

IMPACTOS DOS APLICATIVOS DE RELACIONAMENTO NO ENFRENTAMENTO DA SOLIDÃO ENTRE HOMENS GAYS: UMA REVISÃO NARRATIVA

Allyne Evellyn Freitas Gomes¹, Murilo Leonardo da Cunha²

¹Mestre em Psicologia UFPE, Centro Universitário da Vitória de Santo Antão (UNIVISA), Vitória de Santo Antão, Brasil

(allyne.gomes@univisa.edu.br)

²Psicólogo, Centro Universitário da Vitória de Santo Antão (UNIVISA), Vitória de Santo Antão, Brasil (murilo_vitoria@yahoo.com.br)

Resumo: Os aplicativos de relacionamento podem reduzir ou intensificar a solidão entre homens gays. Esta revisão narrativa analisa estudos de 2017 a 2025 sobre vínculos digitais, estresse minoritário e homofobia internalizada. Os achados indicam que conexão e pertencimento coexistem com rejeição, comparação e uso compulsivo. Conclui-se que os efeitos dependem das motivações, do contexto social e das experiências de estigma.

Palavras-chave: Aplicativos de relacionamento; Homens gays; Solidão; Estresse minoritário; Saúde mental.

INTRODUÇÃO

Os aplicativos de relacionamento modificaram as possibilidades de encontro, reconhecimento e formação de vínculos entre homens gays. Plataformas baseadas em geolocalização reduziram barreiras espaciais e ampliaram o contato com pares, especialmente em cidades pequenas ou ambientes nos quais a expressão da sexualidade permanece socialmente restringida. Essas plataformas não funcionam apenas como meios para encontros afetivos ou sexuais; também podem oferecer informação, pertencimento comunitário e validação identitária (HUGHTON et al., 2017; WU; WARD, 2018).

Ao mesmo tempo, a literatura descreve experiências de rejeição rápida, hierarquização da desejabilidade, discriminação e esgotamento associado ao uso (OBARSKA et al., 2020; GAUDETTE et al., 2023; MARCIANO; DAVID; ANTEBI-GRUSZKA, 2024). A exposição repetida a avaliações baseadas em aparência, raça, expressão de gênero e outros marcadores pode reforçar sentimentos de inadequação. Por isso, não é suficiente estabelecer uma relação direta entre frequência de uso e saúde mental. Os efeitos dependem das motivações, das condições sociais do usuário, das características das interações e dos recursos de apoio disponíveis.

A solidão é compreendida neste estudo como experiência subjetiva resultante da distância entre os vínculos desejados e aqueles efetivamente percebidos, e não como simples ausência de contatos. Essa distinção permite compreender por que um ambiente digital com numerosas interações pode coexistir com isolamento percebido. Entre homens gays, o estresse minoritário e a homofobia internalizada podem atravessar essa experiência,

afetando expectativas de rejeição, pertencimento e apresentação de si (MEYER, 2003; CAO; SMITH, 2021).

A presente investigação integra uma linha de pesquisa já em andamento entre os autores. Em publicação anterior, Cunha e Gomes (2026) analisaram as articulações entre homofobia internalizada, solidão e constituição do self na modernidade líquida, destacando a fragilidade dos vínculos e as dificuldades de reconhecimento social vivenciadas por sujeitos LGBTQIA+. O estudo atual constitui um desdobramento desse percurso ao delimitar o papel dos aplicativos de relacionamento na experiência de solidão entre homens gays. Essa continuidade resulta da produção científica conjunta dos autores, da experiência clínica da primeira autora no campo da saúde mental e dos vínculos e da formação em Psicologia do segundo autor, preservando-se a distinção entre reflexão teórico-clínica e produção de dados empíricos.

Diante disso, formula-se a questão: de que maneira os aplicativos de relacionamento contribuem para o enfrentamento ou para a intensificação da solidão entre homens gays? O objetivo é analisar criticamente a ambivalência dessas plataformas, identificando fatores de proteção, fatores de risco e implicações para o cuidado em saúde mental.

A análise dos aplicativos exige distinguir disponibilidade de interação e qualidade de vínculo. A presença de múltiplos perfis, mensagens e possibilidades de encontro pode aumentar a quantidade de contatos sem produzir, necessariamente, reconhecimento, confiança ou continuidade relacional. Por essa razão, a solidão não pode ser inferida apenas pelo número de interações digitais. Ela deve ser compreendida a partir da avaliação subjetiva que o usuário faz de seus vínculos e da possibilidade de ser reconhecido

para além de atributos rapidamente selecionados pelas interfaces.

A teoria do estresse minoritário oferece uma referência para interpretar essa experiência sem atribuir o sofrimento à orientação sexual. O modelo situa o sofrimento nas condições sociais de preconceito, expectativa de rejeição, ocultamento e internalização de avaliações negativas (Meyer, 2003). Nos aplicativos, esses processos podem aparecer tanto na antecipação de recusa quanto na adaptação da apresentação de si a padrões percebidos de desejabilidade. A plataforma não cria isoladamente essas normas, mas pode torná-las mais visíveis e recorrentes.

Esse enquadramento também evita uma leitura moralizante da sociabilidade digital. Aplicativos podem constituir recursos relevantes em territórios com poucos espaços presenciais de convivência, como sugere Hugtho et al. (2017), e podem favorecer formas de comunicação e autorrevelação (Taylor et al., 2017). O problema de pesquisa, portanto, não consiste em decidir se essas tecnologias são boas ou ruins, mas em compreender sob quais condições seu uso se aproxima de conexão, pertencimento e apoio ou de comparação, exaustão e isolamento percebido.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de pesquisa qualitativa de base narrativa, desenvolvida por meio de revisão narrativa e reflexão teórico-clínica. O material de partida foi um relatório de prospecção bibliográfica em bases de dados nacionais e internacionais sobre aplicativos de relacionamento e solidão entre homens gays, posteriormente submetido a leitura crítica. A interpretação também dialoga com questões reconhecidas na experiência clínica da primeira autora e na formação em Psicologia do segundo autor, especialmente aquelas relacionadas à solidão, pertencimento, reconhecimento e vínculos mediados por tecnologias. Essa aproximação possui função contextual e interpretativa: não foram empregados prontuários, transcrições de sessões, vinhetas clínicas, dados identificáveis ou informações primárias de pacientes. Para o presente trabalho foram priorizados artigos revisados por pares, publicados entre 2017 e 2025, que abordassem homens gays, bissexuais ou outros homens que fazem sexo com homens e examinassem pelo menos um dos seguintes eixos: solidão, bem-estar psicológico, pertencimento comunitário, estresse minoritário, homofobia internalizada, motivações de uso ou impactos psicossociais dos aplicativos.

A análise foi organizada por síntese temática. Os estudos foram lidos a partir de três eixos: aplicativos como espaços de conexão e

pertencimento; mecanismos associados à intensificação da solidão; e implicações clínicas e sociais. Por se tratar de revisão narrativa, não se pretende exaustividade, estimativa quantitativa de efeito ou reprodução de um protocolo de revisão sistemática. Essa delimitação evita atribuir representatividade estatística a uma seleção interpretativa da literatura.

A síntese foi construída por aproximação conceitual, comparando objetivos, populações investigadas e principais interpretações apresentadas nos estudos. Foram observadas convergências e divergências sobre frequência de uso, motivações, percepção de sucesso, pertencimento comunitário e sofrimento psicológico. Quando os artigos utilizaram a categoria homens que fazem sexo com homens, os achados foram tratados com cautela, pois comportamento sexual e identidade gay não são categorias equivalentes.

Como apoio à prospecção, foi consultado um relatório de revisão de literatura gerado na plataforma SciSpace a partir da questão de pesquisa. O relatório localizou 182 registros candidatos e classificou 50 como altamente relevantes. Esses números descrevem apenas o mapeamento automatizado da ferramenta: não representam fluxo de seleção conduzido pelos autores, não foram utilizados para calcular prevalências e não alteram a natureza narrativa desta revisão. Foram aproveitadas somente fontes bibliográficas identificáveis e informações passíveis de confronto com os trabalhos citados.

Não foram calculadas medidas combinadas de efeito nem adotada hierarquia formal de evidências. A revisão tem função interpretativa e busca organizar um problema emergente para a Psicologia. A experiência clínica mencionada pelos autores foi utilizada apenas como horizonte para a formulação das questões e para a discussão de implicações profissionais; não constitui fonte de resultados, não substitui a literatura e não envolve apresentação de casos ou informações de pacientes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os achados foram organizados em quatro núcleos analíticos. O primeiro diz respeito ao acesso à comunidade. Em contextos de estigma, os aplicativos podem possibilitar o encontro com pessoas que compartilham experiências identitárias e reduzir barreiras geográficas. Hugtho et al. (2017) observaram que tecnologias de sociabilidade sexual podem adquirir especial importância em cidades pequenas, nas quais os espaços presenciais são escassos. Durante períodos de distanciamento social, plataformas digitais também funcionaram como recursos para manter contatos e acessar redes



de apoio (BRENNAN et al., 2020; POWELL; POWELL, 2022).

O segundo núcleo envolve a relação entre padrão de uso e bem-estar. Zervoulis et al. (2020) identificaram associações entre uso de aplicativos, bem-estar individual e senso de comunidade, mas os resultados não autorizam uma interpretação causal simples. A frequência elevada pode refletir tanto busca ativa por conexão quanto resposta a uma solidão preexistente. Estudos transversais não permitem determinar com segurança se o uso provoca sofrimento ou se pessoas em sofrimento recorrem mais intensamente às plataformas.

O terceiro núcleo refere-se às motivações. O uso orientado à comunicação, autorrevelação ou construção de vínculos pode favorecer conexão; o uso motivado predominantemente por escapismo, comparação ou necessidade contínua de aprovação tende a relacionar-se a piores indicadores psicológicos. A percepção de fracasso nas interações também parece relevante: a abundância aparente de opções pode aumentar expectativas e tornar recusas mais frequentes ou mais salientes.

O quarto núcleo reúne estigma e características do ambiente digital. Cao e Smith (2021) demonstraram que a relação entre aplicativos e solidão pode ser mediada pelo estigma percebido e internalizado. Marciano, David e Antebi-Gruszka (2024) examinaram a articulação entre homofobia internalizada, uso compulsivo e sofrimento mental. Esses resultados apoiam uma interpretação relacional: a tecnologia não produz seus efeitos isoladamente, mas reorganiza desigualdades e vulnerabilidades existentes.

Em síntese, cinco dimensões concentram a ambivalência identificada: o acesso social pode ampliar redes, mas não garante vínculo percebido; a autorrevelação pode favorecer validação, mas também expor o usuário à comparação; o acesso à comunidade pode reduzir barreiras presenciais, embora as próprias plataformas reproduzam discriminações; o uso intencional para comunicação pode ser protetivo, enquanto compulsividade e escapismo se associam a esgotamento; e a geolocalização facilita encontros, mas acelera processos de avaliação e hierarquização.

A síntese evidencia que os aplicativos não devem ser classificados, de maneira geral, como benéficos ou prejudiciais. Eles constituem ambientes sociotécnicos ambivalentes, nos quais proteção e risco podem coexistir. A análise clínica deve investigar a função assumida pela plataforma na vida do usuário: ampliar a rede, sustentar contatos, buscar validação, evitar experiências presenciais ou regular afetos desagradáveis. A mesma frequência de uso pode possuir sentidos distintos.

A linguagem utilizada também exige precisão. A categoria “homens que fazem sexo com homens” é frequente em estudos epidemiológicos, mas não equivale automaticamente à identidade gay. Nesta revisão, os resultados provenientes de amostras HSH foram incluídos quando contribuíam para compreender práticas digitais de homens gays, preservando-se a diferença conceitual entre comportamento sexual e identidade.

SÍNTESE ANALÍTICA DO MAPEAMENTO

Os quadros do mapeamento exploratório organizaram os estudos em cinco dimensões recorrentes: frequência de uso, solidão, motivações, bem-estar psíquico e estresse minoritário. A leitura conjunta mostra que a frequência, considerada isoladamente, não explica os desfechos. Zervoulis et al. (2020), Taylor, Hutson e Alicea (2017) e Cao e Smith (2021) apresentam resultados que variam conforme pertencimento comunitário, autorrevelação e estigma percebido. Assim, a direção da associação depende menos do simples acesso e mais da função assumida pelo aplicativo e da qualidade das respostas obtidas.

Dados recentes reforçam essa interpretação. No estudo convergente de métodos mistos de Sinno et al. (2025), realizado no Canadá com 250 participantes e 22 entrevistas, os participantes utilizaram, em média, 3,22 aplicativos (DP=1,78). A busca por encontros casuais foi informada por 208 de 249 respondentes (83,5%), enquanto a busca por amizade apareceu em 98 de 249 (39,4%). Maior intensidade de uso associou-se a maior satisfação com a vida e autoestima, mas não apresentou associação estatisticamente significativa com depressão ou ansiedade. Discriminação e busca por aprovação social, por sua vez, relacionaram-se a piores indicadores de saúde mental. Esses resultados não autorizam generalização para homens gays brasileiros, mas demonstram empiricamente a coexistência de proteção e vulnerabilidade.

No polo de risco, Marciano, David e Antebi-Gruszka (2024) situam o uso compulsivo como mecanismo articulado à homofobia internalizada e ao sofrimento mental; Obarska et al. (2020) descrevem ameaças à saúde mental facilitadas pelas plataformas; e Cao e Smith (2021) mostram que estigma percebido e internalizado participam da relação entre uso e solidão. No polo protetivo, Hughto et al. (2017), Brennan et al. (2020) e Powell e Powell (2022) indicam que as tecnologias podem ampliar o acesso a pares e sustentar contatos quando espaços presenciais são escassos. A divergência não deve ser lida como

inconsistência simples, mas como evidência de que contexto, motivação e modalidade de uso modificam os resultados.

CONEXÃO, AUTORREVELAÇÃO E PERTENCIMENTO

A possibilidade de localizar outros homens gays com rapidez representa um recurso social particularmente relevante quando a convivência presencial é limitada pelo território, pelo receio de exposição ou pela ausência de espaços comunitários. Hugtho et al. (2017) mostram que tecnologias de sociabilidade podem contornar dificuldades concretas de encontro em cidades pequenas. Nesses contextos, a mediação digital não deve ser reduzida à busca de parceiros: ela também pode facilitar informação, reconhecimento identitário e acesso a pares.

Taylor, Hutson e Alicea (2017) discutem consequências sociais do uso do Grindr a partir da hipótese de autorrevelação favorecida pela internet. A comunicação mediada pode facilitar a expressão de aspectos que seriam difíceis de apresentar inicialmente em encontros presenciais. Entretanto, a autorrevelação não garante reciprocidade ou continuidade. Seu potencial protetivo depende de respostas que produzam segurança, respeito e reconhecimento, e não apenas exposição.

A literatura sobre uso durante o distanciamento social reforça essa ambivalência. Brennan et al. (2020) e Powell e Powell (2022) indicam a importância dos meios digitais para manter sociabilidade quando contatos presenciais estavam restringidos. Esses resultados não demonstram que os aplicativos solucionem a solidão, mas sustentam que podem funcionar como recursos de enfrentamento em situações nas quais outras formas de contato se tornam menos disponíveis.

FREQUÊNCIA, MOTIVAÇÕES E PERCEPÇÃO DE SUCESSO

A frequência de acesso, isoladamente, é um indicador insuficiente. Um uso frequente pode representar busca ativa por comunidade, manutenção de conversas ou tentativa repetida de reduzir uma solidão já existente. Zervoulis et al. (2020) analisaram relações entre uso de aplicativos, bem-estar e senso de comunidade, mas o caráter associativo dos dados exige evitar conclusões causais. Não se pode afirmar, apenas com medidas transversais, se o aplicativo antecede o sofrimento ou se o sofrimento aumenta a procura pelo aplicativo.

As motivações permitem uma compreensão mais precisa. A busca deliberada por comunicação ou por pertencimento difere do uso automático orientado à fuga de estados emocionais, à

comparação ou à necessidade permanente de validação. Mesmo quando duas pessoas apresentam tempo de uso semelhante, os efeitos subjetivos podem ser distintos. A avaliação clínica e a pesquisa precisam considerar o que antecede o acesso, o que ocorre durante as interações e como o usuário se sente após encerrar a plataforma.

A percepção de sucesso também organiza a experiência. Respostas, encontros e continuidade podem ser interpretados como confirmação de pertencimento, enquanto ausência de retorno ou recusas sucessivas podem ganhar sentido de inadequação. Essa interpretação não decorre apenas do design: ela é atravessada pela história relacional, pelo apoio disponível e por normas sociais de desejabilidade. Assim, resultados semelhantes dentro da plataforma podem adquirir significados psicológicos diferentes.

ESTIGMA, COMPARAÇÃO E USO COMPULSIVO

Cao e Smith (2021) analisaram se aplicativos voltados a homens gays aliviavam ou intensificavam a solidão e destacaram a mediação do estigma percebido e internalizado. A contribuição central é deslocar a análise da tecnologia considerada isoladamente para a relação entre tecnologia e contexto social. Quando a pessoa antecipa rejeição ou internaliza avaliações negativas sobre a própria sexualidade, interações digitais podem ser interpretadas sob maior vigilância e insegurança.

Marciano, David e Antebi-Gruszka (2024) investigaram a articulação entre homofobia internalizada, uso compulsivo e sofrimento mental. O uso compulsivo deve ser diferenciado do uso frequente: envolve dificuldade de regular o comportamento e sua continuidade apesar de consequências negativas percebidas. Essa distinção é importante para que profissionais não patologizem práticas digitais comuns nem ignorem padrões que estejam associados a prejuízo subjetivo.

Obarska et al. (2020) sistematizaram ameaças à saúde mental associadas ao uso de aplicativos entre homens que fazem sexo com homens. Gaudette et al. (2023), a partir da perspectiva de profissionais de saúde, descreveram os aplicativos como uma realidade de dupla face. Em conjunto, esses trabalhos sustentam que proteção e vulnerabilidade não são resultados excludentes. Elas podem ocorrer na mesma plataforma e até na mesma trajetória de uso, conforme mudam as motivações e as respostas recebidas.

SOLIDÃO, RECONHECIMENTO E CONSTITUIÇÃO DO SELF

O artigo anteriormente publicado pelos autores oferece um eixo adicional para interpretar a solidão. Cunha e Gomes (2026) sustentam que ela não deve ser reduzida à ausência objetiva de relações, pois pode expressar dificuldades de reconhecimento, pertencimento e autenticidade em contextos heteronormativos. Nesse sentido, uma pessoa pode manter contatos frequentes e ainda experimentar solidão quando percebe que sua presença depende de ocultamento, adaptação ou aceitação condicional.

A leitura de Bauman (2004), mobilizada no trabalho anterior, contribui para situar a instabilidade dos vínculos contemporâneos. A facilidade de iniciar e interromper contatos pode ampliar possibilidades de encontro, mas também tornar a continuidade relacional mais incerta. Aplicada aos aplicativos, essa formulação não autoriza afirmar que toda interação digital é superficial. Ela permite, contudo, examinar como rapidez, substituição e disponibilidade permanente de novos perfis podem modificar expectativas de compromisso e segurança afetiva.

A perspectiva winnicottiana acrescenta uma distinção necessária entre solidão sofrida e capacidade de estar só. Para Winnicott (1965), estar só pode constituir uma conquista do amadurecimento quando sustentada por uma experiência ambiental suficientemente confiável. Diferentemente, o isolamento defensivo pode aparecer como proteção diante de ambientes percebidos como invasivos, rejeitadores ou pouco acolhedores. Portanto, reduzir o tempo de uso de um aplicativo não equivale automaticamente a ampliar a capacidade de estar só.

Essa diferença ajuda a compreender por que a busca reiterada por interação pode coexistir com dificuldade de sustentar intimidade. Quando o reconhecimento é percebido como instável, o usuário pode alternar exposição e retraimento, aproximando-se para obter validação e afastando-se para evitar rejeição. Trata-se de uma interpretação teórico-clínica derivada da articulação entre a literatura e a experiência profissional dos autores; não corresponde a uma relação causal demonstrada pelos estudos analisados.

Antunes (2017) compreende a homofobia internalizada como incorporação de valores sociais negativos dirigidos à própria homossexualidade. Cecy, Antunes e Wanderbroocke (2024), em revisão sistemática, discutem suas relações com a saúde mental. No contexto dos aplicativos, esse processo pode afetar tanto a apresentação de si quanto os critérios utilizados para avaliar outros homens gays.

Assim, exclusões dentro da própria comunidade não devem ser interpretadas apenas como preferências individuais, pois podem reproduzir normas sociais mais amplas.

Goffman (1985) permite compreender a apresentação de si como processo relacional, organizado conforme a situação e o público. Os perfis digitais tornam esse gerenciamento especialmente visível: fotografias, descrições e filtros funcionam como recursos para antecipar a forma pela qual o sujeito deseja ser percebido. A construção do perfil não é necessariamente falsa; ela constitui uma seleção. O sofrimento pode aumentar quando essa seleção é vivida como exigência contínua de esconder aspectos relevantes para obter aceitação.

As motivações de uso também precisam ser contextualizadas. Ferreira, Torres e Fernandes (2024) investigaram motivações para o uso do Grindr entre homens cisgênero não heterossexuais. A existência de diferentes motivações reforça que o aplicativo não possui uma única função psicológica ou social. Busca de parceiros, comunicação, curiosidade, validação e pertencimento podem coexistir, e seus pesos podem mudar ao longo do tempo. Essa variabilidade é central para analisar a relação entre uso e solidão.

A comparação é favorecida pela apresentação simultânea de numerosos perfis e pela rapidez das decisões. Corpos e identidades passam a ser observados em uma economia de visibilidade na qual certos atributos recebem maior atenção. Ainda assim, não é possível atribuir todo sentimento de inadequação ao aplicativo. Trata-se de uma inferência interpretativa: as interfaces podem intensificar normas sociais já existentes, mas seus efeitos variam conforme contexto cultural, marcadores sociais e recursos psíquicos e comunitários.

IMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE MENTAL

Profissionais de saúde mental podem incluir, na avaliação clínica, perguntas sobre motivações, expectativas, tempo de uso, experiências de discriminação e efeitos percebidos após as interações. O objetivo não é prescrever abstinência digital, mas compreender se o aplicativo amplia possibilidades de vínculo ou reproduz ciclos de busca, rejeição e isolamento.

As intervenções devem considerar o estresse minoritário sem individualizar um sofrimento produzido em contextos sociais. A homofobia internalizada, a expectativa de rejeição e a fragilidade das redes presenciais podem alterar a experiência digital. Estratégias clínicas podem favorecer reconhecimento de padrões, ampliação de fontes de pertencimento e construção de critérios



pessoais para um uso mais coerente com as necessidades relacionais do indivíduo.

No plano tecnológico, os resultados apontam para a necessidade de mecanismos mais transparentes de moderação, proteção contra discriminação e controle da exposição. Entretanto, a literatura ainda oferece evidências limitadas sobre quais alterações de design produzem melhora duradoura no bem-estar. Essa proposição deve ser tratada como direção de pesquisa, e não como resultado consolidado.

Uma avaliação clinicamente útil pode explorar quatro dimensões: finalidade do acesso, padrão temporal, qualidade das interações e efeitos posteriores. Perguntas abertas sobre o que a pessoa procura, como lida com recusas e quais relações consegue sustentar fora da plataforma oferecem mais informação do que uma classificação baseada apenas em horas de uso. Também é necessário investigar experiências de discriminação sem presumir que todo usuário as vivenciou da mesma maneira.

A intervenção pode favorecer a diferenciação entre desejo de vínculo e busca automática por confirmação, bem como ampliar fontes de pertencimento que não dependam exclusivamente de respostas imediatas. Essa orientação não implica recomendar abandono das plataformas. O objetivo é apoiar um uso coerente com as necessidades relacionais do sujeito e reconhecer que, para muitas pessoas, os aplicativos permanecem entre os poucos espaços acessíveis de encontro com pares.

No plano coletivo, ações de cuidado precisam considerar a discriminação entre usuários e as hierarquias reproduzidas nas interações. A responsabilidade não deve ser deslocada integralmente para o indivíduo. Moderação, proteção de dados e mecanismos de denúncia constituem dimensões do ambiente sociotécnico, embora a literatura analisada ainda não permita afirmar quais modificações de design produzem melhora sustentada da solidão ou do bem-estar.

LIMITAÇÕES

A principal limitação é o caráter narrativo da revisão. Não houve protocolo previamente registrado, dupla triagem independente, avaliação formal do risco de viés ou metanálise. A predominância de estudos transversais na literatura limita inferências causais. Há ainda concentração de pesquisas com homens gays cisgêneros, residentes em contextos urbanos e ocidentais, o que reduz a transferência dos resultados para pessoas trans, populações rurais e diferentes contextos culturais.

Outra limitação decorre da diversidade de conceitos e medidas. Solidão, isolamento social, pertencimento, bem-estar e sofrimento mental não são equivalentes, embora apareçam próximos em parte da literatura. As amostras também variam quanto à identidade, comportamento sexual, idade e contexto nacional. Essas diferenças dificultam comparações diretas e exigem cautela na transferência de resultados para a população brasileira.

A rapidez das transformações tecnológicas constitui limitação adicional. Funcionalidades, regras de visibilidade e práticas dos usuários mudam ao longo do tempo; consequentemente, achados vinculados a uma plataforma ou período podem não se manter em outros cenários. Pesquisas futuras devem combinar delineamentos longitudinais, métodos qualitativos e medidas de uso efetivo, além de ampliar a participação de homens negros, pessoas trans, moradores de áreas rurais e outros grupos pouco representados.

CONCLUSÃO

Os aplicativos de relacionamento podem contribuir para o enfrentamento da solidão ao facilitar contato, autorrevelação e pertencimento entre homens gays. Entretanto, também podem intensificar comparação, rejeição e esgotamento, sobretudo quando o uso é atravessado por estigma, homofobia internalizada e busca contínua por aprovação. A relação não é linear e não pode ser explicada apenas pela frequência de uso.

A principal contribuição do estudo é situar essas plataformas como ambientes relacionais ambivalentes. Para a prática clínica, recomenda-se avaliar o sentido do uso e seus efeitos concretos, evitando tanto a patologização da sociabilidade digital quanto a idealização da tecnologia como solução para a solidão. Estudos longitudinais, com amostras mais diversas e medidas de uso efetivo, são necessários para esclarecer direção causal e fatores de proteção.

Os resultados também reforçam a continuidade da linha de pesquisa iniciada por Cunha e Gomes (2026). Enquanto a publicação anterior examinou homofobia internalizada, solidão e constituição do self em uma perspectiva ampla, o presente estudo delimita a mediação dos aplicativos de relacionamento. Essa delimitação aproxima a discussão das práticas cotidianas sem reduzir o sofrimento a uma característica individual ou a um efeito automático da tecnologia.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, P. P. S. Homofobia internalizada: o preconceito do homossexual contra si mesmo. São Paulo: Annablume, 2017.

- BAUMAN, Z. Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.
- BRENNAN, D. J. et al. How might social distancing impact gay, bisexual, queer, trans and two-spirit men in Canada? *AIDS and Behavior*, v. 24, n. 9, p. 2480-2482, 2020. DOI: 10.1007/s10461-020-02891-5.
- CAO, B.; SMITH, K. M. Gay dating apps in China: do they alleviate or exacerbate loneliness? The serial mediation effect of perceived and internalized sexuality stigma. *Journal of Homosexuality*, 2021. DOI: 10.1080/00918369.2021.1984751.
- CECY, D. W. P.; ANTUNES, M. C.; WANDERBROOKE, A. C. N. S. Homofobia internalizada e saúde mental: uma revisão sistemática. *Hygeia*, v. 20, e2074, 2024. DOI: 10.14393/Hygeia2071254.
- CUNHA, M. L.; GOMES, A. E. F. Homofobia internalizada: solidão e constituição do self na modernidade líquida. *Revista Saúde dos Vales*, v. 8, n. 03, p. 1-27, 2026. DOI: 10.66104/kxf1hj10.
- FERREIRA, J. V. P.; TORRES, M. S.; FERNANDES, S. C. S. Motivações para o uso do aplicativo Grindr: estudo qualitativo com homens cisgênero não heterossexuais. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 16, n. 2, p. 1-21, 2024. DOI: 10.18256/2175-5027.2024.v16i2.5073.
- GAUDETTE, M. et al. A double-edged sword: health professionals' perspectives on the health and social impacts of gay dating apps on young gay, bisexual, trans and queer men. *The Journal of Sex Research*, v. 60, p. 656-667, 2023. DOI: 10.1080/00224499.2022.2153786.
- GOFFMAN, E. A representação do eu na vida cotidiana. Petrópolis: Vozes, 1985.
- HUGHTO, J. M. W. et al. You can't just walk down the street and meet someone: the intersection of social-sexual networking technology, stigma, and health among gay and bisexual men in the small city. *American Journal of Men's Health*, v. 11, n. 3, p. 726-736, 2017. DOI: 10.1177/1557988316679563.
- MARCIANO, A.; DAVID, Y.; ANTEBI-GRUSZKA, N. The interplay of internalized homophobia, compulsive use of dating apps, and mental distress among sexual minority individuals: two moderated mediation models. *Computers in Human Behavior*, 2024. DOI: 10.1016/j.chb.2024.108241.
- MEYER, I. H. Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, v. 129, n. 5, p. 674-697, 2003. DOI: 10.1037/0033-2909.129.5.674.
- OBARSKA, K. et al. Threats to mental health facilitated by dating applications use among men having sex with men. *Frontiers in Psychiatry*, v. 11, 2020. DOI: 10.3389/fpsyt.2020.584548.
- POWELL, L.; POWELL, V. M. Queer dating during social distancing using a text-based app. *SN Social Sciences*, v. 2, n. 6, 2022. DOI: 10.1007/s43545-022-00345-4.
- SINNO, J.; PEREZ-BRUMER, A.; SHUPER, P. A.; GRACE, D. Depathologizing queer adults' dating app use in Canada: convergent mixed methods study. *Journal of Medical Internet Research*, v. 27, e72452, 2025. DOI: 10.2196/72452.
- TAYLOR, S. H.; HUTSON, J.; ALICEA, T. R. Social consequences of Grindr use: extending the internet-enhanced self-disclosure hypothesis. *Proceedings of the 2017 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 2017. DOI: 10.1145/3025453.3025775.
- WINNICOTT, D. W. O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional. Porto Alegre: Artmed, 1965.
- WU, S.; WARD, J. The mediation of gay men's lives: a review on gay dating app studies. *Sociology Compass*, v. 12, n. 2, 2018. DOI: 10.1111/soc4.12560.
- ZERVOULIS, K. et al. Use of gay dating apps and its relationship with individual well-being and sense of community in men who have sex with men. *Psychology & Sexuality*, v. 11, p. 88-102, 2020. DOI: 10.1080/19419899.2019.1684354.