

Transtornos alimentares e masculinidades dissidentes: uma compreensão gestáltica

Paulo Yuri Pinheiro da Nóbrega

Agnes Albuquerque Bezerra

Islay Ianne Ponte Parente

Anna Karynne Melo

A concepção de masculinidade pode variar conforme as expectativas sociais historicamente construídas acerca de comportamentos considerados próprios ao “ser masculino”. A partir disso, a masculinidade hegemônica configura-se como um modelo normativo que enfatiza agressividade, poder econômico, heterossexualidade e domínio sobre mulheres e outros homens. Nesse contexto, aqueles que não correspondem a esse ideal frequentemente são expostos a estressores sociais, o que repercute significativamente na construção de suas identidades e autoimagem. Essa condição está relacionada à estigmatização, ao preconceito e às restrições sociais decorrentes de uma visão cisheteronormativa sobre suas identidades, implicando no aumento das taxas de psicopatologias, incluindo transtornos alimentares. Tais modos de adoecimento foram historicamente associados predominantemente ao “universo feminino”, o que contribuiu para a invisibilização das experiências masculinas tanto no campo clínico quanto no científico. Esse ocultamento torna-se ainda mais evidente quando se consideram homens pertencentes a minorias sexuais, cujas experiências corporais são atravessadas por normas sociais de gênero e sexualidade. Sob uma perspectiva gestáltico-fenomenológica, a corporeidade é compreendida como um campo de produção de sentidos, afetos e modos de ser no mundo. Nesse contexto, homens de minorias sexuais frequentemente se confrontam com expectativas normativas de masculinidade, sustentadas por ideais hegemônicos que valorizam força, virilidade e heterossexualidade. Essas normas podem gerar tensões na experiência de si e do próprio corpo, contribuindo para formas específicas de mal-estar. Diante disso, o objetivo deste estudo é discutir a experiência corporal de homens de minorias sexuais com transtornos alimentares, à luz da Gestalt-terapia, compreendendo tais fenômenos como possíveis formas de ajustamento criativo frente às demandas socioculturais e relacionais. Para isso, utilizou-se o método de estudo teórico-reflexivo, fundamentado na perspectiva fenomenológica e na abordagem gestáltica. A análise parte da articulação entre contribuições da fenomenologia de Merleau-Ponty, especialmente a compreensão do corpo como condição de possibilidade da experiência, e conceitos centrais da Gestalt-terapia, como campo organismo-ambiente e ajustamento criativo. Além disso, dialoga-se com produções contemporâneas dos estudos de gênero e masculinidades, que compreendem a masculinidade como uma construção social e histórica, atravessada por relações de poder, bem como com discussões sobre estresse de minorias e suas repercussões psicossociais. A análise evidencia que a experiência corporal de homens pertencentes a minorias sexuais pode ser atravessada por pressões normativas relacionadas à masculinidade hegemônica e à valorização de determinados padrões corporais. Tais expectativas podem intensificar a insatisfação corporal e favorecer a adoção de comportamentos alimentares restritivos, compensatórios ou compulsivos. A partir da perspectiva gestáltica, esses comportamentos podem ser compreendidos não apenas como sintomas isolados, mas como formas de autorregulação na relação organismo-ambiente. Nesse sentido, práticas como controle alimentar rígido, contagem obsessiva de calorias ou episódios de purgação podem funcionar como tentativas de manejo de afetos, como angústia, vergonha ou ansiedade, além de constituírem estratégias de negociação com as pressões sociais relacionadas à masculinidade e à sexualidade. Assim, os transtornos alimentares podem emergir como um ajustamento criativo que, embora inicialmente funcione como tentativa de adaptação ao campo, tende a se cristalizar e tornar-se disfuncional quando deixa de atender às

necessidades emergentes do organismo. A Gestalt-terapia contribui para essa discussão ao compreender a experiência desses sofrimentos como fenômeno relacional e situado no campo organismo-ambiente. Nessa perspectiva, o ajustamento criativo refere-se ao processo pelo qual o indivíduo se relaciona de maneira ativa com o meio na tentativa de satisfazer suas necessidades. Quando esse processo permanece flexível e sensível às necessidades emergentes do organismo, pode ser compreendido como um ajustamento criativo funcional. Entretanto, quando estratégias inicialmente adaptativas tornam-se cristalizadas e deixam de responder às necessidades atuais do sujeito, passam a configurar um ajustamento criativo disfuncional. Por fim, a Gestalt-terapia ao compreender os múltiplos modos de ajustamento criativo e a autorregulação do indivíduo numa relação campo organismo-ambiente; a fenomenologia, ao centrar-se no vivido e nos sentidos atribuídos pelos sujeitos às suas experiências, constituem-se como referenciais teórico-metodológico potentes para compreender como esses homens performam, expressam e ressignificam o ser masculino em suas trajetórias. Além disso, a experiência de transtornos alimentares em homens de minorias sexuais não pode ser compreendida de maneira descontextualizada, sendo fundamental considerar as intersecções entre corpo, gênero e sexualidade. Nesse sentido, uma prática clínica sensível às interseccionalidades torna-se essencial, ao reconhecer que diferentes marcadores sociais se articulam na constituição de suas experiências e modos de existir.

Palavras-chave: Ajustamento criativo; Interseccionalidade; Masculinidade; Transtornos alimentares

Referências:

CONNELL, Raewyn. *Gênero em termos reais*. Tradução de Marília Moschkovich. São Paulo: Inversos, 2016.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes, 2018. Obra originalmente publicada em 1945.

PERLS, Frederick S.; HEFFERLINE, Ralph F.; GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. 3. ed. São Paulo: Summus, 1997. Tradução de Fernando Rosa Ribeiro.