



A DEPRESSÃO NA INTERFACE DO DISCURSO MASCULINO

Viviane de Almeida Sales¹
Juliana Barbosa Lins de Almeida²

Introdução

A depressão é considerada entre as doenças psíquicas como uma alteração do humor, de forma que o Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais, conhecido pela designação “DSM-IV”, apresenta como critérios de avaliação sobre a depressão, idéia negativa, culpa, irritabilidade, idéias suicidas, alteração no sono, atenção reduzida, humor deprimido, dentre outros (DALGALARRONDO, 2000; ACIOLY & LACERDA, 2009). O problema da depressão é um fenômeno global que atinge todas as classes sociais, sem distinção. O impacto dessa doença se reflete na saúde, em aspectos sociais e econômicos que se estende a toda sociedade e principalmente os aspectos psicológicos pertinentes àqueles que são considerados com depressão (SILVA & COSTA, 2009).

Muitos pesquisadores se debruçam ao estudo aprofundado sobre a depressão nas mulheres, pois nelas o transtorno se apresenta de forma mais clara e evidente. A associação da doença ao público feminino geralmente tem sido compreendida a partir de explicações biológicas, relacionadas às fortes influências hormonais que causam alterações do ciclo menstrual, gravidez e menopausa. Explicações sociohistóricas também são consideradas, associando a alta incidência de depressão à nova mulher, que além de ter responsabilidades com a casa e com o cuidado com os filhos, também tem que se preocupar agora com sua vida profissional (FAIA, 2009). Mesmo assim, diante de várias responsabilidades, as mulheres não perderam o posto de poderem ser sensíveis, diferenciando-se dos homens, que não podem ou não devem apresentar alteração em suas emoções.

Embora a depressão masculina seja pouco vista ou menos mencionada pelos os pesquisadores, é essencial o estudo sobre a doença em homens, na qual se criou uma cultura que a depressão é tipicamente feminina, mascarando uma doença que acontece com os dois gêneros - homens e mulheres. Propõe-se então, neste estudo uma reflexão sobre sofrimento psíquico no qual homem (sexo masculino) vem sofrendo – a depressão – e de que forma a incidência masculina pode

¹ Aluna do curso de Psicologia – FAVIP. Email: vivianesales@gmail.com

² Professora orientadora do trabalho, Doutoranda em Psicologia Social – UFPB, Mestre em Psicologia – UFPB, Psicodramatista – FEBRAP e Psicóloga. Email: juliana.psosocial@gmail.com



ser compreendida como um fenômeno invisibilizado devido a fatores como o machismo e o preconceito social relacionado à saúde/ sofrimento do homem.

Diante dessa perspectiva foi realizado um estudo com doze professores do sexo masculino de uma faculdade particular com o objetivo de analisar de que forma eles percebem a depressão masculina e o cuidado do homem com a saúde.

A depressão no universo masculino

As doenças psíquicas sempre foram vistas como transtornos direcionados às mulheres, dessa forma mascarando que os homens também poderiam apresentar algum tipo de transtorno psíquico. Parece que os homens sempre carregarão em sua história a obrigação de serem fortes, inabaláveis, onde o sofrimento não estaria relacionado à sua vida.

Compreendendo a dificuldade social em perceber o homem enquanto ser de dor, algumas pesquisas realizadas sobre depressão e suas manifestações no gênero, apontam um número menor de homens diagnosticados com depressão em relação às mulheres. A pesquisa realizada na Associação Psiquiátrica do Estado do Rio de Janeiro no ano de 2009 afirmou que “*segundo DMS-IV 12% dos homens sofrerão de depressão em quando as mulheres chegarão a 25%*”. Assim, alguns homens quando se encontram em um quadro de depressão, passam a ter atitudes e comportamentos levam a se colocarem em situação de risco, como o uso do álcool ou das drogas, condutas agressivas, promiscuidade, conflito no trabalho e na família, dentre outros.

A depressão é vista como muito preconceito no universo masculino, pois ao procurar ajuda profissional, muitos sentem dificuldades e acabam por relatar apenas fatores físicos, não expressando o sofrimento emocional, havendo assim uma dificuldade para o profissional poder realizar o diagnóstico sobre a depressão.

Embora a depressão esteja muito vinculada com o sofrimento feminino por vários fatores, é o homem que mais sofre em relação à falta de conhecimento de suas emoções e sentimentos.

O Machismo e as emoções “proibidas” no mundo masculino

Atualmente a expressão do machismo vem se transformando, pelo menos em algumas camadas e os homens não admitem de forma clara que ainda têm traços machistas. Ainda é comum numa cena de casal, o homem infirmar esse machismo, no entanto, declará-lo de forma disfarçada, como por exemplo: “deixo minha esposa fazer o que quiser sai com suas amigas, estudar, trabalhar ter seu próprio dinheiro, mas tem que deixar a casa toda arrumada e a comida pronta”. Conforme



Castañeda (2006), este discurso como outros deste tipo escondem o machismo, que vai ser tornando transparente, invisível.

O gênero masculino carrega deste o nascimento, vários tabus os quais para se destacarem como homens diante da sociedade, logo cedo aprendem que não podem expressar suas emoções. Assim, vão desenvolvendo atitudes machistas, pois a sociedade impõe roteiros de gênero, como, por exemplo, ter força física, liderança na família e/ou no trabalho, ser frio, ser invencíveis em relação à doença, dentre outros (FIGUEIREDO, 2005).

Welzer- Lang (2001), citando a antropóloga Maurice Godelier fala sobre a existência de espaços masculinos – *a casa dos homens* - espaços sociais que eram apenas freqüentados por homens que iam sozinhos ou levavam seus filhos homens para que estes aprendessem o repertório do gênero masculino. Estes espaços eram uma afirmação do poder masculino, conforme afirma Welzer- Lang (2001)

Pátios de colégios, clubes esportivos, cafés..., mas mais globalmente o conjunto de lugares aos quais os homens se atribuem a exclusividade de uso (e/ou de presença) estrutura o masculino de maneira paradoxal e inculca nos pequenos homens a idéia de que, para ser um (verdadeiro) homem, eles devem combater os aspectos que poderiam fazê-los serem associados às mulheres³

Estes tipos de ambientes levavam os homens a terem uma educação diferente das mulheres. Esse comportamento implantado nas cabeças dos meninos levava a idéia de que homens e mulheres deveriam ter espaços diferentes, assim os meninos desenvolviam atitudes e comportamentos verdadeiramente masculinos. Para ingressar na casa- dos – homens era necessário que meninos aprendessem as regras e normas que eram postas pelos mais velhos. Segundo Welzer -Lang (2001.p, 463)

Aprender a estar com os homens, ou nas primeiras aprendizagens esportivas na entrada da casa-dos-homens, a estar com os postulantes ao status de homem, obriga o menino a aceitar a lei dos maiores, dos antigos: daqueles que lhe ensinam as regras e o *savoir-faire*, o saber ser homem.⁴

Estes espaços, que são vistos como meio de diversão e talvez de aprendizagem também acarreta sofrimentos psíquicos, pois são imposto que os homens silenciem diante da dor emocional, assim transparecendo que sofrimento não faz parte de sua vida. Como mostra Welzer-Lang (2001.p, 463) “[...] *O pequeno homem deve aprender a aceitar o sofrimento – sem dizer uma palavra e sem “amaldiçoar” – para integrar o círculo restrito dos homens(...)*”. Assim, os homens tornam-se

³ WELZER-LANG, DANIEL. *A construção do masculino: dominação das mulheres e homofobia*. Rev. Estud. Fem., Florianópolis, v. 9, n. 2, 2001, p. 462.

⁴ WELZER-LANG, DANIEL. *A construção do masculino: dominação das mulheres e homofobia*. Rev. Estud. Fem., Florianópolis, v. 9, n. 2, 2001, p. 463.



vítimas do machismo e a casa – dos – homens é vista em varias culturas e em cada uma corresponde à maneira de criar esse espaço restrito aos homens.

Ainda hoje não é permitido ao menino chorar de dor ou mesmo emoção, ou seja, algo que lhe traga sentimentos de emoção como a tristeza não se deve demonstrar. As brincadeiras definidas como de meninos também desempenham um papel importante na aprendizagem de que suas atitudes e emoções não podem ser expressas.

Segundo Castañeda (2006. p. 19) “[...] *não são os indivíduos machistas que constroem uma sociedade machista, é a sociedade machista que cria indivíduos machistas.*” Percebe-se que a sociedade ocidental está muito arraigada a questões de aceitação do outro, principalmente no que foi instituído como identidade masculina, pois os homens estão presos aos tabus que a sociedade desenvolvendo.

Diante de tantas condições para que os homens desenvolvam atitudes cada vez mais machistas, mesmo que não sejam absolutamente visíveis aos olhos, estes homens estão presos em uma ordem de comportamento social que os impede de desenvolver com liberdade suas emoções e com isso, as suas relações.

Ao estudarmos sobre o mundo masculino, se percebe que há uma grande proibição social para a demonstração das emoções, pois dessa forma algumas estão ligadas diretamente para meninos e outras para as meninas. Conforme Castañeda (2006.p.136) “*A partir da idade de dois ou três anos, emoções como medo, raiva e a tristeza são vividas de maneiras muito diferentes conforme o sexo*”. Para Torrão Filho (2005), é a partir do gênero que se pode perceber a organização concreta e simbólica da vida social e as conexões de poder nas relações entre os sexos.

Desde muito pequenos os meninos aprendem que devem ignorar as suas emoções para se enquadrar dentro do contexto da masculinidade que o levará a ter algumas atitudes que são permitidas no universo masculino, como exemplo, a expressão de raiva, ser rude, falar palavrões, nunca sentir medo, etc. Há um manejo que existe entre os sentimentos que são vistos como pertencentes ao mundo masculino e ao feminino. O comportamento das emoções vai se desenvolvendo de acordo com a importância que o machismo se apresenta.

Algumas emoções que são vistas como proibidas, como o medo. Segundo Castañeda (2006.p.139) “[...] *muitos homens sentem e expressam raiva quando, na realidade, o que sentem é medo- [...]*”. A tristeza é outro sentimento que também faz parte de sentimentos não permitidos, pois é uma emoção que está ligada ao feminino. Num mundo machista, a tristeza pode ser vista e respeitada diante a uma doença, diante da morte ou quando o sujeito está alcoolizado e/ou sob o



efeito de drogas. A solidão é um dos sentimentos que poucos homens conseguem perceber ou mesmo assumem que sentem, pois se colocam no lugar de super-heróis que tudo podem resolver. Alguns “homens se utilizam do discurso: “Não preciso de ninguém” que, constitui um pilar central da identidade machista” (Castañeda, 2006.p.141). Uma emoção que parecer não haver regras é a alegria, mas esta alegria não pode ser confundida com uma alegria infantil ou feminina. Assim, se percebe que mesmo em momentos de descontração, o homem tem que ter sempre o comportamento de uma imagem de virilidade. Segundo Castañeda (2006):

Os homens privam-se assim de uma grande quantidade de pequenos prazeres: não se permitem brincar com um cachorro, fazer palhaçadas com os filhos ou rir com abandono excessivo, porque isso equivaleria a cair do pedestal da masculinidade.⁵

A vergonha é uma das emoções a qual o homem machista não assume, pois se estaria demonstrando falhas. A vergonha segundo Castañeda (op. cit.) é o calcanhar-de-aquiles do machismo. As emoções que apresentam aspectos mais afetivos, como sentimento de carinho ou dependência são ignoradas ou mesmo reprimidas no mundo machista. Raiva, orgulho e ódio são emoções que se expressam no mundo machista como sentimentos aceitos ou mesmo considerados naturais.

Assim, o modelo masculino que teve seus privilégios, mas também causou muitos prejuízos, limitou o homem a não ter valores positivos sobre ele mesmo, como por exemplo, cuidar de sua saúde (FIGUEIREDO, 2005) Talvez, depois dos movimentos feministas, os homens começaram a questionar que este modelo fora eles próprios quem construíram, pois a dominação sobre as mulheres não os deixavam livres para exercer essa dominação sem ônus.

Análise e Discussão

Os resultados e discussões desta sessão se referem ao discurso e às representações sociais adquiridos através da aplicação individual de questionários sobre a incidência de depressão no universo masculino. Participaram doze professores do sexo masculino de uma instituição particular de ensino. Perceber as mudanças ocorridas no universo masculino e refletindo principalmente sobre doenças como a depressão nos levou ao questionamento sobre a forma que os homens atualmente se percebem diante da saúde/doença.

A questão sobre a opinião dos participantes em relação ao homem cuidarem da saúde, todos os professores pesquisados foram unânimes em responder que o homem não cuida bem da saúde. Este dado reflete a realidade expressa também numa pesquisa realizada pela sociedade médica

⁵ CASTAÑEDA, Marina. *O machismo invisível*. São Paulo: A Girafa Editora, 2006, p. 142.



brasileira e conselho de saúde em 2008, vinculada na Folha de Pernambuco em 2009 que ouviu duzentos e cinquenta especialistas médicos demonstrou que a população masculina não cuida de sua saúde por conta das barreiras culturais.

[...] a população masculina não procura o médico por conta de barreiras culturais, entre outras. Eles foram educados para não chorar e para manter a couraça de que são ‘machos’. Também alegam que são os provedores e têm medo de que se descubram doenças [...].⁶

Nas análises das questões abertas, foi utilizada a teoria das representações sociais. A pergunta proposta foi: *“Para você o que é depressão?”*. Os discursos foram dados a partir de dois grupos de respostas: distúrbio de ordem fisiológica e distúrbio de ordem psicológica (perdas). Abaixo, algumas respostas dadas:

“Alteração neuroquímica que pode levar a um desajuste mental, isolamento, tristeza profunda, dentre outros sintomas”.

“Um tipo de transtorno psíquico emocional de origem diverso”.

Discursos com características com relação ao estado de humor.

“Vazio, ausência, um sentimento de perda e valor, no qual o sentido da vida se perde”

“Uma doença que se reflete no humor do paciente, podendo levar-lo ao suicídio”

É interessante perceber que na pesquisa realizada, quando se perguntou se homem cuida bem da saúde todos os professores responderam não, e quando questionados a justificar as respostas, os discursos apontaram para uma responsabilidade da cultura machista, conforme o discurso: *“Culturalmente ao masculino está associada a idéias de força e virilidade antagônicas aos cuidados médico/paciente”*.

Na questão sobre como perceber a depressão masculina, as respostas de alguns apontam para não distinção da depressão entre os gêneros. Outras respostas localizaram essa percepção em si e no outro, ou seja, como observam as oscilações e transtornos de humor.

Esses dados mostram as restrições culturais que os homens ainda estão vivendo, mas também demonstram o surgimento de mudanças desses homens em poder assumir estas dificuldades culturais em relação à saúde.

Conclusões

⁶ Folha de Pernambuco, 17 de setembro de 2009.



Este trabalho iniciou com uma pergunta: O que os homens pensam sobre a depressão masculina? Para responder está questão, aplicamos questionários com um grupo doze professores de nível superior, para perceber quais as representações sociais que os professores tinham sobre o tema.

Em termos de definição, os discursos dos professores apontaram para o sentido de depressão enquanto perda e/ou tristeza. No entanto, a percepção masculina ainda está arraigada na cultural patriarcal e aparentemente, os homens não aprenderam e não priorizam o cuidado com a saúde.

Sabe-se que desde muito jovem os homens são ensinados a serem fortes e valentes. Muitas vezes esses adjetivos estão associados ao status de impenetráveis e invulneráveis às doenças. Com esta visão, os homens entram em um processo de adoecer de forma silenciosa, comparada ao adoecer feminino, pois os homens não foram ensinados a falar de suas dores, mas mascá-las em atitudes e comportamentos que os levam terem problemas sociais e de saúde, como o uso abusivo de álcool e drogas.

A saúde masculina ainda é encarada como um tabu, e é importante compreender que há uma tendência dos homens terem dificuldade de lidarem com esse assunto e atribuírem a responsabilidade exclusiva à cultura patriarcal e ao machismo. Assim, a sociedade como um todo precisa lançar um olhar mais atento à saúde do homem como um assunto prioritário, atrelado tanto às discussões sociais e de gênero, como também nas discussões de medidas preventivas e de promoção de saúde pública.

Bibliografia

- ACIOLY Luiz; LACERDA Tavares. *Depressão: do neurônio ao funcionamento social*. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- Associação Psiquiátrica do Rio De Janeiro. O impacto da depressão na Saúde Pública. SILVA & COSTA, Alberto Jorge. Publicado em 09 de setembro 2009.
- BOURDIEU, Pierre. *A dominação masculina*. Tradução Maria Helena Kuhner. 6º Ed.-Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2009
- CASTAÑEDA, Marina. *O machismo invisível*. Tradução Lara Christina de Malimpensa. São Paulo: A Girafa Editora, 2006.
- DALGALARRONDO, Paulo. *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.
- FAIA, Renata. *Depressão - Porque ela atinge mais as mulheres e quais tratamentos ao mais eficaz*. Publicado 25 junho 2009. Disponível <<http://www.dasmariablog.com/post/1438/depressao-porque-ela-atinge-mais-as-mulheres-e-quais-tratamentos-sao-mais-eficazes>> Acesso 14/09/2009.
- FIGUEIREDO, Wagner. *Assistência à saúde dos homens: um desafio para os serviços de atenção primária*. Ciência & Saúde Coletiva, v. 10, n. 1, p.105-109, 2005.
- FOLHA DE PERNAMBUCO. *A saúde do Homem I, II*. 17 de Setembro de 2009



REVISTA DE PSIQUIATRIA CLÍNICA. *Epidemiologia dos transtornos Psiquiátricos na mulher*. Órgão Oficial do Departamento e Instituto de Psiquiatria. Faculdade de Medicina-Universidade de São Paulo. Disponível <<http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol33/n2/43.html>> Acessado em 14/09/2009.

TORRÃO FILHO, Amílcar. *Uma questão de gênero: onde o masculino e o feminino se cruzam*. Cadernos Pagu, v. 24, p.127-152, 2005.

WELZER-LANG, DANIEL. *A construção do masculino: dominação das mulheres e homofobia*. Rev. Estud. Fem., Florianópolis, v. 9, n. 2, p. 460-482, 2001.