



**UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA**

CAROLINE LUDMILA BEZERRA GUERRA

**GRUPOS DE AUTOCUIDADO PARA HOMENS NO DISTRITO
FEDERAL**

BRASÍLIA

2021

CAROLINE LUDMILA BEZERRA GUERRA

**GRUPOS DE AUTOCUIDADO PARA HOMENS NO DISTRITO
FEDERAL**

Dissertação ou Tese apresentada como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Saúde Coletiva pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade de Brasília.

Orientador: Prof. Dra. Muna Muhammad Odeh

Co-orientador: Dr. Francisco Norberto Moreira da Silva

BRASÍLIA

2021

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

CAROLINE LUDMILA BEZERRA GUERRA

GRUPOS DE AUTOCUIDADO PARA HOMENS NO DISTRITO FEDERAL

Dissertação apresentada como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Saúde Coletiva pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade de Brasília.

Aprovado em: 22/07/2021

BANCA EXAMINADORA

PROF. DRA. MUNA MUHAMMAD ODEH – Presidente – Membro UnB

XIMENA PAMELA DIAZ BERMUDEZ – Membro UnB – Interno

ALFREDO FERES NETO – Membro UnB – Externo

MARIA DA GRAÇA LUDERITZ HOEFEL – Membro UnB – Suplente

BRASÍLIA

2021

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todas as pessoas que me apoiaram para finalização deste projeto, a minha Orientadora Muna Odeh, ao meu co-orientador Francisco Norberto, que seguraram a peteca e não me deixaram desistir. Agradecer aquele que me incentivou a fazer o mestrado, mesmo que esse incentivo tenha sido de maneira torta, ele acreditou no meu potencial e na minha inteligência, João Paulo Brito.

Agradecer aos meus amigos que nos momentos de lamento, estavam lá para me escutar, como a Rhaila Cortes (mais conhecida como Rhailinha), Tatiany Boldrini (Tati), Silvania Caribé (Sil), Kátia Souto (ou Solta para os mais íntimos), Sidclei Queiroga (Sidinho), agradecer à minha amiga, e que por um bom tempo foi minha parceira de jornada “mestral” Raelma Paz (Ra), a minha prima Aline Guedes, por aguentar minhas chatices.

Agradecer aqueles que me apoiaram com o seu saber Indianara Grando, Sônia Margarida (Ninha), Rafa Energia

Aos meus colegas de trabalho que de uma forma indireta me ajudaram neste trabalho: Renata Soares, Julianna Takarabe, José Viana, Patrícia Santos, Mônica Macau, Túlio Correa, Michelle Leite, Cícero Ayrton, Juliano Matos.

Agradecer a minha banca de qualificação: Ximena Pâmela; Graça e Alfredo Feres por terem tirado um tempo para estarem avaliando o meu projeto.

Gostaria também de agradecer a minha mãe, Sônia Maria, que aguentou meus chiliques e surtos cotidianos, agradecer a minha Psicanalista Luzia Jorge pelas sessões que me fortaleceram.

Gostaria de agradecer a mim mesma, por não ter desistido, por ter conseguido achar forças para finalizar essa etapa, quando o que eu mais queria (era provar para todo mundo que eu não precisava provar nada para ninguém) era jogar tudo para o alto, chutar o balde.

Agradecer a todos os meus guias espirituais que estiveram e estão comigo nessa jornada da vida.

*Um homem também chora
Menina morena
Também deseja colo
Palavras amenas
Precisa de carinho
Precisa de ternura
Precisa de um abraço
Da própria candura
Guerreiros são pessoas
São fortes, são frágeis
Guerreiros são meninos
No fundo do peito
Precisam de um descanso
Precisam de um remanso
Precisam de um sono
Que os torne refeitos...*

(Gonzaguinha)

RESUMO

Este trabalho teve por objetivo compreender o autocuidado a partir de uma análise de conteúdo de documentos extraídos da internet de grupos para homens no Distrito Federal, tendo em vista que esses grupos voltados para a população masculina é um fenômeno recente em nossa cultura. A coleta de informações se deu a partir de recortes de documentos acessados nas redes sociais e por pesquisas na plataforma de base de dados eletrônicos entre elas o GOOGLE. Foram encontrados 13 grupos de homens no Distrito Federal. Os grupos esperam que seus participantes se tornem homens melhores, por meio do autoconhecimento, da conexão entre os homens, ampliação da consciência, para que possam contribuir para uma nova civilização. Conclui-se que esses grupos ainda são incipientes, pois as iniciativas são tímidas, ainda mais devido a pandemia que chegou no Brasil em março de 2020, porém são iniciativas que tem muito a contribuir para construção de masculinidades mais saudáveis, que estão voltados para o cuidado e autocuidado desses homens. No entanto, é preciso pensar em alternativas de ampliação dessas ações, estimulando homens de todas as condições a participarem, de uma perspectiva mais democrática em relação ao universo que habitam.

Palavras-chave: Grupo de Homens; Saúde; Masculinidades; Autocuidado.

ABSTRACT

This study aimed to understand self-care from a content analysis of documents extracted from the internet of groups for men in the Federal District, considering that these kind of groups focused on the male population is a recent phenomenon in our culture. The information was collected from clippings of documents accessed on social media and by research on the electronic database platforms, including GOOGLE. 13 groups of men were found in the Federal District. The groups hope that their participants become better men, through self-knowledge, connection between men, expansion of consciousness, so that they can contribute to a new civilization. It is concluded that these groups are still incipient, as the initiatives are timid, especially due to the pandemic that started in Brazil in March 2020, but they are initiatives that have a lot to contribute to the construction of healthier masculinities, which are focused on the care and self-care of these men, however, it is necessary to think of alternatives to expand these actions, encouraging men of all conditions to participate, from a more democratic perspective in relation to the universe they inhabit.

Keywords: Men's Group; Health; Masculinities; Self-Care.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Principais causas de internações hospitalares na população masculina de 20 a 59	21
Figura 2 – Principais causas de morbidade hospitalar na população masculina por faixa etária.....	22
Figura 3 – Principais causas de mortalidade na população masculina de 20 a 59 anos	22
Figura 4 - Principais causas de mortalidade na população masculina dividida por faixa etária	23
Figura 5 - Número de atendimentos a tentativa de suicídio por sexo.....	24
Figura 6 - Óbitos por suicídio por sexo.....	25
Figura 7 – Número de atendimentos por tentativa de suicídios por faixa etária na população masculina.....	25
Figura 8 - Óbitos de mulheres dentro e fora da sua residência.....	27
Figura 9 - Perfil das vítimas de homicídios.....	29
Figura 10 - Desigualdade social - perfil das vítimas por homicídio.....	30
Figura 11 - Notificações de violência com a população LGBTQI+	32
Figura 12 - Mapeamento a respeito dos grupos reflexivos para homens autores de violência (2011).	38
Figura 13 - Desenvolvimento da Análise de Conteúdo	43
Figura 14 - Nuvem de palavras	51
Figura 15 - Ramificação de palavras.....	52

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	REFERENCIAL TEÓRICO	14
2.1.	O SIGNIFICADO DE GÊNERO, MASCULINIDADE HEGEMÔNICA	14
2.2.	A MASCULINIDADE HEGEMÔNICA E SUAS CONSEQUÊNCIAS PARA SAÚDE	18
2.2.1.	A Masculinidade Hegemônica e as Consequências para a Saúde Mental	23
2.3.	A MASCULINIDADE HEGEMÔNICA E A VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER	25
2.3.1.	A Masculinidade Hegemônica e Raça	27
2.3.2.	A Masculinidade Hegemônica e a População LGBTQIA+	31
2.4.	GRUPOS DE AUTOCUIDADO PARA HOMENS	32
2.4.1.	As Diversas Abordagens “de Saúde” Utilizadas Pelos Grupos	38
3	METODOLOGIA	41
3.1.	TIPO DE PESQUISA.....	41
3.2.	FONTES DE INFORMAÇÃO.....	44
3.3.	PROCEDIMENTOS DE COLETA.....	44
3.4.	RECORTE DO MATERIAL COLETADO	44
4	DISCUSSÃO E APRESENTAÇÃO DO RESULTADOS	45
4.1.	MAPEAMENTO PRELIMINAR DOS GRUPOS DE HOMENS EM BRASÍLIA.	45
4.2.	CATEGORIAS DE ANÁLISE	46
4.3.	ALGUMAS REFLEXÕES	53
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	56
	REFERÊNCIAS	57
	ANEXO 1 - GUIA BÁSICO PARA CRIAR UM GRUPO DE HOMEM DO PAPO DE HOMEM (2018)	63
	ANEXO 2 – PÁGINA DO GRUPO HOMENS EM CONEXÃO	75
	ANEXO 3 – PÁGINA DO CÍRCULO DO FOGO SAGRADO – SACRED FIRE	79
	ANEXO 4 – PÁGINA DO PROJETO MASCULINIDADES	80

1 INTRODUÇÃO

A presente pesquisa apresenta, a partir de alguns conceitos, uma breve explicação sobre o caminho percorrido na pesquisa de Análise de Conteúdo de documentos dos grupos de autocuidado para homens no Distrito Federal. A ideia é abrir um leque de possibilidades ao trazer referencial teórico, a um número sempre crescente de autores para confluir com a temática aqui tratada.

A formulação de um texto é sempre um trabalho que se configura como um processo contínuo de escrita, reescrita, revisão e normalização do resultado que se quer alcançar. Escrever sobre saúde não é um desafio, pois, o tema em questão é de tamanha complexidade, e significa falar das relações que permeiam a vida, da relação do indivíduo consigo, com o outro e com outros seres não humanos. Significa falar também de cultura, trabalho, economia, história, educação, política, desigualdade social, de relações de poder, garantia de direitos, gênero, faixa etária, entre tantos outros fatores que afetam a vida dos indivíduos cotidianamente.

O que se pretende é que a fundamentação teórica, possa contribuir para que este estudo permita entender como o autocuidado vem sendo trabalhado em grupos de autocuidado compostos por homens no Brasil, posto que se configura como algo novo enquanto campo de estudo, em especial no que diz respeito a alguns fatores que aparecem neste processo como os Determinantes Sociais da Saúde (DSS).

A Comissão Nacional sobre os Determinantes Sociais da Saúde (CNDSS) (2008, p. 3) entende como

[...] os determinantes vinculados aos comportamentos individuais e às condições de vida e trabalho, bem como relacionados com a macroestrutura econômica, social e cultural [...] São produto da ação humana e, portanto, podem e devem ser transformados pela ação humana (CNDSS, 2008).

Mais recentemente a literatura tem ampliado esse conceito para os: Determinantes Sociais, Econômicos e Ambientais da Saúde.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, o conceito de saúde é complexo do que a ausência de enfermidades, para a OMS a saúde “o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social” (OMS, 1946). Como a saúde está relacionada a diversos fatores e determinantes pode-se inferir que nem todos têm as mesmas oportunidades de acesso à saúde, já que há grupos mais vulneráveis, como: população em situação de rua, população negra, população LGBT, povos indígenas,

população do campo, das florestas e das águas, os quais foram e são historicamente invisibilizados e excluídos da sociedade. Como consequência sofrem com a falta de recursos quer sejam financeiros (emprego e renda) ou socioculturais (escolaridade, habitação, mobilidade entre outros) para sobreviver e assim conseguir desfrutar de uma vida saudável.

A população masculina acessa, também, de forma diferente o cuidado em saúde, enquanto brancos e héteros sempre foram vistos como sujeitos de direito, os outros grupos historicamente são alijados do reconhecimento como sujeito do direito e sujeito de cuidado. Os dados do Sistema de Informação de Mortalidade (SIM) do Ministério da Saúde (2021) aponta que o acesso ao cuidado entre homens e mulheres sempre foi diferente o que denota uma relação, chamada, de gênero.

Segundo Joan Scott (1995), gênero é “um elemento constitutivo de relações sociais fundadas sobre as diferenças percebidas entre os sexos, sendo o gênero o primeiro modo de dar significado às relações de poder”. Portanto, gênero não é decorrência apenas da natureza biológica, anatômica ou fisiológica dos sexos. Diante disso, é importante fazer uma abordagem relacional de gênero, levando em consideração as relações de poder, que incluem também questões de classe social e cor/raça/etnia. Esse conjunto de relações é o que estrutura o tecido da sociedade; o poder de decisão nas diferentes esferas, pública ou privada; política; social e econômica.

As construções sociais estruturam a sociedade de forma a diferenciar aspectos masculinos, dos femininos, e coloca o homem como ator ativo, com domínio e monopólio da esfera “pública” onde circulam as relações de poder social e econômico e a mulher como passiva, pertencente ao universo “privado” e à vida doméstica de restrito impacto na macropolítica da sociedade.

Uma construção sócio-histórica patriarcal que reforça e enraíza tais valores de concepções estereotipadas do masculino e do feminino na sociedade, onde o masculino está caracterizado como ativo, e que exerce domínio sobre aquilo que é caracterizado como feminino e que os aspectos como ação, decisão e posição de agente de poder e da violência, comando das guerras e das conquistas são assimiladas como pertencentes ao universo masculino.

Neste âmbito, foi, e ainda é concebida como sendo pertencente ao feminino,

em virtude da questão da reprodução e do cuidado com os filhos e da vida domiciliar como todo. Enquanto crianças e jovens adolescentes os meninos desfrutam destes cuidados, tipicamente maternos, chegando à juventude progressivamente eles acabam se expondo mais aos fatores de riscos. Dessa forma, se tornam mais vulneráveis, devido aos comportamentos nocivos, que representam marcadores sociais de masculinidade e de valores socioculturais e históricos do que é “ser homem” em determinado contexto.

Na atualidade, tais marcadores são diversos, citamos aqui aqueles que se relacionam com o que os dados de morbimortalidade na população masculina nos informam: dirigir de forma agressiva provocando acidentes; fazer uso prejudicial de álcool e outras drogas; não se alimentar de forma saudável e limitadas práticas de exercício físico, uso restrito de preservativo nas relações sexuais, estes fatores que contribuem para o aumento da morbimortalidade da população em tela, reduzindo assim a sua expectativa de vida.

Por esse motivo, e pensado em como melhorar os indicadores de saúde e o acesso da população masculina, em 2009 foi instituída pelo Ministério da Saúde a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem; Portaria Ministerial GM nº 1.944, de 27 de agosto de 2009, hoje incluída no Anexo XII da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, Consolidação das Normas sobre as Políticas Nacionais de Saúde do Sistema Único de Saúde.

A mencionada portaria tem como diretriz

Promover ações de saúde que contribuam significativamente para a compreensão da realidade singular masculina nos seus diversos contextos socioculturais e político-econômicos, respeitando os diferentes níveis de desenvolvimento e organização dos sistemas locais de saúde e tipos de gestão de Estados e Municípios (BRASIL, 2009).

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) está organizada pelo recorte etário de 20 a 59 anos, e em cinco eixos temáticos que norteiam suas ações com o objetivo de estimular o autocuidado e o reconhecimento da saúde como um direito de todos os homens. Os eixos temáticos são: Acesso e acolhimento; saúde sexual e reprodutiva; paternidade e cuidado; doenças prevalentes na população masculina; e prevenção de violências e acidentes.

Essa política traz ainda como um de seus princípios o direito do homem a ter

acesso em todos os níveis de atenção à saúde, com melhor grau de resolutividade e acompanhamento por uma equipe de saúde.

Segundo as informações do SIM do Ministério da Saúde (2021), os principais fatores que contribuem para morbimortalidade masculina no Brasil poderiam ser evitados se fossem adotadas medidas simples, de prevenção e promoção da saúde do homem, como por exemplo: a realização de consultas e exames preventivos com maior regularidade. Compreende-se também que essa é uma população que proporcional a sua representação numérica não consta adequadamente no registro das unidades de saúde em particular as da Atenção Primária à Saúde (APS).

Gomes *et al* (2007) aponta que homens, em geral, morrem mais e sofrem mais de doenças crônicas do que as mulheres. Pode-se dizer que isso se deve ao fato de que o autocuidado, e cuidado com a saúde não serem vistos como uma prática masculina, sendo que a busca pelo serviço de saúde é uma função atribuída às mulheres.

Os homens, devido a masculinidade hegemônica, entendem que o seu papel é totalmente relacionado ao trabalho, função de ser forte e invulnerável, uma vez que ele é o responsável pela renda e o sustento da família, segundo o imaginário social posto, pois muitas mulheres são arrimos de família. Desse modo se distanciaram do autocuidado e cuidado com sua saúde.

O autocuidado pode ser conceituado como:

Ações dirigidas a si mesmo ou ao ambiente a fim de regular o próprio funcionamento de acordo com seus interesses na vida, funcionamento integrado e bem-estar. As ações de autocuidado constituem a prática de atividades que os indivíduos desempenham de forma deliberada em seu próprio benefício com o propósito de manter a vida, a saúde e o bem-estar (BUB *et al*, 2007, p.6).

Ou

Ação ou conjunto de ações que o indivíduo dirige para si mesmo ou para regular os fatores que afetam seu próprio desenvolvimento, compreendendo atividades em benefício da vida, saúde e bem-estar, com o objetivo de evitar o aparecimento ou complicações de agravos e/ou doenças (BRASIL, 2018).

A presente pesquisa buscou, aprofundar o conhecimento sobre grupos de autocuidado para homens no Distrito Federal, fenômeno que aponta para uma aceitação por parte da população masculina o caminho para o cuidado em saúde.

No contexto do Distrito Federal, por exemplo, um levantamento preliminar

evidenciou que esses grupos são crescentemente sendo frequentados por uma gama cada vez mais diversa da população masculina, não se restringindo a homens brancos e com poder aquisitivo, embora de forma ainda incipiente, esse feito vem atraindo homens pretos, pardos e indígenas; homoafetivos; e com menor poder aquisitivo.

O que são os grupos de homens, denominados aqui pela pesquisadora como grupos de autocuidado para homens, por compreender que este fenômeno faz jus a este conceito, e como veem sendo pautados como plataforma ao cuidado e a saúde serão os temas a abordar a seguir.

Objetivo Geral:

- Analisar o autocuidado, de acordo com a conceituação supracitada, a partir de uma análise de conteúdo dos documentos encontrados na internet.

Objetivos Específicos:

- Conhecer as práticas de autocuidado divulgadas pelos grupos terapêuticos de homens conforme divulgados e documentados;
- Analisar a relação das práticas de autocuidado divulgadas pelos grupos de autocuidado de homens com o processo saúde-doença.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. O SIGNIFICADO DE GÊNERO, MASCULINIDADE HEGEMÔNICA

Se o indivíduo se põe a pensar em como a sociedade se organiza, sem dúvida teria que pensar nos indivíduos que fazem parte dessa estrutura; em como é a organização dos mesmos nos variados ambientes que se encontram, como por exemplo, no ambiente doméstico, nas escolas, nas instituições, entre outros. Uma forma de organização nesses vários contextos é pela característica de gênero, ou seja, o que é ou não adequado para os homens e mulheres, ou de modo mais amplo para quem se subjetivou em uma posição de masculinidade ou de feminilidade.

Um bom exemplo seria a forma como são divididas as tarefas no ambiente familiar: até pouco tempo, a responsabilidade de cuidar dos afazeres domésticos e da prole era da mulher burguesa e branca, uma realidade diferente para as mulheres pretas e da classe trabalhadora (DAVIS, 2016) no campo privado; enquanto a obrigação do homem seria a de manter a casa financeiramente, no campo público. Ao menos este é o ideal da família burguesa, que foi apresentado como norma familiar patriarcal.

Parker (1991, p. 36) afirma que “as atividades do homem eram dirigidas para o mundo social mais amplo da economia, política e interações sociais, além do âmbito da família”. Ele continua argumentando que as mulheres faziam atividades diferenciadas dos homens, assim como ocupavam espaços diferenciados desses: “mulher e filhas eram rigidamente restringidas e limitavam-se ao mundo doméstico da própria família”.

Assim, enquanto a casa funcionava como fortaleza e prisão para sua mulher e filhas, o engenho e, cada vez mais, a cidade, a praça e a rua se tornaram o território dos homens, o domínio do patriarca. Seu mundo era da ação e se opunha radicalmente à relativamente inativa ou, melhor dizendo, mais guardada e limitada sociedade das suas mulheres (MADUREIRA, 2010, p. 36).

A mulher, burguesa do Brasil republicano, ou pertencente à aristocracia rural no período colonial, que pertencia ao ambiente privado, doméstico, vem conquistando cada vez mais o mercado de trabalho com postos de trabalho bem remunerados e

prestigiosos, muitas, inclusive nas classes populares, são arrimos de famílias, o que não quer ser dizer que se configura como uma sociedade matriarcal, apesar das mudanças, ainda se configura como uma sociedade patriarcal.

Matriarcal:

[...] se refere a um tipo de sociedade em que as mulheres têm um papel central na liderança política, autoridade moral, controle da propriedade e custódia dos filhos. Não há evidências de sociedades em que haja uma distribuição desigual de poder entre homens e mulheres, as mulheres têm preeminência sobre os homens; ao contrário do que acontece no patriarcado, onde os homens são os que têm primazia sobre as mulheres (CAMPISI, 2019).

O perfil da mulher vem transformando, conseqüentemente transforma-se o perfil do homem, pois já é possível ver homens compartilhando os cuidados da casa e dos filhos com sua parceria. “Contudo, alguns significados arcaicos assentados em uma visão dicotômica sobre a masculinidade e a feminilidade continuam bem vivos nas relações cotidianas travadas em nossa sociedade” (MADUREIRA, 2010, p. 36). Ou seja, “esperam-se, ainda, de homens e mulheres, determinadas formas de ação e escolhas com base em um sistema cultural que delimita a representação social que esses têm na sociedade” (MEDEIROS; SILVA, 2014, p.512).

A diferença sexual, anatômica entre outras, supostamente serviria para justificar as divisões de trabalho e de comportamentos adequados para os homens e para as mulheres.

A diferença biológica entre os sexos, isto é, entre o corpo masculino e o corpo feminino, e, especificamente, a diferença anatômica entre os órgãos sexuais, pode assim, ser vista como justificativa natural da diferença socialmente construída entre os gêneros e, principalmente, da divisão social do trabalho (BOURDIEU, 2003, p. 20).

Essa justificativa da diferença socialmente construída entre gêneros, citada acima, faz com que sejam criadas formas pré-estabelecidas de feminilidades e masculinidade, que podem ser definidas como: “[...] um lugar nas relações de gênero, as práticas, por meio das quais homens e mulheres engajam aquele lugar de gênero e os efeitos dessas práticas na experiência corporal, na personalidade e na cultura” (CONNELL, 1995).

Homens e mulheres se diferenciam entre si. Welzer-Lang (2004) pondera que os homens só existem como categoria, grupo (ou classe) em relação estrutural com

as mulheres e que o homem não pode ser associado a uma mulher, pois se isso ocorrer, será ofendido, e sua masculinidade será deslegitimada, pois ele não deveria ocupar este lugar.

Diante dessa necessidade de diferenciação do feminino, os homens procuram, por meio de comportamentos, atitudes, vestimentas e discursos, demonstrar que fazem parte do universo masculino, ou seja, afirmar sua masculinidade.

Por meio, dos processos identitários, meninos e jovens se inserem nos grupos sociais, orientando e constituindo assim as suas subjetividades, pois como alega Madureira (2010, p. 43) “os processos identitários vinculam os sujeitos singulares aos grupos sociais e oferecem coordenadas culturais que orientam a constituição da subjetividade”.

Dessa forma vão se construindo a identidade masculina nos sujeitos. Ou seja: “A construção da identidade é um fenômeno que se produz em referência aos outros [...] memória e identidade podem ser negociadas, e não são fenômenos que devem ser compreendidos como essências de uma pessoa ou grupo” (POLLAK, 1992).

Há várias maneiras de expressar e vivenciar a masculinidade, por isso fala-se em masculinidades, portanto a forma que os indivíduos têm de externar e experienciar são diversos. No entanto, há uma forma particular de masculinidade culturalmente estabelecida, que é a masculinidade hegemônica, e a tentativa de alcance a esse ideal pode ser nocivo.

A masculinidade hegemônica é o ideal cultural almejado majoritariamente. O homem daquelas velhas frases corriqueiramente ditas. “Seja homem” ou “homem que é homem não faz isso”. Mas afinal que homem seria esse? Seria o homem corajoso, forte, viril, que controla as emoções, em suma, seria o homem não pode chorar, deve ser agressivo, entre outras características que estão associadas esse imaginário hegemônico de masculinidade.

Junqueira (2009, p. 20) enuncia “que a masculinidade hegemônica se constitui, então, como um modelo ideal, praticamente irrealizável, que subordina outras possíveis variedades de masculinidades”; ele continua a discorrer, que ela, a

masculinidade hegemônica, “exerce um efeito controlador no processo de constituição de identidades masculinas”.

Já Welzer-Lang (2001) apresenta o conceito das casas-dos-homens, as quais são lugares que servem para a socialização masculina, inserção na cultura, onde crianças do sexo masculino vão aprender a se diferenciar do feminino, vão assimilar as regras do saber ser homem. Ele declara que, “os novos membros do grupo vão aprender os gestos, os movimentos, as reações masculinas, ou seja, todo capital de atitudes que contribuirão para que ele possa ser tonar homem” (WELZER-LANG, 2001, p. 463).

No entanto, essa aprendizagem não se dará de forma tranquila, esta preparação se dá, por meio, da violência, uma das características marcantes da masculinidade hegemônica, onde o novo membro aceita o sofrimento, causado pela violência pedagógica, para então, poder se integrar ao círculo restrito dos homens.

O novo membro do grupo assimila que para ser homem ele deve ser violento com aqueles que não são considerados homens. Louro (2018) afirma que para receberem suas identidades masculinas e heterossexuais, necessitarão mostrar ininterruptamente que se exorcizaram da feminilidade e do homossexualismo.

A virilidade é outra das características marcante da masculinidade hegemônica, pois é esperado do

[...] verdadeiro homem uma tendência efetiva ao sexo, e que o seu desejo esteja direcionado ao feminino, o que caracteriza uma demonstração dos processos de provação aos quais está constantemente submetido. Caso contrário, a sua honra masculina estaria em risco (JUNQUEIRA, 2009, p. 20).

Segundo Bourdieu:

A virilidade, em seu aspecto ético mesmo, isto é, enquanto qualidade do vir, *virtus*, questão de honra, princípio da conservação e do aumento da honra, mantém-se indissociável, pelo menos tacitamente, da virilidade física, através, sobretudo, das provas de potência sexual – defloração da noiva, progenerura, masculina abundante – que são esperadas de um homem que seja realmente homem (BOURDIEU, 2003, p. 20).

Nas sociedades latino-americanas

[...] a virilidade assume um papel estratégico na construção de uma masculinidade hegemônica, como um claro signo que marca o comportamento daqueles homens que são considerados ‘verdadeiros machos’ [...] (MADUREIRA, 2010, p. 53).

A masculinidade hegemônica, segundo Trindade e Nascimento (2004) refere-se à forma de masculinidade predominante, tradicional, mais valorizada em um determinado contexto cultural e histórico (homem cis, branco e heterossexual).

As demais masculinidades que não se encaixam no perfil da hegemônica, são tidas como masculinidades cúmplices ou marginalizadas. Connell (1995, p. 3) reitera que “existem outras masculinidades que mantêm relações de subordinação, cumplicidade ou de marginalização em relação à hegemônica”.

Welzer-Lang (2004) afirma que estudos sobre o universo masculino mostram que não há uma homogeneidade entre eles, mesmo sendo com grupos de homens que possuem características que os assemelham, pois, estas últimas não são suficientes para dar conta das relações entre os membros do próprio grupo. Ele, sustenta, ainda, a dominação que existe entre os próprios homens, pois aqueles que possuem atributos considerados do gênero oposto, feminino, são considerados como fracos e por isso são dominados. Aqueles que não possuem características da masculinidade hegemônica podem vir a ser oprimidos por aqueles que as têm.

No entanto, é importante salientar, que o conceito de masculinidade hegemônica não dá conta dos sentidos subjetivos sobre masculinidade para os indivíduos em particular e quais são as estratégias encontradas para os mesmos lidarem com o contexto social que acaba reproduzindo e naturalizando essa masculinidade.

2.2. A MASCULINIDADE HEGEMÔNICA E SUAS CONSEQUÊNCIAS PARA SAÚDE

Em 1970 a temática da saúde do homem começa a ganhar notoriedade, surgindo assim, as primeiras correlações entre o ideal masculino hegemônico e as doenças prevalentes nessa população (GOMES *et al*, 2007), dando início assim a um movimento para se pensar em uma política de saúde, tendo como foco o homem, conforme a linha do tempo:

- 1970 – Campanhas contra o alcoolismo e as chamadas “doenças venéreas”;
- 1990 – A Saúde do Homem torna-se pauta internacional em dois acordos: em 1994, a Conferência Internacional sobre População e desenvolvimento (CAIRO,

Egito), em 1995, a IV Conferência Mundial Sobre a Mulher (PEQUIM, China);

- 2007 – A saúde do homem como política pública passou a ter visibilidade no Brasil, quando uma das metas prioritárias foi a implantação de uma “política nacional para assistência à saúde do homem” no âmbito do SUS. O Departamento de Ações Programáticas Estratégicas (DAPES), da antiga, Secretaria de Atenção à Saúde (SAS), do Ministério da Saúde, cria e estrutura a Área Técnica de Saúde do Homem (ATSH);
- 2009 – É instituída a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem PNAISH (Portaria 1.944, de 27 de agosto de 2009) hoje incluída no Anexo XII da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, Consolidação das Normas sobre as Políticas Nacionais de Saúde do Sistema Único de Saúde;
- 2013 - A ATSH passa a ser denominada de Coordenação Nacional de Saúde do Homem (CNSH);
- 2019 – a CNSH passa a ser denominada de Coordenação de Saúde do Homem (COSAH), e integra a recém criada Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS).

Como apontado acima, a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) do Ministério da Saúde foi lançada em 2009 e está organizada em cinco eixos temáticos que norteiam suas ações. Com o objetivo de estimular o autocuidado e o reconhecimento da saúde como um direito de todos os homens. Os eixos temáticos são:

- a. Acesso e acolhimento: objetiva reorganizar as ações de saúde, por meio de uma proposta inclusiva, na qual os homens considerem os serviços de saúde também como espaços masculinos e, por sua vez, os serviços reconheçam os homens como sujeitos que necessitam de cuidados.
- b. Sexualidade responsável e planejamento familiar busca sensibilizar gestores(as), profissionais de saúde e a população em geral para reconhecer os homens como sujeitos de direitos sexuais e reprodutivos, os envolvendo nas ações voltadas a esse fim e implementando estratégias para aproximá-los desta temática.
- c. Paternidade e cuidado: objetiva sensibilizar gestores(as), profissionais de saúde e a população em geral sobre os benefícios do envolvimento ativo dos homens

desde o planejamento reprodutivo, passando por todas as fases da gestação, parto e cuidados com o desenvolvimento do(a) filho(a), e como essa participação pode trazer saúde, bem-estar e fortalecimento de vínculos saudáveis entre crianças, homens e suas(eus) parceiras(os).

d. Doenças prevalentes na população masculina: busca fortalecer a assistência básica no cuidado à saúde dos homens, facilitando e garantindo o acesso e a qualidade da atenção necessária ao enfrentamento dos fatores de risco das doenças e dos agravos à saúde.

e. Prevenção de violências e acidentes: visa propor e/ou desenvolver ações que chamem atenção para a grave e contundente relação entre a população masculina e as violências (em especial a violência urbana) e acidentes, sensibilizando a população em geral e os profissionais de saúde sobre o tema

A PNAISH chama a atenção, ainda, como um de seus princípios o direito do homem a ter acesso em todos os níveis de atenção à saúde, com melhor grau de resolutividade e acompanhamento por uma equipe de saúde. Essa política aponta que os principais fatores que contribuem para morbimortalidade masculina no Brasil poderiam ser evitados, se fossem adotadas medidas simples de prevenção e promoção da saúde do homem, como a realização de consultas e exames preventivos com maior regularidade pela população masculina. Compreende-se também que esta é uma população que proporcional a sua representação numérica não consta adequadamente no registro das unidades de saúde em particular as da Atenção Primária à Saúde (APS).

Na figura 1 abaixo, seguem alguns dados de morbimortalidade da população masculina para que provoque reflexão, sobre as possibilidades para alterar esses indicadores, trazendo esta população aos serviços de saúde, e convidando-os ao seu autocuidado, uma vez que são dados de internações e mortalidade por causas evitáveis.

Figura 1 – Principais causas de internações hospitalares na população masculina de 20 a 59

	2009	2010	2011	2012	2013	2014
1ª	Transtornos mentais e comportamentais	Lesões enven e alg out conseq causas externas				
2ª	Doenças do sistema nervoso	Transtornos mentais e comportamentais				
3ª	Doenças sist osteomuscular e tec conjuntivo	Doenças sist osteomuscular e tec conjuntivo	Doenças do aparelho circulatório	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Doenças do aparelho circulatório
4ª	Doenças do aparelho circulatório	Doenças do aparelho circulatório	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Doenças do aparelho circulatório	Doenças do aparelho circulatório	Doenças do aparelho digestivo
	2014	2015	2016	2017	2018	2019
1ª	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas
2ª	Transtornos mentais e comportamentais	Doenças do aparelho digestivo				
3ª	Doenças do aparelho circulatório					
4ª	Doenças do aparelho digestivo	Transtornos mentais e comportamentais				

Fonte: Sistema de Informações Hospitalares do Ministério da Saúde (SIH/SUS), 2021.

Pode-se observar que do início da instituição da PNAISH, 2009, até o ano de 2013, a primeira causa de internação de homens de 20 a 59 anos, são: transtornos mentais e comportamentais, seguida das doenças do sistema nervoso. De 2014 até 2019, a primeira causa de internação são as lesões por envenenamento ou consequências por causas externas, seguida em 2014 pelos transtornos mentais, e de 2015 a 2019 seguida pelas doenças do aparelho digestivo, ou seja, internações por causas evitáveis.

Abaixo na figura 2 seguem as principais causas de morbidade hospitalar na população masculina, por faixa etária.

Figura 2 – Principais causas de morbidade hospitalar na população masculina por faixa etária

Posição	20-29a	30-39a	40-49a	50-59a
1º	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Lesões enven e alg out conseq causas externas	Doenças do aparelho circulatório
2º	Doenças do aparelho digestivo			
3º	Transtornos mentais e comportamentais	Algumas doenças infecciosas e parasitárias	Doenças do aparelho circulatório	Lesões enven e alg out conseq causas externas
4º	Algumas doenças infecciosas e parasitárias	Transtornos mentais e comportamentais	Algumas doenças infecciosas e parasitárias	Neoplasias (tumores)

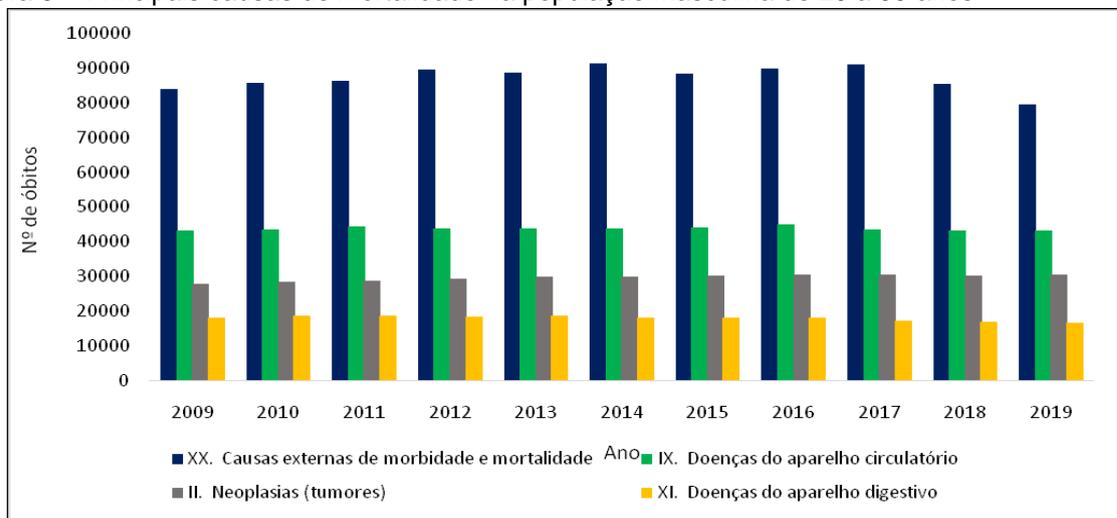
Fonte: Sistema de Informações Hospitalares do Ministério da Saúde (SIH/SUS), 2021.

Observa-se que do início da instituição da PNAISH em 2009 até o ano de 2019 a primeira causa de morbidade hospitalar da população masculina de 20 a 49 anos, são lesões por envenenamento ou outras consequências de causas externas (violências e acidentes), seguida das doenças do aparelho digestivo.

Já dos 50 a 59 anos a primeira causa é em virtude das doenças do aparelho circulatório, seguida também pelas doenças do aparelho digestivo, evidenciando que as causas morbidade são evitáveis.

Abaixo na figura 3 seguem as principais causas de mortalidade na população masculina de 20 a 59 anos, no período de 2009 a 2019.

Figura 3 – Principais causas de mortalidade na população masculina de 20 a 59 anos



Fonte: Sistema de Informação de Mortalidade do Ministério da Saúde (SIM), 2021.

Pode-se observar que do início da instituição da PNAISH, 2009, até o ano de 2019, a primeira causa de mortalidade da população masculina de 20 a 59 anos, são: causas externas de morbidade e mortalidade (violências e acidentes), seguida pelas doenças do aparelho circulatório, neoplasias (tumores) e por fim as doenças do aparelho digestivo.

Abaixo na figura 4 seguem os mesmos dados, porém divididos por faixa etária.

Figura 4 - Principais causas de mortalidade na população masculina dividida por faixa etária

Posição	20-29a	30-39a	40-49a	50-59a
1º	Causas externas	Causas externas	Causas externas	D. aparelho circulatório
2º	Achados anormais exames clínicos e laboratoriais	D. aparelho circulatório	D. aparelho circulatório	Neoplasias tumores
3º	D. infecciosas e parasitárias	D. infecciosas e parasitárias	Neoplasias tumores	Causas externas
4º	D. aparelho circulatório	Achados anormais exames clínicos e laboratoriais	D. aparelho digestivo	D. aparelho digestivo

Fonte: Sistema de Informação de Mortalidade do Ministério da Saúde (SIM), 2021.

Observa-se que do início da instituição da PNAISH, 2009, até o ano de 2019, a primeira causa de mortalidade da população masculina de 20 a 49 anos, são em virtude das causas externas (violências e acidentes), seguida do 20 a 29 anos pelos achados anormais exames clínicos e laboratoriais. Dos 30 aos 49 anos, mais uma vez por causas externas, seguida pelas doenças do aparelho circulatório.

Na faixa etária dos 50 a 59 a primeira causa é pelas doenças do aparelho circulatório, seguida das neoplasias (tumores).

Revelando que são os homens jovens que estão morrendo, devido as causas externas (violências e acidentes), confirmando, outra vez a urgência em se pensar em estratégias para que esses óbitos sejam evitados.

2.2.1. A Masculinidade Hegemônica e as Consequências para a Saúde Mental

Outros dados que se destacam são os de tentativas de suicídio e os óbitos por suicídio. Apesar de serem as mulheres, conforme os gráficos abaixo, que mais tentam vir a óbito por violências autoprovocada, são os homens que mais vem a óbito por essa ação, o que leva a algumas reflexões sobre a relação entre gênero, masculinidade e saúde mental.

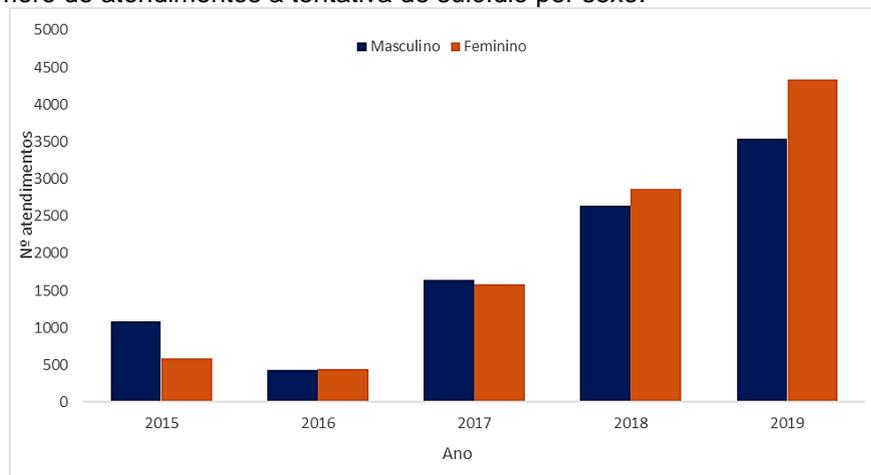
Além de usarem as formas mais letais como enforcamento, arma de fogo e/ou precipitação de lugares elevados (BRASIL, 2021) para cometer a violência autoprovocada, quando comparado os meios utilizados pelas mulheres que são: enforcamento e intoxicação.

Outras hipóteses podem ser levantadas, como: as dificuldades de lidar com as frustrações, visto que eles não são ensinados a compartilhar as suas emoções e preocupações, e acabam fazendo uso prejudicial de álcool e outras drogas e da violência (combo perfeito para o desencadeamento de sofrimentos psíquico), para enfrentar as situações difíceis da vida. Contudo, nesse caso, a violência é cometida contra si mesmo.

Outra suposição, relacionada a masculinidade hegemônica, é a ideia de que o homem não pode fracassar, isto significa, que até nesse tipo de ação ele tem que ser efetivo, já que se assim não for, esse homem vai ser lido socialmente como um derrotado, ou seja, não é permitido a esse homem adoecer, sofrer. Assim como Zanello (2014) forjou o conceito do *dispositivo da eficácia*, no qual afirma que os homens para serem legitimados em sua masculinidade, eles devem ser eficazes, em sua vida laboral e sexual, inclusive no ato suicida.

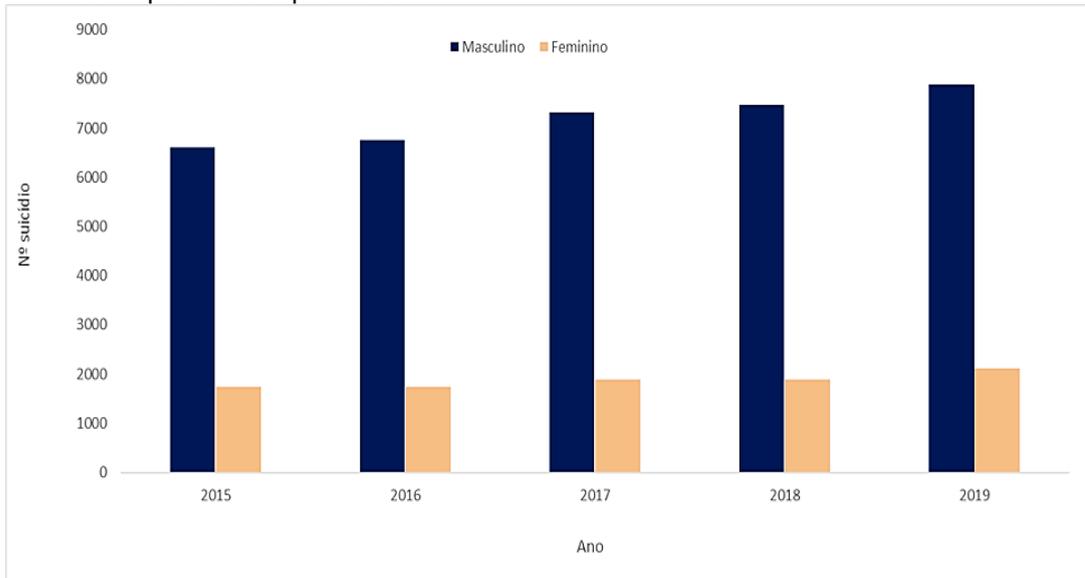
Abaixo nas figuras 5, 6 e 7 seguem os gráficos de tentativas e óbitos por suicídio comparado por sexo, e o de óbitos masculino por suicídio por faixa etária.

Figura 5 - Número de atendimentos a tentativa de suicídio por sexo.



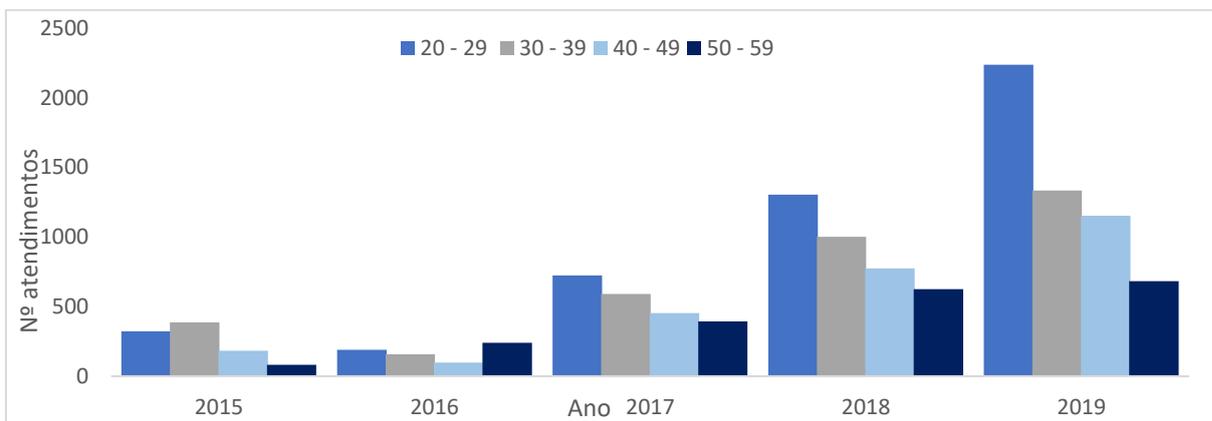
Fonte: Sistema de Informações Ambulatoriais do Ministério da Saúde (SIH/SUS), 2021.

Figura 6 - Óbitos por suicídio por sexo.



Fonte Sistema de Informação de Mortalidade do Ministério da Saúde (SIM), 2021.

Figura 7 – Número de atendimentos por tentativa de suicídios por faixa etária na população masculina



Fonte: Sistema de Informações Ambulatoriais do Ministério da Saúde (SIH/SUS), 2021.

É possível verificar que os números de óbitos por suicídio na população masculina é bem acima, quando comparado a população feminina. Segundo os dados Sistema de Informação de Mortalidade do Ministério da Saúde (SIM), em 2019 os óbitos por suicídio, na população masculina de 20 a 59 anos, foi de 78,87%, evidenciando que esta população se encontra em sofrimento psíquico, e que precisa, com máxima urgência discutir e desenvolver estratégias para que essas mortes sejam evitadas (BRASIL, 2021).

2.3. A MASCULINIDADE HEGEMÔNICA E A VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

Violência, fem. Uso intencional da força física, ou do poder real, ou ameaça contra si próprio, contra outra pessoa, ou contra um grupo ou uma

comunidade, que resulte ou tenha qualquer possibilidade de resultar em lesão, morte, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação (BRASIL, 2018).

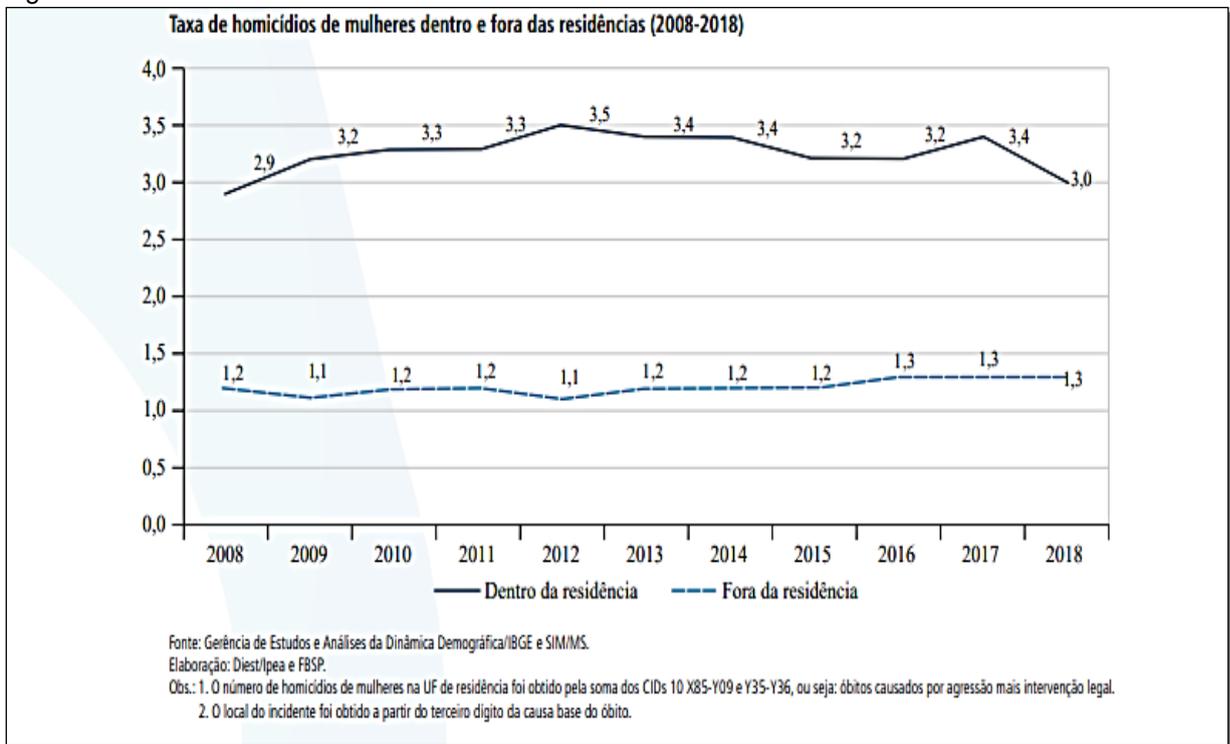
Para além das consequências negativas para a própria saúde dos homens, no entendimento, de se aproximar do ideal da masculinidade hegemônica (adoecedora), sobressai a participação da população masculina nos óbitos das mulheres, nos feminicídios, tipificação criminal, a qual estabelece como crime o homicídio de mulheres, em relação a sua condição de mulher, ou em situação de violência familiar e doméstica, conforme a Lei nº 13.104, de 2015 (BRASIL, 2015).

Infelizmente, os feminicídios são os desfechos de uma relação abusiva, cotidiana de extrema violência, vivenciadas por essas mulheres, dado que elas vivenciam outros tipos de violência, como: a física, sexual, psicológica ou perseguição, antes de serem mortas pelo parceiro íntimo (KELLY, 1988). Em sua grande maioria pelo parceiro íntimo, companheiro, ex-companheiro, parceiro sexual, ou qualquer outra pessoa com quem essa mulher tenha ou que tivesse uma relação próxima. O uso prejudicial de álcool e outras drogas, assim como o acesso a armas de fogo, e o fato de coabitarem a mesma residência, são fatores de riscos para as mulheres (IPEA, 2020).

Segundo Boletim Epidemiológico de 2020, cerca de um terço da população feminina mundial padeceu de violência física e/ou sexual por parceiro íntimo, ou violência sexual por um não parceiro. Cerca de 30% da população feminina, que se mantiveram em um relacionamento foram vítimas de física e/ou sexual pelo parceiro íntimo, e 38% dos homicídios (feminicídios) de mulheres tiveram o parceiro íntimo como autor (BRASIL, 2020).

Na figura 8 abaixo, é possível verificar os óbitos das mulheres, dentro e fora de sua residência.

Figura 8 - Óbitos de mulheres dentro e fora da sua residência



Fonte: IPEA – Atlas da violência, 2020.

Constata-se que as taxa de homicídios de mulheres fora de sua residência, reduziu em 11,5%, no período de 2013 a 2018, enquanto, os dentro da residência, cresceu em 8,3%, o que reflete o aumento de feminicídios. Outra informação válida, é o crescimento de feminicídios por arma de fogo, em suas residências, o que o sugere maior acesso, neste período, as armas de fogo, objeto carregado de significados relacionados a masculinidade hegemônica (IPEA, 2020).

2.3.1. A Masculinidade Hegemônica e Raça

A masculinidade hegemônica também tem rebatimento na questão racial, uma vez que o ideal de masculino hegemônico, é o homem branco, cisgênero e heterossexual. Posto isso, os homens negros são vistos socialmente como subalternos à masculinidade dominante. Além do mais, é importante salientar que a população negra sofre, ainda hoje, com as consequências da colonização, não sendo reconhecidos como humanos, isto é, sujeito de direito.

Grande parte da população pobre e de rua no Brasil, é composta por essa população que vive em situações precárias, encontram-se em ambientes hostis, cercados pela violência, devido a ‘guerra as drogas’.

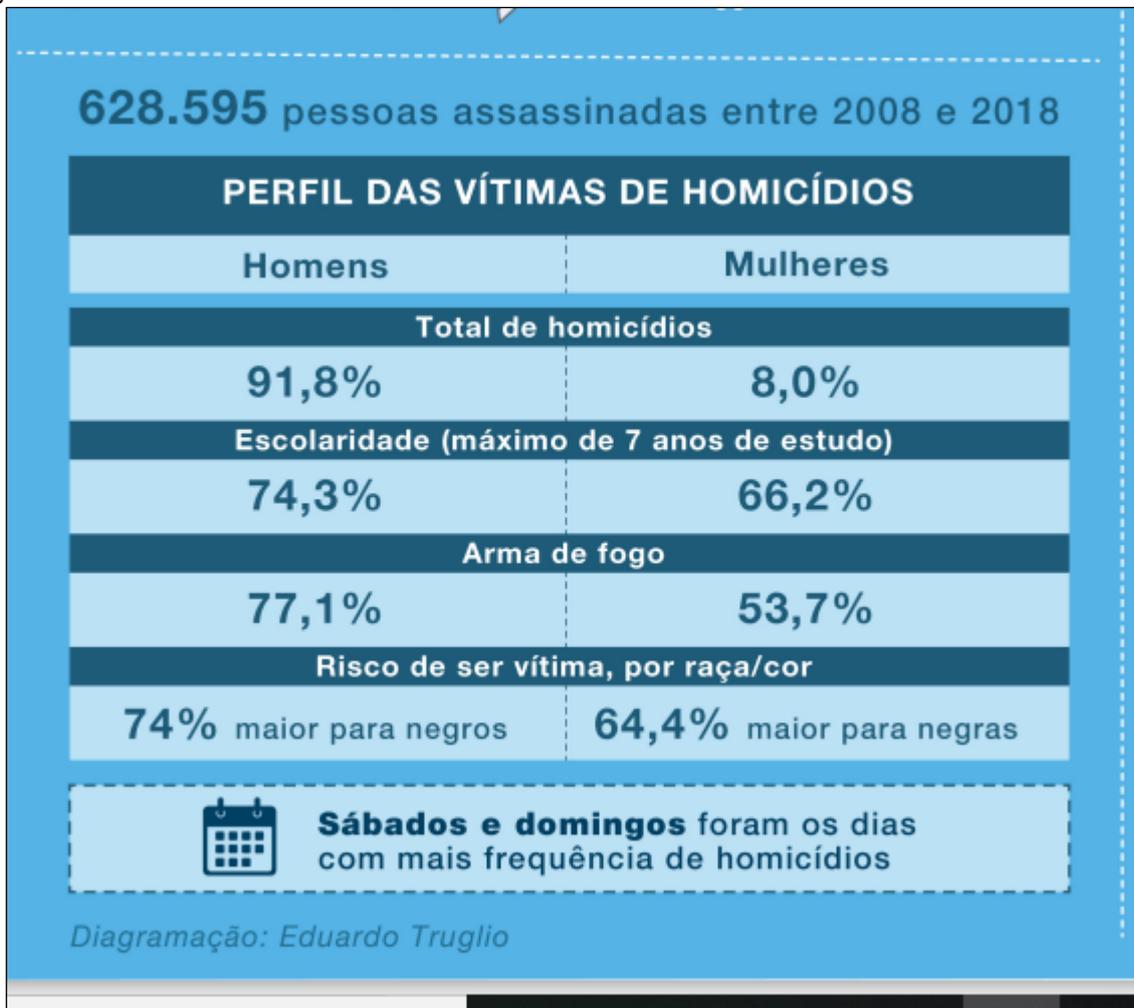
Pesquisas denotam que os negros brasileiros, se encontram situação de marginalização, “possuem menor escolaridade, menor salário, residem nos bairros de periferia das grandes cidades e estão excluídos de vários direitos sociais” (BATISTA, 2005).

O contexto socioeconômico é ao que impossibilita a desconstrução dos estigmas experienciados pelos homens negros, muitas vezes, não conseguem sair do seu próprio bairro, sem o perigo de serem submetidos a situações de confronto quer seja por parte da polícia ou na exposição pela sociedade à atitudes de racismo, por não haver oportunidades, além de não se sentirem bem quisto em outros ambientes, porque se sentem marcadas e repudiadas (CAMPOS apud ITO, 2017), como consequência, para afirmação da sua masculinidade, acabam por fazer exercício da violência e da virilidade sexual.

Os seus corpos são hiperssexualizados, o que objetifica-os e desumanizam-nos, levando a um sofrimento psíquico, uma vez que em dado momento deixará de ser objeto de desejo do outro (Ibid, 2017).

Os dados referentes às vítimas de homicídios, conforme as informações abaixo, denotam que o os homens negros, jovens e periféricos que mais morrem por homicídios no país, assim como são eles de maior parcela no sistema carcerário brasileiro (IPEA, 2020).

Figura 9 - Perfil das vítimas de homicídios



Fonte: IPEA – Atlas da violência, 2020.

Verifica-se na figura 9 acima que, 91, 8% das vítimas de homicídios são homens, desses 74% são negros, ou seja, são os homens negros que mais expostos à violência (IPEA, 2020).

Figura 10 - Desigualdade social - perfil das vítimas por homicídio



Fonte: IPEA – Atlas da violência, 2020.

Nota-se, com as informações acima na figura 10, que 75,7% das vítimas de homicídio de 2008 a 2018 eram negras. Houve aumento de homicídios entre os negros em 11,5%, e diminuição dos homicídios de 12,9% dos não negros.

É de suma importância ações e estratégias voltadas para população em tela, um olhar diferenciado para os homens e mulheres negros, para que de fato seja possível ter equidade, e diminuir as desigualdades existentes, e ainda, e persistentes.

2.3.2. A Masculinidade Hegemônica e a População LGBTQIA+

Assim como a população negra, a população LGBTQIA+ também vive em situação de vulnerabilidade, em relação aos homens, para serem considerados como 'homem de verdade', o desejo sexual deve ser voltado para o sexo oposto, além de terem que exorcizar todas as características consideradas femininas.

O desempenho sexual do 'homem de verdade' confirmada, por meio da força, poder e domínio, há a exaltação do falo penetrador (o ativo) e a subjugação do penetrado (visto como passivo). Os corpos dos homossexuais, são vistos, nesse sentido, como os corpos femininos, espaço onde é permitido a manipulação e penetração dos e pelos homens, ou seja, um lugar de passividade, o quais renegam à sua masculinidade. Portanto, mesmo que os homens gozem de vantagens sociais quando comparado as mulheres, a homossexualidade concede uma subordinação a masculinidade considerada hegemônica (BORRILLO, 2010).

Diante disso, em razão do não reconhecimento das suas identidades e orientação sexual, acabam sendo vítimas da violência, somadas a questão de raça e classe, acabam os suscetibilizando-os, as margens da sociedade, o que dificulta a conclusão dos estudos, a inserção no mercado de trabalho, o acesso à saúde, principalmente de pessoas trans.

A violência a que esta população está exposta, é maior do que aqueles que fazem parte da lógica heteronormativa, em virtude de não performarem o padrão imposto socialmente de feminilidade e masculinidade, por exemplo: a expectativa de vida da população transexual, é de 35 anos (ANTRA, 2021).

O que é mais tocante, é que as pessoas LGBTQIA+, não estão protegidas nem dentro de seu ambiente familiar, dado que é o primeiro lugar onde começa a pedagogia de gênero, do que é ser o autêntico homem, e mulher.

A violência contra essa população acontece em vários espaços, desde privados aos públicos, conforme notado, abaixo:

A violência ocorre em diversos espaços: no espaço público, no âmbito institucional, mas ocorre principalmente no âmbito familiar e doméstico. Em 2019, por dados do relatório, sabe-se que 35,55% das mortes de pessoas LGBTQIA+ ocorreram na residência da vítima, enquanto 21,58% ocorreram em vias públicas (OLIVEIRA; MOTT (Orgs.), 2020).

Os dados abaixo na figura 11, exhibe as notificações de violências contra a população aludida.

Figura 11 - Notificações de violência com a população LGBTQI+

	2017	2018	variação%
Violência psicológica	1.693	1.819	7,4%
Violência física	4.566	5.065	10,9%
Tortura	250	231	-7,6%
Outros tipos de violência	1.192	2.108	76,8%
Total	7.701	9.223	19,8%

Fonte: IPEA – Atlas da violência, 2020.

A figura 11 acima, revela, que somente a tortura que reduziu, - 7,6%, de 2017 para 2018, as demais violências aumentaram. Diante desses cenários aqui apresentados, vem surgindo, nas últimas três décadas grupos para homens com uma proposta de contribuir com um modelo de masculinidade saudável, por meio do autoconhecimento e autocuidado, que reconheça, outras formas de masculinidades, e que admita as inúmeras formas de ser e estar no mundo, assim como as pluralidades de orientação sexual, identidade de gênero, raça/cor, etnia e classe.

2.4. GRUPOS DE AUTOCUIDADO PARA HOMENS

Os seres humanos são seres relacionais, a identidade é construída, a partir da experiência com o outro, o tornar a SER parte da premissa de ser social, e das diversas formas de se relacionar em grupo (MELO *et al*, 2014) e uma das diversas formas de se relacionar com o outro é por meio da fala e da linguagem. Ayres (2001) afirma “que um dos mais poderosos meios desse mútuo engendramento de sujeitos e mundos é a *linguagem*” (p. 5), e ele vai além e cita Heidegger que já afirmar que a linguagem é a morada do ser.

Pode-se dizer que as relações humanas são produtoras da linguagem e dos

compreensão, uma vez que essa última decorre do compartilhamento signos, símbolos e significados de uma determinada cultura (GRANDESSO, 2000).

Ao longo da vida o ser humano se relaciona e interage com várias pessoas, seja por um objetivo/uma meta em comum, sejam por questões de afinidades, afetividades, por se sentirem identificadas com o outro, pode-se dizer que em determinadas fases da vida, o ser humano vai se relacionar com agrupamentos, sem interações vinculares, ou grupos, onde há interações vinculares, e Ayres (2001) argumenta que é pelo ato criador da/na linguagem que os sujeitos e seus mundos se fazem experimentar o que é, do que não é, por meio do *diálogo*. Pode-se então afirmar que segundo Ayres, *sujeitos são diálogos*.

Para o construtivismo e construcionismo social o *self* é concebido como um:

Processo em aberto, construído dentro de espaços relacionais (...) é um constante processo do vir a ser, tecendo na linguagem uma espécie de trama única que configura uma autobiografia continuamente escrita e reescrita, por meio da participação da pessoa nos múltiplos contextos de suas diferentes práticas sociais (GRANDESSO, 2000, p. 220).

As interações grupais, constroem não apenas o grupo em si, os próprios participantes, em uma dinâmica de influência mútua, em virtude da construção que ali se dá, por meio das narrativas e descrições relatadas pelo próprio sujeito como pelo os outros, “na constituição de uma rede e de identidades recíprocas”, por causa de relações sociais que mantém a sociedade, em uma lógica instável, pois a construção dos sujeitos não se dá no campo do privado, no “interior das pessoas”, mas como um processo de mudanças na identificação com os seus pares, ou na tensão, diante da situação, em que se encontram e em determinado momento. As atividades grupais na vida diária das pessoas, carregam vários sentidos, dependendo do “contexto, das pessoas, da situação, do local e do momento histórico específico” (RASERA; JAPUR, 2018).

Desde essa perspectiva, para se tornar sujeito é preciso do outro, e a linguagem é fundamental nesse processo. Há vários teóricos das ciências sociais e humanas que estudam a vida grupal, uma vez que “todo indivíduo nasce, aprende, trabalha e morre em grupo” (MELO *et al*, 2014). Zimmerman e Osório (1997) afirmam que os indivíduos acabam introjetando alguns personagens em seu mundo interno, como pais e irmãos,

ou seja, aqueles que interagem entre si, o que torna esse indivíduo um grupo, portanto para compreensão da humanidade, há a necessidade de se estudar as relações grupais, junto com a linguagem, incluindo aqueles grupos propositalmente criados para alguma finalidade e que trazem benefícios, como os grupos com finalidades operativas, ou grupos com finalidades terapêuticas, dependendo dos objetivos que se quer alcançar.

Lewin (1978) afirma que grupo é mais que a soma das partes, e que seu processo não se dá somente pela soma dos seus membros, o que consiste em uma lógica diferenciada em relação a sua completude, conforme a Escola da Gestalt preconiza. O grupo tem uma organização e objetivos próprios, e há uma interação entre os participantes, quando há uma alteração em uma das partes, ocorre mudanças nas outras partes envolvidas, ou seja, uma parte influencia o todo, o que pode vir a contribuir com elaboração de novos sentidos, significados e metas.

A ideia de autocuidado, em uma lógica da construção social, é a dinâmica interativa, nos grupos, avista a mudança como possibilidade, permanecendo inconcluída e ilimitada. Para Anderson (1997), a terapia, como um processo de autocuidado, tem como objetivo a transformação das identidades, por meio da narrativa de suas próprias histórias, proporcionando a compreensão de eventos da sua vida, possibilitando, assim, inúmeras formas de ser e atuar no mundo. Seja qual for, o momento e a situação, dando autonomia para o indivíduo a expressar suas necessidades (RASERA; JAPUR, 2018).

Os grupos com finalidade terapêutica, aqui denominado como autocuidado, ou psicoterapia grupal, têm por objetivo “alívio ou eliminação de sintomas, desenvolvimento de comportamento saudáveis, além da procura por autoconhecimento e desenvolvimento pessoal” (FERNANDES, 2003). Segundo este autor, há várias correntes na psicologia, entre Psicanálise e Humanismo, que vem procurando elaborar teorias de grupos.

Para a psicanálise, a chamada transferência, fenômeno de cunho importante para essa teoria, cujo significado segundo dicionário Novo Aurélio Século XXI (1999) é o “ato ou efeito de deslocar, transferir ou ceder a outrem propriedade de algo”, ou

seja, a transferência e desejos inconscientes do indivíduo para outro.

No contexto individual ela ocorre de paciente para terapeuta, onde o paciente vê o terapeuta de forma distorcida, já em um contexto grupal os outros participantes do grupo também são vistos de maneiras distorcidas. Por meio da transferência o paciente, ou membro do grupo, “poderá expressá-la, explorá-la e compreendê-la pela comunicação verbal, que se realiza de forma reiterada, e pela atividade que envolve a interpretação e elaboração dessa transferência” (BECELLI; SANTOS, 2006, p.3).

Já para a Gestalt-terapia o processo grupal pode ser de extrema potência já que para o indivíduo o contato, o experienciar gera mudança, e essa mudança, independente do desejo da pessoa, ela acontece. Esse contato é criativo e dinâmico, uma vez que o indivíduo tem que vivenciar o novo, e o novo enriquece a vida da pessoa. No entanto, é necessário que o indivíduo assimile este novo, em um processo adaptativo, e se ajuste criativamente (POLSTER, 2001).

Os grupos de autocuidado para homens é um fenômeno recente, tanto que não há muita literatura teórico-conceitual, que os fundamente, nem abordagens metodológicas definidas em torno dos grupos autocuidado para homens. O que se percebe é que há uma autonomia daqueles que desejam essa configuração grupal, os quais tem total liberdade para trabalhar com uma gama de atividades e práticas nesses.

O “Guia básico para criar um grupo de homem” publicado por Valadares (2018) do *síte* Papo de Homem, nos mostra, conforme consta ao final desse tópico, os conjuntos dessas ações. No entanto, eles têm algo em comum: os participantes compartilham da ‘Identidade Masculina’, podendo desconstruí-la e (re)significá-la, por meio, de atividades e práticas oferecidas nestes espaços.

Parte-se assim da premissa, de que a identidade é construída a partir do outro, ou seja, a noção do eu é elaborada por meio do outro, a personalidade é constituída socialmente/coletivamente. Como os seres humanos se colocam e interagem no mundo, é individual, no entanto, como já foi dito acima, o ser humano é um ser coletivo, e se constrói a partir das relações que se estabelece.

Aquele que é diferente do eu, serve como um espelho, o qual reflete a igualdade

desse eu, assim como as suas desigualdades. Para que seja percebido o eu, é necessário o estranhamento de “algo ou alguém, e este outro é o estranho que nos força a reflexão e a inferência, mesmo que de forma inconsciente” (CANDIDO, 2009, p.97).

O outro faz parte da ritualística das relações sociais, na rotina, na execução dos papéis que são esperados para cada indivíduo, pois o outro tem um papel de vigilante do cumprimento desses papéis. Todos são importantes para a configuração da vida, uma vez que ela é costurada por iguais e diferentes. O tornar-se humano se dá por meio da empatia. Portanto, o outro aparece como mediador nas relações sociais, o detentor do que é adequado no comportamento esperando do “eu” (MARTINS, 1999).

A relação com o outro se dá por intermédio do corpo. O corpo tem um papel importante para formação dessa identidade, pois é a partir dele que o ser humano se expressa, se coloca no mundo, e “performa” sua identidade. O corpo é muito mais do que uma estrutura biológica, é um dispositivo de, por meio do qual os indivíduos se socializam, expressam e representam o eu (WALTER *et al*, 2004).

Ao longo período histórico, os grupos para homens foram criados, de acordo com a necessidade de cada época (AMARAL, 2020), de acordo com os dados abaixo:

- Homens pró-feministas (1970);

Grupos de homens influenciados pela segunda onda do feminismo, o movimento Black Power, movimentos estudantis, movimentos contra a guerra, e movimentos LGBTs que surgiram no final dos anos de 1960 e 1970 (CONNELL, 1995)

- Grupos Ontológicos (New Age) - Influência de Robert Bly (1990);

Grupos para homens, de participação voluntária, que tem como base a psicanálise e a psicologia analítica, de Carl Jung, as quais trabalham, por meio de padrões arquetípicos inconscientes, quem chega à tona ao consciente, mediante os sonhos, os relatos, os mitos e os rituais (BLY, 1990)

- Grupos reflexivos para homens autores de violência (2011);

Grupos para homens autores de violência que tem por objetivo provocar a reflexão a respeito da violência praticada por eles, a fim de evitar as reincidências

desse comportamento. Salientando que esses grupos são para homem autores de violência, consideradas de menor risco para as vítimas (lesões corporais e agressões leves, e/ou ameaças). Normalmente os homens participam desses grupos de forma obrigatória, pelo sistema judicial, em virtude das sentenças aplicadas à Lei Maria da Penha, vide mapeamento abaixo a distribuição desses grupos (BEIRAS, 2016).

- Grupos de homens gays – recente- últimos 2 anos;

Grupos para homens, com o recorte de orientação sexual, homoafetivos/homossexuais, com participação voluntária, por compreender a necessidade de se dar visibilidade para essa população, uma vez que fazem parte de grupos minoritários, e que sofrem preconceitos e violência por fugirem da lógica heteronormativa.

- Grupos de homens negros- recente - últimos 2 anos

Grupos para homens, com o recorte racial, pardos e negros, com participação voluntária, por compreender a necessidade de se dar visibilidade para essa população, visto que fazem parte de grupos minoritários, e que sofrem preconceito e violência racial por fugirem da branquitude.

Uma curiosidade sobre os grupos reflexivos para homens autores de violência, citado acima, eles se encontram por todo país, de acordo com mapa abaixo (figura 12).

Figura 12 - Mapeamento a respeito dos grupos reflexivos para homens autores de violência (2011).



Fonte: VALADARES, 2018. *Site* Papo de Homem, retirado em 2021.

2.4.1. As Diversas Abordagens “de Saúde” Utilizadas Pelos Grupos

São diversas as práticas desenvolvidas dentro desses grupos de autocuidado para homens, as quais, podem ser consideradas como atividades voltadas para a saúde, em razão da conceituação de saúde, que está para além da visão biomédica, conforme a OMS destaca que: “a saúde é um estado completo de bem-estar físico, mental e social” (OMS, 1946). Portanto, o conceito da OMS vai ao encontro de um olhar biopsicossocial do sujeito, diante disso as técnicas utilizadas podem vir a contribuir para com a saúde dos participantes.

Pensando a saúde de forma mais ampla, a Organização Mundial de Saúde, desde 1970, tem incentivado as denominadas Medicinas Tradicionais Complementares e Integrativas (MTCI), ou seja, as práticas e saberes em saúde tradicionais.

O Sistema Único de Saúde brasileiro já reconhece algumas dessas práticas e saberes como pertencentes aos recursos que podem auxiliar no cuidado e autocuidado da saúde, por meio da institucionalização da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), em 2006.

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)

[...] são recursos terapêuticos que buscam a prevenção de doenças e a

recuperação da saúde, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade (BRASIL, 2020).

Apesar de já existir registro dessas práticas, no SUS, desde 1980, elas só foram legitimadas, o que contribuiu para o seu crescimento, após a política supracitada, oficializando, assim cinco práticas integrativas e complementares: homeopatia, acupuntura/medicina tradicional chinesa, medicina antroposófica, plantas medicinais e águas termais/minerais.

No ano de 2017, mais alguns conhecimentos foram incluídos: arteterapia, *ayurveda*, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, *reiki*, shantala, terapia comunitária integrativa e *yoga*. Em 2018, houve adição de mais dez: apiterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia e terapia floral (BRASIL, 2020).

Estudos sinalizam, quais os motivos para que os indivíduos/sujeitos se identifiquem com essas práticas e incluam no seu processo de autocuidado, que são: a) aceitação pelas populações; b) participação no seu processo de cuidado, indo de encontro a visão de mundo, em perspectiva cosmológica, das pessoas; c) estímulo de autocura; d) possibilidade de evitar a iatrogenia; e e) contribuição para a explicação de sintomas inexplicáveis pela nosologia biomédica (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018).

Segundo o “Guia básico para criar um grupo de homem” publicado por Valadares (2018) no *site* Papo de Homem, são essas atividades que podem ser trabalhadas/desenvolvidas nos grupos de homens:

- Atividades regulares de relaxamento e acolhimento inicial, (meditação; alongamentos e/ou posturas de *yoga*, sempre com orientação pra evitar acidentes);
- Cine-debates com documentários;
- Cine-debates com ficções;
- Debates de livros (bom dar um mês para leitura do livro);
- Trilhas e demais atividades na natureza;
- Práticas de dança, cirandas, música;
- Práticas espirituais específicas, conduzidas por professores de confiança;

- Exposição de tema seguida de diálogo em roda, tendo participante do grupo como anfitrião;
- Exposição de tema seguida de diálogo em toda, trazendo convidado especial que seja referência no assunto (inclusive, mulheres);
- Realizar trabalhos voluntários conjuntamente.

Em convergência, com a afirmação anterior, essas práticas avistam o sujeito como um todo, de forma holística, a qual leva em consideração aspectos biopsicossociais: físico, psíquico, emocional e social.

Conclui-se assim, que as atividades ofertadas pelos grupos de homens vão em confluência com as práticas integrativas e complementares, as quais chegam para aumentar as possibilidades do autocuidado e cuidado com a saúde das pessoas, ou seja, esses grupos podem vir a ser estratégia para a melhoria da saúde da população masculina (BRASIL, 2020).

3 METODOLOGIA

3.1. TIPO DE PESQUISA

A pesquisa de cunho qualitativo, se deu por meio de análise de conteúdo a partir dos documentos selecionados referentes aos grupos de autocuidado para homens existentes no Distrito Federal. Segundo Minayo (2004, p. 22) “a metodologia inclui as concepções teóricas de abordagem, o conjunto de técnicas que possibilitam a apreensão da realidade e também o potencial criativo do pesquisador” e a análise documental parte desse pressuposto, uma vez que se utiliza de métodos e técnicas para a assimilação e compreensão de diversos documentos, tais como: filmes, vídeos, slides, fotografias ou pôsteres, em uma perspectiva de uma investigação.

A utilização de documentos em pesquisa precisa ser algo considerado e reconhecido em virtude da quantidade de dados que se pode retirar e recuperar referente a organização da sociedade em determinado momento, pois os documentos podem auxiliar na compreensão da situação histórica e sociocultural, tal como a reconstrução de uma história vivida (SÁ-SILVA *et al*, 2009).

O documento escrito constitui uma fonte extremamente preciosa para todo pesquisador nas ciências sociais. Ele é, evidentemente, insubstituível em qualquer reconstituição referente a um passado relativamente distante, dado que não é raro que ele represente a quase totalidade dos vestígios da atividade humana em determinadas épocas. Além disso, muito frequentemente, ele permanece como o único testemunho de atividades particulares ocorridas num passado recente (CELLARD, 2008, p. 295)

A análise de conteúdo (tabela 1) foi escolhida como método de análise dos documentos selecionados. Nesse método, em sua abordagem qualitativa, se “considera a presença ou a ausência de uma dada característica de conteúdo ou conjunto de características num determinado fragmento de mensagem” (LIMA, 1993 citado por CAREGNT0; MUTTI, 2006). Ou seja, na análise de conteúdo “o texto é um meio de expressão do sujeito, onde o analista busca categorizar as unidades de texto (palavras ou frases) que se repetem, inferindo uma expressão que as representes” (CAREGNT0; MUTTI, 2006).

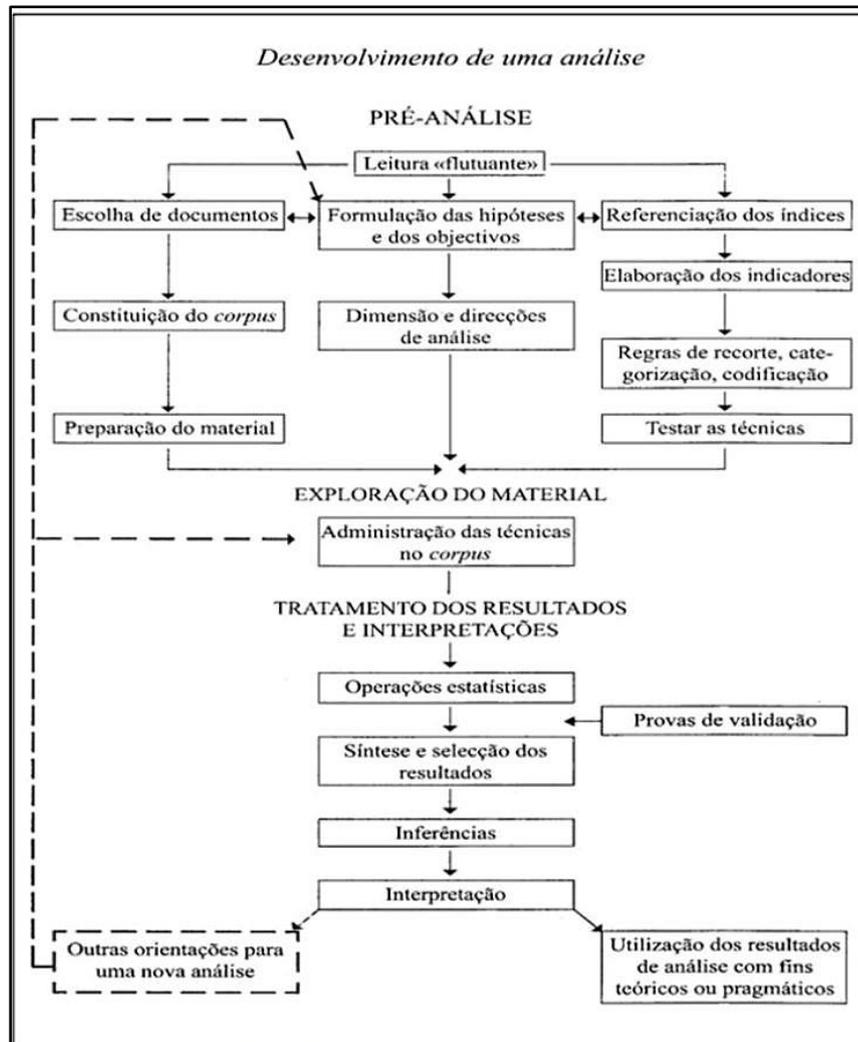
Tabela 1 - Fases e procedimentos de análise da AC.

FASE	PROCEDIMENTOS DE COLETA E ANÁLISE DOS DADOS
Pré-análise	1) Leitura geral do material gerado (entrevistas e documentos); 2) Codificação para formulação de categorias de análise, 3) Utilizando o quadro referencial teórico e as indicações trazidas pela leitura geral; 4) Recorte do material, em unidades de registro (palavras, frases, parágrafos) comparáveis e com o mesmo conteúdo semântico.
Exploração do material	1) Estabelecimento de categorias que se diferenciam, tematicamente, nas unidades de registro (passagem de dados brutos para dados organizados). A formulação dessas categorias segue os princípios da exclusão mútua (entre categorias), da homogeneidade (dentro das categorias), da pertinência na mensagem transmitida (não distorção), da fertilidade (para as inferências) e da objetividade (compreensão e clareza); 2) Agrupamento das unidades de registro em categorias comuns; 3) Agrupamento progressivo das categorias (iniciais → intermediárias → finais).
Tratamento dos resultados, inferência e interpretação	1) Inferência teórico e interpretação, respaldadas no referencial.

Fonte: NASCIMENTO, 2019.

A figura 13 abaixo segue o desenvolvimento de uma análise, segundo Bardin (1977).

Figura 13 - Desenvolvimento da Análise de Conteúdo



Fonte: BARDIN, 1977.

É importante entender que, em qualquer pesquisa social, deve existir uma compreensão intersubjetiva da linguagem que se mostra, para que possam ser avaliados dois aspectos fundamentais. O primeiro é o elo entre a própria experiência de vida de alguém e a tradição à qual ele pertence, e a segunda acontece na esfera das comunicações entre diferentes indivíduos. Portanto, a pesquisa qualitativa é adequada ao estudo proposto, pois enfoca a compreensão dos significados e da subjetividade que o tema em questão apresenta.

Quanto aos critérios de inclusão e exclusão dos grupos: foram selecionados grupos de autocuidado de homens no Distrito Federal que tenham como proposta repensar a forma como os homens vivenciam a masculinidade, em uma concepção de desconstrução daquilo que se tem como o padrão de masculinidade, ou seja a

masculinidade hegemônica. Os grupos, cuja participação compulsória, em virtude da justiça, como nos casos dos grupos reflexivos para homens, foram excluídos.

3.2. FONTES DE INFORMAÇÃO

As informações foram coletadas por meio da internet, na plataforma da *Google*, pelo *Facebook*, *Instagram* e *Whatsapp*. Onde parte desses grupos divulgam suas ações e/ou tem perfis, nos quais informam suas atividades, ações e temas abordados serão abordados em cada encontro.

3.3. PROCEDIMENTOS DE COLETA

Foram utilizados descritores para fazer as buscas nas plataformas/redes/aplicativos supracitados, os descritores utilizados foram: grupos de homens; grupos sobre masculinidade; sagrado masculino; grupos de saúde para homens, grupos terapêuticos para homens.

3.4. RECORTE DO MATERIAL COLETADO

Essa pesquisa fez o recorte dos seguintes tópicos dos materiais coletados de cada grupo: objetivos; metodologia/abordagem de trabalho utilizada; o que se espera dos participantes pós encontros, o tempo que existe, como surgiu, e onde surgiu.

4 DISCUSSÃO E APRESENTAÇÃO DO RESULTADOS

4.1. MAPEAMENTO PRELIMINAR DOS GRUPOS DE HOMENS EM BRASÍLIA

Foram listado 13 grupos de homens no Distrito Federal, porém 12 desses 13 grupos que disponibilizaram na internet informações sobre eles que pudessem ser analisadas. O primeiro grupo criado no ano de 1993 e o último no ano de 2020, havendo uma lacuna no surgimento desses grupos no período de 1994 a 2010, tendo um boom a partir do ano de 2011 até o presente momento, conforme mapeamento abaixo (tabela 2).

Tabela 2 - Mapeamento dos grupos de homens em Brasília

Nome do grupo	Objetivo	Mês e ano de criação
Guerreiros do Coração	Proposta terapêutica de resgate da essência do masculino, realizada por meio de uma série de encontros temáticos – ciclos de reencontro dos homens consigo mesmos – e ritos de passagem.	1993 – mês não especificado
Clã Lobos do Cerrado	Não identificado	Não identificado
Casa dos Homens	Proposta terapêutica que ambiciona criar espaço de escuta, cumplicidade e confiança entre homens. Ambiente seguro de partilha e troca de experiências. Um lugar para refletir sobre o que é e como é ser homem nos dias de hoje.	Abril de 2011
Dias de Sol	Possui como objetivo ressignificar o conceito de “homem”, questionando os significados do “masculino” em nossa sociedade. Procura integrar em seus debates e atividades os temas da “feminilidade”, da “fraternidade” entre homens e da ancestralidade masculina.	2015 – mês não especificado
Homens em Conexão	Realizar encontros e vivências que tenham como propósito observar, sentir, refletir e construir novas masculinidades, baseado em outras iniciativas.	Junho 2017
Círculo do Fogo Sagrado Masculino	Encontros abertos ao redor do fogo sagrado, uma vez ao mês, em dias próximos a noite de Lua Cheia.	2017 – mês não especificado
Vibrantes	Criar espaços de comunicação, educação e cuidado entre os homens. Faz parte do projeto Masculinities	2017 – mês não especificado
Caminhos do Masculino	Apoiar homens no processo de autoconhecimento e de tomada de consciência dos aspectos que estão por trás dos problemas existenciais, emocionais, psíquicos e até quotidianos (relacionamentos, problemas com profissão, emprego, sustento, etc.) e por meio das Constelações Familiares Sistêmicas	Agosto de 2018
Roda de Conversa de Homens Negros	Espaço de partilhas, trocas e fortalecimento de e para homens negros	Agosto de 2018
Os Argonautas	Encontros psicoterapêuticos em grupo cujos fundamentos se encontram na Análise Bioenergética e na Psicologia, visando maior autoconhecimento dos participantes, inclusive dos seus corpos	Fevereiro de 2019

Fraternidade Seicho No Ie	Criação de um espaço de fala e escuta entre homens no que tange a assuntos do universo masculino. Atividades envolvem depoimentos individuais, palestras e meditações.	Março de 2019
Homens Essenciais	Promover vivências terapêuticas e rodas de conversas sobre temas da masculinidade contemporânea, por meio de técnicas de psicoterapia corporal, artes marciais, comunicação não violenta e protocolos de sexualidade masculina. Visa ressignificar os padrões de masculinidade.	Junho de 2019
Homens Reais	Ajudar cada homem a se conectar com o seu eu real, para além de máscaras e idealizações, com o auxílio da Core Energetics, abordagem da psicoterapia corporal, e das práticas taoístas Chi Kung de conexão com a energia vital.	Fevereiro de 2020

Fonte: SOUSA, 2020.

4.2. CATEGORIAS DE ANÁLISE

Conforme informado anteriormente, essa pesquisa fez o recorte dos seguintes tópicos dos materiais coletados de cada grupo: objetivos; metodologia/abordagem de trabalho utilizada; o que se espera dos homens, o tempo que existe, como surgiu, e onde surgiu.

A dimensão selecionada foi Grupos de homens no Distrito Federal, e as categorias: Objetivos, perfil dos homens – interseccionalidade, práticas de autocuidado existentes nos grupos, forma dos encontros, ano de surgimento, e o porquê do surgimento, classificação dos grupos, e por fim, o que se espera dos homens participantes dos grupos.

De acordo, com a tabela 3 de análise dos grupos conforme a Análise de Conteúdo (AC).

Tabela 3 - Análise dos grupos de acordo com AC

Dimensão	Categorias	Subcategorias	Análise
Grupo de homens do Distrito Federal	Objetivos	Transformação/ressignificação/mudança do masculino/encontro com o homem real/retomar sua natureza primária/oferecer um espaço de aprendizagem e desenvolvimento pessoal.	Os grupos apesar de terem suas particularidades, tem os objetivos semelhantes, que é a transformação/ressignificação do masculino que eles vivenciam, ou o encontro com o homem real, com sua natureza primária.
	Perfil dos homens – interseccionalidade	Todos que se identificam como homens/ identificação homoafetiva/ identificação como negro.	10 dos 12 grupos que tinham informações robustas, não traziam especificações em relação ao perfil dos homens frequentadores, 1 trouxe identificação homoafetiva, e outro a identificação como

		homem negro.
Práticas de autocuidado existentes nos grupos	Comunicacionais reflexivas / corporais / ritualísticas / vivenciais / <i>workshop</i> / oficinas / palestras.	São diversas as práticas e atividades sendo divididas em grupos referente a comunicações reflexivas (rodas de conversas temáticas, debates de literatura, ou filme) corporais (meditação, <i>yoga</i> , <i>biodanza</i> , entre outras) ritualistas (presentes nos grupos voltados para o sagrado masculino, xamânicos) vivenciais (trilhas) e as formais (<i>workshop</i> , oficinas, palestras).
Forma dos encontros	Presenciais/virtuais devido a pandemia.	Os encontros em sua grande maioria eram presenciais para que os homens se sentissem seguros, acolhidos, onde possam partilhar suas experiências em um lugar privado, porém em virtude da pandemia, alguns grupos se adequaram aos encontros virtuais. Outros tiveram que parar com suas atividades.
Classificação dos grupos	Místicos e espirituais (sagrado masculino <i>seicho no ie</i>) / materialismo histórico.	Os grupos foram divididos em grupos místicos/espirituais e materialista históricos, apesar que a fronteiras entre essas divisões estarem borradas, pois os grupos acabam utilizando ambas a visões em suas práticas e atividades.
O que se espera dos homens participantes	Ampliação da consciência/ elaborar conteúdos emocionais e suas feridas com o masculino/ autoconhecimento/ incentivar a conexão consciente e o cuidado entre homens/ compartilhar experiências/ ter uma vida mais plena/ colaborar com a construção da base de uma nova civilização.	O que se espera dos homens participantes também são questões diversas, no entanto se assemelham, os quais poderiam ser colocados como: autoconhecimento; a conexão e o cuidado entre os homens; colaboração para uma nova civilização.
Ano de surgimento	Década de 1990/Boom a partir de 2011	Em Brasília o primeiro grupo surge em 1993, vindo do Rio Grande do Sul, em uma visão influenciada pela New Age, já a partir de 2011 surgem outros que compartilham dessa mesma visão. Outros, no entanto, são influenciados pelo movimento feminista, o qual questiona as identidades de gêneros.
Porque surgiu	Insatisfação com o modelo de masculinidade posto a necessidade de construir outros modelos de	Os grupos surgem em virtude da insatisfação com a masculinidade posta, por uma necessidade de construir

		masculinidades/integração com o sagrado feminino.	modelos saudáveis de masculinidades, os grupos influenciados pela New Age constatarem que o masculino posto como prevalente não está integrado ao feminino, ou seja, o sagrado masculino e o sagrado feminino estão desconectados, o que tem como consequências os adoecimentos para ambos.
--	--	---	---

Fonte: Elaboração própria, 2021.

Foram encontrados 13 grupos para homens no Distrito Federal, sendo que 1 não havia informação nenhuma, e 2 deles não havia informações mais robustas, que pudessem fornecer uma análise mais detalhada, que são: Clã lobos do Cerrado, Caminhos do Masculino e Dias de Sol.

O primeiro grupo a surgir é o Guerreiros do coração, em 1993, no Rio Grande do Sul, e hoje está em 7 estados: Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Paraná, São Paulo, Rio de Janeiro, Minas Gerais, e também no Distrito Federal, que parte de uma visão essencialista do homem, do sagrado masculino, e que surgem a partir de uma insatisfação com modelo de masculinidade, considerando-o nocivo, e que ele não é o “homem real”, ou o “verdadeiro homem”, e que para ser considerado saudável, precisa integração com o sagrado feminino. Diante disso o grupo tem por objetivo o encontro com o homem real/retomar sua natureza primária, buscando incentivar a conexão consciente e o cuidado entre homens.

A partir do ano de 2011, começam a aparecer outros grupos que podem ser divididos em uma visão essencialista do homem/mística/espiritualista de um lado e outros com uma visão do materialismo histórico, os quais conceituam o homem e mulher à partir de uma construção social, e outros que conseguem unir essas duas visões dentro das suas práticas/atividades dos grupos.

No entanto, os grupos que surgem devido a insatisfação com a masculinidade considerada como padrão, julgada como nociva, não só aos próprios homens, como também para mulheres, crianças, idosos, ou seja, ela é adoecedora para toda a população.

Em relação as práticas/atividades realizadas nos grupos, elas são diversas, podendo ser consideradas como comunicacionais reflexivas, corporais, vivenciais, ritualistas, essa última principalmente para aqueles grupos que compartilham da visão essencialista do homem - do sagrado masculino. São atividades como rodas de

conversa temáticas, reflexões dialogadas a partir de um filme ou leitura, meditação, passeios em trilhas, *yoga*, *biodanza*, *core-energetics*, taoísmo, constelação familiar, palestras, *workshop*, oficinas, entre outras.

São muitas as práticas, assim como são muitas teorias utilizadas por esses grupos, não há uma metodologia definida nesses grupos. Algumas práticas analisadas vão ao encontro com as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – PICS, que são reconhecidas pelo Sistema Único de Saúde desde 2006.

As atividades realizadas são presenciais, e acontecem em um lugar reservado, onde podem se sentir à vontade, acolhidos e que tenham a liberdade para expressar a suas feridas e emocionais, atividades exclusivamente para homens, com exceção do Grupo Homens Essenciais que dependendo da atividade, abrem para a mulheres também. Devido a pandemia do coronavírus, que se iniciou no Brasil, em março de 2020, alguns grupos se adequaram para que os encontros acontecessem de modo virtual, como ocorreu com os Grupos Homens Essenciais e o Homens em Conexão.

Foram utilizadas as plataformas como *Meet*, *Zoom*, *Teams*, entre outras, inferindo assim, o prejuízo aos participantes, uma vez que as trocas, e as atividades realizadas ficaram restritas ao campo digital, gerando insegurança nos homens por não sentirem a vontade em suas casas para se abrir, ou seja, acabam perdendo o espaço reservado que tinham nos grupos presenciais.

Outra questão é que alguns homens podem ficar prejudicados por não terem acesso as tecnologias. Há aqueles grupos que em virtude da pandemia tiveram que parar suas atividades, para evitar aglomeração, no entanto, não foi possível identificar quais foram os grupos que paralisaram.

Dos 12 grupos encontrados, incluindo aqueles com informações menos robustas, apenas 1 é voltado para homens que se identificam como homoafetivos/homossexuais, Os Argonautas, por compreender que a orientação sexual é um ponto importante na pauta de transformação/desconstrução da chamada masculinidade hegemônica. Assim como a questão de raça, que foi encontrado em apenas um grupo, Roda de Conversas para Homens Negros, que assim como a orientação sexual é importante, a questão racial, para discussão das masculinidades, entendendo que gênero, orientação sexual, identidade de gênero, raça/etnia, e classe estruturam a sociedade. Os demais grupos não apresentaram especificidade, o que

quer dizer que é aberto para todos os homens que se identificam como tal.

Dos 12 grupos, contanto com aqueles que tem menos informações, um se destaca por sua configuração, visto que mesmo não é um grupo em si, mas a junção dos demais grupos, que é o Homens em Conexão, que surgiu em 2017, o qual busca a conexão consciente entre os participantes. Ao longo do ano eles realizam 2 encontros abertos, com duração de 1 dia cada encontro, e um terceiro encontro, chamado, Grande Encontro, o qual tem a duração de dois dias, com a finalidade da busca pelo autoconhecimento, e/ou que haja uma transformação profunda nos participantes.

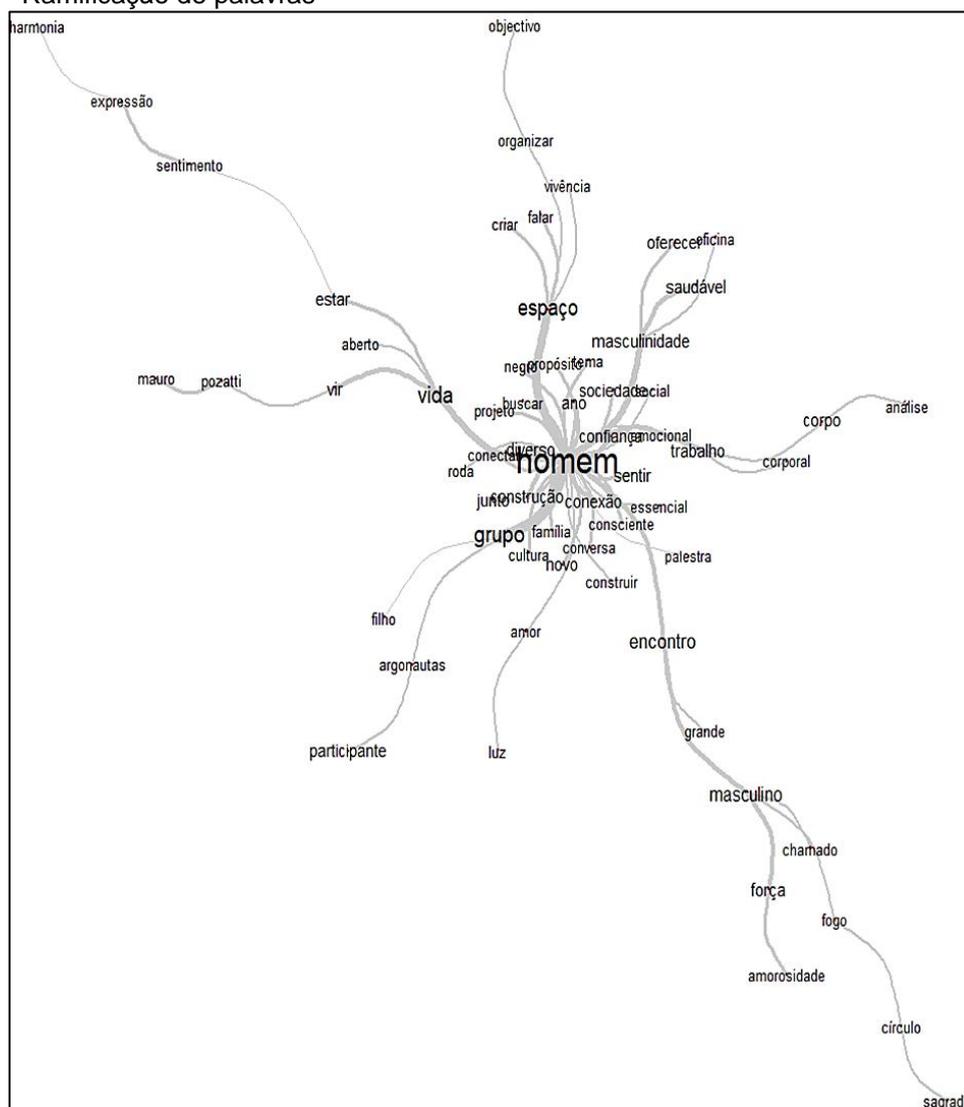
Esses grupos demonstram que há uma movimentação na sociedade, seja por uma visão essencialista, influenciada pelo New Age, ou materialista histórica, influenciada pelo feminismo, partindo dos próprios homens, em busca de transformar esse masculino adoecido, para que venham a ser homens saudáveis, e que possam contribuir para a construção de uma nova civilização, por intermédio do autoconhecimento, da aprendizagem e desenvolvimento pessoal, ampliação da consciência, elaboração de conteúdos emocionais e das feridas com o masculino, incentivo a conexão consciente e o cuidado entre homens, compartilhamento de experiência, e o desejo de ter uma vida mais plena, que colabora com a saúde e o autocuidado desses homens.

No entanto, vale salientar que essas propostas surgem ainda de forma incipiente, tímida, voltada para uma camada seleta de homens, além de que boa parte das atividades/práticas oferecidas por esses grupos, são pagas, o que restringe mais ainda a participação de homens de baixo poder aquisitivo, principalmente no atual contexto de pandemia, onde muitas pessoas chegaram à situações de empregos precários ou até à desemprego.

É importante pensar em estratégias para ampliar essas iniciativas e como podem ser ações mais democráticas, onde homens de variadas condições possam participar, e assim começar o movimento de cuidar de si, e dos outros.

Como parte da pesquisa, foi elaborada uma nuvem de palavras (Figura 14), e uma ramificação de termos, das informações retiradas dos materiais encontrados, e gerada pelo programa IRAMUTEQ, onde pode-se ver os termos evidenciados dos grupos de autocuidado para homens, como pode ser visto logo abaixo.

Figura 15 - Ramificação de palavras



Fonte: IRAMUTEQ, 2021.

Verifica-se que os termos que mais se ressaltam são: homem, grupo, como esperado por essa pesquisa, assim como: sentir, conexão, construção, conectar, confiança, família, o que mais uma vez denota que a sociedade caminha em busca de modelos de masculinidades mais saudáveis, como dito anteriormente, essas palavras antes não eram permitidas ao universo masculino, pois estavam mais associadas ao feminino.

No entanto, palavras como: harmonia, expressão, sentimento, amorosidade, corpo, corporal, vivência e falar, estão mais afastadas, mostrando que ainda há necessidade de serem trabalhados os significados desses termos junto à população masculina para que sejam incorporadas e pertencentes a subjetividade do masculino.

4.3. ALGUMAS REFLEXÕES

Os grupos de autocuidado têm uma proposta interessante que pode contribuir para construção de masculinidades saudáveis, incentivando os homens a procurar os serviços de saúde para o seu cuidado, como já dito anteriormente, os homens, tentando alcançar o ideal da masculinidade hegemônica, se afastam dos serviços de saúde, principalmente os de atenção primária, e do autocuidado, muitas vezes se colocam em situações de riscos, que podem levar ao seu adoecimento e morte.

Esses grupos, por meio, das diversas práticas desenvolvidas trazem à tona questões que levam os homens a repensarem como se colocam no mundo, nas relações consigo e com os outros, como por exemplo, a percepção de suas questões emocionais, sofrimento psíquico, sua relação com o choro e a forma de extravasar suas angústias, por meio do diálogo, e de ajuda profissional, e que isso não os faz serem menos homens, além de estimulá-los a perceberem o que o seu corpo tem a dizer, por meio das práticas corporais.

No entanto, vale salientar que esse estudo, tem suas limitações, não podendo afirmar que de fato os homens participantes desses grupos conseguem modificar os seus comportamentos, desconstruindo em si mesmo as performances da masculinidade hegemônica, pois para isso seriam necessários estudos de campo, que envolvessem os homens participantes, mediante a entrevistas. Essa pesquisa não consegue afirmar que os homens conseguem colocar em prática o que se é discutido, executado, desenvolvido, nos grupos.

Outra questão também é que não se sabe em que medida esses grupos desenvolvem ações, e atividades que vão ao encontro com a produção de masculinidades saudáveis, se há de fato uma proposta de desconstrução, ou, pelo contrário, o de reafirmação da masculinidade hegemônica. O que se pode afirmar é que na análise de conteúdo do material coletado desses grupos, os mesmos afirmam o desejo de repensar essa masculinidade hegemônica, imposta socialmente, e também a vontade de desconstruir as consequências tóxicas desse ideal masculino para as relações dos homens com seus pares, e consigo mesmo.

O que se pode averiguar, além do mais, é a tentativa, de forma tímida ainda, de incluir a diversidade nas discussões dos grupos, e até na formação desses grupos, como por exemplo: o grupo para homens negros e o para homens homossexuais, em

uma tentativa de trazer a interseccionalidade, como a questão da raça e orientação sexual como eixos estruturantes da sociedade e que rebate na forma de como exercer a masculinidade.

Para esses homens: negros, gays, trans, que são consideradas masculinidades subalternas e que sofrem uma série de violências por não estarem dentro padrão dado de masculinidade, é importante que esses tenham espaços para dialogar sobre suas questões, angústias, sobre as violências vividas, e a busca de alternativas de resignificação, contribuindo para o reconhecimento e visibilidades das suas existências.

No entanto esses grupos foram prejudicados em virtude da pandemia do coronavírus, do início de 2020 até o atual momento, impossibilitando assim as atividades grupais, como protocolo de segurança sanitária, foi preciso intervenções que proibissem aglomerações.

Uma possibilidade para essa questão foi reunir de modo virtual, por plataformas da internet, *Google Meet*, *Whatsapp*, *Microsoft Teams*, *Zoom*, entre outras, mas, vale salientar que nem todas as pessoas possuem acesso à internet, ainda mais nessa conjuntura da pandemia do coronavírus, a qual contribuiu para o desemprego no país, prejudicando ainda mais essa “recente” iniciativa de grupo de autocuidado para homens.

Além do mais, o modo virtual pode comprometer as atividades planejadas para os encontros presenciais, como *yoga*, meditação, práticas corporais, e também inibir os homens, já que eles não podem não estar em ambiente seguro para realização desses encontros virtuais.

Uma possibilidade, seria implementar essa estratégia no SUS, grupos para homens nas Unidades Básicas de Saúde, juntamente com as práticas integrativas e complementares, mas como dito anteriormente, no presente momento, não é viável em virtude da pandemia supracitada, e, por outro lado, o tipo de financiamento para atenção primária (Previne Brasil) não incentiva atividades grupais, já que o recurso enviado é pelo cadastro dos usuários, e procedimento individual, ou seja, as unidades não recebem recurso pela ofertas de ações grupais, multiprofissionais, voltando para uma lógica de saúde/doença totalmente biomédica.

Infelizmente a atual conjuntura não está propícia para o estímulo das iniciativas

como estas, porém a de se pensar em novas estratégias engajar esse “novo” homem, encorajando-os para o autocuidado com sua saúde, é por consequência o cuidado para com os seus afetos.

Os grupos para homens refletem a dinâmica da história social, a qual é vivenciada de forma complexa, não linear, entre progressos e retrocessos, de acordo com a janela de oportunidade sociopolítica de cada época. É possível afirmar que esses grupos iniciaram sob a influência de outros movimentos políticos e sociais, em 1970, logo depois outros grupos surgem sob a influência de outros movimentos como o de Robert Bly, New Age, já agora mais recente, novos grupos surgem, novamente influenciados por movimentos feministas, negro e LGBTQ+, em uma perspectiva de desconstrução desse masculino adoecido.

Lamentavelmente, a atual conjuntura sociopolítica, não está favorável, uma vez a população brasileira está passando por um momento fundamentalista, conservador, que instiga o discurso de ódio às populações vulneráveis. Portanto, grupos que não fazem parte da lógica masculina, heteronormativa branca, presenciam a perseguição, o que corrobora com a complexidade histórica, e nas dinâmicas de relações de poder.

O que é interessante perceber, é que a iniciativa de criar grupos para homens, nessa perspectiva de desconstrução desse modelo de masculinidade adoecedor, parte de outros homens que já fizeram a reflexão sobre o que está posto para os homens (o modelo de masculinidade hegemônica), e que é preciso viabilizar novos modelos de masculinidades, que sejam saudáveis, tanto para os homens, quantos para as outras pessoas: mulheres, crianças e idosos, com quem convivem. Novos modelos esses, que outros homens possam se identificar, e perceber que é possível performar outros masculinos, distantes do ideal de masculinidade imposto socialmente (hegemônico/adoecedor).

Salientando mais uma vez, que é necessário se debruçar em mais pesquisas abordando o tema dos grupos de autocuidado para homens. Pesquisas de campo, com os participantes, os facilitadores, para compreender melhor a dinâmica desses grupos, sua efetividade, quais as evidências a longo prazo, se há, de fato, mudanças no comportamento de seus participantes, além de pesquisas que abordem a forma de comunicação e divulgação desses grupos, se é capilarizada, quais são os homens que conseguem ter acesso a elas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os grupos para homens são de grande potencial para o processo de reconstrução dessa relação de gênero, masculino e feminino, que no presente momento, é adoecedora, que moldam os homens de uma forma rígida, afastando-os do autocuidado com a saúde, e também do cuidado com outro, tendo por consequências a morbimortalidade dessa população, por causas evitáveis e de forma prematura.

Apesar do cenário atual não está favorável, em virtude da pandemia da COVID-19, que protocolos de segurança sanitária, recomenda-se a não aglomeração, impedindo esses grupos de realizarem atividades presenciais. E a modalidade virtual acaba por comprometer as ações e atividades realizadas de modo presencial. É necessário pensar em estratégias que permitam a reflexão, do autocuidado e cuidado com outros, por parte da população masculina, de forma integral, trazendo os recortes de gênero, raça-etnia, e classe para a discussão, uma vez que esses fatores contribuem para o processo de saúde e doença vivenciados pela sociedade.

Espera-se que o no futuro, essas iniciativas grupais para homens possam ser retomadas, e quem sabe inseridas no Sistema Único de Saúde como estratégias benéficas para população em tela, e que mais pesquisadores se debrucem em pesquisas de masculinidades, gênero, saúde, grupos para homens, já que urge a necessidade de estudos sobre o tema, como essas a fim de apoiar a busca pela equidade de gênero, a qual perpassa a questão de saúde.

REFERÊNCIAS

- AMARAL, L. **Construindo masculinidades: gênero, raça, sexualidade e relações de poder**. Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, 2020. Minicurso.
- ANDERSON, H. **Conversation, language and possibilities**. Nova York: BasicBooks, 1997.
- ANTRA - Associação Nacional de Travestis e Transexuais. **Boletim nº 01/2021 - Assassinatos contra travestis e transexuais em 2021**. Disponível em: <<https://antrabrasil.files.wordpress.com/2021/05/boletim-001-2021.pdf>>. Acesso em: 08 jul. 2021.
- AYRES, J. Sujeito, intersubjetividade e práticas de saúde. **Ciência & Saúde Coletiva** [online], Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 63-72, jul. 2001. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232001000100005>>. Acesso em: 08 jul. 2021.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: 70 edições, 1977.
- BATISTA, Luís Eduardo. Masculinidade, raça/cor e saúde. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 71-80, mar. 2005. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232005000100013>>. Acesso em: 07 jul. 2021.
- BECHELLI, Luiz P.; SANTOS, M. A. Transferência e psicoterapia de grupo. **Revista Latino-Americana de Enfermagem** [online]. Ribeirão Preto, v. 14, n. 1, p. 110-117, mar. 2006. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-11692006000100015>>. Acesso em: 10 jul. 2021.
- BEIRAS, A.; BRONZ, A. **Metodologia de grupos reflexivos de gênero**. Rio de Janeiro: Instituto Noos, 2016. Disponível em: <https://margens.paginas.ufsc.br/files/2020/06/Metodologia-Noos__PDF-final.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2021.
- BLY, R. **Iron John: A Book About Men**. Reading, MA: Addison Wesley, 1990.
- BORRILLO, D. **Homofobia: história e crítica de um preconceito**. Belo Horizonte: Autêntica, 2010.
- BOURDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. Tradução de Maria Helena Kühner. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.
- BRASIL. Lei nº 13.104, de 9 de março de 2015. **Diário Oficial [da] União**, Brasília, DF, 10 mar. 2015. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13104.htm>. Acesso em: 08 jul. 2021.
- _____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral da Saúde do Homem: Princípios e Diretrizes**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- _____. _____: _____. **Glossário temático: saúde do homem** [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

_____. Secretaria de Vigilância Sanitária. **Boletim epidemiológico**. Violência por parceiro íntimo contra homens e mulheres no Brasil: dados da Vigilância de Violências e Acidentes. Brasília, v. 51, n. 49, dez. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/media/pdf/2020/dezembro/17/boletim_epidemiologico_svs_49.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2021.

_____. **Sistema de Informações Hospitalares do SUS (SIH/SUS)**. Disponível em: <<http://sihd.datasus.gov.br/principal/index.php>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

_____. **Sistema de Informações sobre Mortalidade. (SIM)**. Disponível em: <<http://sim.saude.gov.br/default.asp>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

BUB, M *et al.* A noção de cuidado de si mesmo e o conceito de autocuidado na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem** [online]. Florianópolis, v. 15, n. spe, p. 152-157, jan. 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-07072006000500018>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

CAMPISI, C. **Sobrevivendo al matriarcado**: El hombre enfrentando a la muerte de su masculinidade. 1. ed. Buenos Aires: Racuten Kobo, 2019. *E-book*.

CANDIDO, P. R. O trabalho faz o homem e o enobrece: Reflexões sobre a construção da identidade masculina entre homens pobres. **Sinais - Revista de Ciências Sociais** [online]. Vitória, v.1, n.05, p. 84-10, set. 2009. Disponível em: <http://www.indiciario.net/revista/CMS/index.php?download=05_07_Paulo%20Rogério.pdf>. Acesso em: 07 jul. 2021.

CAREGNATO, R; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: Análise de discurso *versus* análise de conteúdo. **Texto & Contexto - Enfermagem** [online]. Florianópolis, v. 15, n. 4, p. 679-684, out-dez. 2006. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-07072006000400017>>. Acesso em: 06 jul. 2021.

CELLARD, André. A análise documental. In: POUPART, J. *et al.* **A pesquisa qualitativa**: enfoques epistemológicos e metodológicos. Petrópolis, Vozes, 2008. p. 295-316.

CNDSS - Comissão Nacional sobre Determinantes Sociais da Saúde. **As causas sociais das iniquidades em saúde no Brasil**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2008.

CONNELL, R. W. **Masculinities**. Los Angeles: University of California Press, 1995.

DAVIS, A. **Mulheres, raça e classe**. Tradução de Heci Regina Candiani. 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2016.

FERNANDES, Waldemar José. A importância dos grupos hoje. **Revista da SPAGESP**. Ribeirão Preto, v. 4, n. 4, p. 83-91, dez. 2003. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702003000100012>. Acesso em: 07 jul. 2021.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo Aurélio Século XXI**: o dicionário da língua portuguesa. 3. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.

FIGUEIREDO, Wagner. Assistência à saúde dos homens: um desafio para os serviços de atenção primária. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. Florianópolis, v. 10, n. 1, p. 105-109, mar. 2005. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232005000100017>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

GOMES, R.; NASCIMENTO, E.F.; ARAÚJO, F.C. Por que os homens buscam menos os serviços de saúde do que as mulheres? As explicações de homens com baixa escolaridade e homens com ensino superior. **Caderno de Saúde Pública** [online]. Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 565-574, mar. 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2007000300015>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

GRANDESSO, M. **Sobre a reconstrução do significado**: uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

IPEA - Instituto de Pesquisas Econômica Aplicada. **Atlas da Violência 2020**. Brasília: IPEA, 2020. Disponível em: <<https://dx.doi.org/10.38116/riatlasdaviolencia2020>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

ITO, C. Ser homem negro no Brasil é conviver com uma série de estereótipos, que envolvem gênero, raça e classe social. **Revista Trip**. São Paulo, 22 set. 2017. Disponível em: <<https://revistatrip.uol.com.br/trip/masculinidade-negra-ser-homem-negro-no-brasil-e-conviver-com-uma-serie-de-estereotipos-que-envolvem-genero-raca-e-classe-social>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

JUNQUEIRA, R. Homofobia nas escolas: um problema de todos. In: JUNQUEIRA, R (Org.). **Diversidade sexual na educação**: problematizações sobre a homofobia nas escolas. Coleção Educação para Todos, v. 32. Brasília: MEC/Unesco, 2009, v. 32, p. 13-43.

KELLY, L. **Surviving sexual violence**. Cambridge, UK: Polity Press, 1988.

LEWIN, K. **Problemas de dinâmica de grupo**. São Paulo: Cultrix, 1978.

LIMA, M. A. D. S. **Análise de conteúdo**: estudo e aplicação. Revista Logos, n. 1, p. 53-58, 1993.

LOURO, Guacira Lopes (Org.). **Um corpo estranho**: ensaios sobre sexualidade e teoria *queer*. 4. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2018.

MADUREIRA, Ana Flávia A. Gênero, sexualidade, processos identitários na sociedade brasileira: tradição e modernidade em conflito. In: GALINKIN, Ana Lúcia; SANTOS, Claudiene (Orgs.). **Gênero e psicologia social**: interfaces. 1. ed. Brasília/DF: Technopolitik, 2010, p. 31-63.

MARTINS, J. **Vergonha e decoro na vida cotidiana da metrópole**. 1. ed. São Paulo: Hucitec, 1999.

MEDEIROS, C. R. O.; SILVA, N. C. Homem de verdade: apelo a um ideal de masculinidade em propagandas de *fast food*. **Farol – Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade**. Belo Horizonte, v. 1, n. 2, p. 594-634, dez. 2014. Disponível em: <<https://revistas.face.ufmg.br/index.php/farol/article/view/2521/2277>>.

Acesso em: 07 jul. 2021.

MELO, A. S. E. *et al.* Conceitos básicos em intervenção grupal. **Encontro: Revista de Psicologia**. [S.l], v. 17, n. 26, p. 47-63, jul. 2014. Disponível em: <<https://seer.pgsskroton.com/renc/article/view/2414/2316>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

MINAYO, M. C. S.; SANCHES, O. Quantitativo-Qualitativo: oposição ou complementaridade? **Cadernos de Saúde Pública** [online]. Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 237-248, set. 1993. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X1993000300002>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

MINAYO, M. de S. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 7.ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2000.

MINAYO, M. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8. ed. São Paulo: Hucitec, 2004.

NASCIMENTO, JF. **Políticas linguísticas para a educação do campo e formação de professores: um percurso da UFPI a Massapê do Piauí**. 2019. 119 f. Tese (Doutorado em Linguística) - Universidade de Brasília, Brasília, 2019. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/36182/1/2019_JuscelinoFranciscodoNascimento.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2021.

OLIVEIRA, J. M. D; MOTT, L (Orgs.). **Mortes violentas de LGBTQ+ no Brasil – 2019: Relatório do Grupo Gay da Bahia**. 1. ed. Salvador: Editora Grupo Gay da Bahia, 2020. Disponível em: <<https://grupogaydabahia.files.wordpress.com/2020/04/relatc3b3rio-ggb-mortes-violentas-de-lgbt-2019-1.doc>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

OMS – Organização Mundial de Saúde. **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946**. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.htm>>. Acesso em: 02 jul. 2021.

_____. **Declaração de Alma-Ata**. Conferência internacional sobre cuidados primários de saúde. 1978. Disponível em: <https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao_alma_ata.pdf>. Acesso em: 02 jul. 2021.

PARKER, Richard. **Corpos, prazeres e paixões: a cultura sexual no Brasil contemporâneo**. 3. ed. São Paulo: Editora Best Seller, 1991.

POLLAK, M. Memória e Identidade social. Tradução de Monique Augras. **Revista Estudos Históricos**. Rio de Janeiro, vol. 5, n. 10, p. 200-215, jul. 1992. Disponível em: <<http://www.pgedf.ufpr.br/memoria%20e%20identidadesocial%20A%20capraro%20.pdf>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

POLSTER, E.; POLSTER, M. **Gestalt-Terapia integrada**. Tradução de Sônia Augusto. São Paulo: Summus, 2001.

RASERA, E.; JAPUR, M. **Grupo como Construção Social: aproximações entre o**

construcionismo social e a terapia de grupo. São Paulo: Instituto Noos, 2018.

SALDANHA, J *et al.* Construção e desconstrução das identidades masculinas entre trabalhadores metalúrgicos acometidos de LER/DORT. **Cadernos de Saúde Pública** [online]. Rio de Janeiro, v. 34, n. 5, e00208216, maio 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00208216>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

SANTOS, A. Articular saúde mental e relações de gênero: dar voz aos sujeitos silenciados, 2009. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. Rio de Janeiro, v. 14, n. 4, p. 1177-1182, ago. 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232009000400023>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

SANTOS, A. O.; SCHUCMAN, L. V.; MARTINS, H. V. Breve histórico do pensamento psicológico brasileiro sobre relações étnico-raciais. **Psicologia: Ciência e Profissão** [online]. Brasília, v. 32, n. spe, p. 166-175, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1414-98932012000500012>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

SÁ-SILVA, J *et al.* Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas. **Revista Brasileira de História & Ciências Sociais**. Rio Grande/RS, ano 1, n. 1, jul. 2009 Disponível em: <<https://periodicos.furg.br/rbhcs/article/view/10351/pdf>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

SCOTT, Joan. **Gênero: uma categoria útil de análise histórica**. **Educação & Realidade**. Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 71-99, jul.-dez. 1995. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/index.php/educacaoerealidade/article/view/71721>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

SOUSA, L. A.; ANDRADE, J. H. **A (re)construção de masculinidades em grupos de homens no Distrito Federal**: uma análise a partir do diálogo entre a psicanálise e as ciências sociais. 2020. 68 f. Relatório final de pesquisa de Iniciação Científica. Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, Brasília, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.5102/pic.n0.2019.7448>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

TESSER, C; SOUSA, I & NASCIMENTO, M. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. **Saúde em Debate** [online]. 2018, v. 42, n. spe1, p. 174-188, set. 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0103-11042018S112>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

TRINDADE, Z. A.; NASCIMENTO, A. R. A. O homossexual e a homofobia na construção da masculinidade hegemônica. In: SOUZA, L.; TRINDADE, Z. A. (Orgs.). **Violência e Exclusão**: Convivendo com Paradoxos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004. p. 146-162.

VALADARES, Guilherme N. Como criar um grupo de homens, um guia básico. **Papo de Homem**, 17 maio 2018. Disponível em: <<https://papodehomem.com.br/como-articular-um-grupo-de-homens-guia-basico/>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

VIBRANTES. **Grupo terapêuticos para homens**. Disponível em: <<https://www.facebook.com/events/centro-holístico-altiplano/vibrantes-grupo-terapeutico-para-homens/671624773253400/>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

WALTER, N *et al.* Masculinity a documental labor migration: injured Latino Day

laborers in San Francisco. **Social Science & Medicine**. v. 59, n. 6, p. 1159-1168, set. 2004. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2003.12.013>>. Acesso em: 07 jul. 2021.

WELZER-LANG, Daniel. A construção do masculino: dominação das mulheres e homofobia. Tradução de Miriam Pillar Grossi. **Revista Estudos Feministas** [online]. Florianópolis, v. 9, n. 2, p. 460-482, 2001. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-026X2001000200008>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

WELZER-LANG, Daniel. Os homens e o masculino numa perspectiva de relações sociais de sexo. In: SCHPUN, Mônica Raisa (Org.). **Masculinidades**. São Paulo: Boitempo; Santa Cruz do Sul: Edunisc, 2004. p. 107-128.

ZANELLO, V. A saúde mental sob o viés do gênero: uma releitura gendrada da epidemiologia, da semiologia e da interpretação diagnóstica. In: ZANELLO, V.; ANDRADE, A. P. M. (Org.). **Saúde mental e gênero: diálogos, práticas e interdisciplinaridade**. Curitiba: Appris, 2014, p. 41-58.

ZIMERMAN, D.; OSÓRIO, L. C. **Como trabalhamos com grupos**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

ANEXO 1 - GUIA BÁSICO PARA CRIAR UM GRUPO DE HOMEM DO PAPO DE HOMEM (2018)

Como criar e sustentar um grupo de homens:

0. Qual sua real motivação?

Iniciar um grupo para ter as mesmas conversas e interações de sempre não é o que estamos discutindo aqui.

Você deseja começar um grupo para si, para ter o ego inflado, propagar crenças raivosas, aprender como seduzir e objetificar mulheres, reclamar do mundo?

Ou está realmente disposto a cultivar um espaço de escuta, oferecimento e aprendizado, que o desloque para fora de sua zona de conforto, que seja sustentável e ajude os participantes a florescer e nutrir melhores relações em todos os sentidos?

Nossa sugestão é que seja um grupo de homens interessados em refletir, coletivamente, sobre como se relacionam consigo mesmos, com as pessoas à sua volta e com o mundo. Que seja um espaço de reflexão, florescimento humano, acolhimento e parceria.

E que isso tudo possa acontecer por meio de práticas diversas — diálogos, meditações, danças, caminhadas e esportes na natureza, fogueiras, dentre tantas outras possibilidades.

Não importa se vocês são de direita, esquerda, centro, pretos, brancos, amarelos, ateus, católicos, muçulmanos, heteros, gays, bi. A aspiração vale pra todos.

Acreditamos em grupos de homens inclusivos, não em grupos de homens hetero que se fecham para todo o resto — a sexualidade masculina ainda é uma caixa-preta, não tenha dúvidas de que você tem amigos ou conhecidos com vivências que eles evitam te contar, por medo de julgamento.

Somos contra grupos que defendam superioridade dos homens ou que propaguem visões preconceituosas à respeito de mulheres, pessoas gays, trans ou quaisquer outros segmentos sociais.

1. O primeiro encontro, o anfitrião e o caseiro

Não se preocupe em fazer o encontro perfeito, isso não vai acontecer. O principal é tirar a ideia do papel. Só não pense que isso significa desleixo.

Anfitrião é a pessoa que abre a casa ou oferece um espaço para o encontro acontecer. Também pode ser a pessoa responsável pela condução específica

Caseiro é o articulador do grupo. É quem puxa, convida e acende essa chama.

É mais trabalho do que parece ser caseiro. Exige logística, paciência, sensibilidade, tolerância a frustrações e bastante disposição. A recompensa é pavimentar um percurso de crescimento bonito e raro, para si e para outros.

É comum que anfitrião e caseiro sejam a mesma pessoa no começo.

Com o passar do tempo, é saudável que haja vários caseiros (ou que todos assumam essa postura) e que a posição de anfitrião de cada encontro possa ser revezada, para que todos possam ter a experiência de planejar e conduzir uma atividade. Ensinar e oferecer é uma prática poderosa.

O caseiro vai cuidar dos seguintes pontos:

- Qual o propósito do encontro e do grupo? Consegue articular isso com clareza para si mesmo e para outros? Esse texto pode ajudar.
- Como convidar os participantes? Convites simples, diretos, bem humorados e de coração aberto funcionam bem.
- Checar quem realmente vem, para garantir presença. Não checar apenas um dia antes, em uma mensagem fria e distante. Manter a energia do convite e do encontro vivas nos dias anteriores ao encontro.
- O local escolhido permite ao grupo sentar em roda, é acolhedor, tem a estrutura necessária (cabos, tomadas, iluminação...)?
- O local é acessível, fácil de chegar?
- O que as pessoas vão comer? Sugiro evitar álcool e industrializados, se possível. Optar por alimentação leve, saborosa, bonita e natural. Se não tiver dinheiro ou não souber como providenciar, peça ajuda. Pode se surpreender com o quão fácil ela vem. Também vale pedir pra que cada um traga algo.
- As pessoas vão passar frio ou calor? Anteverja isso.
- Qual a proposta, a atividade central a ser realizada? Um encontro sem eixo pode ser frustrante para todos, assim como um encontro engessado e rígido, também. Minha sugestão é que se pense em uma atividade central e haja espaço flexibilidade para improvisos e conversas, também.
- Quanto tempo estima durar o encontro ou cada uma de suas etapas? Quem vai conduzir cada parte?
- O anfitrião está ciente do que vai acontecer? Ele(a) apoia a ideia do encontro? Possui restrições, ressalvas, sugestões? Escute atentamente à pessoa anfitriã e agradeça por sua imensa generosidade.

- Se não houver verba para remunerar o anfitrião por abrir o espaço, quem vai ficar responsável por ser o primeiro a chegar? Quem será o último a sair e trancar tudo? Quem vai limpar e organizar, para que o espaço seja entregue como foi recebido?
- Ao final do encontro, articular as ações necessárias que o(s) próximo(s) aconteça(m). Mesmo local ou não? Qual a atividade seguinte, quem conduz? Quando e que horas? Teremos um calendário de atividades para os próximos meses?
- Articular qual periodicidade de encontros manter, com aval do grupo. Sugiro semanal, no máximo quinzenal. Mensal costuma esfriar.
- Como tornar tudo isso algo prazeroso, com calor humano, alegre? Se a coisa for sempre pesada, séria e profunda demais, as pessoas cansam. Bom-humor e leveza são essenciais pra sustentabilidade do grupo.

Um espaço acolhedor costuma ser amplo, bem iluminado, com janelas e plantas, uma mesa de lanches leves e naturais, com sucos e chás também naturais. Se houver um jardim ou natureza perto, melhor ainda.

Encorajo sempre sentar em roda, pois o círculo é poderoso, comunica um senso de abertura e ombro a ombro imediatos. Se possível, sentar no chão é melhor ainda, em almofadas e colchonetes — tendo cadeiras disponíveis para pessoas com questões físicas.

Você pode comprar colchonetes por vinte reais aqui. Outra ótima alternativa é comprar pedaços de EVA e usar como colchonete, dá pra achar fácil em grandes papelarias e armazéns. Sai bem mais barato. Se o chão não for frio, talvez nem precise disso também.

Você pode comprar almofadas nos seguintes locais — já separei sugestões boas de sentar e meditar, pois meditação é uma excelente prática regular a ser adotada nos encontros.

[...]

Lembrando que tudo isso são sugestões, pessoal. Não um manual de conduta do exército. E que, como dizem os engenheiros, o ótimo é inimigo do bom.

1.2 Construindo um acordo de convivência

Sugiro que seja estabelecido um acordo de convivência no começo dos encontros.

Idealmente, um bom acordo é co-criado por todo o grupo, com facilitação do caseiro. Aqui um artigo com sugestão de como fazer isso no contexto escolar, que pode facilmente ser adaptado.

É importante contemplar quais serão os valores do grupo e deliberar sobre questões práticas como:

- Sigilo das informações — confiança é base
- Relação com atrasos, ausências. O grupo preza por pontualidade ou tem mais flexibilidade? Ausências devem ser avisadas com um mínimo de antecedência ou vale dizer isso poucas horas antes do encontro?
- Dinâmica de fala. Basta interromper alguém para pedir a fala? Levantar o dedo? Quando um fala, todos escutam? Pode parecer bobo, mas são questões importantes. Temas sensíveis ou polêmicos podem se transformar em brigas se isso não for alinhado. Participantes mais tímidos podem ser engolidos pelos mais dominantes.

Quais serão os valores adotados pelo grupo? Acolhimento, empatia, compaixão, abertura, não-violência, flexibilidade, altruísmo, respeito...?

Cabe aos participantes decidir.

Pensando em grupos com intenção de encontros a longo prazo, recomendo construir isso em conjunto. Resista à tentação de chegar com algo pré-escrito, pedindo apenas a validação dos demais.

Refletir conjuntamente é mais poderoso do que parece.

Registre o acordo de convivência por escrito e deixe em local visível, compartilhe com todos digitalmente, também.

O acordo pode ser revisado e ajustado futuramente sempre que necessário.

Quanto mais bem feita for essa etapa, melhor será o fluxo dos encontros. Confie que vale o tempo gasto.

1.3 Recursos para se tornar um melhor anfitrião e caseiro

Consuma com moderação. É fácil cair na armadilha da paralisia, já somos teóricos demais da conta.

Treino é essencial, mais vale fazer encontros acontecerem do que ficar sozinho no quarto lendo sobre como fazer isso.

Sugiro mesclar ações práticas e experiências com insumos teóricos. Mergulhar excessivamente em livros e vídeos pode ser como areia movediça.

Artigos — vale imprimir, encadernar em uma grande apostila e rabiscar com suas anotações:

- "Sustentando um espaço seguro" — original em inglês e aqui uma tradução livre em português
- "Somos muito teóricos | Como a gente se transforma #4", Gustavo Gitti

- Todos os outros 5 artigos do percurso "Como a gente se transforma", todos de Gustavo Gitti
- "Comunicação não-violenta: o que é e como praticar", Frederico Mattos
- Curadoria preciosa de textos da Escola do Diálogo
- "Guia rápido para conversas significativas"
- "O que é a arte de anfitriar conversas significativas?"
- "Os automatismos concordo-discordo e as armadilhas do reducionismo", Humberto Mariotti

Vídeos:

- A origem do PapodeHomem
- "Como os homens se transformam", minha palestra no TEDx
- "Como cultivar comunidades digitais benéficas", comigo
- "Como cultivar equilíbrio emocional", com Alan Wallace (ative as legendas em português no quadrado branco no canto inferior esquerdo)
- "O que aprendi observando a mente", com Henrique Lemes

Livros:

- "Mapeando diálogos: ferramentas essenciais para a mudança social", Instituto NOOS
- "A revolução do altruísmo", Matthieu Ricard
- "Comunicação não-violenta", Marshal Rosenberg
- "Autocompaixão: pare de se torturar e deixe a insegurança pra trás", Kristin Neff (leitura revolucionária pra homens)
- "Um coração sem medo", Thupten Jinpa
- "Além do materialismo espiritual", Chogyam Trungpa — essencial para não confiar em charlatões, falsos gurus ou você mesmo se achar um guru

Práticas e qualidades favoráveis a cultivar:

- Meditação — para te ajudar a começar, preparamos esse guia especial, mergulhe atentamente nos links de apoio; e saiba que essa é uma prática presente em diferentes tradições e culturas ao longo dos tempos
- *Yoga*
- Esportes em geral
- Alimentação saudável
- Boa qualidade de sono
- Manter o próprio quarto arrumado

- Anfitriar encontros e cultivar conversas significativas (vide links acima)
- Ir além dos automatismos concordo-discordo
- CNV: Comunicação não-violenta
- Trabalhar em rede, colaboração profunda
- Mediação de conflitos

Formações:

Sem pressa aqui.

Você mesmo se capacitar como professor/praticante certificado pode potencializar seus movimentos. Eu sou formado no programa "Cultivating Emotional Balance" e conduzo cursos tomando essa metodologia como base, por exemplo.

Também fiz uma imersão em autocompaixão com Carol Bertolino (professora certificada do método proposto pela Kristin Neff), sou praticante budista e vou a retiros de prática e silêncio regularmente nos últimos anos.

Isso abre portas, expande sua rede, te permite conduzir encontros com mais facilidade e pode também te transformar internamente.

Mas não tenha pressa. Tome seu tempo antes de decidir investir em uma formação e avalie com extremo cuidado o(a) professor(a) e as linhagens a que se associa. Uma boa dica é ver como estão os alunos de longa data do método: progrediram, estagnaram, se perderam?

Há charlatões pra lá de carismáticos e com um baita sorriso estampado no rosto.

Sugiro a leitura do texto "Mudar é fácil... como a gente se transforma?", pra colocar tudo isso em contexto e te ajudar a decidir se deseja fazer uma formação e como escolher uma.

Dito isso, algumas formações que recomendaria:

- Cultivating Emotional Balance (fiz)
- Mindful Self-compassion — no Brasil temos Carol Bertolino como professora certificada (fiz imersão com ela), a agenda de cursos dela está aqui
 - Eles vão oferecer um intensivo online de autocompaixão pra homens, que começa 2 de junho! Precioso.
- Arte de anfitriar (não fiz, mas pessoas de minha confiança recomendam)
- Grupos reflexivos para diálogos de gênero, com Instituto NOOS (fiz)

* * *

Novamente, são só sugestões que funcionaram em minha vivência direta e na de pessoas que conheço. Nada disso está escrito em pedra e vou adorar escutar as experiências de vocês.

Ainda mais importante: não pense que precisa ter tudo isso pra começar, não se deixe paralisar por essas sugestões. Inicie onde e como está, hoje. Uma motivação ampla e um coração disposto valem mais do que qualquer lista de livros, palestras e textos.

1.4 Ferramentas úteis para organização e comunicação digital do grupo, assim como erros a evitar e algumas boas práticas

Grupos de *Whatsapp* e *Facebook* são práticos e mais ágeis. Alternativas:

- *Discourse*;
- *Slack*;
- Outras opções para fóruns online, como *vBulletin* e *bbPress* (demandam conhecimento de tecnologia pra colocar no ar e bem mais energia dos caseiros pra se manter vivos, pois são menos práticos; mas são infinitamente mais estruturados e podem ser bons para grupos maiores, que aspiram sustentabilidade a longo prazo. É o que usamos na antiga Cabana e o que é usado n'ó lugar, também).

O contra é que ambas plataformas já sugam muito de nossa atenção e são perigosas, como esse ex-designer de ética do Google brilhantemente explica nessa palestra do TED.

Cuidado com a sobrecarga de mensagens, isso pode exaurir o grupo e motivar a saída de algumas pessoas.

Também costuma ser bom estabelecer um acordo de convivência para a comunicação digital do grupo:

- Quais valores o grupo preza? Os valores base vão guiar como as pessoas se autorregulam e como agem durante conflitos (que são inevitáveis)
- A comunicação no grupo vai ser focada em temas relacionados ao masculino ou vale falar de tudo?
- Quais são os limites que não podem ser cruzados?
- Há comportamentos podem levar à exclusão de alguém do grupo?
- O grupo é fechado ou aberto a novas pessoas? Quais os critérios para se incluir alguém novo?
- Quando alguém novo entra, é esperado que essa pessoa seja acolhida e receba

as boas-vindas?

Como inspiração, sugiro ler as "Boas práticas ao comentar" aqui do PdH, resultado de anos apanhando e aprendendo.

Recomendo repostar o acordo de convivência sempre que uma nova pessoa entrar no grupo.

Para organização de tarefas e calendário, pode ser útil ao(s) caseiro(s) usar uma ferramenta como *Trello* ou *Basecamp*.

1.5 Descobri que há pessoas no grupo que pensam completamente diferente de mim! E agora?

Isso é um presente.

Vejo muito mais força em grupos diversos, nos quais as pessoas têm visões distintas sobre o mundo, política, sobre o que é o masculino e o feminino.

Tensões são bem-vindas. Não deixe de ler "Os automatismos concordo-discordo e as armadilhas do reducionismo", de Humberto Mariotti.

Use todo o resto dos links nesse guia básico para lidar e crescer com esse desafio. Apenas não saia correndo com o rabo entre as pernas ou culpe o outro pela sua própria inabilidade.

2. Ainda estou inseguro. Como dialogar sobre masculinidades sem me perder ou gerar ainda mais confusão em mim e nos outros?

Compreensível. Vamos por partes.

Caseiro não é guru, super-homem, professor. Você está sentado ombro a ombro com seus parceiros de jornada, para crescer, aprender e questionar em conjunto.

Entretanto, é bem fácil mesmo se perder no meio disso tudo.

Direto ao ponto, sugestões pra não fazer merda:

- Mergulhar nos artigos que escrevi na coluna "Homens Possíveis", são fruto de anos nas trincheiras
- Leia o texto "Solidão masculina", um clássico do pdh
- Leia os artigos e, principalmente, os comentários da coluna "Mentoria pdh"
- Mergulhe nessa excelente curadoria de livros sobre masculinidades na Amazon, feita pelo meu amigo Fabio (há nela o maravilhoso "História dos homens no Brasil", chave pra entender nosso contexto)
- Palestra "O poder da vulnerabilidade", com Brené Brown

- Leia o livro "A coragem de ser imperfeito", também de Brené Brown (vai fundo, não é auto-ajuda barata)
- Leia o texto "Como se sente uma mulher", de Claudia Regina
- Leia o artigo "Feminismo pra homens, um curso básico", de Alex Castro
- Assistir "The mask we live in", no Netflix
- Assistir "Precisamos falar com os homens?" — produzido por nós, em parceria com a ONU Mulheres e um grupo fantástico de parceiros

Se quiser ir realmente fundo, pega também a trilogia "A história da virilidade".

3. Montando um calendário de atividades para o grupo

Vejo grupos morrerem lentamente, pela energia dos caseiros ir caindo, em meio a dúvidas sobre quais atividades fazer e como tornar o grupo interessante, vivo.

Outra das turmas de nosso curso de equilíbrio emocional pra homens

Montar um calendário coletivamente, com participação e benção de todos, gera maior comprometimento de todos. De novo, resista à tentação de já chegar com algo feito.

Um grupo que caminha junto vai mais longe. Deixe seu ego na gaveta.

Abaixo listo algumas sugestões para auxiliar na estruturação de um calendário.

Atividades regulares de relaxamento e acolhimento inicial, que recomendo abrirem todos os encontros, pra ajudar as pessoas "a chegar":

- Meditação
- Alongamentos e/ou posturas de *yoga*, sempre com orientação pra evitar acidentes

Demais atividades:

1. Cine-debates com documentários:

- The mask you live in
- Precisamos falar com os homens?
- O renascimento do parto
- Chega de fiu-fiu

1.2 Cine-debates com ficções

- O que os homens falam — trailer legendado em português e em inglês (comédia espanhola espetacular, com Ricardo Darín! excelente sugestão para abrir um grupo em tom mais leve)
- Locke
- Whiplash
- A número um

- Moonlight
- Hoje eu quero voltar sozinho

2. Debates de livros (bom dar um mês para leitura do livro)

Aqui uma bela lista de livros sobre masculinidades, curada pelo Fabio, que conheci em Brasília, no encontro "Homens em conexão".

3. Trilhas e demais atividades na natureza

Contato direto com os elementos cura, abre caminhos. Não subestime a força de mato, cachoeira e roda de papo na fogueira.

4. Práticas de dança, cirandas, música

5. Práticas espirituais específicas, conduzidas por professores de confiança

6. Exposição de tema seguida de diálogo em roda, tendo participante do grupo como anfitrião

7. Exposição de tema seguida de diálogo em toda, trazendo convidado especial que seja referência no assunto (inclusive, mulheres)

8. Realizar trabalhos voluntários conjuntamente

- Construir uma casa pra quem precisa, como a ONG Teto faz;
- Oferecer comida a quem precisa;
- Serem professores para pessoas carentes;
- Procurar uma ONG que precisa de ajuda e oferecer o apoio do grupo para colocara a mão na massa (o aspecto físico da ação é chave aqui, não estamos falando de só fazer uma transferência bancária).

4. Sustentando a energia do grupo: logística, entusiasmo e colaboração

Grupos chatos e sem energia morrem, cedo ou tarde. Grupos impositivos ou rígidos demais, também. Fique atento a isso.

Não tenha medo dos conflitos, eles são inevitáveis. E também uma oportunidade para que o grupo solucione o obstáculo coletivamente e cresça.

Diante de dificuldades logísticas, peça ajuda. Vá, gradualmente, formando outros caseiros e distribuindo as responsabilidades. Você não está gerenciando uma empresa, o grupo é nutrido por processos colaborativos.

Abra espaços e permita a outras pessoas experimentar e errar, sem se sentirem julgadas ou humilhadas por isso.

O entusiasmo (ou falta dele) dos caseiros e anfitriões contagia.

Leia o artigo "Sustentando um espaço seguro" — original em inglês e aqui uma tradução livre em português. Pregue na parede do quarto, na sua testa, no armário, onde for melhor. Compartilhe com os demais.

Não sobrecarregue o grupo com diretrizes, informações, regras, proibições e boas práticas. Isso pode sufocar, tornar tudo pesado, lento, burocrático.

Sinta o fluxo e tenha jogo de cintura, como um bom jardineiro.

Celebrem! Joguem bola (ou baralho, ou o que o grupo preferir), façam churrascos (com carne ou vegetarianos, ambos valem), vão a festas, façam as suas próprias festas, façam trilhas, cantem, dançam, se permitam também falar besteiras e serem espontâneos.

Evite um clima de patrulha ou caça às bruxas. O espaço é pra ser se confiança, sigilo e naturalidade.

É um perigo constante vocês se tornarem um grupinho de homens virtuosos fakes que se acham melhores do que os outros. Já fiz e vivi isso, é um buraco do qual se custa a sair.

Realizem trabalhos voluntários. Usem a energia do grupo pra ajudar a quem precisa.

Aprenda a acolher quem pensa radicalmente diferente de você. Faça amizade com essa pessoa. E prepare-se para aprender muito sobre empatia, compaixão, troca e o poder de caminharmos lado a lado, respeitando as diferenças.

A transformação real é um trabalho sujo, longo, árduo. Ela vem de mansinho, quando menos esperamos. A continuidade é chave, bem mais do que finais de semana catárticos. Podemos viver um dia inesquecível e, se deixarmos de praticar, tudo aquilo some, vai embora.

Siga mantendo o grupo firme em torno das práticas. Treino, treino e mais treino. Não basta aspirar sermos mais lúcidos, generosos, altruístas, é necessário praticar isso.

Se estiver confuso sobre a que me refiro quando falo de "treino e práticas de transformação", sugiro mergulhar n'olugar, é um espaço de transformação coletiva, do qual sou um dos fundadores. Lá há um repositório imenso das mais valiosas práticas, estruturadas por professores de diferentes abordagens e tradições.

Grupos morrem, se transformam, se dividem. Ressuscitam depois ou nunca mais. E tudo bem, isso não significa falha. Respeite, honre e aprenda com esses ciclos.

Confie, tenha paciência e fé. Abrace a jornada, ela é pra toda uma vida.

Última dúvida: achei tudo incrível. Mas me sinto sobrecarregado com tanta informação e não tenho ideia de como começar...

Convide uns cinco amigos pra assistirem "The mask we live in" na sua casa, é o documentário sobre como os meninos estão sendo criados, tem no *Netflix*.

Ofereça um lanche, bebidas geladas e conversem sobre o que acharam do filme e como ele se conecta às experiências de cada um.

Depois disso volte nesse artigo e toque o barco adiante.

O primeiro passo é melhor que nenhum passo.

* * *

Seguimos juntos!

Que esse artigo sirva como semente e chama para o movimento de transformação dos homens ganhar ainda mais vida.

Vou adorar escutar os comentários e sugestões de vocês para tornarmos esse guia ainda melhor. Escrevi em uma sentada e, de antemão, peço desculpas por eventuais deslizes.

Por fim, se deseja conversar comigo para levar uma palestra, *workshop* ou curso para sua instituição; ou plantar uma semente desse movimento em sua cidade, envie um e-mail em guilherme@papodehomem.com.br.

Um forte abraço a todos e todas.

ANEXO 2 – PÁGINA DO GRUPO HOMENS EM CONEXÃO

The screenshot shows the homepage of the website 'Homens em Conexão'. The browser address bar displays 'https://www.homensemconexao.com.br'. The site's logo, 'HOMENS EM CONEXÃO', is positioned at the top left, with a navigation menu containing 'Início', 'Quem somos', and 'Eventos'. Below the logo, the tagline 'Incentivando a conexão consciente entre homens' is displayed. The main visual is a large, blue-tinted photograph of a diverse group of men sitting on the floor and smiling. Overlaid on this image is the text 'Incentivando a conexão consciente entre homens' in white, with a white arrow pointing downwards.

The screenshot shows the 'Eventos' page of the website. It features three columns of content, each with a video thumbnail and a text block. The first column is titled 'Encontrando Homens' and includes a video thumbnail showing a man's back. The second column is titled 'O que é ser homem?' and features a video thumbnail of a group of men. The third column is titled '1º Grande Encontro' and includes a video thumbnail of a large group of men at an event. The text in each column provides details about the events and the organization's goals.

HEMC 1º Evento dos Homens em C...

Encontrando Homens

O primeiro evento oficial do Homens em Conexão, realizado em abril de 2018. Assista o vídeo acima de 3 minutos para ter uma ideia do que foi

Nosso principal objetivo foi conectar os movimentos de homens do DF: Casa dos Homens, Guerreiros do Coração, Clã Lobos do Cerrado, Masculinities e Diamante Bruto.

HEMC 1º Grande Encontro - Homen...

O que é ser homem?

Nosso segundo encontro, que aconteceu no dia 04 de agosto de 2018.

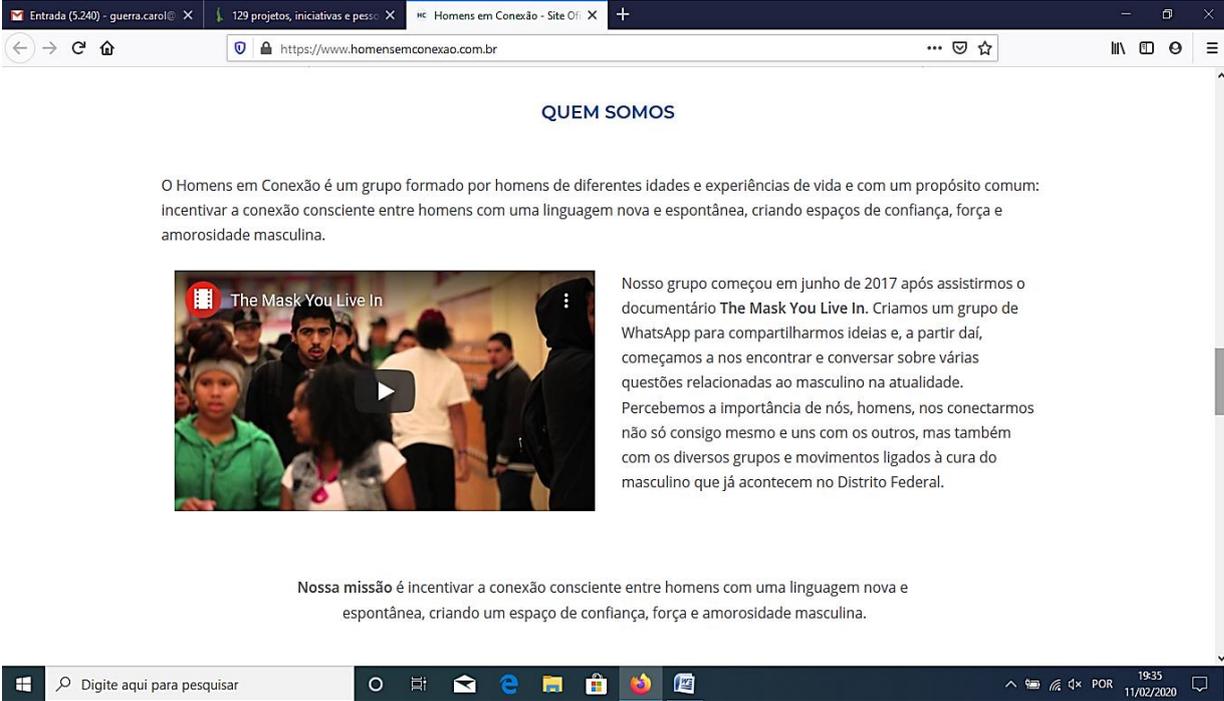
Nesse encontro, discutimos temas como relacionamentos afetivos, raiva, sexualidade e paternidade.

HEMC 1º Grande Encontro - Homen...

1º Grande Encontro

Quase 100 homens participaram do 1º Grande Encontro Homens em Conexão que aconteceu nos dias 19, 20 e 21 de Outubro de 2018!

Um verdadeiro marco na história do movimento de homens conscientes no Brasil.



Entrada (5.240) - guerra.carol X 129 projetos, iniciativas e pess... X Homens em Conexão - Site Off X +

https://www.homensemconexao.com.br

QUEM SOMOS

O Homens em Conexão é um grupo formado por homens de diferentes idades e experiências de vida e com um propósito comum: Incentivar a conexão consciente entre homens com uma linguagem nova e espontânea, criando espaços de confiança, força e amorosidade masculina.



Nosso grupo começou em junho de 2017 após assistirmos o documentário *The Mask You Live In*. Criamos um grupo de WhatsApp para compartilharmos ideias e, a partir daí, começamos a nos encontrar e conversar sobre várias questões relacionadas ao masculino na atualidade. Percebemos a importância de nós, homens, nos conectarmos não só consigo mesmo e uns com os outros, mas também com os diversos grupos e movimentos ligados à cura do masculino que já acontecem no Distrito Federal.

Nossa missão é incentivar a conexão consciente entre homens com uma linguagem nova e espontânea, criando um espaço de confiança, força e amorosidade masculina.

Digite aqui para pesquisar

19:35 11/02/2020

Homens em conexão como recurso para lidar com as demandas e dilemas da vida.

Sabe quando queremos muito uma coisa e não conseguimos adquiri-la? Quando precisamos resolver uma questão delicada e não temos alternativas ou certezas? Ou quando perdemos algo ou alguém importante?

Geralmente, quando tudo isso acontece ficamos desmotivados, irritados, agressivos, ansiosos, estressados, confusos e até deprimidos.

É verdade, nem sempre tudo acontece ao mesmo tempo, mas frequentemente, temos que encarar uma ou outra situação como essas e gerenciar boa parte desses sentimentos negativos.

Para enfrentar as demandas e dilemas da vida, devemos ativar toda nossa capacidade, virando a chave com conhecimentos, habilidades, atitudes, valores e emoções, de forma equânime.

É por isso que o movimento Homens em Conexão, um grupo formado por homens de diferentes idades e experiências de vida, convida você, amigos e familiares, para participar do 1º encontro de 2020, com a missão de incentivar a conexão consciente entre homens com uma linguagem nova e espontânea, criando espaços de confiança, força e amorosidade masculina.

Garanta agora sua participação no 1º encontro aberto homens em conexão 2020 e aproveite o benefício de compra antecipada com valores promocionais.

Nossos encontros contam com palestras, dinâmicas de grupo, meditação guiada, atividades com músicas, movimento corporal, partilhas em dupla e ou grupo e outras possibilidades.

Esperamos você.

Abraços e até lá.

A QUEM SE DESTINA?

São bem-vindos aqueles que se identificam como homens independente de orientação sexual, etnia, raça, filosofia de vida, idade e condição social. Jovens de 15 a 17 anos são bem vindos desde que acompanhados por adulto responsável (pai, tio, irmão, primo, etc.)

O QUE ESPERAR?

Atividades integrativas, tempo livre para confraternizar e momentos de lazer.

HORÁRIO

Começaremos pontualmente. Não fazemos inscrições no dia do evento devido a organização da refeição e atividades.

REFEIÇÃO

Almoço incluído na inscrição, com opções vegetarianas e com carne. Traga sua garrafa d'água.

VALORES DA INSCRIÇÃO

INGRESSO INDIVIDUAL: R\$120,00

COMPRA ANTECIPADA: VALOR PROMOCIONAL até 21/02: R\$89,00

VENDAS ATÉ 10 DE MARÇO. GARANTA SUA PARTICIPAÇÃO

FAÇA SUA INSCRIÇÃO

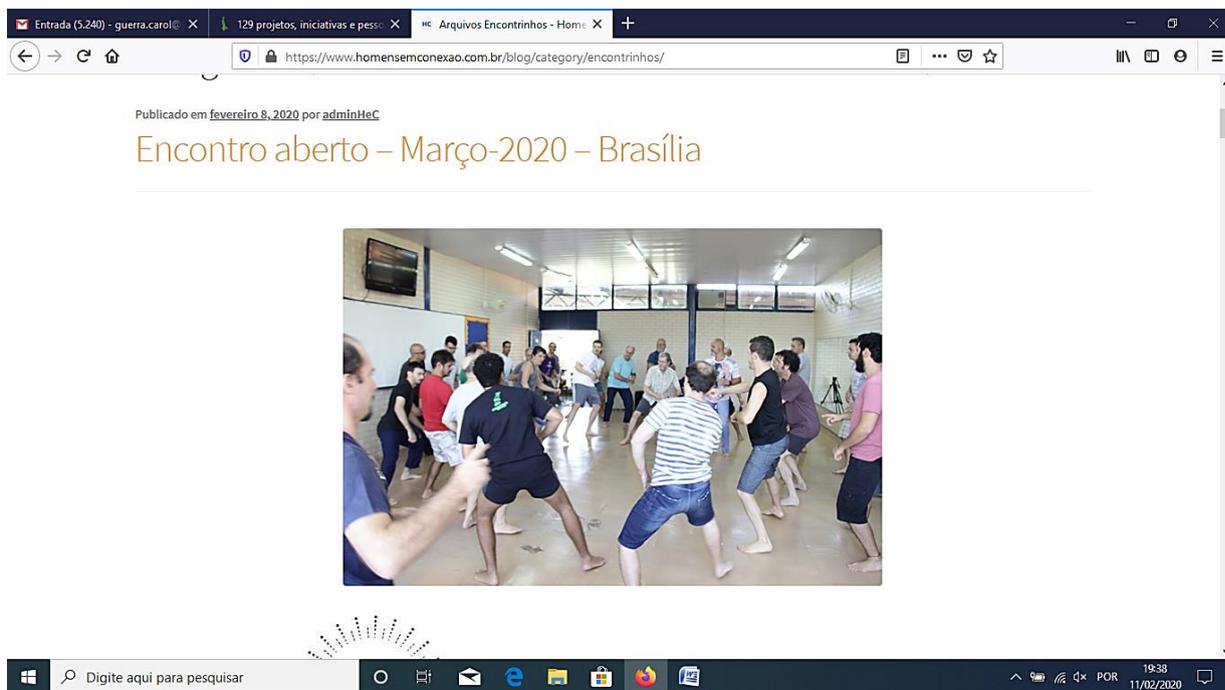
Dificuldades financeiras ou mais informações entre em contato: hemconexaodf@gmail.com ou [clique aqui para enviar mensagem por Whatsapp](#)

Política de cancelamento

Com até 1 semana antes do evento: reembolso de 50%.

Cancelamento com menos de 1 semana: sem reembolso.

Todo dinheiro arrecadado será usado para a realização do Grande Encontro 2020 e outros eventos do Homens em Conexão.



The screenshot shows a web browser window with the following details:

- Browser tabs: "Entrada (5.240) - guerra.carol...", "129 projetos, iniciativas e pess...", "Arquivos Encontrinhos - Home X", and a plus sign for more tabs.
- Address bar: "https://www.homensemconexao.com.br/blog/category/encontrinhos/"
- Page content: "Publicado em fevereiro 8, 2020 por adminHeC" followed by the title "Encontro aberto – Março-2020 – Brasília" in orange text.
- Image: A photograph of a group of people in a gymnasium practicing martial arts, likely Brazilian Jiu-Jitsu, in a circle.
- Taskbar: Windows search bar with "Digite aqui para pesquisar", taskbar icons for File Explorer, Mail, Edge, Photos, Store, Firefox, and a document icon. System tray shows "19:38 11/02/2020" and "POR".

ANEXO 3 – PÁGINA DO CÍRCULO DO FOGO SAGRADO – SACRED FIRE

The image shows a screenshot of a web browser displaying the Facebook page for 'Círculo do Fogo Sagrado - Sacred Fire'. The browser's address bar shows the URL 'https://www.facebook.com/fogosagradoholyfire/'. The page header includes the name 'Círculo do Fogo Sagrado - Sacred Fire' and the user 'Caroline'. The main content area features a large image of a campfire at night, with logs and a bright fire. Below the image are interaction buttons: 'Curtir', 'Seguir', 'Compartilhar', and 'Enviar mensagem'. The left sidebar contains navigation options: 'Página inicial', 'Avaliações', 'Fotos', 'Vídeos', 'Publicações', 'Eventos', 'Comunidade', and 'Sobre'. The right sidebar shows 'JOGOS INSTANTÂNEOS' and 'EM ALTA ENTRE SEUS AMIGOS' with various game icons. Below these are lists of friends and a search bar. The bottom of the page shows the Windows taskbar with the search bar and system tray.

ANEXO 4 – PÁGINA DO PROJETO MASCULINIDADES

The screenshot shows the Facebook profile page for 'Masculinities - Educação, Comunicação e Cuidado entre Homens'. The profile picture is a circular logo with the text 'Fibrantes Espaço Terapêutico para Homens' and contact information. The cover photo is a low-angle shot of a large tree trunk against a blue sky with green leaves. The page includes a navigation menu on the left with options like 'Página inicial', 'Eventos', 'Sobre', 'Vídeos', 'Fotos', 'Publicações', and 'Avaliações'. The main content area features a 'Criar publicação' section with a text input field and options for 'Foto/vídeo', 'Marcar amigos', and 'Check-in'. Below this is a 'Vídeos' section with a video thumbnail titled 'Debate de homem para homem - masculinidades - Livr...'. The right sidebar shows 'JOGOS INSTANTÂNEOS', 'EM ALTA ENTRE SEUS AMIGOS', and a list of friends including Lúcia Pontes, Vinicius Samuel, Italo Corado, Leonardo Mello, Amândoa Vilardi, Ricardo Anthony Fidelis, Elizabete BC, Leilê Helena, and Lili Rodrigues Pedro. The bottom of the browser window shows the Windows taskbar with the date 11/02/2020 and time 19:52.

The screenshot shows a Facebook post from the 'Masculinities - Educação, Comunicação e Cuidado entre Homens' page. The post is a photograph of a large group of men, many shirtless, posing in a natural outdoor setting with trees and logs. The caption reads: 'Imagem do ritual de passagem dos Guerreiros do Coração. Salve!!!'. The post has 5 likes and a comment section with the text 'Escreva um comentário...'. The right sidebar shows the same list of friends as in the previous screenshot. The bottom of the browser window shows the Windows taskbar with the date 11/02/2020 and time 19:54.

Entrada (5.240) - guerra.carol... 129 projetos, iniciativas e pess... (1) Masculinities - Educação, C... +

https://www.facebook.com/masculinitiesECC/photos/a.157603718163870/39522477735095/?type=3&...



Masculinities - Educação, Comunicação e Cuidado entre Homens
- 15 de maio de 2019

* **VIBRANTES - GRUPO TERAPÊUTICO PARA HOMENS** *

com Rafael Gonçalves e Franco César Bernardes

"Encontros Abertos": às quartas-feiras de maio e junho, das 20h às 22h no Centro Holístico Altiplano (CHA).

Espaço facilitador de vivências corporais e meditativas, sempre integradas a roda de conversas sobre os elementos oriundos das vivências e/ou de temas cotidianos ao contexto das masculinidades vividas em sociedade, na família, no trabalho e/ou na intimidade.

Investimentos sugeridos por encontro*:

- necessário: 50 reais
- justo: 80 reais.

(*) no mês de maio, em homenagem às nossas mães, estamos abrindo a possibilidade de contribuir com R\$ 30,00.

Escreva um comentário...

Digite aqui para pesquisar

19:56 11/02/2020

Entrada (5.240) - guerra.carol... 129 projetos, iniciativas e pess... rodas de conversas para home... (1) Simbaz - Culinária Afro e B... +

https://www.facebook.com/simbazbrasil/photos/a.1921673578095041/2243235252605537/?type=1&theater



Simbaz - Culinária Afro e Bar
- 26 de fevereiro de 2019

A Roda de Conversa de homens negros completa sua 10ª edição!

Nesta roda, do dia 27.02, o tema será "Saúde mental do homem negro". Tema bastante abrangente e urgente!

E a ação movimentada pelo coletivo continua. A arrecadação de absorventes íntimos que serão encaminhados para as mulheres presas na Colméia, o presídio feminino do Distrito Federal.

Durante toda a semana o Simbaz estará arrecadando os absorventes. Fiquem a vontade de doar. (Com abas são os melhores)

Também é importante lembrar que qualquer pessoa negra com identificação masculina, independente do gênero é bem vinda na roda de conversa.

#MasculinidadeNegra #homensnegros
#masculinidades
#homem
#papodehomem #pretos #wakanda #afreeka
#masculino #masculinismo
#men #BlackLivesMatter

Escreva um comentário...

Digite aqui para pesquisar

20:02 11/02/2020

Entrada (5.240) - guerra.carol... | 129 projetos, iniciativas e pess... | (1) Masculinities - Educação, C... | +

https://www.facebook.com/masculinitiesECC/

Masculinities - Educação, Comunicação e Cuidado entre H... | Caroline | Página inicial | Criar

Masculinities - Educação, Comunicação e Cuidado entre Homens | @masculinitiesECC

Página inicial

- Eventos
- Sobre
- Vídeos
- Fotos
- Publicações
- Avaliações
- Comunidade

Criar uma Página

Vibrar!



Centro Holístico Altiplano está com Rafa Energia e Franco César Bernardes em

Kali Coletiva Feminista | La Bagacera curtiu isso | Agência de consultoria

Páginas curtidas por esta Página

- Cuidar das Psicol...
- Kuana - o outro lado...
- Fundo Rotativo S...

Português (Brasil) | Português (Portugal) | English (US) | Español | Français (France) | +

Privacidade · Termos · Anúncios · Opções de anúncio · Cookies · Mais · Facebook © 2020

JOGOS INSTANTÂNEOS

- W

EM ALTA ENTRE SEUS AMIGOS

- PRATA BINGO
- OURO BINGO

CONVERSAS EM GRUPO

19:57 11/02/2020