

ADOCIMENTO MENTAL NA POPULAÇÃO MASCULINA: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Paloma Alves de Moraes¹
Macerlane de Lira Silva²
Ocilma Barros de Quental³
Geane Silva Oliveira⁴

RESUMO: Introdução: A saúde mental masculina é frequentemente negligenciada, influenciada por fatores culturais e sociais que reforçam a ideia de que os homens devem ser fortes e invulneráveis. Essa masculinidade tradicional contribui para a baixa procura por serviços de saúde e para o subdiagnóstico de transtornos mentais. Objetivo: Conhecer, por meio da literatura, a prevalência e os fatores associados ao adoecimento mental na população masculina. Metodologia: este estudo é uma revisão integrativa da literatura, na qual se baseia na questão norteadora: “Quais os impactos a saúde que o uso de cigarros eletrônicos pode causar?”. No qual a seleção dos artigos a busca foi realizada através da BVS por meio das bases de dados indexadas LILACS, MEDLINE e BDEN. Com base nos descritores cadastrados no DeSC: “adoecimento mental”, “população masculina” e “saúde mental e homem”. Combinados com o operador booleano “AND”. Foram adotados os critérios de inclusão: artigos completos, publicados nos últimos 5 anos, nos idiomas inglês, português e espanhol. Foram excluídos: teses, monografias, dissertações e trabalhos que não estavam em acordo com a temática. Resultados e Discussão: Os artigos analisados indicam uma prevalência significativa de transtornos mentais em homens, embora esses sejam frequentemente subdiagnosticados. A discrepância entre a menor prevalência de diagnósticos formais de depressão e a alta incidência de suicídios entre homens sugere um subdiagnóstico, possivelmente devido à dificuldade dos homens em reconhecer e expressar sofrimento emocional. O modelo tradicional de masculinidade, que desencoraja a expressão de vulnerabilidade, contribui para comportamentos autodestrutivos, como abuso de substâncias e violência, além de dificultar a busca por ajuda. Essa "crise silenciosa" da saúde mental masculina reflete a pressão social para que os homens mantenham uma aparência de controle, dificultando o acesso a tratamentos adequados. Conclusão: É necessário desafiar estereótipos de masculinidade e promover a expressão emocional para melhorar o acesso dos homens ao tratamento e suporte psicológico adequados.

Palavras-chave: Adoecimento mental. População masculina. Saúde mental. Homem.

¹ Graduanda de enfermagem, Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB.

² Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB. Enfermeiro, mestre em Saúde Coletiva pela UNISANTOS.

³ Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB. Doutora, Ciências da Saúde.

⁴ Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB. Enfermeira formada pela UFPB, João Pessoa, PB.

INTRODUÇÃO

De acordo com a Política Nacional de Atenção Integral à saúde do Homem (PNAISH), os homens são mais sujeitos às doenças, principalmente às enfermidades graves e crônicas, morrem mais precocemente que as mulheres (BRASIL, 2008). Apesar da maior vulnerabilidade e das altas taxas de morbimortalidade, os homens não buscam, como as mulheres, os serviços de atenção básica. E diversos fatores podem influenciar no afastamento masculino das ações de prevenção e promoção da saúde, como: fatores culturais, sociais, pessoais e estruturais (Queiroz *et al.*, 2020).

Nesse contexto, a associação a uma cultura de gênero de masculinidade na compreensão de que o homem não adocece, responsabilizando-se pela construção de identidades de gênero em que o masculino potencializa em determinados atributos como, por exemplo: ser agressivo, forte, racional, provedor, dominador, sexualmente ilimitado, opondo-se a sensibilidade e cuidado, inclusive, o da sua própria saúde (Rodrigues *et al.*, 2023).

A saúde mental pode ser definida como um nível de qualidade de vida cognitiva ou emocional, ou a ausência de uma doença mental. As diferenças culturais, julgamentos subjetivos, e teorias relacionadas concorrentes, podem afetar o modo como a "saúde mental" é estabelecida (Kahozzi *et al.*, 2010).

A experiência do sofrimento mental é construída socialmente e traz em si a conformação dos valores e normas de uma determinada sociedade (Alves, 2019). O reconhecimento precoce de problemas biopsicossociais que determinam alterações mentais e comportamentais na população, deve ser compreendido como um plano terapêutico socialmente referenciado, visando à reabilitação social (Bezerra, 2022). Sendo assim, a saúde mental do homem, ganha ênfase, a partir do momento em que a procura por atendimento no sistema de saúde é menor.

Durante o período da pandemia de COVID-19 as vulnerabilidades existentes trazidas pela pandemia, exigiram mais atenção à saúde do homem, devido aos sentimentos de invulnerabilidade e corporeidade atlética, são símbolos presentes da masculinidade que contribuem para o desprezo aos cuidados à saúde física e mental. Nota-se, que os agravantes de infecção, comorbidades, padrões, hábitos e estilos de vida pouco saudáveis, têm contribuído para maior mortalidade de homens (Silva, 2023).

Devido à reduzida demanda de indivíduos do sexo masculino nas redes de assistência de saúde, além de poucas pesquisas científicas no que concerne à saúde mental do homem, observa-se a necessidade de medidas de mais pesquisas na área. Entretanto, por questões culturais, sociais e ao estigma, os homens apresentam dificuldades para reconhecer os sintomas psicológicos e admitir que precisam de ajuda.

Diante disso, esses dados podem ser ainda mais expressivos, o que representa um importante problema de saúde pública. Dessa forma, a saúde mental do homem é menos investigada nos estudos científicos, promovendo um cuidado notável para adquirir elementos de saúde primordiais à organização de futuras políticas públicas para este público.

Portanto, apresenta-se a seguinte questão norteadora: qual a prevalência e fatores associados ao adoecimento mental na população masculina? Com o objetivo de conhecer na literatura a prevalência e fatores associados ao adoecimento mental na população masculina.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que possibilita a busca de pesquisas científicas envolvendo publicações que colabora com dados relevantes sobre adoecimento mental na população masculina: prevalência e fatores associados, sendo seu objetivo avaliar a prevalência e os fatores associados ao adoecimento mental na população masculina (Silva; Oliveira; Silva, 2021).

Foi realizado por meio de seis etapas: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; estabelecimento dos critérios de inclusão/exclusão (seleção da amostra); definição dos estudos pré-selecionados e selecionados; categorização dos estudos; análise e interpretação dos resultados; e apresentação da revisão/síntese do conhecimento (Silva; Oliveira; Silva, 2021).

Portanto, apresenta-se a seguinte questão norteadora: qual a prevalência e fatores associados ao adoecimento mental na população masculina?

O estudo foi realizado por meio de busca on-line das produções científicas sobre a temática em estudo, no período 2019 a 2024. Os dados obtidos através de buscas na Virtual em Saúde (BVS), abrangendo as seguintes bases de dados: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online), através

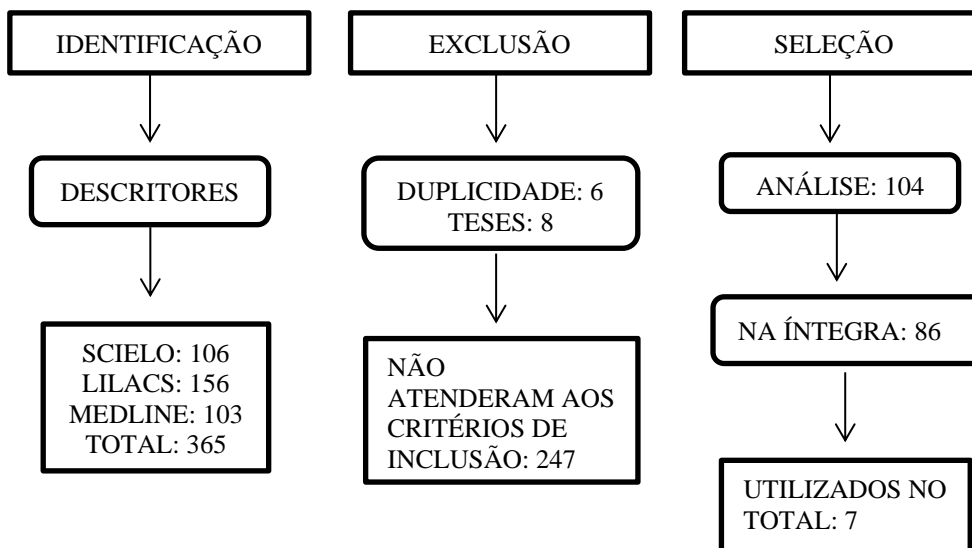
dos descritores cadastrados no DeCS: “adoecimento mental”, “população masculina” e “saúde mental e homem”.

Os critérios de inclusão tais quais: estudos originais (qualitativos, relato de experiências e estudos de caso), disponíveis na íntegra; publicados em português que retratassem a temática em âmbito nacional, publicados em periódicos nacionais e internacionais e que estivessem dentro dos anos de 2019 a 2024. Os critérios de exclusão: artigos duplicados e teses e dissertações.

Para um melhor entendimento e visando a facilitação visual, estrutural e lógica do estudo, a organização fez-se através de tabelas de leitura, agrupando informações de acordo com a importância e as categorias temáticas encontradas, com o objetivo de destacar as unidades de registro para agrupar os diferentes temas. Após esta etapa os dados foram confrontados com a literatura pertinente.

A seguir, na figura 1, está disposto o fluxograma da pesquisa no qual apresenta a ordem das etapas para a construção dessa revisão de literatura.

Figura 1- Fluxograma metodológico da pesquisa.



Autores, 2024.

RESULTADOS

Quadro 1- resultados da busca a cerca da prevalência e fatores associados ao adoecimento mental da população masculina.

AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVO
Silva; Melo, 2021.	Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo?	Esta revisão buscou caracterizar o sofrimento mental de homens e explorar elementos de seu cuidado
Walger; Santos; Gulin, 2022.	Saúde Mental Masculina: um estudo sobre a Procura por auxílio Profissional	Identificar quais razões estão envolvidas na procura e não procura por serviços de saúde mental por parte de pessoas do gênero masculino.
Silva et al., 2020.	A Sexualidade Estigmatizada: Desafios para uma atenção integral à saúde do homem portador de Transtorno Mental	Analisar as vivências e conhecimentos sobre sexualidade dos usuários do Centro de Atenção Psicossocial II (CAPS)
Silva; Junior; Ferreira, 2021.	Multifatores que prejudicam o autocuidado masculino na prevenção da saúde física e mental: um olhar da psicologia	Refletir sobre as contribuições e reflexões acerca da construção das masculinidades, onde de forma sociocultural é perpassado o ideal machista e hegemônico das ideias de cuidado, autocuidado e prevenção, expondo-os desde meninos a situações de violência, adoecimento e risco.
Bezerra et al., 2022.	Transtornos mentais comuns em homens do contexto urbano e rural: prevalência e fatores associados à saúde mental	Estimar a prevalência dos transtornos mentais comuns em homens, associados com fatores sociodemográficos, de estilos de vida, acesso aos serviços e saúde mental.
Souza et al., 2020.	Saúde mental de homens na pandemia da COVID-19: há mobilização das masculinidades?	Compreender como a pandemia da Covid-19 mobiliza as masculinidades em relação à saúde mental.
Garcia; Cardoso; Bernardi, 2019.	Autocuidado e adoecimento dos homens: uma revisão integrativa nacional	Verificar os fatores culturais, emocionais e laborais relacionados ao processo de adoecimento e autocuidado dos homens.

Autores, 2024.

DISCUSSÃO

Com base nos artigos incluídos na pesquisa, observou-se uma confluência nos achados dos autores, indicando uma maior prevalência de transtornos mentais em homens. No entanto, há questionamentos sobre a menor prevalência de transtornos mentais comuns entre eles.

A discrepância entre a menor prevalência de depressão em homens em comparação com mulheres e a maior incidência de suicídio nessa população pode ser um indicativo do subdiagnóstico do transtorno depressivo. Isso se deve ao fato de que, conforme apontado

pelos autores, a maioria dos casos de suicídio está associada à depressão. Além disso, os autores destacam que os homens são menos propensos a reconhecer sintomas relacionados ao humor devido à não conformidade com as noções dominantes de masculinidade e tendem a reagir de maneira diferente das mulheres ao enfrentarem estresse psicológico (Garcia; Cardoso; Bernardi, 2019).

Os homens tendem a se engajar em comportamentos como abuso de álcool, tomada exagerada de riscos e violência, devido a um fenômeno descrito na psicanálise como “acting-out”. Tal reação, além de potencialmente danosa, parece contribuir para que o sofrimento mental não seja reconhecido por profissionais de saúde. Assim, os dados de suicídio e depressão em homens, as possíveis limitações no reconhecimento do sofrimento psicológico e os comportamentos de encenação parecem levar ao que alguns autores têm apontado como a “crise silenciosa” da saúde mental dos homens (Walger; Santos; Gulin, 2022).

Existem diferenças que podem decorrer de desigualdades de gênero, que impactam negativamente a promoção da saúde mental das mulheres, muitas vezes sobrecarregadas pela dupla jornada de trabalho e ainda enfrentando desvalorização no mercado de trabalho. Consideramos que o machismo afeta a sociedade como um todo, gerando efeitos deletérios na vida das mulheres e também impactando negativamente a saúde mental dos homens. Portanto, entendemos que o reconhecimento da maior prevalência de transtornos mentais em mulheres não exclui a possibilidade de existência de sofrimento não reconhecido em homens (Silva et al., 2020).

Entre as formas de expressão, os homens frequentemente manifestam choro, tristeza e desânimo, além de dificuldade em falar sobre seus sentimentos, ansiedade, impulsividade, agressividade e violência. É comum que, em vez de demonstrar tristeza, os homens reajam com raiva e comportamentos autodestrutivos, pois os sintomas depressivos tradicionais estão em desacordo com os ideais sociais de masculinidade. Outras formas de expressão do sofrimento incluem estratégias de entorpecimento da consciência, distração e busca de prazer, como o uso de substâncias como álcool e outras drogas (Silva; Junior; Ferreira, 2021).

A condição de doente e a sensação de fracasso como provedor impõem a falta de atributos associados ao conceito ideológico de masculinidade socialmente construído, o que pode levar à perda de identidade desses indivíduos. Essa perda de identidade pode influenciar nas diversas tentativas de autoextermínio, representando um refúgio para acabar com o

sofrimento através de formas violentas como enforcamento, pular de um prédio, mutilação, afogamento e atropelamento. Conviver com o adoecimento mental e o fracasso social ideológico extrapola o sentido de viver - não ser mais capaz de se afirmar como homem perante a sociedade implica recorrer a violências, demonstrar força e pôr fim ao sofrimento (Bezerra et al., 2022).

Os fatores associados ao adoecimento mental na população masculina são diversos e complexos. A pressão para cumprir com os papéis tradicionais de provedor e protetor pode gerar um enorme estresse, especialmente quando os homens se sentem incapazes de atender a essas expectativas. A ideologia de masculinidade, que enfatiza a força, independência e resiliência, frequentemente desencoraja os homens a expressarem suas emoções ou a buscarem ajuda para problemas psicológicos (Souza et al., 2020).

Isso pode levar ao uso de mecanismos de enfrentamento prejudiciais, como o abuso de substâncias, comportamentos de risco e a violência. A repressão de sentimentos afetivos e a reação a situações de estresse com raiva e comportamentos autodestrutivos são também características associadas ao modelo tradicional de masculinidade (Garcia; Cardoso; Bernardi, 2019).

Além disso, os homens podem enfrentar estigmas significativos ao buscar ajuda para problemas de saúde mental, exacerbando ainda mais seu sofrimento. A falta de reconhecimento e tratamento adequado das condições mentais nos homens pode ser atribuída a fatores culturais e sociais que desvalorizam a vulnerabilidade masculina. A pressão para manter uma aparência de controle e invulnerabilidade impede muitos homens de admitirem suas dificuldades e de procurarem o apoio necessário. Esse isolamento emocional pode agravar os sintomas de depressão e ansiedade, aumentando o risco de autoextermínio como uma forma de escapar do sofrimento intenso e não reconhecido (Silva et al., 2020).

A prevalência do adoecimento mental na população masculina é significativa, embora frequentemente subdiagnosticada e subtratada. Estudos indicam que, apesar de apresentarem uma menor prevalência de diagnósticos de depressão e ansiedade em comparação com as mulheres, os homens são mais propensos a se envolverem em comportamentos autodestrutivos e a cometerem suicídio. Isso sugere que muitos homens podem sofrer em silêncio, não buscando ou recebendo o apoio necessário (Garcia; Cardoso;

Bernardi, 2019).

A "crise silenciosa" da saúde mental masculina é um reflexo da discrepância entre os índices de diagnósticos formais e a realidade das experiências de muitos homens, que lidam com seu sofrimento através de meios que não são reconhecidos ou tratados pelos sistemas tradicionais de saúde mental (Garcia; Cardoso; Bernardi, 2019).

CONCLUSÃO

Baseado na revisão dos estudos, observa-se uma maior prevalência de transtornos mentais entre os homens, embora existam desafios significativos na identificação e no tratamento desses transtornos. A relutância em reconhecer sintomas depressivos e a adoção de comportamentos autodestrutivos são reflexos das pressões sociais ligadas à masculinidade tradicional. Para melhorar a saúde mental masculina, é essencial promover ambientes que incentivem a expressão emocional e desafiem estereótipos prejudiciais, facilitando assim o acesso a tratamentos adequados e o suporte psicológico necessário.

REFERÊNCIAS

1640

ALVES, Isabella Nara Costa. Saúde mental do homem e construção das masculinidades na sociedade e na escola. IV Seminário Internacional Desfazendo Gênero, 2019.

BEZERRA, Edilane Nunes Régis. Transtornos mentais comuns em homens do contexto urbano e rural: prevalência e fatores associados à saúde mental Common mental disorders in urban and rural men: prevalence and factors associated with mental health. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 3, p. 17861-17871, 2022.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: Princípios e diretrizes. 2008.

GARCIA, Luis Henrique Costa; CARDOSO, Nicolas de Oliveira; BERNARDI, Cláudia Maria Canestrine do Nascimento. Autocuidado e adoecimento dos homens: uma revisão integrativa nacional. **Rev. Psicol. Saúde**, Campo Grande, v. 11, n. 3, p. 19-33, dez. 2019.

KAHOZI, Benjamin Silwamba *et al.* Considerações sobre a saúde mental do homem. ID on line. **Revista de psicologia**, v. 4, n. 12, p. 80-89, 2010.

MINISTÉRIO DA SAÚDE SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE DEPARTAMENTO DE AÇÕES PROGRAMÁTICAS ESTRATÉGICAS: POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DO HOMEM (Princípios e Diretrizes) 2008.

QUEIROZ, Iasmim Belém Silva *et al.* Abordagens de sexualidade e gênero na saúde do homem: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde: Juazeiro do Norte**, v. 43, n. 43, p. 1-10, 19 mar. 2020.

RODRIGUES, Jaqueline Pedreira *et al.* ESTRATÉGIA DE IMPLEMENTAÇÃO DE AÇÕES EM SAÚDE DOS HOMENS: potencialidades e desafios da pesquisa-ação. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Feira de Santana, v. 32, n. 8, 2023.

SILVA, Michele Maria; DE OLIVEIRA, Guilherme Saramago; DA SILVA, Glênio Oliveira. A pesquisa bibliográfica nos estudos científicos de natureza qualitativos. **Revista Prisma**, v. 2, n. 1, p. 91-103, 2021.

SILVA, Gabriel Diniz DA; JÚNIOR, Reinildo José de Sá Antunes; DO NASCIMENTO FERREIRA, Josivete Maria. MULTIFATORES QUE PREJUDICAM O AUTOCUIDADO MASCULINO NA PREVENÇÃO DA SAÚDE FÍSICA E MENTAL: UM OLHAR DA PSICOLOGIA. **Revista Eletrônica da Estácio Recife**, 2020.

SILVA, Matheus Ferreira da. **O DILEMA DO CUIDADO: AS MASCULINIDADES E OS CUIDADOS A SAÚDE MENTAL**. 2023. 40 f. TCC (Graduação) - Curso de Curso de Psicologia, Universidade Federal de Goiás, Goiânia - Go, 2023.

SILVA, Paula Layse *et al.* A Sexualidade Estigmatizada: Desafios para uma atenção integral à saúde do homem portador de Transtorno Mental. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 6, p. 19238-19251, 2020.

1641

SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo?. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4613-4622, 2021.

SOUSA, Anderson Reis de *et al.* Saúde mental de homens na pandemia da COVID-19: há mobilização das masculinidades?. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, p. e20200915, 2021.

WALGER DE SOUZA, Carolina; SANTOS, Ariane; GULIN, Larissa. Saúde Mental Masculina: um Estudo sobre a Procura por Auxílio Profissional. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 11, n. 2, p. 52-67, 2022.