

**Resumo:** Dados estatísticos apontam que a comunidade LGBTQIA+ tem sido alvo de violências no Brasil e no mundo, o que nos mobiliza a analisar de forma mais profunda esse fenômeno, já que nem toda forma de violência é explícita e traduzida em agressão física ou homicídios. Em muitos casos, de forma cotidiana, pessoas de minorias sexuais sofrem micro agressões, que são comentários maldosos e insultos depreciativos, intencionais ou não, podendo causar diminuição do bem-estar psíquico. Desse modo, este artigo tem como objetivo compreender como as micro agressões afetam subjetivamente os indivíduos LGBTQIA+. A partir de uma revisão de literatura, buscou-se explorar os diferentes tipos de micro agressão e como elas afetam de forma negativa e particular algumas das categorias da comunidade. O artigo também aborda questões de gênero e masculinidade hegemônica, averiguando o papel dessas questões na manutenção das micro agressões. Pensando na saúde de pessoas LGBTQIA+, foi investigado fatores de risco que levam ao sofrimento psíquico entre pessoas da comunidade e a importância da psicologia no acolhimento de pessoas LGBTQIA+ e na não reprodução de micro agressões. Por fim, foi analisado o papel duplo da mídia televisiva, podendo ser uma perpetuadora de micro agressões, mas também um sistema de potencial educativo para a sociedade. O artigo pode contribuir para um maior conhecimento sobre micro agressões e de que forma essas ações tão culturalmente arraigadas podem ser prejudiciais para pessoas LGBTQIA+.

**Palavras-Chave:** micro agressão; comunidade LGBTQIA+; impactos psicológicos; série de tv

## Os Impactos das Micro Agressões em Relação à Comunidade LGBTQIA+

*Maria Eduarda Borges Duarte*

A violência contra a comunidade LGBTQIA+ não é novidade no mundo, de forma que as taxas são altas em vários países. No Brasil, de acordo com o Atlas da Violência de 2021, as denúncias de violência contra a comunidade aumentaram 9,8% de 2020 para 2021 em relação às pessoas homossexuais e bissexuais, e 5,6% nesse mesmo período contra pessoas Trans e Travestis (Cerqueira, 2021).

No que se refere, de forma mais específica, às pessoas Trans e Travestis, a ANTRA, Associação Nacional de Travestis e Transexuais, lançou o Dossiê dos Assassinatos e da Violência contra Travestis e Transexuais Brasileiras, no qual relata que, no ano de 2021, ocorreram 125 assassinatos a essa parte específica da comunidade. (Benevides e Nogueira, 2021).

O Dossiê apresenta dados divulgados pela *Transgender Europe*, por meio da *Trans Murder Monitoring*, um projeto de pesquisa que faz o monitoramento e coleta dos relatórios de homicídios de pessoas trans pelo mundo. A pesquisa é realizada desde

2008 e, desde então, foram assassinadas 4042 pessoas no mundo, sendo 38,2% no Brasil. O Brasil se mantém, desde o início do levantamento, no topo da lista dos países que mais matam pessoas trans no mundo. (Benevides & Nogueira, 2021).

Por outro lado, segundo uma pesquisa realizada pelo canal de pornografia RedTube, o Brasil é o país que mais consome pornografia trans no mundo, se mantendo muito à frente da Itália e da Rússia, que ocupam, respectivamente, o segundo e o terceiro lugar na lista (Redtube Blog, 2016). Em um país que apresenta essa quantidade absurda de crimes de ódio contra toda uma população marginalizada, esse dado chega a ser incoerente.

A discussão feita por Bento (2017), citada e trabalhada por Fonseca (2018), mostra que embora a legislação brasileira possua lei que garante igualdade a todos, o estado não trabalha de forma efetiva para que grupos historicamente marginalizados, como a comunidade LGBTQIA+, sejam discriminados por serem diferentes. A sociedade brasileira os “aceitam”, desde que se mostrem de forma hegemonicamente apresentável. Essa certa aceitação acontece dentro de um “contrato de fronteira”, funcionando de forma que a violência não acontece, desde que os limites simbólicos não sejam ultrapassados. Assim, é aceitável ser gay, desde que não seja “afeminado”. Porém, para pessoas trans essa situação torna-se ainda mais difícil, já que essas fronteiras rompem mais radicalmente por conta da não linearidade entre sexo e gênero.

Em sua pesquisa, Fonseca (2018), investiga o paradoxo existente entre o alto índice de violência contra pessoas trans no Brasil, juntamente com o alto nível de consumo de pornografia trans. Conforme ela traz, pela fala de uma das psicólogas entrevistadas, esse paradoxo, de cunho psicanalítico, é a formação reativa voltada para o desejo. Nessa formação é possível que uma pessoa possa entrar em contato com o que deseja por meio de seu oposto, sendo o insulto e a violência. Isso pode significar que, aqueles que, mesmo agredindo pessoas trans, consomem pornografia desse segmento, sintam, em algum nível, desejos que não sabem lidar.

Esses dados nos mobilizam a pensar de forma mais aprofundada sobre a violência contra à comunidade LGBTQIA+. Nem toda forma de violência é traduzida em homicídios ou agressão física. Grande parte são comentários maldosos e insultos depreciativos. Segundo Nadal (2014) tais comentários maldosos e insultos depreciativos correspondem a micro agressões que, embora pouco discutidas, podem trazer impactos subjetivos preocupantes na vida dos indivíduos desse coletivo.

Nadal (2014) define micro agressões como ações comuns e breves, podendo ser verbais - xingamentos e frases diretas - , comportamentais - olhares e comportamentos hostis - ou ambientais - as placas de banheiro (já que relembram as pessoas trans que elas podem ser hostilizadas por não estarem dentro das conformidades de gênero) sendo intencionais ou não, traduzidas em insultos hostis, depreciativos ou negativos, direcionados a membros de grupos marginalizados e oprimidos, incluindo: pessoas negras, mulheres, comunidade LGBTQIA+, pessoas com deficiência e minorias religiosas.

Microagressão pode ser, por exemplo, um “olhar torto” para um casal homoafetivo de mãos dadas; dizer que uma pessoa bissexual está apenas confusa e não se descobriu ainda; utilizar o pronome errado de propósito ao se referir às pessoas trans; questionar quem é o “homem da relação” em um relacionamento lésbico; falar que é desperdício um homem muito bonito ser gay. Comentários e comportamentos como esses podem gerar sofrimento nas pessoas que são alvos dessas micro agressões (Nadal, 2014).

Derald Wing Sue (citado por Nadal, 2014), afirmou a existência de três formas de micro agressões. Micro ataques são caracterizados por formas evidentes de discriminação por parte de seus autores, mas sem pretensão de ofensa por pensarem que suas ações não são ofensivas ou prejudiciais. Um exemplo de micro ataque são falas como “que viadagem”. Para, posteriormente, dizer que foi apenas uma brincadeira. Micro insulto são declarações rudes ou comportamentos insensíveis que possam degradar a identidade de uma pessoa LGBTQIA + “você nem tem cara de lésbica”. As micro invalidações acontecem quando alguém nega os pensamentos, sentimentos ou experiências das pessoas da comunidade, como, por exemplo, a fala “você não tem como ser bissexual, isso não existe, você está apenas confuso”. Fala que invalida completamente a atração e os sentimentos de alguém que se considera bissexual (Nadal, 2014).

O assunto das micro agressões na temática LGBTQIA + é pouco debatido no Brasil, já que, em sua maioria, o foco é nas micro agressões contra a população negra. Dessa forma, as pesquisas utilizadas para essa revisão de literatura serão de estudos de micro agressões LGBTQIA +, usando documentos e trabalhos acadêmicos que tenham como foco as micro agressões à comunidade LGBTQIA +, além de textos sobre os temas que permeiam, de forma mais ampla, essa discussão. O presente artigo é relevante para a comunidade, estudiosos e para profissionais da psicologia, pois pode trazer

contribuições importantes no que se refere à desconstrução da discriminação e do preconceito, já que mostra, de forma clara, como a violência simbólica sutil pode afetar negativamente a saúde mental desses indivíduos.

Desta forma, e levando em consideração o Código de Ética Profissional do Psicólogo (Conselho Federal de Psicologia, CFP, 2005) e as Resoluções do CFP que dizem respeito às pessoas LGBTQTs, a discussão teórica que será apresentada nesse artigo também é importante para os profissionais da Psicologia, já que esses têm o dever de enfrentar preconceitos, inclusive a LGBTQtobia. A revisão de literatura também poderá trazer contribuições importantes para os profissionais da psicologia na atuação com pessoas que se identificam como LGBTQIA +.

Um dos princípios fundamentais da atuação profissional em psicologia, presente no Código de Ética Profissional do Psicólogo, é o de número 2, que visa promover “a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades” (CFP, 2005, p.7) e contribuir para a “eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão” (CFP, 2005, p.7).

A Resolução 01/1999 do Conselho Federal de Psicologia (CFP), aprovada em 1999, estabeleceu que os psicólogos não deveriam abordar a homossexualidade como distúrbio, mas como uma das possibilidades de se vivenciar a sexualidade por parte do ser humano. Segundo tal Resolução, os psicólogos devem “contribuir, com seu conhecimento, para uma reflexão sobre o preconceito e o desaparecimento de discriminações e estigmatização contra a população LGBTQ” (CFP, 1999).

Dessa forma, vai ser papel do psicoterapeuta, segundo Borges (2009), como citado por Alves (2022), conseguir identificar, por exemplo, atitudes ancoradas na heteronormatividade, baixa autoestima e confusão mental causadas pela homofobia internalizada, e ajudar os clientes a perceber e reduzir esses comportamentos. A Psicologia e, especificamente, a psicoterapia pode ser fundamental para a desconstrução dos preconceitos, contribuindo para o desenvolvimento completo do sujeito (Alves, 2022)

Assim, o presente artigo busca responder a seguinte pergunta: de que forma a psicologia pode auxiliar no impacto subjetivo causado pelas micro agressões em relação às pessoas LGBTQIA+?

**Objetivo Geral:** compreender como as micro agressões afetam subjetivamente os indivíduos da comunidade LGBTQIA +.

## **Objetivos Específicos**

- analisar os conceitos e definições sobre micro agressões e como elas afetam subjetivamente à comunidade LGBTQIA +, com foco no impacto de tal violência simbólica sutil na vida das pessoas da comunidade.
- discutir como séries de TV podem funcionar como meio educacional, mas também como reprodutora de micro agressões à comunidade LGBTQIA +.

## **Micro Agressões: Definições e Conceitos**

Em uma revisão de literatura de Nadal, Whitman, Davis, Erazo e Davidoff (2016), é apresentada a Teoria da Micro agressão, um modelo elaborado em 2007 por Sue, Capodilupo, Torino, Bucceri, Holder, Nadal e Esquilin, na qual foi criada uma taxonomia de micro agressões. Essa teoria tem semelhanças com a Teoria do Estresse Minoritário, que propôs que pessoas que se afastam das normas sociais sofrem estresse crônico diariamente associado à manutenção de suas identidades em contextos de estigma social. (Nadal et al, 2016)

São definidas três tipos de micro agressões por Nadal em 2013 (Nadal et al, 2016):

1. Micro ataques: são caracterizados por formas evidentes de discriminação por parte de seus autores, mas sem pretensão de ofensa por pensarem que suas ações não são ofensivas ou prejudiciais. Um exemplo disso são falas como “que coisa gay” para qualquer comportamento que seja considerado “feminino”
2. Micro insultos: caracterizados por declarações rudes ou comportamentos insensíveis que possam degradar a identidade de uma pessoa LGBTQIA +. Dizer que “você nem tem cara de lésbica”, pode ser considerado um micro insulto, assim como a ideia baseada no estereótipo de que todo gay é afeminado ou toda lésbica é masculinizada.
3. Micro invalidações: caracterizadas pela negação dos pensamentos, sentimentos ou experiências das pessoas da comunidade. A fala “você não tem como ser bissexual, isso não existe, você está apenas confuso” invalida completamente a atração e os sentimentos de alguém que se considera bissexual.

No âmbito da Teoria da Microagressão foi criada uma Taxonomia na qual Nadal, Rivera e Corpus (2010), devidamente revista por Nadal et al (2016), discutiram oito temas de micro agressões que supostamente impactam as pessoas LGBTQIA +:

1. O Uso de Terminologia Heterossexista ou Transfóbica: uso de linguagem ou insultos para rebaixar pessoas LGBTQIA +, ou uso de palavras que associam identidades LGBTQIA + a algo negativo. Por exemplo, dizer “Gay não!”, o que mostra não querer ser percebido como gay por certos comportamentos; ou chamar pessoas transgênero, intencionalmente ou não, por seus pronomes de gênero incorretos.
2. O Endosso de Cultura Heteronormativa ou de Conformação de Gênero: casos em que se espera que indivíduos LGBTQIA + ajam como se fossem heterossexuais ou ocultem sua orientação sexual ou identidade de gênero para se adequar aos padrões hegemônicos no campo das questões de gênero e sexualidade. Por exemplo, esperar que as pessoas sigam os estereótipos de gênero em termos de vestimenta.
3. A suposição de uma Experiência Universal: envolve comentários ou comportamentos que sugerem que as pessoas LGBTQIA + são todas iguais e passaram pelas mesmas experiências. Por exemplo, esperar que todos os homens gays sejam promíscuos ou todas as lésbicas como sendo masculinizadas.
4. Exotização: envolve micro agressões em que pessoas LGBTQIA + são fetichizadas ou desumanizadas. Um exemplo é assumir que uma mulher bissexual se interessaria em participar de um menage.
5. Desconforto/Desaprovação da Experiência LGBTQIA +: situações em que pessoas LGBTQIA + são condenadas por suas ações. Por exemplo, pessoas LGBTQIA + receberem olhares de desaprovação ao se envolver em demonstrações públicas de afeto.
6. A Negação da Realidade do Heterossexismo/Transfobia: quando uma pessoa heterossexual ou cisgênero afirma que a homofobia/transfobia não existe.
7. A Suposição de Patologia/Anormalidade Sexual: assumir que pessoas LGBTQIA + possuem algum desvio sexual. Por exemplo, supor que todo homem gay vai ser portador de HIV ou que eles sejam predadores sexuais ou pedófilos.

8. A Negação do Heterossexismo/Transfobia Individual: diz respeito à negação individual de ter feito ou dito algo que foi ofensivo para alguém ou para a comunidade LGBTQIA +.

Durante a revisão de literatura de Nadal et al. (2016), os autores deixam claro que, embora a taxonomia criada seja geral para pessoas LGBTQIA +, existem especificidades em como as micro agressões funcionam para cada categoria da comunidade, levando em consideração orientação sexual ou identidade de gênero.

Os estudos mostram que as micro agressões voltadas para mulheres lésbicas estão muito ligadas à misoginia, focando muito na erotização por parte de homens heterossexuais, assim como nas expectativas de se vestir de maneira mais feminina, de acordo com as expectativas da sociedade para seu gênero (Nadal et al, 2016).

Nas micro agressões contra homens gays, há muito o uso de linguagem heterossexista e policiamento de masculinidade, voltada para a ideia de que homens gays não podem ser bons em atividades consideradas para homens heterossexuais, como jogar futebol. As noções estereotipadas de que homens gays são predadores ou promíscuos também está inclusa como micro agressões voltadas à orientação sexual (Nadal et al, 2016).

Pessoas bissexuais tendem a ser menos estereotipadas por existir uma noção de passabilidade, mas parte das micro agressões estão ligadas ao constante questionamento de relacionamentos e a invalidação de sexualidade quando a pessoa está namorando alguém do sexo oposto. Porém, a maior micro agressão que pessoas bissexuais sofrem é o estereótipo de que são confusas ou patológicas. De forma geral, são frequentemente indesejados dentro e fora da comunidade (Nadal et al, 2016).

Já em relação a micro agressões a pessoas trans e pessoas fora do sistema binário de gênero, os autores enfatizam o fato de terem menos pesquisas sobre essas categorias já ser uma micro agressão. De forma geral, as micro agressões estão ligadas ao uso de terminologias transfóbicas e uso errado do pronome, assim como negação de privacidade corporal. Uma outra micro agressão que afeta muito mais pessoas trans e pessoas fora do sistema binário de gênero são as micro agressões sistêmicas, que estão ligadas a como os sistemas sociais podem ser agressivos com as pessoas fora das conformidades de gênero. O uso de banheiro público é um exemplo disso, assim como as dificuldades que as pessoas sofrem para a emissão de nova identidade que esteja de acordo com sua identidade de gênero. Pessoas trans tendem a ser mais fetichizadas, mas

também sofrem mais assédio e ameaças físicas, o que corrobora os dados sobre violência a essa população, exemplificados anteriormente no presente artigo (Nadal et al, 2016).

Os diversos estudos analisados mostram que existem três formas distintas que uma pessoa pode reagir ao sofrer micro agressões: reações comportamentais, reações cognitivas e reações emocionais. As reações comportamentais podem variar entre passividade, não fazer nada, ou confronto, abordando diretamente o agressor e a situação. Reações cognitivas dizem respeito aos processos de pensamentos que ocorrem durante e depois de sofrer uma micro agressão, variando entre aceitação da agressão ou tornando-se mais resilientes e empoderados. Por último, as reações emocionais, que estão ligadas às diferentes emoções que a vítima pode experimentar durante e após as micro agressões, variando de tristeza, raiva e decepção. (Nadal et al, 2016)

### **As Nuances das Micro Agressões**

Pensando que as micro agressões são um microcosmo da LGBTfobia, faz-se necessário entender as noções de identidade, estereótipo, discriminação e papéis de gênero.

A identidade se refere ao que nos torna únicos, aspectos individuais que faz com que sejamos diferentes dos outros, diz respeito ao que uma pessoa é. Esses fatores nos diferenciam das outras pessoas, mas também nos coloca em certas categorias sociais que compartilhamos com outras pessoas, sendo esta a identidade social. Segundo Woodward (2000), a identidade é relacional, sendo marcada pelo que nos difere dos outros, e se constitui durante a integração entre indivíduos de contextos diferentes. (Galinki & Zauli, 2011; Madureira & Branco, 2012)

Essa marcação simbólica da diferença acaba criando um fenômeno de fronteira, que constrói um caminho para investigar as relações entre nós e o outro, ajudando a delimitar as diferenças entre os sujeitos e os grupos sociais. Quando essas fronteiras são rígidas é possível ver o fenômeno da discriminação, já que o outro é o diferente (Madureira & Branco, 2012)

O ser humano constrói seus processos identitários nas relações com os outros sociais e seu contexto histórico cultural. Assim, a cultura ocupa um papel de suma importância na formação e desenvolvimento psicológico do indivíduo, conferindo diversas possibilidades dos seres humanos aprenderem coletivamente. Madureira & Branco (2005, citado por Madureira & Branco, 2012), definem cultura como um



sistema aberto que engloba a produção humana e os processos de significação, como tecnologia, arte, arquitetura, crenças, dentre outros. Isso significa que a cultura confere a oportunidade do ser humano aprender em coletivo, e passando de geração em geração. (Madureira & Branco, 2012)

Pensando, então, sobre identidade, Sabat (2001) explica que nos identificamos com diferentes categorias que se formam em torno de sexo, raça/etnia e sexualidade. Diretamente ligada à cultura, a identidade vai ser formada dependendo de determinantes históricos e culturais, mas que não constituem identidade nem definidas, nem universais. Levando a discussão de identidade para gênero, a perspectiva usada por Sabat (2001), é baseada em Scott (1995), e diz que gênero surge como um conceito para enfatizar o aspecto relacional entre homens e mulheres, focando mais nos valores socialmente construídos, e rejeitando os sentidos vindos do determinismo biológico.

Assim, as identidades sexuais não são naturais e sim, adquiridas e construídas. Porém, existe um foco social na heteronormatividade que, segundo Britzman (1996), é uma “obsessão com a sexualidade normalizante, através de discursos que descrevem a situação homossexual como desviante”. Assim, qualquer sexualidade que fuja da heterossexualidade são excluídas. (Sabat, 2001)

Existe toda uma relação entre quem a pessoa é e o que ela consome. Muitos dos estereótipos que temos na sociedade atual estão ligados ao que é consumido por um indivíduo. (Woodward, 2000). Os estereótipos correspondem a um conjunto de crenças imprecisas que se faz a um grupo ou pessoa (Pérez-Nebra & Jesus, 2011). Por exemplo, existe um estereótipo associado a mulheres lésbicas de que se a pessoa é lésbica porque não encontrou o homem certo. A partir do momento que essa generalização sobre alguém é transformada em atitude, se configura o preconceito, nesse caso específico a lesbofobia. (Pérez-Nebra & Jesus, 2011).

De forma geral, percebe-se que as micro agressões são uma instância da LGBTfobia e está ligada ao sexismo, já que a sociedade atual determina as formas que homens e mulheres devem agir.

Pensando, de forma mais específica, sobre as identidades de gênero, uma questão importante são as noções de gênero e os papéis que performamos na sociedade. O conceito de gênero está diretamente ligada às relações sociais desiguais entre homens e mulheres na sociedade, sendo estas um resultado da cultura e da construção do que são papéis associados à masculinidade e à feminilidade, sendo estes papéis difundidos na cultura e na história de uma sociedade. Como homens e mulheres devem se portar já

começam antes do nascimento, muitas vezes na escolha das roupas das crianças. (Cabral & Diaz, 1998)

Levando em consideração a discussão sobre o conceito de gênero, é necessário relembrar conceitos ligados à masculinidade hegemônica e seus desdobramentos para a construção da LGBTfobia e, conseqüentemente, micro agressões à comunidade LGBTQIA +.

Connell (1987, 1995) definiu “masculinidade” como uma configuração de práticas em torno da posição dos homens na estrutura da sociedade. É importante salientar a importância de uma análise histórica sobre essas práticas, já que a construção da masculinidade se dá por uma estrutura histórica, passada pelas gerações, e pelos relacionamentos. Estudos etnográficos mostram que as noções e práticas associadas à masculinidade, assim como sua definição e construção variam de acordo com a sociedade (Bento, 2015).

Para Connell (1987), existe uma obsessão em definir rigidamente categorias de “homem” e “mulher” e isso é um dos fatores primordiais da sociedade patriarcal. Além da divisão de “homem” e “mulher”, existe uma divisão específica em relação aos homens, fazendo separação entre masculinidade hegemônica e várias masculinidades subordinadas. Essa masculinidade hegemônica, que forma um padrão de como ser um homem socialmente aceito, se impõe sobre outros tipos de masculinidade (Bento, 2015).

Bourdieu (2005), em sua obra “A Dominação Masculina”, discorre sobre como durante o processo de socialização pelo qual o sujeito passa, as instituições sociais - família, escola, estado, igreja, mídia e outras - ele constrói concepções e noções do que significa feminilidade e masculinidade. Assim, essas estruturas ajudam a introjetar valores e práticas que levam o sujeito a definir como cada gênero desse agir em sociedade, o que abre caminhos para a manutenção das desigualdades de gênero e das hierarquias referentes às posições sociais de homens e mulheres na sociedade.

A masculinidade normativa e dominante está enraizada na sociedade em todas as suas esferas, e tem como fundamento a competição, busca pelo sucesso e pelo poder. Esses fundamentos legitimam o patriarcado e a posição de poder do homem sobre outros homens que não se encaixam nas normas e sobre as mulheres, as colocando como subordinadas aos homens. Ser homem de acordo com a masculinidade normativa é “não ser como as mulheres”. A noção anti feminina é central nas ideias rígidas de masculinidade, de forma que masculinidade é definida por: ser homem é não ser mulher. (Bento, 2015). Sobre essa noção rígida, Bento (2015) comenta:

Uma definição de masculinidade permanece como referencial de acordo com a qual outras formas de masculinidade são julgadas e avaliadas. Dentro da cultura dominante, a masculinidade que define homens brancos, de classe média, de meia-idade, heterossexual, é a masculinidade que estabelece os padrões para os outros homens pelos quais são julgados e, na maioria das vezes, considerados incompletos. (Bento, 2015)

Na sociedade brasileira, a masculinidade hegemônica define padrões de comportamentos que os homens devem seguir. Nossa sociedade define que qualquer semelhança dos homens com características vistas como do gênero feminino é suficiente para que ele seja classificado como gay ou “menos homem”, sendo desvalorizado socialmente (Bento, 2015).

Os homens crescem e são ensinados o que podem ser e o como devem agir baseados no que a sociedade diz que é masculinidade. A identidade do homem é construída com base no seu reconhecimento como membro do gênero masculino por parte de outros homens e da aprovação social masculina. Uma das características mais esperadas dos homens é que eles sejam heterossexuais e homofóbicos, assim como agressivos (Bento, 2015). Essa expectativa social faz com que seja criada uma barreira para a convivência sem preconceitos com pessoas LGBTQIA+. Essa rejeição naturalizada com a comunidade LGBTQIA+, faz com que muitas ofensas e agressões sejam deferidas contra essas pessoas. As micro agressões à LGBTQIA+ parece ser institucionalizada para que o sujeito possa ser considerado “homem” na sociedade.

Sobre a masculinidade hegemônica, Holanda (2020) comenta sobre o caráter de "gratificação fantasiosa", um ponto interessante de ser explorado, justamente por muitos homens agirem como é socialmente aceito como se fossem ganhar algo. Propriamente dito, ganha apenas o “título” de “homem de verdade.”

Esse assunto é importante para a discussão das micro agressões à população LGBTQIA+ pois, segundo Welzer-Land (2001), citado por Holanda (2020), a masculinidade hegemônica vai encontrar suporte no modelo sexista, baseado na subordinação da mulher pelos homens, e também, de forma mais geral, na LGBTfobia.

### **O Impacto das Micro Agressões na Saúde das Pessoas LGBTQIA +**

Uma pesquisa qualitativa de Nadal, Wong, Issa, Meterko, Leon e Wideman, em 2011, realizada com pessoas gays, lésbicas e bissexuais, com uso de grupos focais e análise de conteúdo direcionada para categorizar os dados obtidos, buscou mostrar os

mecanismos de enfrentamento e os processos internos vivenciados por indivíduos LGBTQIA+ quando passam por situações de microagressões por orientação sexual. De acordo com a pesquisa, foi observado como as micro agressões podem afetar a saúde mental das pessoas LGBTQIA + com problemas específicos, como depressão, ansiedade e estresse pós-traumático, assim como sentimentos de não aceitação e homofobia interiorizada. Segundo relatos de alguns dos participantes, ao sofrerem micro agressões, sentiram um aumento da ansiedade. Logicamente a ansiedade e a depressão podem ser decorrentes de outros fatores da vida, mas as micro agressões sofridas em uma sociedade homofóbica, adicionam mais um fardo aos membros da comunidade LGBTQIA +. (Nadal et al, 2011)

Outro aspecto abordado na pesquisa foi como as pessoas LGBTQIA + são representadas nas mídias e como as representações baseadas em estereótipos podem causar impactos negativos na saúde mental. Ver representações com teor cômico e que estereotipam comportamentos em personagens LGBTQIA + na mídia, pode fazer com que as pessoas se sintam isoladas, invalidadas e machucadas, pois não representam a realidade. Ponto também abordado que pode causar desconforto emocional e decepção é com resoluções que partem do governo, como decisões que ferem os direitos LGBTQIA+ ou os impedem de realizar atividade que heterossexuais não teriam problemas - adoção, doação de sangue, nova identidade para pessoas transsexuais (Nadal et al, 2011)

Quem são os autores das micro agressões também pode contribuir para o sofrimento subjetivo dos indivíduos. Segundo alguns participantes, o fato de não serem bem aceitos em casa e até sofrerem rejeição familiar, pioraram os casos de depressão e ansiedade deles. Embora possam sofrer por diversas razões, é claro o impacto das micro agressões nos aspectos relacionados ao bem-estar e desenvolvimento pessoal desses participantes (Nadal et al, 2011). As reações emocionais provindas das micro agressões constatadas no estudo mencionado incluem desconforto, raiva, tristeza e vergonha.

A revisão de literatura de Nadal e colegas (2016) aponta que as micro agressões são prejudiciais e impactantes para a saúde mental dos membros da comunidade LGBTQIA+, podendo causar baixos níveis de auto-estima; maior prevalência de sintomas depressivos; níveis mais baixos de bem-estar psicológico; maior prevalência de consumo excessivo de álcool; e maior intensidade de emoções negativas.

O artigo *Risk Versus Resiliency Addressing Depression in Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Youth*, de Johnson, Leibowitz, Chavez e Herbert (2019)

propõe que que jovens lésbicas, gays, bissexuais e transgêneros são mais predispostos à depressão por alguns de fatores únicos de risco, dentre eles: discriminação e estigma; estresse crônico e estigma internalizado; e apoio ou rejeição familiar.

Johnson et al (2019) comenta que jovens LGBTQIA + correm mais risco de depressão, ansiedade, suicídio e outros fatores que causam resultados preocupantes à saúde física e mental. Um dos motivos para isso está ligado a discriminação legal explícita, que diz respeito às faltas dos mesmos direitos e proteções governamentais de indivíduos de fora da comunidade, ou a discriminação por meio de atitudes e comportamentos, as micro agressões. A discriminação pode impedir que pessoas LGBTQIA + tenham acesso a medicina de qualidade, seja por uma certa recusa de atendimento ou pelo medo do paciente com base em experiências negativas anteriores.

Outro fator de risco é o estresse crônico e o estigma internalizado. Esse fator leva em consideração o modelo de estresse minoritário, no qual eventos discriminatórios recorrentes levam a uma maior expectativa de que outros eventos discriminatórios devem acontecer no futuro. O estigma internalizado cria um estado de estresse crônico, levando a condições negativas de saúde mental e física. O estresse internalizado mantido por muito tempo faz com que as pessoas acreditem nas discriminações que sofrem e cria-se uma noção negativa de si, elevando o risco de depressão (Johnson et al, 2019).

Enquanto o apoio familiar pode ser visto como um fator de proteção das pessoas LGBTQIA +, sendo importante para a auto-estima, saúde e bem-estar geral dos jovens, a rejeição pode ser considerada um fator de risco. De forma geral, crianças de orientações sexuais e identidades de gênero fora da normatividade são mais propensas a sofrer abuso físico, sexual e psicológico na infância por parte de seus pais (Johnson et al, 2019).

Parte do foco quando se trabalha minorias sexuais tem sido na depressão, suicídio, vitimização e violência, assim os fatores de proteção mal são considerados como primordiais para a manutenção de saúde desses jovens. Relações sociais, autoconhecimento e a forma de enfrentamento são fatores essenciais para determinar a vulnerabilidade dos jovens aos sintomas depressivos. Foi demonstrado que a aceitação familiar de jovens LGBTQIA + pode proteger contra a depressão, abuso de substâncias e ideação e comportamentos suicidas. (Johnson et al, 2019).

Um fator de proteção importante está relacionado à escola. Ambientes escolares que proporcionem espaços seguros para jovens LGBTQIA +, fornecendo currículos

sobre questões de saúde da comunidade, proibindo o assédio baseado em orientação sexual e identidade de gênero, encorajando funcionários a participar de treinamentos sobre a criação de ambientes de apoio para juventude LGBTQIA + e facilitando o acesso a provedores externos de saúde e outros serviços voltados à comunidade, ajudam jovens a apresentarem menor risco de pensamentos, planos e tentativas suicidas (Johnson et al, 2019).

Evidências mostraram que envolvimento romântico também pode funcionar como fator de proteção para a saúde psicológica de alguns jovens de minorias sexuais, de forma que relacionamentos amorosos podem ser associados a menor sofrimento psicológico em jovens lésbicas e gays, mas com maior sofrimento psicológico em jovens bissexuais (Johnson et al, 2019).

De modo geral, não existe uma abordagem única para lidar com a saúde de jovens LGBTQIA +, mas a psicoterapia pode ser de grande auxílio, tanto para acolhimento, como para a desconstrução de preconceitos e contribuição do desenvolvimento completo do sujeito. Estando em consonância com o Código de Ética do Profissional da Psicologia, o psicólogo deve enfrentar preconceitos e entender como utilizar estratégias de atendimento para os casos de micro agressões. As micro agressões podem causar reações e sentimentos de longo prazo como resultado de agressões acumuladas (Sue, 2010, citado por Nadal et al, 2011). É dever do psicólogo trabalhar essas questões e promover a saúde mental do indivíduo para que se aceitem e apreciem suas diferenças. Segundo Vanazzi (2021) como citado por Alves (2022), a psicoterapia vai contribuir para fortalecer a subjetividade de pessoas que estejam em conflito com quem são, ajudando a criar estratégias de enfrentamento para a homofobia e as micro agressões.

Os conhecimentos sobre a comunidade LGBTQIA +, assim como um trabalho psicoterápico sem estigmatização é de fundamental importância. Kort (2018) afirma que “ser desinformado é uma forma de preconceito e uma micro agressão por omissão. Ter uma postura afirmativa na sala de terapia ajuda a aliviar parte do pensamento distorcido que a maioria dos clientes traz”.

### **O Papel da Mídia nas Micro Agressões e seu Potencial Educativo**

Em uma pesquisa de Nadal e colegas, de 2011, foi abordado o fato de que existem alguns grupos ou sistemas que legitimam as micro agressões. Vários participantes relataram já terem sofrido discriminação por parte da família, da mídia, no

núcleo religioso, no âmbito educacional/institucional e governamental. A falta de suporte por parte da família vem da falta de diálogo, entendimento com a realidade da comunidade e a ideia de papéis de gênero e sexuais que as pessoas devem exercer na sociedade. Isso se traduz em discriminação velada e sutil por parte dos parentes. A diferença em termos culturais e de crenças religiosas também pode afetar como cada família lida com o sujeito LGBTQIA + (Nadal et al, 2011).

A mídia, no geral, reforça uma série de estereótipos. Homens gays são vistos, normalmente, como tendo uma vida glamurosa e fashion, mas também reitera a visão de que eles são promíscuos e extremamente sexualizados. Casais lésbicos são vistos, normalmente, na TV como forma de agradar homens, duas mulheres se beijando são apenas para fazer “show” para homens. Existe uma visão equivocada e erotizada de que mulheres lésbicas ou bissexuais são permissivas (Nadal et al, 2011).

A forma que a mídia representa pessoas da comunidade LGBTQIA+, além de munida, frequentemente, de estereótipos, acaba por influenciar profundamente o pensamento de muitas pessoas, solidificando os padrões de o que é ser gay, lésbica e bissexual. Essa influência da mídia pode levar a micro agressões sobre rótulos, como questionar que uma mulher não é lésbica, pois não tem cabelos curtos; ou questionar porque um homem gay não é espalhafatoso.

Carson Cook, em sua tese intitulada *A content analysis of LGBT representation on broadcast and streaming television*, de 2018, buscou analisar a representatividade de personagens lésbicas, gays, bissexuais e transgêneros na tv aberta e streaming nos Estados Unidos na temporada televisiva de 2016-2017. O estudo de 2018 é uma atualização de análise publicada em 2006, escrita por Amber Raley e Jennifer Lucas, que analisou a temporada televisiva de 2001. (Cook, 2018)

Em suas descobertas, Cook (2018) deixa claro que aconteceu um aumento na representação de personagens LGBT, assim como retratados em demonstrações de afeto desde 2001. Porém, a análise também mostra que a representação de personagens bissexuais e transgêneros ainda fica atrás de lésbicas e gays e que, no geral, a representatividade acontece mais nas plataformas de streaming do que na televisão aberta.

Ele deixa claro a importância da representatividade LGBTQIA + na televisão e destaca que ela é dupla, podendo acontecer de duas maneiras. Primeiro, a exposição a personagens LGBTQIA + pela mídia pode afetar a forma como a população, principalmente heterossexuais, veem a comunidade e questões de política pública

relacionadas. Segundo, a representação pode ter um efeito positivo na comunidade, que pode gerar um sentimento de pertencimento.

Na pesquisa de Gomillion e Giuliano (2006), realizada com pessoas LGBT, foi percebido que os participantes apontaram a importância de personagens LGBTQIA+ da TV na própria auto-realização, assim como processo de revelação e conforto com a própria identidade. O desejo de ver mais retratos realistas de personagens LGBT, com famílias ou situações positivas também foi um ponto tratado por alguns participantes da pesquisa. Outro ponto foi o relato de se sentirem excluídos da sociedade e limitados na expressão de suas identidades ao se depararem com representações estereotipadas. Essa micro agressão específica, como citado anteriormente, pode causar danos na saúde mental das pessoas da comunidade. (Cook, 2018)

Um estudo de Bond (2015), sobre a relação de exposição na mídia e bem-estar em adolescentes lésbicas, gays e bissexuais, mostrou que a exposição desses adolescentes a representações positivas de personagens LGBTQIA+ na TV poderia diminuir os sentimentos tristes e deprimidos que podem levar jovens da comunidade a cometer suicídio. Levando em consideração uma maior prevalência de depressão e suicídio entre jovens LGBTQIA+ em comparação com jovens heterossexuais, as representações positivas de personagens LGBTQIA+ tornam-se ainda mais importantes. As representações positivas podem ter efeito significativo na população geral, mas principalmente, um efeito profundo em indivíduos LGBTQIA+. (Cook, 2018)

Pensando em como as séries de TV estão no dia a dia do público, a mídia também pode ter um potencial educativo, como discutido anteriormente. Um exemplo disso são as representações sem estereótipos e tratadas na forma mais natural possível, o que contribui para uma certa conscientização. Uma série recente que pode agir com potencial educativo é NCIS: Hawaii (2021), uma produção derivada do clássico NCIS (2003), uma série de investigação criminal ligada à marinha e fuzileiros navais dos Estados Unidos.

NCIS: Hawaii (2021) foge dos estereótipos de sua série de origem de várias formas. A equipe que atua em Pearl Harbor é comandada por uma mulher de descendência japonesa, liderando um ex-policia de família, um filipino com problemas com os pais, um “nerd” de computadores e uma texana baixinha. A equipe, muitas vezes, conta com a ajuda de uma agente séria do governo. Logo no primeiro



episódio da série, é perceptível que a texana, Lucy, e a agente, Kate, têm um passado amoroso.

Durante toda a primeira temporada, o público acompanha o desenrolar do relacionamento das duas. A parte interessante é que, em momento algum, existe aquela necessidade de “sair do armário” ou se justificar por quem você é, como vemos em várias mídias. Tratadas com muito respeito pelos roteiristas e produtores, o casal passa por problemas comuns de relacionamento, nenhum deles ligado à fazerem parte da comunidade LGBTQIA+. As duas acabaram tornando-se o casal principal da série, o que agrada bastante os fãs da série. A retratação de um casal saudável e não problemático em uma série procedural de tanta audiência em uma das maiores emissoras do país pode ser extremamente educacional. Assim, pode-se entender o papel importante da mídia na manutenção ou diminuição das micro agressões à população LGBTQIA+.

### **Considerações Finais**

Ao longo do presente artigo, foi feita uma revisão de literatura sobre micro agressões a pessoas LGBTQIA+, sendo trabalhado os diversos impactos dessa violência subjetiva e suas particularidades para a comunidade. Foi observado que, embora a LGBTfobia seja proeminente no Brasil e no mundo, como exposto pelas estatísticas apresentadas na introdução, a discriminação e o preconceito também se traduzem nos comportamentos cotidianos, podendo ser considerados micro agressões. A discussão levantada no decorrer do artigo demonstra a importância do debate das micro agressões para a comunidade LGBTQIA+, estudiosos do tema e profissionais da área da saúde, principalmente psicólogos.

A discriminação constante, tendo como alicerce uma sociedade de bases sexistas e homofóbicas, tornam o dia a dia de pessoas LGBTQIA+ absurdamente cansativo e com consequências significativas para a saúde desses indivíduos. Assim, a discussão mais acentuada sobre a construção de novas masculinidades e, conseqüentemente, de sexismo e LGBTfobia tornam-se indispensáveis para a diminuição na naturalização das micro agressões contra pessoas LGBTQIA+.

É necessário um olhar atento à saúde de pessoas LGBTQIA+. Como exposto, elas são mais propensas a terem emoções e sentimentos negativos sobre si devido ao nível de discriminação e estigma social. Embora tenha sido apresentado fatores de risco que podem acarretar em uma piora da saúde de pessoas da comunidade, é perceptível a

necessidade de manter o foco nos fatores de proteção, como a manutenção das relações sociais, o autoconhecimento e o método de engrandecimento.

Nesse ponto a importância do profissional da psicologia, tanto no meio acadêmico quanto na prática clínica, que acaba por tornar-se um ponto de apoio e acolhimento para pessoas LGBTQIA+ que chegam na psicoterapia com queixas relacionadas às micro agressões. Assim, o psicoterapeuta cumpre um papel de não reproduzir micro agressões, tendo a obrigação de buscar conhecimentos sobre a comunidade, e de saber manejar as questões de LGBTfobia trazidas pelos cliente, sempre com uma postura de acolhimento e escuta ativa.

Embora demonstrado o potencial destrutivo das micro agressões, funcionando nos âmbitos sistêmicos da sociedade, como a mídia, foi abordado também a oportunidade das séries de tv como método educativo. Sabendo desse papel duplo que a mídia pode desempenhar, podendo mudar a visão que a população tem de pessoas LGBTQIA+, e gerar sentimento de pertencimentos para as pessoas da comunidade, quando feita boa representação. Embora a quantidade e forma da representatividade tenha melhorado muito nos últimos anos, ainda existe um longo caminho pela frente, necessitando de personagens LGBTs escritos de forma respeitosa e não estereotipadas.

Assim, o artigo teórico elaborado pôde analisar os diferentes impactos das micro agressões à comunidade LGBTQIA+, as nuances que constituem esse fenômeno e a forma que as pessoas são afetadas com elas. O fato de ser um artigo teórico acaba sendo uma limitação, já que torna-se um agrupamento de informações previamente descobertas. Para pesquisas futuras, seria interessante um estudo qualitativo empírico, realizado com entrevistas, para um aprofundamento nas impressões pessoais de quem sofre micro agressões e suas repercussões principais na vida e rotina.

## **Referências**

- Alves, A. L. (2022). Potencialidades dos processos psicoterapêuticos na desconstrução da bifobia, da lesbofobia e do sexismo. (Monografia em Psicologia). UniCEUB, Brasília
- Benevides, B. G., & Nogueira, S. N. B. (2022). Dossiê: assassinatos e violência contra travestis e transexuais no Brasil em 2021. Brasil: ANTRA/IBTE.
- Bento, B. (2015). Homem não tece a dor: queixas e perplexidades masculinas. 2 ed. Natal. Coleção Ciências Sociais.
- Bourdieu, P. (2012). A dominação masculina. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil

- Cabral, F., & Díaz, M. (1998). Relações de gênero. Secretaria Municipal de Educação de Belo Horizonte/Fundação Odebrecht, organizadores. Cadernos afetividade e sexualidade na educação: um novo olhar. Belo Horizonte: Editora Rona, 142-50.
- Cerqueira, D. (2021) Atlas da Violência 2021. São Paulo: FBSP.
- Conselho Federal de Psicologia (2005), Código de Ética Profissional do Psicólogo. Resolução n.º 10/05, 2005. \_\_\_\_\_. Psicologia, ética e direitos humanos.
- Conselho Federal de Psicologia (1999) Resolução CFP n. 1, de 22 de março de 1999. Estabelece normas de atuação para os psicólogos em relação à questão da orientação sexual. Brasília, DF
- Cook, C. (2018). A content analysis of LGBT representation on broadcast and streaming television. Honours thesis, University of Tennessee at Chattanooga
- Fonseca, J. V. C. (2018). Corpos (in) desejáveis: o fenômeno da transfobia a partir da perspectiva de pessoas trans e psicólogos/as.
- Galinkin, A. L. & Zauli, A. (2011). Identidade social e alteridade. Em C. V. Torres & E. R Neiva (Orgs.), Psicologia Social: principais temas e vertentes (pp. 253-261). Porto Alegre: Artmed.
- Holanda, J. M. (2020). A construção das identidades masculinas: o olhar de alunos do Ensino Médio. Dissertação de Mestrado, Centro Universitário de Brasília, Faculdade de Ciência da Educação e Saúde, Brasília.
- Johnson, B., Leibowitz, S., Chavez, A., & Herbert, S. E. (2019). Risk versus resiliency: Addressing depression in lesbian, gay, bisexual, and transgender youth. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 28(3), 509–521.
- Kort, J. (2018). *LGBTQ clients in therapy: Clinical issues and treatment strategies*. WW Norton & Company.
- Madureira, A. F. A. & Branco, A. U. (2012). As raízes histórico-culturais e afetivas do preconceito e a construção de uma cultura democrática na escola. Em A. U. Branco & M. C. S. L. Oliveira (Orgs.), *Diversidade e cultura da paz na escola: contribuições da perspectiva sociocultural* (pp. 125-155). Porto Alegre: Mediação.
- Nadal, K. L., Wong, Y., Issa, M. A., Meterko, V., Leon, J., & Wideman, M. (2011). Sexual orientation microaggressions: Processes and coping mechanisms for lesbian, gay, and bisexual individuals. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 5(1), 21-46.
- Nadal, K. L. (2014). A guide to responding to microaggressions. *Cuny Forum*. p. 71-6

- Nadal, K. L., Whitman, C. N., Davis, L. S., Erazo, T., & Davidoff, K. C. (2016). Microaggressions toward lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, and genderqueer people: A review of the literature. *The journal of sex research*, 53(4-5), 488-508.
- Pérez-Nebra, A. R. & Jesus, J. G. (2011). Preconceito, estereótipo e discriminação. Em C. V. Torres & E. R. Neiva (Orgs.), *Psicologia social: principais temas e vertentes* (pp. 219-237). Porto Alegre: ArtMed.
- Redtube Blog. (2016) Trans Porn in Brazil.
- Sabat, R. (2001). Pedagogia cultural, gênero e sexualidade. *Revista Estudos Feministas*, 9, 04-21.
- Woodward, K. (2000). Identidade e diferença: uma introdução conceitual. Em T. T. Silva (Org.), *Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais* (pp. 7-72). Petrópolis: Vozes.