimento reativo, sendo definida também pelo “não ser”: não ser feminino, não ser homossexual, não ser dócil, não ser afeminado na aparência física ou nas maneiras, o que na interpretação da socióloga Berenice Bento, a torna delicada e frágil (Albuquerque, 2020, p. 18).

Essa definição retrata o afastamento do homem de qualquer relação com características consideradas femininas ou que levem a questionamentos acerca de sua própria masculinidade. Essa realidade retrata como tudo o que é considerado incompatível com o ideal hegemônico do ser macho pode se tornar repudiado entre os próprios homens.

Visto isso, a masculinidade hegemônica se torna um objetivo a ser alcançado, uma idealização masculina, mesmo sendo um padrão inatingível para a maioria dos homens (Connell, 2013). Ainda, segundo a autora:

A masculinidade hegemônica não se assumiu normal num sentido estatístico; apenas uma minoria dos homens talvez a adote. Mas

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

certamente ela é normativa. Ela incorpora a forma mais honrada de ser um homem, ela exige que todos os outros homens se posicionem em relação a ela e legitima ideologicamente a subordinação global das mulheres aos homens (Connell, 2013, p. 245).

Mesmo estando no lugar de supremacia, apenas acessa a esfera do que os homens deveriam ser. A norma influenciada por esse ideal de masculinidade parece ser a forma mais correta de se tornar um homem de verdade, sendo perpetuada constantemente por um sistema patriarcal de poder onde os homens são, de certa forma, atravessados e pressionados a se alinhar a essa normatização, mesmo homens que não se enquadram em seus padrões.

Pedro Paulo de Oliveira (1998) discorre sobre essa fantasia vivenciada pelos homens diante da sensação de poder social a partir da busca de pertencimento, uma vez que “a masculinidade hegemônica é sustentada e mantida por um amplo segmento da população masculina em função da gratificação fantasiosa de fazer parte do poder que ela proporciona” (Oliveira, 1998, p. 15). Assim, os homens podem se sentir parte da posição de privilégio social repercutida pelo sistema patriarcal, mesmo que nunca consigam alcançar todos os benefícios associados a ele diante de suas subjetividades e interseccionalidades.

Além disso, as ações e comportamentos dos homens acabam reforçando padrões perpetuados pelo sistema patriarcal porque suas identidades vêm sendo moldadas por uma série de influências constantes. Rodriguez (2019) discorre sobre isso:

Muitos homens não representariam o sistema e as práticas patriarcais machistas, mas o fazem, conforme mencionamos com Sartre (1970), ao terem suas existências masculinas desenhadas desde múltiplos fatores de influência, como por exemplo: mídia, educação, controle social, religião, etc (Rodriguez, 2019, p. 282).

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

Sendo assim, é possível observar como a padronização do que é ser um homem de verdade repercutida socialmente pelos próprios homens no sistema patriarcal de poder, resulta em uma performance, onde o indivíduo, atravessado por todos os anseios fantasiosos de fazer parte da hierarquia masculina, se molda e se constitui.

1.4 UM OLHAR DIANTE DA PLURALIDADE MASCULINA

A partir da compreensão sobre os atravessamentos acerca do ideal de masculinidade e de uma possível busca pela hegemonização do gênero masculino, entende-se que, como Rodriguez (2019) repercute a “masculinidade hegemônica pertence a uma ideologia que privilegia alguns e desfavorece quem não cumpre as categorias de hegemonia” (Rodriguez, 2019, p. 278). Tendo em vista tal determinação, homens que se enquadram nos padrões ideológicos perpetuados por um sistema patriarcal de poder podem exercer superioridade diante de outros homens que não alcançam tais expectativas. Diante disso, é possível compreender a pluralidade no modo de ser do homem. Em “Políticas da Masculinidade” (1995), Connell discorre sobre o reconhecimento das diversas masculinidades e suas configurações:

A masculinidade é uma configuração de prática em torno da posição dos homens na estrutura das relações de gênero. Existe, normalmente, mais de uma configuração desse tipo em qualquer ordem de gênero de uma sociedade. Em reconhecimento desse fato, tem-se tornado comum falar de “masculinidades” (Connell, 1995, p. 188).

A partir do entendimento acerca das masculinidades, percebe-se que as configurações masculinas, retratadas em suas formas diversas e mutáveis de se compreender e performar o que é ser um homem, parecem estar sendo constantemente influenciadas pelo sistema, mesmo diante de seus modos subjetivos.

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

Zanella (2020) retrata como as interseccionalidades⁸ que atravessam a construção da figura masculina em fatores de classe, etnia, faixa etária, orientação sexual, contexto histórico/cultural, demonstram a existência de um movimento de hierarquização e subjugação entre os próprios homens. Na hierarquia exercida pelo sistema patriarcal, a masculinidade hegemônica se estabelece no topo da pirâmide:

Temos, assim, a masculinidade hegemônica, aquela que é performada pelos rapazes e homens que mais se aproximam dos ideais de masculinidade em uma dada época, e masculinidades subalternas, performadas por outros homens, tais como, na nossa cultura hoje, gays e homens negros. Ou seja, há uma maior distância do topo da pirâmide e do exercício de poder (Zanella, 2020, p. 188).

Na hierarquia de dominação masculina, o exemplo de homens gays e negros trazidos pela autora pode ser visto à distância do padrão hegemônico estabelecido, devido a fatores como a orientação sexual e a raça. Esses fatores e características os afastam do ideal branco e heterossexual colocados como norma pelo patriarcado para o alcance do ideal masculino, tornando homens que não se enquadram nesse grupo em uma posição subordinada e marginalizada (Connell, 1995). Esses homens são afastados do topo da pirâmide, evidenciando que, além da misoginia, os homens exercem a exclusão e a marginalização entre si.

Visto isso, na hierarquização perpetuada pelos discursos patriarcais, que influenciam a maneira como uma sociedade normatiza as expressões de gênero dentro de suas hierarquias em grupos de homens, existem outras formas de dominação que acometem grupos menos favorecidos. Connell (2005), em seus estudos sobre masculinidade, as nomeiam em:

⁸Interseccionalidade (1989) é um termo cunhado pela jurista estadunidense Kimberlé Crenshaw. A jurista determina que a experiência de indivíduos não pode ser compreendida apenas por via de uma dimensão de suas identidades (ex: raça, gênero ou classe). Em vez disso, afirma ser necessário considerar como essas diferentes categorias se interseccionam, buscando corrigir lacunas em abordagens tradicionais de justiça social, que frequentemente tratam as questões de forma isolada e categórica (Pereira, 2021).



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

masculinidades subordinadas (dominação e opressão de homens heterossexuais sobre homens gays), marginalizadas (exclusão e/ou inferiorização de homens a partir de sua raça/etnia) e cúmplices (homens que se enquadram, compactuam e disseminam o ideal patriarcal de masculinidade e sua estrutura hegemônica).

A ideia do que é ser um homem perpassa pelas experiências individuais diante das expressões de masculinidade vividas. Assim, a masculinidade hegemônica não se torna a única possibilidade a ser alcançada, pois muitos homens não se identificam ou se enquadram com as expectativas estabelecidas por essa idealização a partir de fatores sócio-históricos-culturais, além de serem excluídos e marginalizados em sua busca.

Diante disso, a ideia hegemônica de masculinidade se torna ainda mais distante e Rodriguez (2019) instiga a reflexão sobre o que é ser um homem de verdade:

O que é ser homem para mim, pode não ser homem para outra pessoa? Mas afinal o que é ser homem? O que é ser masculino? O que é masculinidade? Quanto mais leio e estudo sobre questões de gênero, percebo que as perguntas são feitas de formas equivocadas, por que, afinal, não existe uma maneira certa de ser homem, mas existem variados modos de ser homem, não há apenas uma masculinidade, mas várias. E o grande problema está na desconstrução social, cultural e, portanto, política, de um modelo específico de masculinidade que se põe de forma hegemônica (Rodriguez, 2019, p. 288).

É notório que questionamentos acerca do ideal de masculinidade levam ao reconhecimento e a reflexão da importância da subjetividade individual masculina em sua experiência de gênero que, mesmo constituída sobre influências constantes de fatores individuais e sociais (Zanello, 2020), pode se expressar em pluralidade, indo contra ao ideal hegemônico pré-estabelecido e buscado pelos próprios homens.

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

1.5 AS POSSÍVEIS IMPLICAÇÕES DA NORMATIZAÇÃO DA MASCULINIDADE SOBRE A SAÚDE MENTAL DO HOMEM

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2022), a saúde mental pode ser definida como:

Um estado de bem-estar que permite às pessoas lidar com os desafios da vida, desenvolver suas habilidades, aprender e trabalhar de forma eficaz, e contribuir para a sua comunidade. Ela tem valor intrínseco e instrumental e é fundamental para o nosso bem-estar (OMS, 2022, tradução nossa).

Em relação à saúde mental masculina, partindo das discussões anteriores sobre as influências e impactos de uma masculinidade moldada e estabelecida culturalmente, a partir das construções de gênero, do patriarcado e do ideal de masculinidade hegemônica, pode-se inferir algumas implicações destas construções sobre o que se considera a possibilidade de um bem-estar psicológico. A partir desta definição de saúde mental, nota-se que um possível bem-estar pode sofrer impactos negativos, enquanto sofrimento, por imperativos advindos destas estruturas exploradas anteriormente, uma vez que, a própria busca pelo ideal de masculinidade e o que se estabelece como esse ideal, acaba por impossibilitar a perspectiva de um bem-estar.

Partindo da reflexão diante da definição estabelecida sobre o modelo de saúde mental (OMS, 2022), é perceptível que existem contrastes marcantes na realidade vivenciada por homens atravessados constantemente pela busca dos ideais de masculinidade. Um indicativo de tal ideia se apresenta, por exemplo, em relação ao estresse. Rafael Pereira Silva e Eduardo Alves Melo (2021), acerca desta relação, apontam como:

Homens são menos propensos a reconhecer sintomas relacionados ao humor devido à não conformidade com noções dominantes de masculinidade e parecem ter uma tendência a reagir de modo distinto

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

ao de mulheres quando enfrentam estresse psicológico (Silva e Melo, 2021, p. 4615).

Conforme os autores, homens tendem a reagir de maneira diferente ao estresse quando comparados às mulheres, refletindo a ideia exposta anteriormente na construção de gênero, entre feminino e masculino, demonstrando como os homens buscam se distanciar e extinguir de si tudo que é dito ou relacionado a ser feminino. Essa tendência pode sugerir que homens, vivenciando a norma do sistema patriarcal, ao serem estimulados a demonstrar frequentemente características masculinas, podem não reconhecer os sintomas de estresse psicológico, entendendo que a instabilidade do humor se relacionaria a uma qualidade feminina. Ao não os reconhecer, muitas vezes podem silenciar suas emoções sem uma reflexão sobre o que está causando tal mal-estar e “engajar-se em comportamentos como o abuso de álcool, a tomada exagerada de risco e a violência” (Silva e Melo, 2021, p. 4615).

Connell (1995) demonstra como os aspectos sociais e culturais contribuem para que a normatização do masculino se internalize no indivíduo, fazendo-o reprimir aspectos considerados inadequados para a legitimação de um modo de ser onde “toda cultura tem uma definição da conduta e dos sentimentos apropriados para os homens” (Connell, 1995, p. 190). Diante dessa repressão, percebe-se que se estabelece um custo emocional significativo, que pode prejudicar a saúde mental masculina:

Os rapazes são pressionados a agir e a sentir dessa forma e a se distanciar do comportamento das mulheres, das garotas e da feminilidade, compreendidas como o oposto. A pressão em favor da conformidade vem das famílias, das escolas, dos grupos de colegas, da mídia e, finalmente, dos empregadores. A maior parte dos rapazes internaliza essa norma social e adota maneiras e interesses masculinos, tendo como custo, frequentemente, a repressão de seus sentimentos. Esforçar-se de forma demasiadamente árdua para corresponder à norma masculina pode levar à violência ou à crise pessoal e a dificuldades nas relações com as mulheres (Connell, 1995, p. 190).

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

Diante das definições estabelecidas pela cultura, as normas específicas de comportamento e expressão das emoções norteiam o caminho a ser seguido para os homens. A partir dessa norma, os ideais de masculinidade são reforçados, tornando a ideia de demonstração de sentimentos tradicionalmente atribuída às mulheres e impossibilitando uma análise dos homens sobre suas vulnerabilidades e da legitimação de suas próprias expressões emocionais. Como consequência, as saídas para lidar com o próprio sofrimento ficam restritas.

Ainda em referência às normas impostas socialmente, conforme a vivência biopsicossocial do sujeito, Albuquerque (2020) demonstra como os homens podem sofrer com conflitos emocionais ao tentarem se aproximar do ideal de masculinidade:

Os homens apresentam conflitos emocionais relacionados ao padrão esperado de pai de família, trabalhador, que sustenta a casa e tem controle sobre si e sobre os outros, em especial sobre mulheres com quem convivem, e a não realização desse ideal os coloca em uma posição de frustração, sofrimento e impotência, sentindo-se menos homens, por não cumprirem com o padrão hegemônico definido pelo imaginário social (Albuquerque, 2020, p. 89).

Ao falhar com as expectativas desse imaginário social, sejam essas expectativas financeiras ou emocionais, os homens podem enfrentar sentimentos de inferioridade, podendo questionar sua identidade masculina e terem sentimentos de não pertencimento ao padrão dito como ideal. Albuquerque (2020) ainda discorre que homens que se adaptam à normatização do sistema inserido “interpretavam a vivência do sofrimento psíquico como um fracasso e enfraquecimento da identidade masculina” (Albuquerque, 2020, p. 89). Tal aspecto se apresenta como ponto de destaque no trabalho, uma vez que, ao considerar a ciência psicológica como uma prática que visa a um tratamento por meio de palavras, entendendo que estas

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

organizam as saídas de um estado de sofrimento, como abordar um sujeito conformedo a não falar sobre suas vivências?

Diante do exposto, compreende-se que o ideal de masculinidade pode proporcionar para o homem a ideia de que ser visto como forte e racional é uma vantagem, levando-o a negar suas fraquezas e a expor as próprias emoções e sofrimento. A partir do âmbito da saúde mental, a busca pelo atendimento psicológico entre homens pode ser ameaçada quando se pensa no discurso acerca do homem de verdade. As autoras Ingrid Castro e Taynara Lima (2022) trazem reflexões sobre a busca por atendimento psicológico por homens:

A busca por atendimento psicológico entre homens geralmente ocorre em situações de sofrimento ou dúvida, mas é dificultada pelos estereótipos de gênero, que desestimulam a expressão de emoções consideradas frágeis, como o medo ou a tristeza (Castro e Lima, 2022, p. 11)

Assim, as autoras refletem que, apesar de existir, por parte dos homens, a procura por serviços de saúde mental, existem variáveis sociais referentes às funções que lhes são atribuídas, que atravessam negativamente a possibilidade de um cuidado mais elaborado. Os autores Germano Iaroseski e Christian Kristensen (2022) aprofundam esta discussão, trazendo aspectos relacionados ao processo de socialização do homem e como este pode interferir objetivamente na busca por auxílio psicológico:

Durante o processo de socialização, homens são idealizados como autônomos e independentes, sendo uma admissão de fraqueza procurar ajuda. Essas expectativas são conflitantes com o contexto de buscar ajuda em saúde mental, elicitando sentimentos de culpa e vergonha. Tomando o exemplo da depressão, homens relataram que existe uma expectativa de que sejam fortes, além de um preconceito referente aos homens que possuem algum transtorno, taxados pela sociedade como fracos. O sentimento de vergonha frente à necessidade de auxílio em saúde mental mostrou uma forte correlação com o baixo comportamento masculino de busca por ajuda (Iaroseski e Kristensen, 2022, p. 80).

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

Com isso, pode-se refletir como, aparentemente, o sistema que transcreve o ideal de masculinidade é perpassado pelo imaginário dos homens, acabando por resultar em uma menor atenção com cuidados emocionais. Com isso, sugere-se que esse afastamento pode ser conflitante para os homens, por eventualmente sentirem que precisam de ajuda, e acabarem sendo desestimulados diante do discurso social, gerando emoções relacionadas à vergonha. Assim, em consequência: “A população masculina, em particular, acessa menos serviços de saúde mental quando comparada às demais populações” (Iaroseski e Kristensen, 2022, p. 78).

Outro ponto indicado pelos autores, que deve ser considerado nesta discussão, é que essas configurações sociais afetam diretamente a busca por tratamentos. De acordo com Iaroseski e Kristensen (2022):

Além de apresentarem menor procura por tratamento psicológico, os homens também apresentam um menor engajamento ao processo terapêutico, com índices maiores de evasão/desistência e menores índices de reinserção no ambiente clínico no futuro” (Iaroseski e Kristensen, 2022, p. 81).

Os autores ressaltam, ainda, outro aspecto que se destaca e que se refere à diferença de modalidades de terapia buscadas entre os gêneros, na qual as mulheres procuram por terapia individual e os homens, terapia grupal. Os autores trazem a discussão em relação ao homem sentir dificuldade em compartilhar suas questões somente com um profissional da saúde, preferindo a participação em grupos terapêuticos:

O foco de grupos terapêuticos em compartilhamento de informações pode fazer dessa modalidade mais atraente para a população masculina, que costuma focar em resolução de problemas. Além disso, psicoterapia individual envolve, fundamentalmente, um diálogo com um profissional da saúde, sendo frequentemente relatada por homens uma dificuldade em falar com profissionais. Em revisão sistemática, Seidler et al. apontam que é recorrente a temática de que homens evitam falar sobre emoções, apresentando dificuldade em identificar e nomear sentimentos e sintomas, temáticas centrais da terapia individual (Iaroseski e Kristensen, 2022, p. 81)

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

É importante ressaltar que o acesso a grupos terapêuticos é de grande importância como possibilidade de cuidado emocional. No entanto, nesta discussão, em hipótese, alguns homens podem preferir esses ambientes coletivos, por considerarem uma possível “solução” para suas questões em um espaço compartilhado, onde podem se expressar sem a necessidade de manifestar vulnerabilidades de forma tão direta para um único profissional. O que pode contribuir com a ideia de que os homens encontram dificuldades em expressar e compreender as próprias emoções.

Além disso, Castro e Lima (2022) relatam sobre como o adoecimento psíquico do homem pode estar interligado com a autocobrança, relacionada à ideia de ser o provedor, definição esta que se relaciona ao discurso do sistema patriarcal:

Homens que buscam incessantemente sua laboratividade e se autocobram pelo alimento da família, costumam consumir álcool em excesso ou recorrem às drogas, perfazendo um possível transtorno de comportamento antissocial. Desta forma, os fatores estressores que ocasionam o adoecimento psíquico dos gêneros na maioria das vezes para os homens se trata de problemas que mexem com problemas financeiros e de trabalho, e levando em consideração a negação a pedidos de ajuda, tendem a vivenciar as dores e por muita das vezes conseguiram realizar atitudes contra própria vida, devido sua força (Castro e Lima, 2022, p. 12)

Assim, é necessário refletir sobre a utilização de álcool e drogas como formas externalizantes de escape, onde os homens encontram formas de colocar seus sentimentos e problemas pessoais para fora. Pode-se pensar aqui a hipótese de que essas práticas possam ser vistas como formas autodestrutivas de enfrentamento das questões internas e também como possíveis refúgios frente ao sistema opressor que idealiza a masculinidade, uma vez que não são saídas que de fato atuarão no que está causando o sofrimento. Além disso, a ideia de suicídio entre os homens pode estar ligada à repressão de sentimentos por longos períodos, onde os homens não

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

encontram formas de lidar com os próprios adoecimentos e podem acabar tirando a própria vida.

Um dos indicadores que se refere diretamente à questão da saúde mental é o que faz levantamento dos números relacionados a casos de suicídios. Segundo Castro e Lima (2022) apesar de a população feminina ser frequentemente considerada a mais afetada pela depressão, os índices de suicídio se revelam significativos, com uma prevalência de 79% do público masculino. Em relação ao suicídio entre os homens, os autores Iaroseski e Kristensen (2022) trazem uma importante reflexão sobre a correlação de dados de suicídio e a precariedade da busca por homens em apoio terapêutico:

Entre diversas culturas, homens tendem a ser mais vulneráveis a suicídio, cometendo quase duas vezes mais suicídios que mulheres. Esses dados se mostram especialmente preocupantes quando relacionados com dados de que a maioria das vítimas de suicídio não fizeram acesso aos serviços de saúde mental, sendo esse um padrão bastante evidente na população masculina (Iaroseski e Kristensen, 2022, p. 79).

Assim, entende-se que os autores revisitam a hipótese de que, culturalmente, a noção de um ideal de masculinidade, influenciada por um sistema que atribui funções aos homens, pode levar esses indivíduos ao afastamento de uma compreensão sobre suas próprias vulnerabilidades e a necessidade de busca de atendimento psicoterapêutico. O alto índice de suicídio está, em parte, relacionado à baixa procura por apoio psicológico entre os homens.

Sendo assim, ressalta-se aqui a relevância de políticas públicas voltadas à saúde mental masculina, como a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH)⁹, que se apresenta como um instrumento essencial para fortalecer e promover cuidados a essa população.

⁹A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) foi criada pelo Ministério da Saúde em 2009, com o objetivo de melhorar a saúde dos homens no Brasil, facilitando o acesso aos serviços de saúde e promovendo uma abordagem integral, que inclui prevenção, tratamento e conscientização sobre questões de saúde física e mental.

**UNIPAC**

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

2 METODOLOGIA

A metodologia adotada neste trabalho foi a revisão bibliográfica narrativa, abrangendo publicações como artigos científicos, tese e literatura voltada à temática, identificando discussões e aproximações relacionadas nos estudos sobre masculinidades, gênero, patriarcado e saúde mental masculina. Para Gil (2008), a revisão bibliográfica utiliza como fonte materiais já existentes na literatura e publicações científicas, referências essenciais como base teórica para um estudo científico embasado.

Com este propósito, foram selecionadas publicações que se interseccionam em relação à temática, sendo: “Problemas de Gênero: Feminismo e Subversão da Identidade”, de Judith Butler, e “Homens Justos: do patriarcado aos novos masculinos”, de Ivan Jablonka, para abordar as concepções iniciais sobre a construção de gênero e como esta se constituiu socialmente e até performática, atribuindo aos homens funções esperadas pela sociedade, seguidos da obra “*The Will to Change: Men, Masculinity, and Love*”, de bell hooks onde se fomenta a definição sobre o sistema patriarcal e de como essa construção de dominação permeia o imaginário masculino e social.

Ademais, a obra “*Masculinities*” e “Políticas da Masculinidade” de Raewyn Connell, onde foi possível compreender o conceito de masculinidade hegemônica e discorrer sobre os possíveis impactos do modelo dominante de masculinidade entre as relações de gênero. Já na obra “A Prateleira do Amor: Sobre Mulheres, Homens e Relações” de Valeska Zanello, discorreu-se a discussão de como os ideais de masculinidade reforçam estereótipos e como os próprios homens alimentam essa problemática.

Em relação à saúde mental, utilizou-se a definição da Organização Mundial de Saúde do ano de 2022 e a tese de doutorado do autor Fernando Pessoa de Albuquerque, que realizou pesquisa qualitativa com homens usuários de dois CAPS em Brasília, Distrito Federal. A tese foi intitulada de

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

“Sofrimento mental e gênero: os homens e o cuidado na Rede de Atenção Psicossocial”, fundamentada a discussão em relação à saúde mental masculina com a referência das vivências dos usuários e de suas realidades diante do sofrimento psicológico.

Por fim, destacam-se os artigos “A influência dos estereótipos na busca por atendimento psicológico entre homens e mulheres”, de Ingrid Castro e Taynara Lima, e “Quando homens vão à psicoterapia: uma revisão de contextos e demandas”, de Germano Iaroseski e Christian Kristensen, que fomentam a discussão sobre os atravessamentos do sistema anteriormente apresentado correlacionando à procura masculina — e a falta dela — pelos serviços de saúde mental, além de ampliarem a reflexão sobre os altos índices de suicídio e abuso de substâncias entre homens.

As fontes de dados foram consultadas em periódicos científicos, sendo: PePsic, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Google Acadêmico, RevistaFT, SciELO, InCID, Revista Estudos Feministas (REF), Revista Diversidade e Educação, Revista Educação & Realidade e Portal da Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD) da Universidade de São Paulo (USP), utilizando as palavras-chave: masculinidades, gênero, patriarcado, hegemonia, masculinidade hegemônica e saúde mental masculina.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do exposto, observou-se que a perpetuação de uma masculinidade ideal, cercada pelos princípios patriarcais de poder que historicamente moldam o imaginário social, pode estar relacionada às normas de gênero que legitimam o que seria considerado um homem de verdade. Essas normas parecem influenciar a possível evitação de fragilidades e o entendimento de que homens não exteriorizam seu sofrimento ou emoções, já que esses fenômenos são frequentemente associados ao universo feminino e a fraqueza.

**UNIPAC****Centro Universitário Presidente Antônio Carlos**

Partindo da análise, entende-se ainda que o indivíduo pode não questionar os papéis previamente determinados pois, em hipótese, o sistema o beneficia por meio de uma sensação fantasiosa de pertencimento e poder. Porém, fica evidente que essa sensação o afasta de exercer sua masculinidade de forma autêntica.

A perpetuação da idealização masculina influencia a subjetividade do indivíduo, afetando seus comportamentos sociais, sua relação consigo mesmo e seu bem-estar psicológico. Além disso, a violência, o abuso de substâncias e a alta taxa de suicídio entre homens podem estar associados à falta de busca por apoio psicológico, evidenciando o impacto grave do sistema patriarcal na saúde mental.

Contudo, é importante ressaltar que esse trabalho não encerra a discussão sobre a saúde mental do homem, mas abre espaço de reflexão sobre a relevância dessa temática. Percebe-se que a presente discussão é ampla e envolve diversas variáveis, o que pode abrir espaço para uma maior exploração sobre a temática e suas interseccionalidades.

Assim, conclui-se a extrema importância dos debates acerca das masculinidades e da promoção da conscientização dos homens sobre o cuidado com a saúde mental, assim como reflexões sobre as normas de gênero e a importância da subjetividade. Isso pode incluir a criação de espaços para discutir a saúde mental masculina dentro do campo da Psicologia, por meio do levantamento de pautas e pesquisas. Além disso, prevê a possibilidade de grupos terapêuticos que incentivem os homens a encontrar um espaço de fala em busca de possíveis conscientizações, assim como campanhas que abram a oportunidade de repensar a perspectiva social e masculina sobre os cuidados com a saúde mental, tanto na modalidade de grupos quanto individualmente.



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

THE IDEAL OF MASCULINITY AND ITS POSSIBLE IMPLICATIONS FOR MEN'S MENTAL HEALTH

ABSTRACT

This article addresses the ideal of masculinity shaped by norms established within a patriarchal system and the potential implications of these norms for men's mental health. The primary objective is to develop a critical understanding of the pathways that lead men to adhere to and reproduce an ideal model of being a "real man" and how this ideal can impact mental health. The methodology employed is a bibliographic review, drawing on literary works, a doctoral dissertation, and scientific articles related to the themes of gender, patriarchy, masculinities, and men's mental health, as well as their intersections. The concept of hegemonic masculinity is utilized as a tool to challenge male hierarchy and the pursuit of masculine hegemony, emphasizing the delegitimization of alternative expressions of masculinity while perpetuating the oppression of individual subjectivity and its relationship with mental health care.

Key-words: Masculinities. Patriarchy. Hegemonic Masculinity. Gender. Men's Mental Health.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, Fernando Pessoa de. **Sofrimento mental e gênero: os homens e o cuidado na Rede de Atenção Psicossocial**. 2020. Tese (Doutorado) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020. Programa de Saúde Coletiva. Orientadora: Lilian Blima Schraiber. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5137/tde-09022021-094039/publico/FernandoPessoadeAlbuquerque.pdf> Acesso em: 18-09-2024

BAGAGLI, Beatriz Pagliarini. **“Cisgênero” nos discursos feministas: uma palavra “tão defendida; tão atacada; tão pouco entendida.”** 1. ed. Campinas: IEL - Unicamp, 2018. Disponível em: https://www.iel.unicamp.br/arquivos/publicacao/Cisgenero-nos_discursos_feministas_uma_palavra_tao_defendida_tao_atacada_tao_pouco_entendida.pdf Acesso em: 25-10-2024.

BUTLER, Judith. **Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade**. Tradução de Renato Aguiar. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003. Disponível em: https://cursosextensao.usp.br/pluginfile.php/869762/mod_resource/content/0/Judith%20Butler-Problemas%20de-g%C3%AAnero.Feminismo%20e%20subvers



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

[%C3%A3o-da%20identidade-Civiliza%C3%A7%C3%A3o%20Brasileira-%202018.pdf](#) Acesso em: 17-10-2024.

BRASIL. Ministério das Mulheres. **Brasil sem Misoginia**. Brasília: Ministério das Mulheres, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/mulheres/pt-br/brasil-sem-misoginia-1/acesse-os-materiais/folderdigital-brasilsemmisoginia.pdf> Acesso em: 30-10-2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: princípios e diretrizes**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: https://bvs.saude.gov.br/bvs/folder/politica_nacional_atencao_integral_saude_homem.pdf Acesso em: 16-12-2024

CASTRO, Ingrid Sales; LIMA, Taynara Lima. **A influência dos estereótipos na busca por atendimento psicológico entre homens e mulheres**. Ciências da Saúde, v. 26, edição 116, 26 nov. 2022. Disponível em: <https://zenodo.org/record/7365115>. Acesso em: 03-11-2024

CEGARRA, José. **Fundamentos teórico-epistemológicos de los imaginarios sociales**. Cinta de Moebio, n. 43, p. 1-13, mar. 2012. Disponível em: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-554X2012000100001&lng=en&nrm=iso&tlng=en Acesso em: 16-12-2014.

CONNELL, Raewyn W. **Gender and power: Society, the person and sexual politics**. Cambridge: Polity, 1987.

CONNELL, Raewyn W. **Políticas da masculinidade**. Educação e Realidade, v. 20, n. 2, p. 185-206, 1995. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/educacaoerealidade/article/view/71725/40671> Acesso em: 17-09-2024

CONNELL, Raewyn W. **Masculinities**. 2. ed. Berkeley: University of California Press, 2005. Disponível em: https://lulfi.lv/files/2020/Connell_Masculinities.pdf Acesso em: 15-09-2024

CONNELL, Raewyn W.; MESSERSCHMIDT, James W. **Masculinidade hegemônica: repensando o conceito**. Estudos Feministas, Florianópolis, v. 21, n. 1, p. 424, jan./abr. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/cPBKdXV63LVw75GrVvH39NC/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 17-09-2024

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008. ISBN 978-85-224-5142-5. Disponível em:



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

<https://ayanrafael.com/wp-content/uploads/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9cnicas-de-pesquisa-social.pdf> Acesso em: 24-09-2024

HOOKS, Bell. **The Will to Change: Men, Masculinity, and Love**. New York: Atria Books, 2004. Disponível em:

<https://ia601201.us.archive.org/10/items/the-will-to-change-men-masculinity-and-love-by-bell-hooks-z-lib.org.epub/The%20Will%20to%20Change%20Men%20C%20Masculinity%20and%20Love%20by%20bell%20hooks%20%28z-lib.org%29.epub.pdf> Acesso em: 10-09-2024.

IAROSKI NETO, Germano; KRISTENSEN, Christian Haag. **Quando homens vão à psicoterapia: uma revisão de contextos e demandas**.

Revista Brasileira de Psicoterapia (Online), v. 24, n. 2, p. 75-86, out. 2022.

Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1425995>. Acesso em: 02-11-2024

JABLONKA, Ivan. **Homens justos: do patriarcado aos novos masculinos**.

Tradução de André Telles. 1. ed. São Paulo: Todavia, 2021.

KIMMEL, M. S.; HEARN, J.; CONNELL, R. W. **Handbook of studies on men and masculinities**. Thousand Oaks, CA: Sage, 2005. ISBN 0-7619-2369-1.

Disponível em:

<https://xyonline.net/sites/xyonline.net/files/2020-05/Kimmel%20Handbook%20of%20Studies%20on%20Men%20and%20Masculinities%20%282005%29.pdf> Acesso em: 17-09-2024

MARTINS, Ana Amélia Lage; MARTELETO, Regina Maria. **Cultura, ideologia e hegemonia: Antonio Gramsci e o campo de estudos da informação**.

InCID: Revista de Ciência da Informação e Documentação, Ribeirão Preto, v. 10, n. 1, p. 5-24, mar./ago. 2019. DOI: 10.11606/issn.2178-2075.v10i1p5-24.

Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/incid/article/view/148808> Acesso em: 17-09-2024

OLIVEIRA, Pedro Paulo de. **Discursos sobre a Masculinidade**. Revista Estudos Feministas, v. 6, n. 1, p. 91, 1998. Disponível em:

<https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/12036> Acesso em: 19-09-2024

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Mental health: strengthening our response**. OMS, 2022. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> Acesso em: 22-09-2024



UNIPAC

Centro Universitário Presidente Antônio Carlos

PEREIRA, Bruna Cristina Jaquetto. **Sobre usos e possibilidades da interseccionalidade.** Civitas: Revista de Ciências Sociais, v. 21, n. 3, p. [não informado], set./dez. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/civitas/a/h7rvGvv5gNPpkm7MjMG6D5c/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 14 dez. 2024.

RICCI, Adriana. **Gênero e Trabalho: A Construção Social da Masculinidade e da Feminilidade no Mundo do Trabalho.** São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2003. p. 72.

RODRIGUEZ, Shay de los Santos. **Um breve ensaio sobre a masculinidade hegemônica.** Revista Diversidade e Educação, v. 7, n. 2, p. 276-291, jul./dez. 2019. DOI: 10.14295/de.v7i2.9291. Disponível em: <https://periodicos.furg.br/divedu/article/view/9291> Acesso em: 20-09-2024.

SALIH, Sara. **Judith Butler.** London: Routledge, 2002. p. 62.

SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. **Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo?** Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 10, p. 4615-4624, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/THNcKsn4kgqwb6rFbS48ntM/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 16-10-2024.

TEODORO, Maria Cecília Máximo; DELGADO, Gabriela Neves. **Mulher: do lugar de fala ao perigo da fala silenciada.** Revista da Faculdade Mineira de Direito, v. 26, n. 52, 2023. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/Direito/article/view/30840> Acesso em: 16-12-2024.

ZANELLO, Valeska. **Masculinidades, cumplicidade e misoginia na "casa dos homens": um estudo sobre os grupos de whatsapp masculinos no Brasil.** In: Gênero em perspectiva. 2020. p. 79-102. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/368023065_MASCULINIDADES_CUMPLICIDADE_E_MISOGINIA_NA_CASA_DOS_HOMENS_um_estudo_sobre_os_grupos_de_whatsapp_masculinos_no_Brasil Acesso em: 18-09-2024

ZANELLO, Valeska. **A Prateleira do Amor: Sobre Mulheres, Homens e Relações.** 1. ed. Curitiba: Appris Editora, 2020. p. 87-109.