

MASCULINIDADE HEGEMÔNICA E EVITAÇÃO EMOCIONAL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE AUTOCUIDADO NA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

SANTOS, G. N.; MOURINHO, G.

Palavras-chaves: Masculinidade hegemônica. Evitação emocional. Autocuidado. Análise do Comportamento. Saúde do homem.

1. INTRODUÇÃO

O estudo das masculinidades, consolidado nas ciências humanas desde o final do século XX, desafia visões tradicionais de papéis sexuais. Connell (1995) redefine masculinidade como práticas sociais dinâmicas, marcadas por poder e hegemonia, moldadas por instituições como família e mercado de trabalho, superando o conceito estático de "papel masculino". Essa perspectiva plural reconhece masculinidades hegemônicas e marginalizadas, destacando sua historicidade desde os movimentos de liberação dos anos 1970.

Grossi (2004) analisa a interdependência entre masculinidade e feminilidade, enfatizando que, no Brasil, a masculinidade hegemônica associa-se à "atividade" (agressividade sexual e comportamental), reforçada por rituais culturais que desencorajam vulnerabilidade emocional, impactando negativamente a saúde mental masculina.

Na saúde pública, Separavich e Canesqui (2013) examinam a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH, 2008), que aponta como a masculinidade hegemônica, ao valorizar força e rejeitar fraqueza, reduz a adesão masculina aos serviços de saúde, elevando morbimortalidade por agravos crônicos e violência. A revisão de literatura (2005-2011) identifica barreiras culturais, como estereótipos que associam buscar ajuda à perda de status, sugerindo políticas que considerem a diversidade de masculinidades.

O artigo propõe investigar como as masculinidades contemporâneas influenciam a evitação emocional e a negligência ao autocuidado, analisando raízes históricas e culturais. Alinhado à PNAISH e às teorias de Connell e Grossi, busca contribuir para a Psicologia com intervenções que promovam autocuidado, reduzam o estigma da vulnerabilidade emocional e fortaleçam a saúde integral dos homens.

2. OBJETIVO

Analisar sob a perspectiva da análise do comportamento, como contingências sociais e culturais mantêm comportamentos de esquiva e evitação relacionados às emoções em homens, e de que modo esses comportamentos afetam o engajamentos em práticas de autocuidado.

3. MÉTODO

A metodologia deste artigo fundamenta-se em uma revisão bibliográfica, essencial para explorar os conceitos de masculinidade hegemônica, evitação emocional e autocuidado no âmbito da Análise do Comportamento e estudos de gênero, visando organizar informações de textos selecionados para embasar a teoria e prática desses conceitos. A pesquisa envolveu busca em bases como SciELO, Google Acadêmico e PubMed, com palavras-chave como “masculinidade hegemônica”, “análise do comportamento”, “evitação emocional”, “autocuidado em homens” e “saúde mental masculina”, selecionando artigos teóricos, revisões bibliográficas e aplicações clínicas, publicados entre 1995 e 2023, com foco em contextos brasileiros e interdisciplinares. Cada artigo foi submetido a leitura completa para visão geral, seguida pela identificação e hierarquização de ideias principais e secundárias, facilitando a análise temática das relações entre contingências culturais e déficits de autocuidado. As informações foram sintetizadas, construindo uma compreensão clara da evitação emocional e autocuidado na masculinidade hegemônica, com relevância para políticas de saúde pública e intervenções comportamentais, assegurando embasamento em pesquisas confiáveis e aplicáveis.

4. DESENVOLVIMENTO

4.1 Conceitos de Gênero e Masculinidades

Os estudos de gênero redefinem as relações entre homens e mulheres, tratando o gênero como uma construção social histórica, não apenas biológica. Connell (1995) descreve a masculinidade como práticas sociais enraizadas em relações de poder, com a masculinidade hegemônica legitimando a autoridade masculina e marginalizando outras formas de ser homem. Essa perspectiva, evidenciada por movimentos como os protestos patriarcais dos anos 1970 e ações contemporâneas contra violência sexual, destaca a variabilidade cultural e

temporal das masculinidades, moldando comportamentos como a evitação emocional. Grossi (2004) enfatiza a interdependência entre masculinidade e feminilidade, apontando que, no Brasil, rituais como os do Alto Xingu reforçam a repressão emocional ao associar vulnerabilidade à fraqueza, criando padrões comportamentais que impactam saúde e relações interpessoais. Separavich e Canesqui (2013) aplicam essa teoria à saúde pública, analisando a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH, 2008), que identifica estereótipos culturais, como associar doença à fraqueza, como barreiras à adesão aos serviços de saúde. A síntese dessas contribuições revela que a evitação emocional e a negligência do autocuidado resultam de contingências socioculturais, oferecendo uma base para intervenções que promovam práticas de gênero mais equitativas.

4.2 Comportamentos de Evitação na Análise do Comportamento

Na Análise do Comportamento, a esquiva é um operante mantido por reforço negativo, evitando estímulos aversivos (Skinner, 1953). Normas de masculinidade hegemônica, que valorizam a repressão emocional, criam contingências que reforçam a evitação emocional, limitando o acesso a reforçadores positivos, como o autocuidado. Brandão (1999) sugere intervenções baseadas no "aqui e agora" da relação terapêutica, utilizando reforçamento natural para expandir repertórios, como expressar emoções e buscar saúde. Essa abordagem conecta-se aos objetivos do estudo, oferecendo uma estrutura para investigar a esquiva e propor estratégias de manejo que promovam engajamento em práticas de autocuidado.

4.3 Processos de Aprendizagem da Masculinidade Hegemônica na Análise do Comportamento

Intervenções comportamentais são estratégias para abordar a evitação emocional e déficits de autocuidado ligados à masculinidade hegemônica, interpretados como respostas operantes mantidas por contingências socioculturais. Kuch e Dittrich (2023) destacam a eficiência da Análise do Comportamento em fenômenos sociais, propondo a psicoterapia analítico-comportamental como ferramenta de mudança cultural, incentivando práticas menos danosas. A PNAISH (Separavich e Canesqui, 2013) reforça a necessidade de intervenções que considerem estereótipos culturais, promovendo modelagem de comportamentos de autocuidado e extinção de respostas de evitação. Sousa (2022) e Moreira e Medeiros (2007) sugerem reforço positivo para práticas preventivas, como monitoramento da saúde, enquanto Silva e Melo (2021) propõem o cuidado singular para enfrentar o machismo, utilizando

exposição gradual a eventos emocionais aversivos. Ciccone Paschoalick et al. (2006) defendem campanhas que desconstróem estigmas, reforçando o acesso a serviços de saúde. Alinhadas à PNAISH, essas intervenções promovem equidade de gênero e saúde integral, integrando reforçamento natural e análise funcional para transformar padrões de evitação em repertórios saudáveis.

5. CONCLUSÃO

O presente artigo evidenciou, a partir da Análise do Comportamento, que a evitação emocional e a resistência ao autocuidado em homens não se reduzem a escolhas individuais, mas resultam de contingências sociais e culturais sustentadas por instituições que reforçam a masculinidade hegemônica. Essas práticas frequentemente mantidas por esquiva e reforçamento negativo, repercutem para além do nível individual, afetando saúde, adesão a cuidados preventivos e qualidade de vida. Nesse cenário, a Análise do Comportamento se mostrou relevante ao propor alternativas de manejo fundamentadas em reforçamento positivo e modelagem, sobretudo quando articuladas a políticas públicas como a PNAISH, no sentido de ampliar repertórios de cuidado e reduzir o estigma em torno da vulnerabilidade masculina. A contribuição central deste estudo está em demonstrar que a transformação desses padrões demanda mudanças coletivas e interdisciplinares, envolvendo Psicologia, Saúde Pública e Educação. Recomenda-se, ainda, o aprofundamento em investigações futuras que contemplem diferentes contextos culturais e geracionais, favorecendo práticas mais eficazes e sensíveis às múltiplas formas de masculinidade.

6. REFERÊNCIA

BRANDAO, Maria Zilah da Silva. Terapia comportamental e análise funcional da relação terapêutica: estratégias clínicas para lidar com comportamento de esquiva. Rev. bras. ter. comport. cogn., São Paulo, v. 1, n. 2, p. 179-187, dez. 1999. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55451999000200007&lng=pt&nrm=iso.

CAVALCANTE, Jailson et al.. Gênero e masculinidade: estigmas associados ao “ser” homem. Anais do X CONEDU... Campina Grande: Realize Editora, 2024. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/110194>.

CICCONE PASCHOALICK, R.; RIBEIRO LACERDA, M.; CENTA, M. L. Gênero masculino e saúde. Cogitare Enfermagem, v. 11, n. 1, p. 80-86, 2006. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/download/5979/4279>.

CONNEL, Robert W. Políticas da masculinidade. *Educação & realidade*, v. 20, n. 2, 1995.

GROSSÍ, Miriam Pilar. Masculinidades: uma revisão teórica. *Mandrágora*, [S. l.], v. 12, n. 12, p. 21–42, 2025. Disponível em:

<https://revistas.metodista.br/index.php/mandragora/article/view/1412>.

KUCH, I. E. DITTRICH, A. . As masculinidades como variáveis relevantes para analistas do comportamento: Reflexões teóricas e práticas. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, [S. l.], p. 154–169, 2023. DOI: 10.18761/vecc291122a. Disponível em:

<https://www.revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/982>.

MOREIRA, M. B.; MEDEIROS, C. A. *Princípios básicos de análise do comportamento*. Brasília, 2007.

SEPARAVICH, Marco Antonio; CANESQUI, Ana Maria. Saúde do homem e masculinidades na Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: uma revisão bibliográfica. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, 2013. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/QSYJggmjYNygGFkKQf4xTjc/?format=html&lang=pt>.

SILVA, R. P.; MELO, E. A.. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo?. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 10, p. 4613–4622, out. 2021. Disponível em:

<https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.10612021https://www.scielo.br/j/csc/a/THNcKsn4kgqwb6rFbS48ntM/?lang=pt>.

SOUSA, A. da S. Masculinidade hegemônica: contingências relacionadas ao déficit de autocuidado à saúde em homens. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, [S. l.], v. 13, n. 2, p. 207–218, 2022. DOI: 10.18761/PACa15gh45. Disponível em:

<https://www.revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/920>.

SKINNER, Burrhus Frederic. *Ciência e comportamento humano*. São Paulo: Martins Fontes, 2003.