



SER MULHER E ADOECER: A DESVALORIZAÇÃO DO FEMININO NA CONSTRUÇÃO DA AUTOIMAGEM

Júlia Borgho Uchoa¹, Tânia Maria Gomes da Silva², Jeferson Luis Lima da Silva³

¹Acadêmica do Curso de Psicologia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. juliauchoa.33@gmail.com

²Orientadora, Doutora, Docente no Curso de Medicina, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. tania.gomes@unicesumar.edu.br

³Coorientador, Mestre, Pesquisador do Grupo Gênero, Saúde e Direitos Humanos dos Grupos Vulneráveis, UNICESUMAR. prof.jefersonlima@gmail.com

RESUMO

A desvalorização do feminino é um fenômeno histórico, social e cultural que atravessa diferentes esferas da vida, afetando diretamente a autoimagem e a saúde mental das mulheres. Este estudo tem como objetivo analisar como mecanismos de opressão de gênero influenciam a construção identitária, repercutindo no adoecimento físico e psicológico. Para isso, articula-se uma abordagem teórica crítica com dados estatísticos que apontam maior prevalência de transtornos mentais, insatisfação corporal e baixa autoestima entre mulheres em comparação aos homens. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter exploratório, que utilizará entrevistas semiestruturadas com mulheres cis e transgênero, de 18 a 29 anos, matriculadas em universidades de Maringá-PR. As entrevistas buscarão compreender percepções sobre o feminino, vivências relacionadas à autoimagem e experiências de desvalorização em contextos sociais e acadêmicos. O material coletado será analisado por meio da técnica de análise temática, permitindo identificar representações sociais que revelam tanto formas de opressão quanto estratégias de resistência. Como produto, a pesquisa pretende gerar subsídios para a elaboração de artigos e relatórios que possam fundamentar práticas institucionais em saúde mental e políticas universitárias de equidade de gênero. Sua relevância está em contribuir para o fortalecimento do debate científico sobre a relação entre gênero, subjetividade e saúde, oferecendo evidências que dialogam com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, em especial a promoção da saúde e do bem-estar e a igualdade de gênero.

PALAVRAS-CHAVE: Subjetividade feminina; Socialização de gênero; Identidade; Violência Simbólica.

1 INTRODUÇÃO

A condição feminina, historicamente marcada pela desigualdade, tem sido objeto de análise de diferentes vertentes teóricas. Simone de Beauvoir (1949) já apontava que a mulher é construída socialmente como “o Outro”, definida em oposição ao masculino, o que fragiliza a percepção de si mesma. Décadas depois, Judith Butler (1990) ampliou essa discussão ao propor que o gênero é performativo, ou seja, resultado da repetição de normas e expectativas que delimitam o que significa ser mulher. Assim, o que Beauvoir apresentou como construção social do feminino é aprofundado por Butler na ideia de performance cotidiana, revelando que as desigualdades não se mantêm apenas no discurso, mas também no corpo, no comportamento e, sobretudo, na saúde mental.

Esse quadro é reforçado por mecanismos sociais de controle. Bourdieu (1999) denomina de violência simbólica a naturalização da dominação por meio de representações que fazem com que a própria mulher aceite sua posição inferiorizada. Esse processo se articula às microagressões descritas por Pierce (1970), que se manifestam em piadas, interrupções ou comentários depreciativos e que, por sua repetição, corroem lentamente a autoestima. Foucault (1975), ao tratar da disciplina e da vigilância, mostra como o poder se exerce sobre os corpos, regulando comportamentos e internalizando normas sociais. No caso das mulheres, essa vigilância se traduz em dietas, padrões de beleza inatingíveis e exposição constante ao olhar avaliador, principalmente em ambientes de convívio social.



A literatura, portanto, mostra que diferentes dispositivos simbólicos e materiais de dominação convergem para fragilizar a autoimagem feminina. Essa constatação encontra respaldo em dados epidemiológicos: a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2023) aponta que a prevalência global de depressão é de 6,9% entre mulheres e 4,6% entre homens. No Brasil, o IBGE (2019) registra que 15% das mulheres já receberam diagnóstico de depressão, contra 6,1% dos homens. Quando o foco é a autoimagem, estudos indicam que mais de 73% das mulheres relatam insatisfação com o próprio corpo (Pelegrini *et al.*, 2013). Esses números reforçam que a opressão de gênero produz impactos concretos na saúde mental e física.

Diante desse cenário, o objetivo desta pesquisa é analisar como a desvalorização do feminino, por meio de diferentes mecanismos de opressão, repercute negativamente na formação da identidade e contribui para o adoecimento físico e mental. A relevância da investigação se justifica porque a desvalorização não se limita a desigualdades objetivas, como salários mais baixos ou violência de gênero, mas atua também em níveis simbólicos, afetando diretamente a autoestima, a autoimagem e a saúde mental das mulheres. Apesar dos dados epidemiológicos já evidenciarem maior prevalência de transtornos mentais em mulheres, poucos estudos investigam como as experiências cotidianas de desvalorização contribuem para esse cenário.

A escolha da população de mulheres universitárias jovens se mostra estratégica, pois a universidade é um espaço de intensas interações sociais e de construção identitária, onde pressões relacionadas à aparência, ao desempenho e à afirmação de gênero tornam-se particularmente evidentes. Nesse contexto, compreender como normas, símbolos e práticas sociais moldam a identidade e a percepção de si é essencial para avançar nas discussões sobre saúde mental e equidade de gênero.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa será qualitativa, de caráter exploratório. O público-alvo será composto por mulheres cis e transgênero, com idades entre 18 e 29 anos, regularmente matriculadas em cursos de graduação presencial em Maringá-PR. A seleção ocorrerá por meio de convite aberto em ambientes acadêmicos, adotando como critérios de inclusão a autodeclaração como mulher (cis ou trans) e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Serão excluídas participantes fora da faixa etária definida ou que não aceitarem participar voluntariamente.

Para a coleta de dados, prevê-se a realização de 12 a 20 entrevistas, número que poderá variar até a saturação teórica, quando novas falas deixarem de acrescentar informações relevantes. As entrevistas serão semiestruturadas, individuais, conduzidas em ambiente reservado e gravadas em áudio, com autorização das participantes. O roteiro contemplará três eixos principais: (1) percepções sobre o que significa ser mulher no contexto social contemporâneo, (2) vivências relacionadas à autoimagem e às pressões estéticas, e (3) experiências de desvalorização e microagressões. O roteiro passará por um pré-teste para verificar clareza e pertinência das questões.

As entrevistas serão gravadas em áudio, com autorização das participantes, e posteriormente transcritas integralmente para análise. Serão assegurados o sigilo e o anonimato, utilizando nomes fictícios na apresentação dos resultados. A pesquisa será submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Cesumar, em conformidade com a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

A análise será orientada pela Teoria das Representações Sociais (TRS), proposta por Serge Moscovici (2009), que possibilita compreender como os grupos sociais produzem e compartilham significados sobre fenômenos coletivos. As contribuições de Jodelet (2017), que ressalta a centralidade das representações sociais no cotidiano, e de Jovchelovitch



(2000), que enfatiza sua função na construção de identidades coletivas, complementam o referencial teórico.

Os relatos serão submetidos à análise temática proposta por Braun e Clarke (2006), com codificação inicial das falas, organização em categorias e posterior interpretação à luz de referenciais críticos sobre opressão de gênero. Para organização e sistematização do material, será utilizado o *software* NVivo. As categorias serão interpretadas à luz de referenciais que abordam dimensões distintas da opressão de gênero, como a violência simbólica (Bourdieu, 1999), as microagressões (Pierce, 1970), os dispositivos de disciplina e vigilância (Foucault, 1975), a performatividade de gênero (Butler, 1990) e as próprias representações sociais (Moscovici, 2009; Jodelet, 2017; Jovchelovitch, 2000).

Por fim, os dados qualitativos serão triangulados com estatísticas nacionais e internacionais (IBGE, 2019; WHO, 2023), de modo a articular narrativas individuais e contextos sociais mais amplos. Essa estratégia pretende oferecer uma análise interdisciplinar que considere simultaneamente as experiências subjetivas e as estruturas sociais que moldam a saúde mental das mulheres.

3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que a pesquisa revele representações sociais que associem o feminino a características como fragilidade, dependência ou inadequação, refletindo formas de desvalorização naturalizadas no cotidiano. É provável que surjam relatos de microagressões verbais e comportamentais, bem como práticas de autovigilância relacionadas à aparência física e ao desempenho acadêmico, evidenciando a internalização de padrões sociais disciplinadores.

Antecipam-se também narrativas que indiquem tensões específicas entre mulheres cis e transgênero, tanto no reconhecimento social de suas identidades quanto nas formas de pressão estética e de gênero a que estão submetidas. Essa dimensão permitirá ampliar a análise da desvalorização do feminino para além de uma perspectiva homogênea, considerando a diversidade de experiências no espaço universitário.

Esses achados devem se relacionar a sentimentos recorrentes de insatisfação corporal, insegurança emocional e baixa autoestima, em consonância com dados epidemiológicos que apontam maior prevalência de transtornos depressivos e ansiosos em mulheres (IBGE, 2019; WHO, 2023). Espera-se, ainda, identificar também estratégias de resistência e resignificação identitária, mostrando como algumas estudantes mobilizam recursos coletivos e individuais para enfrentar contextos de opressão.

Como produto, a pesquisa pretende gerar subsídios para a elaboração de artigos e relatórios que possam fundamentar práticas institucionais em saúde mental e políticas universitárias de equidade de gênero. No campo científico, pretende-se contribuir para o avanço das discussões sobre a intersecção entre gênero, subjetividade e saúde, articulando referenciais teóricos clássicos e contemporâneos com dados empíricos locais.

Nesse sentido, os resultados estarão alinhados aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da Agenda 2030, em especial ao ODS 3 (Saúde e bem-estar), ao promover reflexões sobre determinantes sociais da saúde mental, e ao ODS 5 (Igualdade de gênero), ao evidenciar como práticas discriminatórias impactam a vida e a identidade das mulheres. Assim, o estudo busca não apenas compreender, mas também oferecer bases para transformar práticas acadêmicas e sociais em prol da igualdade e do bem-estar.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo parte da hipótese de que a desvalorização do feminino, manifestada por meio de representações sociais, microagressões e dispositivos simbólicos, exerce



influência direta na autoimagem e na saúde mental das mulheres. Ao propor um diálogo entre teorias feministas, dados estatísticos e narrativas a serem coletadas em entrevistas, a pesquisa busca lançar luz sobre processos que, muitas vezes, permanecem naturalizados no cotidiano universitário.

Embora não apresente dados empíricos concluídos, o trabalho já aponta sua relevância científica ao indicar caminhos de análise e hipóteses consistentes, que poderão ser confirmadas ou tensionadas na etapa de campo. Espera-se que os resultados contribuam para a divulgação científica que possa fundamentar práticas institucionais em saúde mental e políticas de equidade de gênero no ensino superior.

Além de seu valor acadêmico, a pesquisa conecta-se à Agenda 2030 da ONU, em especial ao ODS 3 (Saúde e bem-estar) e ao ODS 5 (Igualdade de gênero), reafirmando que promover igualdade significa também promover saúde e qualidade de vida. Reforça-se, assim, a importância de continuar investigando a diversidade das experiências femininas, contemplando mulheres cis e transgênero, como parte essencial da construção de uma ciência socialmente responsável e inclusiva.

REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, S. **O segundo sexo**. Rio De Janeiro: Nova Fronteira, 1949.

BOURDIEU, P.; MIGUEL SERRAS PEREIRA. **A dominação masculina**. Oeiras, Portugal: Celta, 1999.

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative research in psychology**, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006.

BUTLER, J. **Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity**. New York: Routledge, 1990.

FOUCAULT, M. **Vigiar E Punir: Nascimento Da Prisão**. Petropolis: Vozes, 1975.

HOOKS, B. **Feminist Theory: from Margin to Center**. [s.l.] New York ; London Routledge, 1984.

IBGE. Pesquisa Nacional de Saúde: 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal: Brasil e grandes regiões. **Coordenação de Trabalho e Rendimento**. Rio de Janeiro: IBGE; 2019.

JODELET, D. **Les représentations sociales**. Paris: Presses Universitaires De France, 2017.

JOVCHELOVITCH, S. **Representações sociais e esfera pública: a construção simbólica dos espaços públicos no Brasil**. Petrópolis: Editora Vozes, 2000.

MOSCOVICI, S. **Representações sociais: investigações em psicologia social**. Petrópolis: Vozes, 2009.

PELEGRINI, A. et al. Percepção da imagem corporal em mulheres: prevalência e associação com indicadores antropométricos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 16, n. 1, 14 dez. 2013.



PIERCE, C. F. **Offensive mechanisms**. In: BARBOUR, F. B. (Ed.). The Black Seventies. Boston: Porter Sargent, 1970.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depressive disorder (depression)**. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em: 18 set. 2025