

## Desafios enfrentados na saúde mental de mulheres homoafetivas

Érica Ribeiro Andrade<sup>1</sup>, Bárbara Paes Vale<sup>2</sup>, Mariana Sales Oliveira<sup>2</sup>, Maria Luiza Siqueira Nicolau<sup>2</sup>, Maria Clara da Silva Ferreira<sup>2</sup>, Lianca da Silva Viana<sup>2</sup>

(1) Pesquisadora Orientadora- Docente do Curso de Psicologia. Mestre em Cognição e Linguagem (UENF); (2) Alunos do Curso de Psicologia do ISECENSA – Curso de Psicologia - Institutos Superiores de Ensino do CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil.

Este trabalho tem como objetivo escutar mulheres homoafetivas, com o intuito de compreender um pouco sobre a experiência de saúde mental das mesmas. A abordagem adotada é qualitativa, utilizando análise de discurso para interpretar os dados obtidos por meio de entrevistas individuais semi-estruturadas. Foram entrevistadas 5 mulheres lésbicas ou bissexuais. Essas entrevistas foram conduzidas presencialmente, permitindo uma exploração das percepções das participantes sobre sua saúde mental, as experiências de discriminação que enfrentam, as estratégias que utilizam para lidar com essas situações e os impactos do ambiente social e familiar em suas vidas. Cada participante concordou voluntariamente em participar da pesquisa e foi assegurado quanto ao anonimato e à confidencialidade de suas informações pessoais, através do TCLE. Os resultados revelaram que, em relações sáficas, os efeitos do machismo internalizado podem levar a comportamentos de controle e a dificuldades em expressar as próprias necessidades. Além disso, a falta de aceitação social e o medo da violência homofóbica foram identificados como fatores que exacerbam o impacto das relações homoafetivas na saúde mental das mesmas. Sobre o processo de autodescoberta, todas as entrevistadas afirmaram que esse processo se iniciou na fase da adolescência. Sobre as relações interpessoais das participantes, algumas delas mantêm círculos restritos de amigos com relações mais íntimas, enquanto outras relatam aceitação familiar conquistada ao longo do tempo. As opiniões de cada uma das mulheres sobre o termo "sair do armário" variam. Enquanto algumas veem o processo como complexo e pressionado pela sociedade heteronormativa, outras rejeitam esse termo se concentrando na importância da autoaceitação. Mais da metade delas afirma enfrentar situações de violência, incluindo ameaças físicas e agressões simbólicas. Outras vivem com medo, tomando precauções para evitar possíveis ataques. É ressaltada a comparação com a tranquilidade que casais heterossexuais têm ao se expor em público. Quando perguntadas sobre serem atravessadas por estigmas e preconceitos, o "sim" foi unânime. O que muda ao decorrer de cada entrevistada é a forma a qual passaram por isso. Esses atravessamentos ocorrem no âmbito familiar, social e até mesmo dentro da própria comunidade LGBTQIAPN+. Esses relatos destacaram a importância da rede de apoio, composta por amigos, família e, em alguns casos, profissionais de saúde, na promoção do bem-estar emocional dessas mulheres. A pesquisa destacou a necessidade de profissionais da saúde mental sensíveis às questões de gênero e sexualidade, livres de crenças pessoais, bem como o treinamento adequado para lidar com as necessidades específicas das mulheres homoafetivas.

**Palavras-chave:** Mulheres homoafetivas. Saúde mental. Psicologia.

**Instituição de Fomento:** ISECENSA.

## Challenges faced in the mental health of homosexual women.

Érica Ribeiro Andrade<sup>1</sup>, Bárbara Paes Vale<sup>2</sup>, Mariana Sales Oliveira<sup>2</sup>, Maria Luiza Siqueira Nicolau<sup>2</sup>, Maria Clara da Silva Ferreira<sup>2</sup>, Lianca da Silva Viana<sup>2</sup>

(1) Research Supervisor- Faculty Member of the Psychology Course. Master in Cognition and Language (UENF); (2) Psychology Course Students at ISECENSA – CENSA Higher Education Institutes – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brazil.

This research aims to listen to homosexual women, in order to understand about their mental health experience. The approach adopted is qualitative, using discourse analysis to interpret the data obtained through semi-structured individual interviews. Five lesbian or bisexual women were interviewed. These interviews were conducted in person, allowing an exploration of the participants' perceptions about their mental health, the experiences of discrimination they face, the strategies they use to deal with these situations and the impacts of the social and family environment on their lives. Each participant voluntarily agreed to participate in the research and was assured of the anonymity and confidentiality of their personal information through the TCLE. The results revealed that, in saphistic relationships, the effects of internalized male chauvinism can lead to control behaviors and difficulties in expressing one's own needs. In addition, the lack of social acceptance and the fear of homophobic violence have been identified as factors that exacerbate the impact of homoaffective relationships on their mental health. Regarding the process of self-discovery, all the interviewees stated that this process began in the phase of adolescence. Concerning the participants' interpersonal relationships of the participants, some of them maintain restricted circles of friends with more intimate relationships, while others report family acceptance gained over time. The opinions of each women about the term "get out of the closet" vary. While some see the process as complex and pressured by the heteronormative society, others reject this term by focusing on the importance of self-acceptance. More than half of them claim to face situations of violence, including physical threats and symbolic aggression. Others live in fear, taking precautions to avoid possible attacks. The comparison with the tranquility that heterosexual couples have when exposing themselves in public is highlighted. When asked about being crossed by stigmas and prejudices, the "yes" was unanimous. What changes in the course of each interviewee is the way they went through it. These crossings occur in the family, in the social and even within the LGBTQIAPN+ community itself. These reports highlighted the importance of the support network, composed of friends, family and, in some cases, health professionals, in the promotion of the emotional well-being of these women. The research highlighted the need for mental health professionals sensitive to issues of gender and sexuality, free of personal beliefs, as well as adequate training to deal with the specific needs of homosexual women.v

**Keywords: Homosexual Women. Mental health. Psychology.**

**Support: ISECENSA.**