



NA MINHA ÉPOCA NÃO SE FALAVA DISSO



UFRJ





Oi,
vovô. Feliz
aniversário!

Obrigado,
Bibi. Que bom
que chegou.

Agora
só falta sua tia
Lea e aquela
amiga dela.


Vô, eu
sei que elas são um
casal, eu sempre soube.
E não há vergonha
nisso.



Não sabia como te contar. Na minha época não se falava disso. Sei pouco sobre esse assunto e tenho medo de falar alguma besteira.

Só de estarmos falando disso, já é um grande avanço. Sabia que mais de 60% das violências à pessoas LGBTQ+ acontecem em ambiente familiar, exatamente pela falta de diálogos como esse?




A cartoon illustration of a woman with short, dark brown hair and large, expressive eyes. She is wearing a blue top and has her right hand raised, pointing her index finger upwards. A white speech bubble with a black border is positioned above her head, containing text. The background is a solid light green color.

Mostrar-se disponível para ouvir e discutir sobre esses assuntos, são ferramentas fundamentais para redução de estigmas, preconceito e desigualdades em saúde.

Ministério da Saúde (2013)

As violências ao longo da vida fazem com que essas pessoas se tornem mais propensas ao desenvolvimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão, e influencia nas relações sociais e econômicas.

FRANCISCO, L. et al. (2020)



Nossa!
Não sabia que o
homossexualismo
sofria com tudo
isso.

Vô, não se fala mais
HOMOSSEXUALISMO.
Esse termo “ismo” é
utilizado para se referir à
doenças, e a
HOMOSSEXUALIDADE
não é uma doença, mas
sim a orientação afetiva,
romântica e sexual.

COOPER, K. et al. (2019); APA (2013)

Oba!
Minha tia e a
esposa chegaram,
vamos comer
bolo!!!

Poxa,
não erro
mais isso.

"Estudos já apontam que estratégias de políticas públicas de apoio à comunidade LGBTQ+ reduziram TODOS os transtornos mentais, e até o consumo de álcool e cigarro dessa população." (BHUGRA D., 2018)



Alberto, vamos para outra fila? Esse caixa é muito “mulherzinha” para o meu gosto.

Isso não importa. Essa piada não tem graça, Zé. Cada um pode ser o que quiser, amar quem quiser e se comportar como se sentir bem.




No dia seguinte...

Você tem razão.
Não pensei antes
de falar. Afinal,
na minha época,
não se falava
disso.

Ainda bem que
agora falamos
disso. Não
devemos julgar. É
preciso acolher e
ter empatia.





Aprendi
com minha neta.
Todos podem
aprender
também!

No Brasil, a prevalência de depressão para a população LGBTQ+ é de 25%, ou seja, 1 em cada 4 relatam seus sintomas, sem contar, aos que, se quer, possuem acompanhamento ou coragem para pedir ajuda. No mundo, estudos apontam uma chance de transtornos mentais para essa população de 2 a 5 vezes maior do que para pessoas heterossexuais. (TORRES, JL 2021)



REFERÊNCIAS

- 1- Pinto IV, Andrade SSA, Rodrigues LL, Santos MAS, Marinho MMA, Benício LA, Correia RSB, Polidoro M, Canavese D. Profile of notification of violence against Lesbian, Gay, Bisexual, Transvestite and Transsexual people recorded in the National Information System on Notifiable Diseases, Brazil, 2015-2017. Rev Bras Epidemiol. 2020;23. doi: 10.1590/1980-549720200006.supl.1. PMID: 32638993.
- 2- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais / Ministério da Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa, Dep. de Apoio à Gestão Participativa. Brasília : 1. Min. da Saúde, 2013.ISBN 978-85-334-144-5
- 3- Francisco, Leilane Camila Ferreira de Lima et al. Anxiety in sexual and gender minorities: an integrative review. Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]. 2020,Epub 08 May 2020. ISSN 1982-0208. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000255>.
- 4- K. Cooper, A. Russell, W. Mandy, et al., The phenomenology of gender dysphoria in adults: A systematic review and meta-synthesis, Clinical Psychology Review 2019, <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101875>
- 5- American Psychiatric Association Diagnostic and statistical manual of mental disorders 5th ed. 2013 APA Press Washington, DC
- 6- Bhugra D. Sexual variation and mental health. Nord J Psychiatry. 2018 Sep;72(sup1):S27-S29. doi: 10.1080/08039488.2018.1525643. Epub 2018 Nov 1. Nord J Psychiatry. 2021 May 31;:1. PMID: 30383460.
- 7- Torres JL, Gonçalves GP, Pinho AA, Souza MHDN. The Brazilian LGBT+ Health Survey: methodology and descriptive results. Cad Saude Publica. 2021. doi: 10.1590/0102-11X00069521. PMID: 34669766.
- 8- Wittgens C, Fischer MM, Buspavanich P, Theobald S, Schweizer K, Trautmann S. Mental health in people with minority sexual orientations: A meta-analysis of population-based studies. Acta Psychiatr Scand. 2022. doi: 10.1111/acps.13405. Epub 2022 Feb 11. PMID: 35090051.



APOIO TÉCNICO

Equipe:

Vitória Maria do Nascimento Alves

Creso de Almeida

Silvia de Freitas Affonso Franco

Heitor dos Santos Silveira

Andrea Camaz Deslandes

FICHA TÉCNICA

Imagem: Pixton/ Jamboard/ Canva

Direção: Heitor dos Santos Silveira

Edição: Alexandre Faria Rocha

Produção textual: Creso de Almeida/Alexandre Faria

Rocha/ Vitória Maria do Nascimento Alves

Revisão: Silvia de Freitas Affonso Franco

Orientadora: Andrea Camaz Deslandes



Para mais materiais informativos acesse:



<https://www.laboratoriolanex.com>



LaNEx-UFRJ



@lanexufrj



Laboratório de Neurociência do Exercício - LaNEx

Este material foi desenvolvido pelo aluno ALEXANDRE FARIA ROCHA, com apoio do programa da FAPERJ do EDITAL-E-26/010.002421/2019 - CONTEMPLADOS Rede de Pesquisa em Saúde no RJ - 2019. O projeto faz parte da pesquisa intitulada "Resposta funcional, cognitiva, hormonal e de fatores tróficos em idosos com declínio cognitivo e demência a um programa com realidade virtual."