

A INVALIDAÇÃO DA ASSEXUALIDADE E SEUS EFEITOS NA SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE INVALIDATION OF ASEXUALITY AND ITS EFFECTS ON MENTAL HEALTH: AN INTEGRATIVE REVIEW

Luma Karoline Alves Magalhães¹

Ana Luísa Chagas e Silva²

Ruane Moura Alves³

João Joabson Sobral Lins⁴

Rayanne Gabriela Alves Rosa Silva de Arruda⁵

Resumo: Este trabalho investiga a assexualidade em meio à estrutura social alonormativa, ressaltando os processos de invisibilização e invalidação que atravessam essa orientação, a fim de analisar como esses mecanismos repercutem na saúde mental e na constituição subjetiva dos indivíduos. Para tanto, analisa-se como discursos patologizantes e relações de poder marginalizam existências fora do imperativo do desejo, impactando diretamente a construção da subjetividade e a saúde mental desses indivíduos. O percurso metodológico, pautado na revisão integrativa e na análise qualitativa da produção científica, revelou que a deslegitimação da assexualidade intensifica processos de inadequação e desamparo social. Esse cenário culmina em modos de subjetivação atravessados pelo sofrimento ético-político e pela exclusão. Verificou-se também que tal ciclo de silenciamento se reforça na escassez de

produções científicas sobre a temática. Conclui-se, assim, que a ampliação da produção científica e a disseminação de discussões sobre a assexualidade são fundamentais para a garantia de direitos, a legitimação dessas identidades e o fomento de práticas de cuidado em saúde mental que sejam inclusivas.

Palavras-chave: assexualidade; alonormatividade; invalidação; saúde mental.

Abstract: *This study investigates asexuality within an allonormative social structure, highlighting the processes of invisibilization and invalidation that permeate this orientation, to analyze how these mechanisms impact the mental health and subjective constitution of individuals. To this end, it examines how pathologizing discourses and power relations marginalize existences that fall outside the imperative of desire, directly impacting the*

¹ Centro Universitário UniFavip – Wyden. E-mail: lumakarolinealves@gmail.com

² Centro Universitário UniFavip – Wyden. E-mail: a.luisachagasesilva@gmail.com

³ Centro Universitário UniFavip – Wyden. E-mail: ruanemoura0@gmail.com

⁴ Centro Universitário UniFavip – Wyden. E-mail: joabsk123@gmail.com

⁵ Centro Universitário UniFavip – Wyden. E-mail: rayanne.arruda@professores.unifavip.edu.br



construction of subjectivity and the mental health of these individuals. The methodological approach, based on an integrative review and qualitative analysis of scientific literature, revealed that the delegitimization of asexuality intensifies processes of inadequacy and social helplessness. This scenario culminates in modes of subjectivation marked by ethico-political suffering and exclusion. It was also verified that this cycle of silencing is reinforced by the

scarcity of scientific literature on the subject. Thus, it is concluded that expanding scientific production and disseminating discussions on asexuality are essential for guaranteeing rights, legitimizing these identities, and fostering inclusive mental health care practices.

Keywords: asexuality; allonormativity; invalidation; mental health.

1. INTRODUÇÃO

O cenário contemporâneo das discussões sobre gênero e sexualidade tem revelado a pluralidade das existências e a necessidade de romper com modelos normativos de desejo. Nesse contexto, emerge a urgência de compreender orientações que desafiam a centralidade da sexualidade nas relações humanas. Assim, a assexualidade apresenta-se como uma orientação sexual constituída pela ausência parcial ou completa de atração sexual para com outro indivíduo (Aven, 2001). As pessoas assexuais vivenciam sua orientação de maneiras diversas que, juntas, compõem um amplo espectro, que varia de pouca, nenhuma ou específica atração sexual, incluindo os demissexuais. Em uma sociedade pautada pela alonormatividade, a desinformação sobre a assexualidade alimenta processos de marginalização. Ao serem confrontadas com o modelo da asexualidade — *denominação que caracteriza indivíduos que experienciam total atração sexual* — como única norma possível, as pessoas assexuais enfrentam uma invalidação sistemática, o que acarreta prejuízos significativos à sua saúde psíquica (Barbaresco; Bachmann; Policeno, 2025).

Nesse sentido, a lacuna informacional somada aos preconceitos estruturais força os indivíduos assexuais a enfrentarem barreiras que negligenciam suas vivências e dificultam o próprio processo de identificação. Esse cenário de invisibilidade compromete, inclusive, o autodescobrimento de sujeitos que, embora se identifiquem com a orientação, carecem de subsídios teóricos e sociais para compreender suas vertentes. Torna-se, portanto, incontestável a relevância deste tema tanto no campo acadêmico quanto no social, visando ampliar o diálogo e combater a invalidação sistemática da assexualidade (Silva, 2024).



Diante desse panorama, o presente estudo objetiva analisar como a invisibilização da assexualidade, no contexto da alonormatividade, atravessa a construção da subjetividade e impacta a saúde mental desses sujeitos.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A assexualidade é compreendida como uma orientação caracterizada pela ausência ou baixa atração sexual, cuja existência ainda é frequentemente tensionada por normas sociais que pressupõem o desejo sexual como universal. Por meio desse cenário, vivências assexuais tendem a ser interpretadas como desvios em relação ao padrão esperado, o que contribui para a deslegitimação dessas identidades (Barbaresco; Bachmann; Policeno, 2025).

Esse processo também se expressa no âmbito das relações interpessoais, especialmente nos relacionamentos afetivos, nos quais há a expectativa de que o vínculo amoroso inclua necessariamente a prática sexual. Diante disso, pessoas assexuais enfrentam pressões constantes para corresponder a tais expectativas, o que pode gerar conflitos, desconfortos e sentimentos de inadequação (Parente et al., 2025).

Além disso, o entendimento da assexualidade como a ausência de desejo sexual muitas vezes é atravessado por leituras patologizantes, nas quais essa vivência é interpretada como um problema a ser corrigido. Esse enquadramento reforça estigmas e favorece a reprodução de discursos regulatórios e excludentes, que impactam diretamente a construção da subjetividade dos sujeitos (De Paula, 2025).

Nesse contexto, as contribuições de Butler (2010) e Foucault (1977) permitem aprofundar a compreensão das dinâmicas que atravessam a assexualidade. Butler (2010, p. 55) afirma que “[...] a sexualidade sempre é construída nos termos do discurso e do poder [...]”, evidenciando que as expressões da sexualidade não são apenas individuais, mas produzidas socialmente. De modo complementar, Foucault (1977, p. 31) aponta a “[...] necessidade de regular o sexo por meio de discursos úteis e públicos [...]”, destacando o papel dos saberes na organização dessas práticas. Nesse sentido, essas dinâmicas produzem a marginalização da assexualidade, ao legitimarem determinadas experiências em detrimento de outras.



A construção da subjetividade, sob essa perspectiva, relaciona-se diretamente às formas como os sujeitos interpretam suas próprias experiências. Dessa forma, a invalidação da identidade assexual pode favorecer a internalização de discursos deslegitimadores, afetando a autoimagem e contribuindo para o sofrimento psíquico e impactos na saúde mental (Quartilho, 2020).

Em resposta a esse cenário, emergem estratégias de enfrentamento que possibilitam a produção de novos sentidos sobre a assexualidade. O ciberativismo, por exemplo, destaca-se como um espaço de acolhimento, troca de experiências e fortalecimento identitário, contribuindo para ampliar a visibilidade e a legitimação de vivências assexuais, ainda que de forma inicial e insuficiente frente às demandas existentes (Silva, 2024).

3. METODOLOGIA

Esta pesquisa caracteriza-se como de abordagem qualitativa, de natureza teórica, desenvolvida através de revisão integrativa da literatura. Esse método permite a síntese de múltiplos estudos publicados, facilitando a compreensão de fenômenos complexos e subjetivos por meio da articulação entre achados teóricos e empíricos (Prodanov; Freitas, 2013).

O estudo fundamentou-se na análise de produções acadêmicas sobre a assexualidade, buscando responder: como os processos de invalidação social no contexto da alonormatividade impactam a saúde mental e a subjetividade dos sujeitos? Para a construção do corpus, em março de 2026, foi realizado um levantamento no Google Acadêmico, utilizando as palavras-chave “assexualidade” AND “saúde mental”, considerando publicações em português no período de 2020 a 2026. A busca inicial resultou em 682 produções, submetidas a critérios de seleção específicos desenvolvidos em etapas: a leitura dos títulos, seguida da análise dos resumos e, posteriormente, da leitura integral dos textos. Após a aplicação dos critérios de exclusão, como a remoção de textos duplicados, daqueles que apenas mencionam o termo sem aprofundamento analítico e dos materiais que não abordam o impacto psicossocial, o corpus final foi composto por 6 trabalhos que atendiam integralmente aos critérios de inclusão, os quais contemplavam produções que abordassem diretamente a assexualidade, a invalidação social e a saúde mental.



Complementarmente, foram integrados livros de referência que fundamentaram a discussão teórica sob a perspectiva da subjetividade e do poder.

A análise dos dados, por sua vez, foi realizada de forma interpretativa, considerando que “uma análise para ser fidedigna precisa conter os termos estruturantes da investigação qualitativa, que são os verbos: compreender e interpretar” (Minayo, 2012, p. 621). Para isso, foram examinados os conteúdos recorrentes nos estudos selecionados, especialmente aqueles relacionados à invalidação da identidade assexual, aos impactos subjetivos e às repercussões psíquicas. Buscou-se, assim, identificar como a deslegitimação da assexualidade atravessa a construção da subjetividade e afeta a saúde mental dos sujeitos, permitindo a articulação entre os diferentes trabalhos analisados.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos dados e perspectivas teóricas levantadas, os achados sugerem a existência de prejuízos significativos na saúde mental de indivíduos assexuais, possivelmente decorrentes da estrutura social vigente. Antes mesmo da invalidação explícita da assexualidade, observa-se a operação de um mecanismo de invisibilização pautado pela alonormatividade. Neste sistema, há a dificuldade de reconhecimento de um sujeito saudável que experiencie nenhuma ou baixa atração sexual, sendo essa vivência frequentemente confundida, no imaginário popular, com o celibato, o qual, diferentemente da assexualidade, constitui-se como uma escolha consciente (De Paula, 2025).

Uma análise relevante a ser considerada, e por vezes pouco explorada pela literatura, refere-se à hipótese de que a invisibilização precede a própria identidade. Compreende-se que o sujeito assexual seja invisibilizado antes mesmo de seu autorreconhecimento e, consequentemente, os sofrimentos costumem acompanhá-lo independentemente de haver uma autodeclaração. Pautada na premissa de que o sexo e suas práticas seriam inatos e naturais, a sociedade alonormativa — apoiada por saberes institucionais e pela comunidade médica (Oliveira Junior et al., 2025) — tende a interpretar o baixo interesse sexual como um desvio ou sintoma patológico. Tal dinâmica poderia induzir o sujeito assexual a acreditar que possui



distúrbios cognitivos, emocionais ou disfunções hormonais, deslocando uma questão de ordem social para o campo da patologia individual, mesmo que não haja sofrimento pela falta e/ou baixa atração, mas derivado das expectativas de outrem sobre ele.

A partir dessa premissa de falta de referências e exposição de possibilidades em que é possível ser e se sentir uma pessoa completa sem atração sexual, tão falada principalmente a partir da adolescência, que é uma fase propensa à construção de identidade e afirmação da orientação sexual, segundo o Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2002). Considerando as interações e relações do indivíduo assexual e, tendo ele compreendido que não compartilha dos mesmos desejos e experiências dos demais ao seu redor, é observado que isso gera sofrimento por meio de desconforto, inadequação, isolamento social, bullying, pressão para se adequar e, quando se descobre assexual, dificuldade para autoaceitação. Sobre os efeitos do sofrimento, segundo Parente et al. (2025), em entrevista com pessoas assexuais, é possível verificar diversos comportamentos como produto de violências psicológicas, sociais, físicas e sexuais. Os resultados concretos do sofrimento do grupo LBTQIAPN+ são os altos índices de transtornos ansiosos e depressivos, alto consumo de drogas lícitas e ilícitas e comportamento suicida.

Sob essa perspectiva, verifica-se uma incidência precoce dos efeitos da norma sobre o indivíduo que escapa à cisheteronormatividade. Com frequência, a expressão de sua identidade pode ser reprimida pelo ambiente, dinâmica que se estende de forma severa à comunidade assexual. Nesse sentido, os achados de Parente et al. (2025) indicam que os atos sexuais são lidos não apenas como uma expectativa, mas como uma obrigação dentro dos relacionamentos afetivos. Os autores sugerem que a pressão psicológica incessante por práticas sexuais é capaz comprometer esferas vitais do sujeito, como o desempenho acadêmico, profissional e as relações familiares, podendo culminar em sintomas ansiosos, deprimidos e, em casos extremistas, em ideações suicidas como tentativa de cessar o abuso psicológico sofrido.

5. CONCLUSÃO

A partir das análises realizadas, compreende-se que a invalidação e a invisibilização da assexualidade, sustentadas pela estrutura alonormativa, podem produzir impactos significativos



Como limitação deste estudo, destaca-se o número reduzido de produções encontradas nas bases consultadas, o que ratifica, por si só, a escassez de investigações científicas sobre o tema. Nesse sentido, torna-se necessário incentivar novas pesquisas e fomentar discussões mais abrangentes sobre a assexualidade sob diferentes prismas teóricos. Conclui-se que o fortalecimento desse campo de estudos é fundamental não apenas para o avanço científico, mas para a construção de uma prática clínica e social mais crítica, capaz de legitimar essas vivências e mitigar os processos de invalidação e seus efeitos sobre os sujeitos.

BUTLER, Judith. **Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Adolescência e psicologia**. Brasília: CFP, 2002.

DE PAULA, Lis Dick. **A pessoa assexual na sociedade heterocisalonormativa e patologizante**. 2025. 32 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2025. Disponível em: https://repositorio.pucsp.br/jspui/bitstream/handle/44740/1/TCC%20-%20A%20pessoa%20assexual%20na%20sociedade%20heteroci_PLINIO%20DE%20ALMEIDA%20MA.pdf. Acesso em: 5 abr. 2026.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade I: a vontade de saber**. Rio de Janeiro: Graal, 1977.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 621–626, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/39YW8sMQhNzG5NmpGBtNMff/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 7 abr. 2026.

OLIVEIRA JUNIOR, João Batista de; TESSER JÚNIOR, Zeno Carlos; CAMPOS, Dalvan Antônio; VIEIRA, Marcelo; MORETTI-PIRES, Rodrigo Otávio. Assexualidade e o dispositivo da sexualidade: biopoder, norma sexual e os limites da saúde. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 34, n. 4, e250205pt, 2025. Disponível em: https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/sausoc/v34n4/0104-1290-sausoc-34-04-e250205.pdf. Acesso em: 1 abr. 2026.

PARENTE, Jeanderson Soares; BEZERRA, Sáskya Jorgeanne Barros; MOREIRA, Felice Teles Lira dos Santos; CASTRO, Ana Laís Pereira; SILVA, Maria Letícia de Oliveira; ALBUQUERQUE, Grayce Alencar. Te amo, mas não te desejo: dilemas de assexuais envolvidos em relacionamentos amorosos. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**, [S. l.], v. 36, p. 1311, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.35919/rbsh.v36.1311>. Acesso em: 4 abr. 2026.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

QUARTILHO, Manuel João Rodrigues. **Psiquiatria social e cultural: diálogos e convergência**. [S. l.]: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2020.

SILVA, Vitória Carvalho Rocho da. **Assexualidade no instagram: estratégias de ciberativismo em contrapúblicos online**. 2024. 229 f. Dissertação (Mestrado em Comunicação) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2024. Disponível em:



<https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/278653/001209596.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 2 abr. 2026.

