

TRENDING |

5 direitos fundamentais de crianças e adolescentes garantidos no ECA < <https://agenciajovem.org/5-direitos-fundamentais-de-criancas-e-adolescentes-garantidos-no-eca/> >

4 de outubro de 2023

Jornalismo educacional independente
Agência Jovem de Notícias
< <https://agenciajovem.org/> >

Search Keyword



Home < <https://agenciajovem.org/> > Artigos < <https://agenciajovem.org/category/artigos/> > HOMENS NÃO CHORAM?

HOMENS NÃO CHORAM?

DESTAQUES < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/CATEGORY/DESTAQUES-GALERIA-INDEX/](https://agenciajovem.org/category/destaques-galeria-index/) >

Agência Jovem De Notícias < [Https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/](https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/) >

2 de junho de 2023

0

1637 6 minutes read

Reflexões sobre a importância de se falar de sentimentos e emoções masculinas, que historicamente foram invalidados ou anulados desde a primeira infância, causando marcas profundas que ao crescer são refletidas em comportamentos e personalidades enrijecidas e saúde mental afetada.

Por lane Nobre

Começo esse texto colocando em questionamento uma frase popularmente dita como afirmação: homens não choram?

Trago essa frase para fazermos uma reflexão acerca dos sentimentos e emoções masculinas, uma vez que percebemos que homens, especialmente cisgênero e héteros, não costumam ocupar com frequência o setting clínico.

Essa população em geral, tem seus sentimentos invalidados desde a primeira infância e ao crescer não percebem a importância da saúde mental, sendo em sua maioria, condicionados a acreditar que 'falar sobre sentimentos é assunto proibido' e o tema pode afetar o que chamamos de "masculinidade".

Há um extenso "catálogo" de frases que além de trazerem o machismo enraizado, reforçam a anulação do sentir desses homens, como: "isso não é coisa de homem"; "parece uma menininha chorando"; "seja homem"; "bebe que nem homem".

O impacto desses dizeres pode parecer pequeno a princípio, mas contribuem para um ciclo de atravessamentos.

Homens que, por não conseguirem e não terem espaço para expressar suas emoções, desenvolvem mais facilidade em adquirir algum vício, que surge em sua maioria, pela necessidade de suprir a falta relacionada às emoções que não são trabalhadas e validadas.

De acordo com pesquisa realizada pelo [Instituto Ideia < https://gq.globo.com/Noticias/noticia/2022/05/pesquisa-escancara-o-obvio-o-brasileiro-medio-e-machista-diz-mauricio-moura.html >](https://gq.globo.com/Noticias/noticia/2022/05/pesquisa-escancara-o-obvio-o-brasileiro-medio-e-machista-diz-mauricio-moura.html) em 2022 cerca de **80% dos homens no Brasil nunca fizeram terapia**, um número alto e preocupante, que nos faz refletir sobre como a saúde mental masculina vem sendo cuidada e percebida.

Esse cenário também reflete para um crescimento no número de feminicídios – uma mulher é morta no país a cada 6 horas -, violência contra mulheres, violência no trânsito envolvendo homens, entre outros que podemos considerar uma dificuldade no acesso e cuidado com a saúde mental masculina.

Os números evidenciam que ao seguirmos nessa cultura de que "homens não choram", vamos assistir crianças se tornando homens adultos adoecidos que não reconhecem os próprios sentimentos e a importância de exporem suas fragilidades.

Mas é sabido que atravessar essa cultura, não é fácil, nem simples, mas é necessário pessoalmente e socialmente. Nós enquanto seres humanos somos conduzidos por nossos sentimentos e emoções e nem sempre sabemos lidar sozinhos com tudo que se passa e é preciso reconhecer que precisamos de ajuda.

Agora, me dirijo a você, que se identifica como homem, que está lendo e deixo um recado:

Entender e reconhecer que precisa de ajuda, é um ato revolucionário, que demanda coragem e estar disposto ao processo de mudança. Permitir a transformação em você também reflete em toda a sociedade.

Permita-se!



Iane Nobre

Psicóloga formada pela Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) desde 2017, ao longo da graduação trabalhou com pessoas em situação de rua e pessoas com deficiência intelectual, vítimas dos diversos tipos de violência. Sua trajetória profissional esteve sempre ligada ao âmbito social, o que despertou o desejo de acolher profissionalmente aqueles que são excluídos e sofrem com as violências estruturais.

< <https://i0.wp.com/agenciajovem.org/wp-content/uploads/2023/06/iane-nobre-baoba-RODAPE-AJN.png?ssl=1> >

Iane Nobre tem experiência em atendimentos com adolescentes e adultos, e acredita que todos têm o direito de uma escuta qualificada e um espaço de acolhimento para partilhar sua história de vida. É Psicóloga Parceira no **Canto Baobá – Espaço especializado em Saúde Mental e diversidade, com ênfase no enfrentamento às violências estruturais.**

< <https://agenciajovem.org/author/redacao/> > **Agência Jovem De Notícias < [Https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/](https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/) >**

Tags: [Canto Baobá < https://agenciajovem.org/tag/canto-baoba/ >](https://agenciajovem.org/tag/canto-baoba/) [emoções < https://agenciajovem.org/tag/emocoes/ >](https://agenciajovem.org/tag/emocoes/)
[masculinidade < https://agenciajovem.org/tag/masculinidade/ >](https://agenciajovem.org/tag/masculinidade/) [saúde emocional < https://agenciajovem.org/tag/saude-emocional/ >](https://agenciajovem.org/tag/saude-emocional/)
[saúde mental < https://agenciajovem.org/tag/saude-mental/ >](https://agenciajovem.org/tag/saude-mental/)



Previous Post

Marco temporal abre brecha para garimpo

< <https://agenciajovem.org/marco-temporal-abre-brecha-para-garimpo/> >

Next Post

Dinheiro acima do Orgulho: O que são Pink...

< <https://agenciajovem.org/dinheiro-acima-do-orgulho-o-que-sao-pink-money-e-pinkwashing/> >

Ver +



ARTIGOS < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/CATE](https://agenciajovem.org/cate)
 < CANTO BAOBÁ < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/ER](https://agenciajovem.org/er)
<https://agenciajovem.org/er-a-sigla-lgbtqiapn/> >

[Entendendo a sigla](https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/)

[LGBTQIAPN+ <](https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/)

<https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/> >



< [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/CATE](https://agenciajovem.org/cc)
<https://agenciajovem.org/cc-e-saude-mental-o-que-nao-te-contam/> >

[COP e saúde mental: O](https://agenciajovem.org/cop-e-saude-mental-o-que-nao-te-contam/)

[que não... <](https://agenciajovem.org/cop-e-saude-mental-o-que-nao-te-contam/)

[https://agenciajovem.org/cop-](https://agenciajovem.org/cop-e-saude-mental-o-que-nao-te-contam/)

[e-saude-mental-o-que-](https://agenciajovem.org/cop-e-saude-mental-o-que-nao-te-contam/)

[nao-te-contam/](https://agenciajovem.org/cop-e-saude-mental-o-que-nao-te-contam/) >



ARTIGOS < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/CATE](https://agenciajovem.org/cate)
 < CANTO BAOBÁ < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/ER](https://agenciajovem.org/er)
<https://agenciajovem.org/er-a-sigla-lgbtqiapn/> >

[Entendendo a sigla](https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/)

[LGBTQIAPN+ <](https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/)

[https://agenciajovem.org/entendendo-](https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/)

[a-sigla-lgbtqiapn/](https://agenciajovem.org/entendendo-a-sigla-lgbtqiapn/) >

Leave a Reply

+ Tags

[9NCNCA < https://agenciajovem.org/tag/9ncdca/ >](https://agenciajovem.org/tag/9ncdca/) [Adolescente < https://agenciajovem.org/tag/adolescente/ >](https://agenciajovem.org/tag/adolescente/) [Adolescentes < https://agenciajovem.org/tag/adolescentes/ >](https://agenciajovem.org/tag/adolescentes/)
[Arte < https://agenciajovem.org/tag/arte/ >](https://agenciajovem.org/tag/arte/) [artigo < https://agenciajovem.org/tag/artigo/ >](https://agenciajovem.org/tag/artigo/) [Cinema < https://agenciajovem.org/tag/cinema/ >](https://agenciajovem.org/tag/cinema/)
[Ciência < https://agenciajovem.org/tag/ciencia/ >](https://agenciajovem.org/tag/ciencia/) [Comunicação < https://agenciajovem.org/tag/comunicacao/ >](https://agenciajovem.org/tag/comunicacao/) [COP < https://agenciajovem.org/tag/cop/ >](https://agenciajovem.org/tag/cop/)
[COP18 < https://agenciajovem.org/tag/cop18/ >](https://agenciajovem.org/tag/cop18/) [COP19 < https://agenciajovem.org/tag/cop19/ >](https://agenciajovem.org/tag/cop19/) [COP26 < https://agenciajovem.org/tag/cop26/ >](https://agenciajovem.org/tag/cop26/)
[COP27 < https://agenciajovem.org/tag/cop27/ >](https://agenciajovem.org/tag/cop27/) [coronavirus < https://agenciajovem.org/tag/coronavirus/ >](https://agenciajovem.org/tag/coronavirus/) [Criança < https://agenciajovem.org/tag/crianca/ >](https://agenciajovem.org/tag/crianca/)
[Crise Climática < https://agenciajovem.org/tag/crise-climatica/ >](https://agenciajovem.org/tag/crise-climatica/) [Cultura < https://agenciajovem.org/tag/cultura/ >](https://agenciajovem.org/tag/cultura/) [Cúpula dos Povos < https://agenciajovem.org/tag/cupula-dos-povos/ >](https://agenciajovem.org/tag/cupula-dos-povos/)
[Direitos < https://agenciajovem.org/tag/direitos/ >](https://agenciajovem.org/tag/direitos/) [Direitos Humanos < https://agenciajovem.org/tag/direitos-humanos/ >](https://agenciajovem.org/tag/direitos-humanos/) [Doha < https://agenciajovem.org/tag/doha/ >](https://agenciajovem.org/tag/doha/)
[ECA < https://agenciajovem.org/tag/eca/ >](https://agenciajovem.org/tag/eca/) [educação < https://agenciajovem.org/tag/educacao/ >](https://agenciajovem.org/tag/educacao/) [Educomunicação < https://agenciajovem.org/tag/educacao/ >](https://agenciajovem.org/tag/educacao/)
[Internet < https://agenciajovem.org/tag/internet/ >](https://agenciajovem.org/tag/internet/) [Jovens < https://agenciajovem.org/tag/jovens/ >](https://agenciajovem.org/tag/jovens/) [Juventude < https://agenciajovem.org/tag/juventude/ >](https://agenciajovem.org/tag/juventude/)

[juventudes < https://agenciajovem.org/tag/juventudes/>](https://agenciajovem.org/tag/juventudes/)
[Maranhão < https://agenciajovem.org/tag/maranhao/>](https://agenciajovem.org/tag/maranhao/)
[Meio Ambiente < https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/>](https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/)
[Mudanças Climáticas < https://agenciajovem.org/tag/mudancas-climaticas/>](https://agenciajovem.org/tag/mudancas-climaticas/)
[ONU < https://agenciajovem.org/tag/onu/>](https://agenciajovem.org/tag/onu/)
[Políticas Públicas < https://agenciajovem.org/tag/politicas-publicas/>](https://agenciajovem.org/tag/politicas-publicas/)
[Povos Indígenas < https://agenciajovem.org/tag/povos-indigenas/>](https://agenciajovem.org/tag/povos-indigenas/)
[Qatar < https://agenciajovem.org/tag/qatar/>](https://agenciajovem.org/tag/qatar/)
[Racismo < https://agenciajovem.org/tag/racismo/>](https://agenciajovem.org/tag/racismo/)
[Rio+20 < https://agenciajovem.org/tag/rio20/>](https://agenciajovem.org/tag/rio20/)
[Rio de Janeiro < https://agenciajovem.org/tag/rio-de-janeiro/>](https://agenciajovem.org/tag/rio-de-janeiro/)
[SBPC < https://agenciajovem.org/tag/sbpc/>](https://agenciajovem.org/tag/sbpc/)
[Sesc < https://agenciajovem.org/tag/sesc/>](https://agenciajovem.org/tag/sesc/)
[sustentabilidade < https://agenciajovem.org/tag/sustentabilidade/>](https://agenciajovem.org/tag/sustentabilidade/)
[São Paulo < https://agenciajovem.org/tag/sao-paulo/>](https://agenciajovem.org/tag/sao-paulo/)
[Teatro < https://agenciajovem.org/tag/teatro/>](https://agenciajovem.org/tag/teatro/)
[Unicef < https://agenciajovem.org/tag/unicef/>](https://agenciajovem.org/tag/unicef/)
[Viração < https://agenciajovem.org/tag/viracao/>](https://agenciajovem.org/tag/viracao/)

+ Categorias

[Juventudes < https://www.agenciajovem.org/category/juventudes/>](https://www.agenciajovem.org/category/juventudes/)

[Educom < https://www.agenciajovem.org/category/educom/>](https://www.agenciajovem.org/category/educom/)

[Meio Ambiente < https://www.agenciajovem.org/category/meio-ambiente/>](https://www.agenciajovem.org/category/meio-ambiente/)

[Direitos Humanos < https://www.agenciajovem.org/category/direitos-humanos/>](https://www.agenciajovem.org/category/direitos-humanos/)

[Diversidade < https://www.agenciajovem.org/category/diversidade/>](https://www.agenciajovem.org/category/diversidade/)

[Ciência e Tecnologia < https://www.agenciajovem.org/category/ciencia-e-tecnologia/>](https://www.agenciajovem.org/category/ciencia-e-tecnologia/)

[Política e Cidadania < https://www.agenciajovem.org/category/politica-e-cidadania/>](https://www.agenciajovem.org/category/politica-e-cidadania/)

[Trabalho < https://www.agenciajovem.org/category/trabalho/>](https://www.agenciajovem.org/category/trabalho/)

[Arte e Cultura < https://www.agenciajovem.org/category/arte-e-cultura/>](https://www.agenciajovem.org/category/arte-e-cultura/)

[Saúde < https://www.agenciajovem.org/category/saude/>](https://www.agenciajovem.org/category/saude/)

Facebook

