

CAPÍTULO 12

PERSPECTIVAS DA PSICOLOGIA ACERCA DA SAÚDE MENTAL DOS INDIVÍDUOS NO ESPECTRO ASSEXUAL

AMANDA RAVENNA ALVES MARINHEIRO¹
PALÔMA ARAÚJO NOGUEIRA¹
SAYLA DIOVANA FONTES SANTANA DA ROCHA¹
PEDRO WILSON RAMOS DA CONCEIÇÃO²

¹Discente – Psicologia do Centro Universitário Maurício de Nassau de Teresina

²Docente – Doutorando em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

Palavras-chave: Subjetividade; Assexual; Saúde mental.

DOI

10.59290/978-65-6029-143-0.12

INTRODUÇÃO

A assexualidade é uma orientação sexual, assim como a homo, hetero ou bissexualidade, dentre outras englobadas pela sigla LGBTQIAP+ (lésbicas, gays, bissexuais, trans, queer, interssexuais, assexuais e aromânticos, panssexuais) e é representada pela letra A. Em um conceito mais restrito, pessoas assexuais ou aces são descritas como aquelas que não sentem atração sexual por outras pessoas, porém, a assexualidade é considerada um termo guarda-chuva que engloba também os indivíduos que sentem pouca atração ou apenas em situações específicas (MARQUES, 2020).

No entanto, a assexualidade ainda é uma orientação pouco explorada e pouco validada dentro da literatura e da sociedade como um todo, principalmente devido à cultura sexonormativa imposta dentro de uma sociedade hipersexualizada. Isso reflete diretamente nas vivências das pessoas que ainda estão em seus processos de identificação e reconhecimento da própria sexualidade e fomenta ainda mais o preconceito e a discriminação sofridos por eles, o que implica diretamente na saúde mental dos indivíduos que se reconhecem dentro do espectro (MARQUES, 2020).

Nesse sentido, é fundamental que haja um empenho por parte dos profissionais de saúde, dentre eles o psicólogo, para que a assexualidade não seja confundida com disfunções sexuais, celibato ou como resultado de traumas, já que essas também se caracterizam como formas de violência a esta população. É fundamental que estes profissionais estejam devidamente capacitados e conheçam as especificidades dos indivíduos assexuais para que não reproduzam preconceito e consigam proporcionar a eles uma atenção especializada de acordo com as demandas que os afetam (SANTOS & CARVALHO, 2019).

A relevância deste trabalho é pautada na necessidade de discussões acerca de aspectos psicológicos na vivência assexual pouco falados dentro da bibliografia e dessa forma ampliar e explicar o conceito de assexualidade, bem como tudo o que não é assexualidade. Assim, com debates mais contundentes e incisivos, propicia-se a eliminação de quaisquer tipos de discriminação, bem como a elaboração de políticas públicas no SUS que englobem as necessidades desta população.

Dessa maneira, este trabalho busca ampliar discussões acerca dos aspectos psicológicos dentro do reconhecimento da identidade assexual, como também debater acerca da maneira que as vivências da comunidade ace repercutem na saúde mental. É de suma importância que a psicologia seja uma aliada nos debates que tangem à diversidade sexual, pois a incompreensão das inúmeras manifestações da sexualidade humana pode acarretar intenso sofrimento psíquico aos indivíduos.

O objetivo deste estudo foi compreender as subjetividades do espectro assexual e suas implicações na saúde mental. De forma mais específica, apresentar a visão da psicologia em relação a assexualidade e seu espectro, como também explicar os aspectos psicológicos presentes no reconhecimento de uma identidade assexual, e, por fim, discutir sobre a saúde mental da comunidade assexual.

MÉTODO

O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo narrativa. Para De Sousa *et al.* (2021), tal pesquisa bibliográfica fundamenta-se na organização e análise de materiais já publicados anteriormente, como livros e artigos científicos. No que se refere à narrativa, caracteriza-se por apresentar uma temática vasta sem partir de uma questão pré-determinada.

Além disso, a percepção subjetiva do autor tem grande relevância e a escolha dos materiais não seguem um critério ou restrição específicos (CORDEIRO *et al.*, 2007).

Os materiais foram selecionados a partir da busca de livros, artigos, periódicos e outras formas de bibliografia, de forma virtual. Para a coleta das fontes, foram utilizados: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *National Library of Medicine* (PubMed) e o site do Conselho Federal de Psicologia com os seguintes descritores: ‘Assexual’; ‘Psicologia’; ‘Saúde mental’; ‘Assexualidade’, nas línguas português e inglês.

Neste trabalho foram incluídos atos administrativos que contemplavam a temática, livros pertinentes ao assunto, artigos científicos e teses no período de 2011 a 2023 disponíveis na íntegra nos idiomas: Português e inglês, enquanto nos critérios de exclusão, foram descartadas pesquisas incompletas, que não compreendem o objetivo dessa pesquisa e em outros idiomas.

Após a seleção e leitura dos materiais para apresentar organizou-se os resultados e discussão do conteúdo em três tópicos: A visão da psicologia em relação ao espectro da assexualidade; Os aspectos psicológicos no reconhecimento de uma identidade assexual; A saúde mental da comunidade assexual.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A visão da psicologia em relação ao espectro da assexualidade

O Conselho Federal de Psicologia (CFP) aprova o código de ética profissional do psicólogo, a partir da resolução N° 010/2005, de 21 de julho de 2005, em que discorre as normas e princípios da atuação do psicólogo, que devem ser baseadas na promoção de saúde, qualidade

de vida, dignidade, liberdade, igualdade e integridade, tais princípios estão embasados na Declaração Universal dos Direitos Humanos (CFP, 2005).

Dessa forma, de acordo com esse código, o profissional deve auxiliar na eliminação de discriminação, opressão, violência, crueldade, exploração e negligência. E, por isso, não deve ser conivente com as práticas que promovam tais preconceitos e discriminações, ou seja, o profissional deve respeitar as individualidades e não incentivar ideologias morais, de orientação sexual, políticas, entre outras que possam ferir o direito de liberdade do outro (CFP, 2005).

Em 1999, o CFP publicava a resolução N° 01/1999, que normatiza a atuação do psicólogo em relação à orientação sexual, na busca de combater os preconceitos e promover serviços psicológicos que abordem a questão de orientação sexual e suas pluralidades, na norma a questão homoafetiva aparece como foco principal, e, dessa forma, estabelece-se como um marco inicial contra a patologização das orientações homoafetivas (CFP, 1999).

Nesse sentido, o CFP colabora para a condenação de práticas discriminatórias e estigmatizadas contra a população LGBTQIA+ e, com base nisso, em 2018, assinou a carta internacional pelos direitos dos indivíduos LGBTQIA+, apresentada no 29° Congresso Internacional de Psicologia aplicada no Canadá, esse documento estabeleceu as variações e identidades da diversidade humana como normais e saudáveis, como também a necessidade do respeito e acolhimento em suas diferenças. A carta cita ainda o desenvolvimento dos serviços de psicologia e medicina afirmativa (CFP, 2023).

Tendo isso em vista, a psicologia afirmativa é embasada nos direitos humanos, pois considera as individualidades, diferentes formas de expressão e liberdade, tendo como público

LGBTQIA+ seu enfoque principal. O trabalho da psicologia afirmativa concentra-se predominantemente nos gays brancos cisgêneros (cis) e lésbicas brancas cis, sendo necessários mais estudos e novas atualizações para o acolhimento das demais siglas (AQUINO, 2019).

Nesse sentido, o Governo Federal, a partir do decreto Nº 11.471, de 6 de abril de 2023, criou o Conselho Nacional dos Direitos das Pessoas Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis, Transexuais, Queers, Intersexos, Assexuais e Outras (CNLGBTQIA+), para assegurar a formulação de políticas públicas voltadas a essas minorias, e, ademais, o Conselho Federal de Psicologia participará ativamente e de forma permanente nessa luta por direitos e visibilidade. Assim, destaca-se o não apagamento dos assexuais na garantia e promoção de direitos que o CNLGBTQIA+ pode proporcionar, aliado as instituições relevantes e a participação social (BRASIL, 2023; CFP, 2023).

Na psicologia, a sexualidade é estudada por diversos autores e as representações saudáveis e patológicas da expressão humana continuam sendo pautas da ciência psicológica (AQUINO, 2019). Segundo Bogaert (2017), conhecer a assexualidade ajuda a entender melhor sobre a sexualidade humana, como também inicia a diferenciação do sexual e romântico, os aspectos subjetivos de cada atração e suas manifestações singulares abrem inúmeras possibilidades de redescobrimto.

Sendo assim, as investigações em torno da assexualidade contribuem para o desenvolvimento de novas formas de relacionamentos e o entendimento das particularidades de cada pessoa dentro da relação, e, dessa forma, a psicologia auxilia o indivíduo nesse encontro com si próprio, redefinindo as conexões afetivas e sociais, além de acolher o sofrimento que possa

emergir dessa descoberta, sem desconsiderar o contexto de cada pessoa (MARQUES, 2020).

A visão da psicologia sobre a assexualidade está indiretamente contida nas questões éticas do psicólogo, porém não existem atos oficiais para a atuação do psicólogo com sujeitos assexuais, sendo importante que o profissional reconheça e participe de questionamentos no meio científico que propaguem maior visibilidade, promovam saúde mental e qualidade de vida para os aces seguindo os princípios citados no código de ética da profissão, como também evitar a patologização (BEZERRA, 2015).

Tendo em vista isso, na V versão do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), uma das atualizações foi diferenciar o transtorno sexual hipoativo masculino e transtorno de interesse/excitação sexual feminino da assexualidade, posto ao final caso a pessoa identifique-se como assexual o diagnóstico não pode ser realizado, o que contribui para a diminuição da medicalização e a busca por uma cura inexistente (APA, 2013). Ou seja, o tratamento desses transtornos deve ser voltado para o estabelecimento de uma vida sexual ativa saudável, enquanto a assexualidade não possui tratamento, pois não é uma doença (HINDERLITER, 2013).

Os aspectos psicológicos no reconhecimento de uma identidade assexual

A assexualidade é um espectro em que os indivíduos não sentem atração sexual, seja de forma parcial, total ou condicional. Sendo assim, faz-se necessário entender a diferença entre atração sexual e desejo sexual, o primeiro define-se como vontade de ter relações sexuais com uma ou mais pessoas, ou seja, na atração o desejo está relacionado a uma pessoa, enquanto o desejo sexual é biológico, que surge para aliviar uma tensão sexual, atingir o orgasmo e

pode ou não estar relacionado a alguém (MARQUES, 2020)

Nesse sentido, Bezerra (2015), em sua tese, traz que a assexualidade não é decorrente de trauma psicológico, não significa abstinência de práticas sexuais ou celibato e não é disfunção hormonal/psicológica, assim contribui para desmistificar as concepções erradas e achismos em torno dessa orientação, ao provocar discussões sobre essa temática e dar voz a essa minoria diminui o apagamento dessa orientação.

Desse modo, para alcançar mais pessoas e provocar um sentimento de pertencimento dentro da comunidade, existiu no Yahoo, no ano de 2001, a *Haven for the Human Amoeba* - HHA (Refúgio para as amebas humanas), primeira comunidade virtual para os assexuais e provocava discussões e trocas de informações entre os membros. Ainda no ano de 2001, o acadêmico David Jay, criou a *Asexual Visibility and Educational Network* (Rede Assexual de Visibilidade e Educação), que atualmente é a rede de visibilidade mais completa sobre a assexualidade (BEZERRA, 2015).

Somado a isso, a comunidade virtual da AVEN provoca discussões em torno das temáticas relevantes na garantia de direitos desses indivíduos, além de produzir e contribuir com as pesquisas científicas em torno do tema em questão e o pertencimento em uma comunidade ativa (BEZERRA, 2015). Nessa perspectiva, Brotto & Yule (2009) trazem em seu estudo que as pessoas assexuais que não conhecem o termo assexualidade são impactadas mais negativamente, o que faz com que elas sejam mais confusas, angustiadas e solitárias em comparação com aqueles que fazem parte da comunidade assexual e conhecem mais sobre si mesmos.

Por consequência disso, durante o desenvolvimento humano, principalmente na fase da adolescência e as descobertas que acontecem

nesse período, o adolescente assexual pode ter uma dificuldade maior para criar vínculos mais íntimos com outras pessoas, devido a falta de atração sexual, o que leva a uma confusão para entender a si mesmo e desconforto devido às pressões sociais desse período (MARQUES, 2020).

Sendo assim, o acolhimento e aceitação das pessoas ao redor desse sujeito fazem-se extremamente necessários, ao reconhecer-se e receber esse apoio pode contribuir para uma base mais sólida nas relações interpessoais, como também auxilia no entendimento de que não é uma doença que precisa de cura, além de ajudar no fortalecimento da autoestima e percepção mais positiva acerca de si mesmo (BROTTO & YULE, 2009).

Por outro lado, o indivíduo que identifica-se como assexual na fase adulta perpassa por aspectos diferentes devido ao contexto de vida e o estabelecimento da personalidade, além da predominância de uma confusão maior pelo desconhecimento anterior de si mesmo e marca o início dessa nova busca, principalmente no estabelecimento das relações amorosas e a exposição ao estresse de minorias, provocando, portanto, um comprometimento da saúde mental dessas pessoas (CHAN & LEUNG, 2023).

A saúde mental da comunidade assexual

O sofrimento de minorias, nesse incluso o dos assexuais, se dá devido aos impactos das pressões sociais, sendo uma das principais causas para que isso aconteça, visto que o sofrimento não vem do próprio sujeito, mas sim da percepção negativa da sociedade, que tenta encaixar todas as pessoas em um padrão socialmente aceito, ou seja, heterossexual e cisgênero (CHAN & LEUNG, 2023).

Devido a isso, os assexuais podem experimentar terapia de conversão sexual, violência

sexual e psicológica, medicalização, tratamentos hormonais desnecessários, negligência de profissionais da saúde, e, por isso, esses indivíduos podem não mencionar sobre a sua assexualidade dentro dos atendimentos e esconder por medo da repreensão e descrença (FLANAGAN & PETERS, 2020).

Assim, pela falta de informação dos profissionais da saúde e não comprometimento em uma formação continuada, o atendimento realizado com essa comunidade assexual não ocorre de maneira efetiva e não existem espaços de discussão dentro dos consultórios para abordar sobre essas questões particulares do sujeito e o cuidado à saúde torna-se incompleto (FLANAGAN & PETERS, 2020; JONES *et al.*, 2017).

Chan & Leung (2023) em seu estudo focado no estresse de minorias e a presença de tendências suicidas na comunidade assexual, mostrou uma maior prevalência de tendências suicidas entre homens assexuais e pessoas não binárias, como também em assexuais mais jovens e que vivem em países de baixa renda. Assim, os autores concluem que estresse de minoria e ideação suicida estão associados ao comprometimento da saúde mental dos assexuais, o que cabe a psicologia ajudar esses sujeitos a lidar com essas experiências negativas.

Para Yule *et al.*, (2015) os assexuais são mais propensos a ter transtornos de ansiedade e de humor do que os heterossexuais. Além disso, a descrença familiar, da comunidade e dos profissionais da saúde em torno da assexualidade provoca estigmas nocivos para essa população. Dessa forma, o comprometimento da saúde mental desses indivíduos corrobora para os altos índices de transtornos mentais, abuso de substâncias ilícitas e suicídio (CHAN & LEUNG, 2023).

Ademais, a pesquisa empírica pioneira de MacInnis & Hodson (2012) traz que os assexuais são vistos de forma negativa e encarados como menos humanos e desvalorizados na escolha de relacionamentos afetivos, em comparação aos heterossexuais e outras orientações sexuais. Nesse estudo, foi percebido que o contato com as pessoas assexuais foi o menos escolhido do que com indivíduos homossexuais e heterossexuais, o que provoca o isolamento, sentimento de solidão e culpa para aqueles que desejam ter um relacionamento amoroso.

Frente a isso, a tese de doutorado de Haefner (2011) aborda sobre a necessidade de impor limites sexuais dentro dos relacionamentos amorosos, uma vez que o parceiro ace pode satisfazer os desejos sexuais dos seus parceiros alossexuais (antônimo de assexual), mesmo sem querer o sexo. Tal problemática se estende para estabelecer as diversas possibilidades de relacionamentos amorosos e sobre como conversar sobre os limites dentro da relação é necessário para criar vínculos saudáveis, nesse estudo a autora conclui que muitos assexuais preferem não se envolver em relacionamentos afetivos por todas as questões da heteronormatividade e as expectativas em torno do sexo.

Portanto, os fatores associados ao comprometimento da saúde mental dos aces estão relacionados a desinformação sobre a própria assexualidade, a dificuldade no processo de aceitação e incertezas decorrentes disso, assim, para minimizar esses fatores de risco a psicologia possui o papel de acolher as demandas dessa população e participar ativamente de discussões que fortaleçam essa temática, ao considerar a assexualidade como uma das particularidades humanas o próprio assexual encontra-se diante da possibilidade de existência, e, dessa forma, cuida-se da saúde mental de forma efetiva (ZHENG & SU, 2022).

CONCLUSÃO

Diante de tais estudos, sustenta-se a compreensão acerca da assexualidade como uma orientação sexual. Foi percebido que a incompreensão acerca da assexualidade corrobora para o sofrimento psíquico e a estigmatização dessa população.

Ainda nesse contexto, as distorções oriundas sobre pessoas assexuais, além de desencadear sofrimento psíquico, sentimentos de não pertencimento e apagamento, tem fomentado a submissão de tratamentos abusivos e invasivos. Evidencia-se, portanto, a falta de entendimento, de acolhimento por diversos profissionais da saúde, mostrando o despreparo em assistência ao indivíduo de forma humanizada.

Tendo em vista os serviços de saúde, a psicologia posiciona-se na defesa da diversidade e da liberdade, desmistificando associações a patologias e transtornos as pessoas assexuais, buscando promover uma qualidade de vida dessa população. Dessa forma, entende-se que a psicologia afirmativa precisa avançar para poder auxiliar os assexuais de forma positiva, não somente nas homossexualidades e bissexualidades como o foco principal.

Dado a relevância e a escassez de construtos teóricos no que tange a temática apresentada, faz-se importante a formulação de novos estudos que busquem explorar o espectro da assexualidade, incorporando assim novos conhecimentos. Portanto, espera-se que esse trabalho desperte o interesse e estimule novos estudos nessa área.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APA. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-V. 5th ed. Washington (DC): APA, 2013. p.433-443.

AQUINO, M.L. Terapia Afirmativa LGBT+, Direitos Humanos e Interseccionalidade: A importância de um olhar integrado. 2019. 36 f. Monografia de Especialização (Direitos Humanos na América Latina) - Universidade Federal da Integração Latino-Americana (Unila), Foz do Iguaçu, 2019.

BEZERRA, P.V. Avessos do excesso: A assexualidade. 2015. 143 f. Tese (Doutorado em Psicologia). Faculdade de Ciências e Letras, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Assis, 2015.

BITTLE, A. Positive and negative social attitudes toward asexual people. 2021. Tese (Doutorado em Psicologia). Indiana State University, Terre Haute, 2021. doi: 10.1037/sgd0000652.

BOGAERT, A.F. What asexuality tells us about sexuality. *Archives of Sexual Behavior*, v. 46, p. 629-630, 2017. doi: 10.1007/s10508-016-0892-2.

BRASIL. Decreto nº 11.471, de 6 de abril de 2023. Institui o Conselho Nacional dos Direitos das Pessoas Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis, Transexuais, Queers, Intersexos, Assexuais e Outras. Edição: 67-B | Seção: 1 - Extra B. Brasília – DF, 2023. Disponível em: D11471 (planalto.gov.br). Acesso em: 12 mai. 2023.

BROTTO, L.A. & YULE, M.A. Reply to hinderliter (2009). *Archives of Sexual Behavior*, v. 38, p. 622–623, 2009. doi: <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9514-6>.

CHAN, R. & LEUNG, J. Experiences of minority stress and their impact on suicidality among asexual individuals. *Journal of Affective Disorders*, 2023. doi: 10.1016/j.jad.2023.01.025.

CONSELHO Federal de Psicologia terá assento permanente no Conselho Nacional para pessoas LGBTQIA+. Conselho Federal de Psicologia, 11 de abr. 2023. Disponível em: Conselho Federal de Psicologia terá assento permanente no Conselho Nacional para pessoas LGBTQIA+ - CFP | CFP. Acesso em: 12 mai. 2023.

CONSELHO Federal de Psicologia. Resolução CFP nº 010/2005. Código de Ética Profissional do Psicólogo, XIII Plenário. Brasília, DF: CFP, 2005. Disponível em: <codigo-de-etica-psicologia.pdf> (cfp.org.br). Acesso em: 12 mai. 2023.

CONSELHO Federal de Psicologia. Resolução n. 1, de 22 de março de 1999. Estabelece normas de atuação para os psicólogos em relação à questão da orientação sexual. Brasília, DF, 1999. Disponível em: <codigo-de-etica-psicologia.pdf> (cfp.org.br). Acesso em: 12 mai. 2023.

CORDEIRO, A.M. *et al.* Revisão sistemática: Uma revisão narrativa. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões*, v. 34, p. 428-431, 2007. doi: <https://doi.org/10.1590/S0100-69912007000600012>.

DE SOUSA, A. *et al.* A pesquisa bibliográfica: Princípios e fundamentos. *Cadernos da FUCAMP*, v. 20, n. 43, 2021.

FLANAGAN, S.K. & PETERS, H.J. Asexual-identified adults: Interactions with health-care practitioners. *Archives of Sexual Behavior*, v. 49, n. 5, p. 1631-1643, 2020. doi: 10.1007/s10508-020-01670-6.

HAEFNER, C. Asexual scripts: A grounded theory inquiry into the intrapsychic scripts asexuals use to negotiate romantic relationships. 186 f. Tese (Doutorado em Filosofia na Psicologia Transpessoal) - Institute of Transpersonal Psychology, Ann Arbor, 2011.

HINDERLITER, A. How is asexuality different from hypoactive sexual desire disorder? *Psychology & Sexuality*, v. 4, n. 2, p. 167-178, 2013. doi: <https://doi.org/10.1080/19419899.2013.774165>.

JONES, C. *et al.* Understanding asexual identity as a means to facilitate culturally competent care: A systematic literature review. *Journal of Clinical Nursing*, v. 26, n. 23-24, p. 3811-3831, 2017. doi: 10.1111/jocn.13862.

MACINNIS, C. & HODSON, G. Intergroup bias toward “Group X”: Evidence of prejudice, dehumanization, avoidance, and discrimination against asexuals. *Group Processes & Intergroup Relations*, v. 15, n. 6, p. 725-743, 2012. doi: <https://doi.org/10.1177/1368430212442419>.

MARQUES, C.A. O (não) entendimento da assexualidade em uma sociedade sexonormativa: Uma reflexão sobre como os aces são vistos pela massa. *Processos Psicossociais Psicologia e Comunicação*, p. 63-75, 2020.

SANTOS, T. & CARVALHO, G. Assexualidade: Orientação ou disfunção sexual? *Brazilian Journal of Health Review*, v. 2, n. 4, p. 2709-2728, 2019. doi: <https://doi.org/10.34119/bjhrv2n4-042>.

YULE, M.A. *et al.* Mental health and interpersonal functioning in self-identified asexual men and women. *Psychology & Sexuality*, v. 4, n. 2, p. 136-151, 2013. doi: <https://doi.org/10.1080/19419899.2013.774162>.

ZHENG, L. & SU, Y. Sexual minority identity and mental health among individuals on the asexuality spectrum in China: A longitudinal study. *Archives of Sexual Behavior*, v. 51, n. 7, p. 3627-3636, 2022. doi: 10.1007/s10508-022-02395-4.