

## Revisão Integrativa da Literatura


**X ENCONTRO SOBRE VIOLÊNCIA INTRAFAMILIAR:  
UMA VIOLAÇÃO DOS DIREITOS HUMANOS**
**ANAIS DO ENCONTRO - ISSN 2237-1877**
**Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Jequié, 6, 7 e 8 de outubro de 2025**
**IMPLICAÇÕES DA CONSTRUÇÃO DAS MASCULINIDADES NA  
SAÚDE MENTAL DE HOMENS: REVISÃO DE LITERATURA**

Sara de Jesus Santos<sup>1</sup>  
Maryvânsley Nunes de Sá Reis<sup>1</sup>  
Danielle Santos Vieira<sup>2</sup>  
Muryllo de Oliveira Costa<sup>1</sup>  
Ederlan Antônio de Jesus<sup>3</sup>  
Aline Vieira Simões<sup>4</sup>

**Introdução**

As normas sociais e culturais moldam o que significa ser homem, frequentemente promovendo formas rígidas ou violentas de masculinidade. Contudo, essas construções são complexas e heterogêneas, variando conforme idade, classe, educação, emprego, estado civil e contexto geográfico, e transformam-se ao longo da vida. A masculinidade, portanto, não é um conceito fixo, mas um processo dinâmico que influencia comportamentos, relações interpessoais e formas de cuidado (Nolasco, 2003).

A internalização de tais influências condiciona a percepção do sofrimento emocional e das vulnerabilidades entre os homens, influenciando a forma como lidam com sua saúde mental. No Brasil, desde a década de 1970, pesquisadores já observavam que essas construções sociais contribuem para a menor propensão masculina em reconhecer sintomas e buscar apoio, evidenciando a persistência de barreiras culturais que atravessam gerações (Silva; Melo, 2021; Kim; Kim, 2025).

Nesse contexto, à medida que muitos homens que não correspondem a esses padrões experienciam sentimentos de vergonha, inutilidade e isolamento, muitas vezes recorrendo a estratégias desadaptativas como isolamento, consumo de álcool ou drogas, ou repressão emocional, que reforçam o ciclo de sofrimento e dificultam a busca por cuidado (Rocha; Zucci, 2025; Erausquin; Song; Rhodes, 2020). Contudo, estratégias protetivas, como engajamento comunitário, espiritualidade e ressignificação de papéis de gênero, surgem como alternativas que possibilitam reconstruir vínculos, expressar vulnerabilidades e fomentar autocuidado, mesmo diante de barreiras estruturais e culturais (Johnson et al., 2024; Sikweyiya et al., 2025; Rocha; Zucci, 2025).

<sup>1</sup> Enfermeira (o). Mestranda (o) em Ciências da Saúde, pelo Programa de Enfermagem e Saúde (PPGES), da Universidade Estadual do Sudeste da Bahia. E-mail: sr\_sr2@hotmail.com; dreamy.mar@gmail.com; murylloocosta@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda em Enfermagem, pela Universidade de Excelência (UNEX), campus Jequié-Ba. daniellesanvi@gmail.com

<sup>3</sup> Doutorando em Ciências da Saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde (PPGES) da UESB. E-mail: ederlanpintrest@hotmail.com

<sup>4</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da UESB. E-mail: avsimoes@uesb.edu.br

## Objetivo

Analisar como diferentes construções de masculinidade influenciam a saúde mental de homens.

## Métodos

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, cuja questão norteadora foi: “Como as construções de masculinidade implicam na saúde mental de jovens?”. A formulação dessa pergunta teve como base a estratégia PICO, na qual P (População) corresponde aos jovens, I (Interesse) refere-se às construções de masculinidade e Co (Contexto) abrange a saúde mental.

A busca bibliográfica foi realizada em setembro de 2025 nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), SciELO, PubMed, Portal de Periódicos da CAPES e Banco de Teses e Dissertações da CAPES. Para a recuperação dos estudos, utilizaram-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) “masculinidade”, “saúde mental” e “homens”, combinados por meio do operador booleano AND. Essa etapa inicial permitiu identificar 1.353 trabalhos.

Na sequência, foram aplicados os critérios de inclusão: artigos completos, disponíveis gratuitamente, publicados no período de 2020 a 2025, redigidos em português, inglês ou espanhol. Como critérios de exclusão, eliminaram-se estudos duplicados ou aqueles que não atendiam ao objetivo delineado. Após essa filtragem, permaneceram 338 publicações.

A leitura dos títulos e resumos resultou na seleção de 25 estudos para leitura integral. Destes, sete apresentaram maior aderência ao tema e ao objetivo da pesquisa, sendo incorporados à análise final e constituindo o corpus desta revisão.

## Resultados e Discussão

Estudos indicam que, no Brasil, desde a década de 1970, as construções sociais já eram associadas a uma menor propensão masculina em identificar sintomas de alterações de humor e em buscar cuidado diante do estresse psicológico (Silva; Melo, 2021). Essa conformidade com padrões de masculinidade não apenas contribui para a gênese do sofrimento, mas também condiciona os modos pelos quais os homens lidam com sua saúde mental, tornando-os menos propensos a reconhecer vulnerabilidades e a acessar serviços de apoio (Silva; Melo, 2021; Kim; Kim, 2025).

A conformidade com padrões hegemônicos de masculinidade, centrados na valorização da força, independência e autossuficiência, contribui para o sofrimento masculino e influencia a forma como os homens lidam com sua saúde mental, tornando-os menos propensos a reconhecer vulnerabilidades ou buscar apoio. Essa dinâmica, potencializada por normas culturais rígidas, desigualdades socioeconômicas e fragilização de políticas de proteção social, aumenta o risco de sofrimento psicológico (Silva; Melo, 2021; Rocha; Zucci, 2025).

Nesse cenário, as pressões sociais fazem com que eles vivenciem constantemente a impulsividade, negligência, agressividade e comportamentos autodestrutivos (Rocha; Zucci, 2025), em concordância com outros estudos que apontam sentimentos de vergonha, inutilidade e isolamento. Essas vivências evidenciam que as expectativas normativas sobre a masculinidade, influenciando relações interpessoais, autocuidado e a propensão a buscar apoio emocional, criando um ciclo de sofrimento que se perpetua nas diferentes esferas da vida masculina (Erausquin; Song; Rhodes, 2020; Mogano; Letsoalo; Oduaran, 2025).

Assim, a associação entre ocupação e dignidade reforça a ideia de que ser homem implica prover e sustentar, de modo que empregos desvalorizados socialmente geram estigmas e intensificam a tensão masculina. Nesse processo, a discrepância entre o ideal normativo e as condições concretas de vida contribui para o sofrimento emocional, ao mesmo tempo em que fragiliza a busca por apoio (Erausquin; Song; Rhodes, 2020; Sileo; Kershaw, 2020).

Outro aspecto marcante refere-se à família como espaço de afirmação da masculinidade. O casamento e a paternidade são vistos como etapas fundamentais de reconhecimento social, e a infertilidade, nesse contexto, torna-se fonte de sofrimento e ameaça à virilidade. Essa valorização da procriação acentua a pressão sobre os homens, do mesmo modo a disfunção erétil se torna um fator de vulnerabilidade que reforça a ansiedade em torno da sexualidade (Walther; Rice; Eggerberger, 2023; Mogano; Letsoalo; Oduaran, 2025)

A sexualidade, portanto, não é vivida apenas como intimidade, mas como um pilar de validação da masculinidade. A dificuldade de corresponder às expectativas sexuais, seja pela infertilidade ou pela impotência, é interpretada como perda de status e coloca em risco a identidade masculina. A virilidade torna-se um requisito de afirmação pública, deslocando o sofrimento individual para o campo social e cultural (Walther; Rice; Eggerberger, 2023; Mogano; Letsoalo; Oduaran, 2025)

As normas que desencorajam a expressão emocional se apresentam como outro obstáculo. Muitos homens relataram que chorar ou demonstrar tristeza é interpretado como fraqueza, o que compromete o respeito social. Essa perspectiva, reforça a autossuficiência masculina, à medida que a repressão emocional intensifica quadros de ansiedade e depressão, dificultando a procura por apoio (Sikweyiya *et al.*, 2025; Kim; Kim, 2025).

As normas tradicionais, como antifeminilidade, dureza e resistência, limitam diretamente o engajamento em cuidados de saúde mental. Para muitos, admitir fragilidade equivale a negar a masculinidade. Entretanto, o reconhecimento social em determinados espaços pode operar como fator protetivo, ainda que com efeitos restritos. Já para homens negros e de minorias étnicas, essa pressão é ampliada pela marginalização estrutural, intensificando o risco de depressão e estresse (Johnson *et al.*, 2024; Erausquin; Song; Rhodes, 2020).

Como alternativas, os homens recorrem ao uso de álcool, drogas e isolamento surge como válvulas de escape temporárias, enquanto o medo de julgamento e o “ego masculino” dificultam a busca por ajuda, reforçando o autoestigma. Ao mesmo tempo, espiritualidade, engajamento comunitário e ressignificação de papéis de gênero surgem como caminhos de reconstrução e autocuidado (Rocha; Zucci, 2025; Kim; Kim, 2025; Sikweyiya *et al.*, 2025).

De forma geral, os achados confirmam que as normas masculinas internalizadas moldam as experiências dos homens em diferentes dimensões, seja trabalho, família, sexualidade e saúde. O ideal de força, autossuficiência e resistência cria barreiras à vulnerabilidade, à partilha de problemas e ao cuidado com a saúde mental. Assim, a masculinidade opera como determinante social da saúde mental, exigindo abordagens interseccionais que considerem classe, raça e cultura na formulação de políticas e práticas em saúde (Sileo; Kershaw, 2020; Mogano; Letsoalo; Oduaran, 2025).

## **Conclusão**

A presente revisão evidencia que as construções sociais e culturais da masculinidade exercem influência direta sobre a saúde mental dos homens, moldando comportamentos, expectativas e formas de lidar com vulnerabilidades. A internalização de padrões

hegemônicos, centrados na força, independência e autossuficiência, associa-se a experiências de sofrimento, isolamento e adoção de estratégias desadaptativas, dificultando a expressão emocional e o acesso a serviços de apoio.

Ao mesmo tempo, os achados mostram que essas normas não são homogêneas e podem ser tensionadas, permitindo a emergência de práticas de autocuidado, engajamento comunitário e resignificação de papéis de gênero que promovem bem-estar e resistência aos efeitos negativos da masculinidade tradicional. A heterogeneidade das experiências masculinas evidencia que fatores interseccionais, como raça, classe social e contexto cultural, modulam a intensidade e as formas de manifestação do sofrimento, reforçando a necessidade de abordagens diferenciadas em políticas de saúde.

Portanto, compreender a masculinidade como um processo dinâmico e plural é essencial para elaborar estratégias de promoção da saúde mental que reconheçam as vulnerabilidades, ampliem o acesso a cuidados e incentivem a expressão emocional. Intervenções que integrem dimensões culturais, sociais e individuais têm potencial de reduzir os impactos adversos das normas tradicionais de gênero e favorecer o bem-estar psicológico dos homens, contribuindo para a construção de práticas de cuidado mais inclusivas e efetivas

**Descritores:** Homens. Masculinidades. Saúde Mental.

**Eixo temático 1:** A saúde coletiva no enfrentamento da violência.

### Referências:

ERAUSQUIN, Jennifer Toller; SONG, Eunyong; RHODES, Scott D. Gender Norms, Discrimination, Acculturation, and Depressive Symptoms among Latino Men in a New Settlement State. **Ethnicity & Disease**, Maryland, v. 30, n.4, p. 519-524, 2020. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7518545/>. Acesso em: 15 set. 2025.

JOHNSON, Arnai *et al.* How Masculinity Impedes African American Men From Seeking Mental Health Treatment. **American Journal of Men's Health**, New Orleans, v.18, n.5, 2024. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11409296/>. Acesso em: 12 set. 2025.

KIM, Soomin; KIM, Dongil. Mental health help-seeking among Korean men: the influence of stigma, masculine norms, and face. **Biomed Central Psychol**, New York v.13, n. 461, 2025. Disponível em: <https://bmcpyschology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-025-02793-y#citeas>. Acesso em: 17 set. 2025.

MOGANO, Ntsobe Tshepo Hope Mogano; LETSOALO, Daniel Letsoalo; ODUARAN, Choja Akpovire. Effects of masculine culture on the mental health of Northern Sotho male youth. **Biomed Central Psychol**, New York, v. 413, n.1, p.1-14, 2025. Disponível em: <https://bmcpyschology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-025-02934-3>. Acesso em: 20 set. 2025.

NOLASCO, Sócrates. **A desconstrução do masculino**. Rio de Janeiro: Rocco, 1.ed. 1995.

ROCHA, Rafaela; ZUCCHI, Eliana Miura. Masculinidades e narrativas de sofrimento mental e autocuidado. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, Botucatu, SP, v. 2, 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/p5mt3P49KKpxxLTqVQHxrQC/?lang=pt>. Acesso em: 12 set. 2025.

SILEO, Katelyn M.; KERSHAW, Trace S. Dimensions of Masculine Norms, Depression, and Mental Health Service Utilization: Results From a Prospective Cohort Study Among Emerging Adult Men in the United States. **American Journal of Men's Health**, New Orleans, v. 14, n.1, 2020. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7036518/>. Acesso em: 20 set. 2025.

SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo? **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, 10, p. 4613–22, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/THNcKsn4kgqwb6rFbS48ntM/?lang=pt>. Acesso em: 04 set. 2025.

SIKWEIYA, Yandisa *et al.* 'We do not like talking about our problems': socialization and idealized masculinity as drivers of help-seeking avoidance among college men in South Africa. **Biomed Central Public Health**, New York, v. 25, n. 1, 2025. Disponível em: <https://bmcpublikealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-025-22252-y>. Acesso em: 14 set. 2025.

WALTHER, Andreas; RICE, Timothy; EGGENBERGER, Lukas. Precarious Manhood Beliefs Are Positively Associated with Erectile Dysfunction in Cisgender Men. **Archives of Sexual Behavior**, New York, v. 52, n.7, p.3123-3138, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37351710/>. Acesso em: 12 set. 2025.