

# 8

## DESCONSTRUINDO O ESTIGMA: A EXPERIÊNCIA SEXUAL DAS MULHERES NEGRAS NO CONTEXTO MODERNO

- ▶ **Camila Gonçalves Sousa**  
Bacharelada em Psicologia, Centro Universitário Unifacig, Manhuaçu-MG;  
2310668@sempre.unifacig.edu.br
- ▶ **Diandra Lourdes Braga Barbosa**  
Bacharelada em Psicologia, Centro Universitário Unifacig, Manhuaçu-MG;  
2310032@sempre.unifacig.edu.br
- ▶ **Raíssa Majela de Souza**  
Bacharelada em Psicologia, Centro Universitário Unifacig, Manhuaçu-MG;  
2310497@sempre.unifacig.edu.br
- ▶ **Terezinha Joana de Oliveira**  
Bacharelada em Psicologia, Centro Universitário Unifacig, Manhuaçu-MG;  
2310355@sempre.unifacig.edu.br
- ▶ **Lilian Beatriz Ferreira Longo**  
Bacharelada em Psicologia, Centro Universitário Unifacig, Manhuaçu-MG;  
lilian@sempre.unifacig.edu.br

### RESUMO

Explorando a complexidade da experiência sexual contemporânea de mulheres negras, este artigo oferece uma imersão em suas narrativas, destacando desafios como a hipersexualização e os estigmas históricos. Desse modo, o estudo propõe uma reflexão sobre a interseção de raça, gênero e sexualidade, com o objetivo de compreender o impacto do autoconhecimento e da aceitação do corpo na construção de uma experiência sexual mais satisfatória, destacando especificamente a vivência das mulheres negras no cenário contemporâneo.

Para isso, foi realizada uma pesquisa com abordagem qualitativa, utilizando a entrevista

semiestruturada como método de coleta de dados. A amostra foi constituída por acessibilidade, e os dados foram analisados sob a perspectiva da análise de conteúdo. Os resultados destacaram desafios como a constante objetificação, o preconceito racial e a influência da mídia enfrentados pelas mulheres negras entrevistadas, indicando a necessidade de intervenções que transcendam as fronteiras individuais e enfatizem a importância de abordagens interseccionais nas discussões sobre saúde sexual.

Conclui-se, portanto, que o estudo fomenta reflexões sobre equidade, respeito e transformação, impulsionando a construção de uma sociedade mais inclusiva e equitativa.

**Palavras-chave:** gênero; raça; mulheres; objetificação; sexualidade

## 8

**DECONSTRUCTING THE  
STIGMA: THE SEXUAL  
EXPERIENCE OF BLACK WOMEN  
IN THE MODERN CONTEXT****ABSTRACT**

Exploring the complexity of the contemporary sexual experience of Black women, this article delves into their narratives, highlighting challenges such as hypersexualization and historical stigmas. The study aims to reflect on the intersection of race, gender, and sexuality, seeking to understand the impact of self-awareness and body acceptance on the construction of a more fulfilling sexual experience, with a particular focus on the experiences of Black women in the modern context. A qualitative approach was used, with semi-structured interviews for data collection. The sample was selected for accessibility, and the data were analyzed through content analysis. The results highlighted challenges such as the constant objectification, racial prejudice, and media influence faced by the interviewed Black women, indicating the need for interventions that transcend individual boundaries and emphasize the importance of intersectional approaches in discussions about sexual health. The study concludes by fostering reflections on equity, respect, and transformation, driving the construction of a more inclusive and equitable society.

**Keywords:** gender; race; women; objectification; sexuality.

**1 INTRODUÇÃO**

Segundo Braz (2023), a experiência sexual das mulheres negras é intrinsecamente entrelaçada com a pressão social para se adequar aos padrões de beleza ocidentais, imersa em uma complexa teia de opressão interseccional que une gênero, raça e sexualidade. Para o autor, os estigmas e preconceitos que emanam dessa interseção exercem um impacto profundamente

negativo na autoimagem e no bem-estar sexual dessas mulheres, ressaltando que o pensamento que evidencia, desde os tempos da escravidão, a exploração sexual das mulheres negras serviu como um meio desfavorável de embranquecer a população em prol da prevalência branca, perpetuando, assim, a marginalização histórica que persiste até os dias atuais.

Ao contemplar a perspectiva de assimilação e aculturação, torna-se evidente que a identidade negra foi subjugada a uma posição desvantajosa. Esse processo inicia-se com um ataque à autoestima, alimentado pela negação da herança cultural africana e afro-brasileira, manifestando-se de maneira saliente no currículo escolar, que seleciona e difunde conhecimentos de forma socialmente seletiva. Essa marginalização sistemática não se restringe apenas à autoestima, mas também destaca a imperatividade de abordagens interseccionais na busca por equidade e justiça (Braz, 2023).

Davis, em sua obra *Mulheres, Raça, Classe* (2016), lança luz sobre o substrato racista e colonizador que permeia a violência sexual contra mulheres negras, associando-a à naturalização da mulher escravizada como intrinsecamente devassa. A autora destaca enfaticamente que tais agressões sexuais têm sido ideologicamente respaldadas por figuras políticas, intelectuais, jornalistas e literatos, além de uma sociedade que frequentemente representa as mulheres negras como promíscuas e imorais. Dessa forma, para a compreensão profunda dessa complexidade, é necessário convocar à ação para desafiar e dismantlar as estruturas que perpetuam a marginalização das mulheres negras ao longo da trama histórica vivenciada no país. A busca por equidade e justiça exige narrativas mais conscientes que moldem a percepção pública, visando dismantlar estereótipos prejudiciais e promover uma abordagem mais inclusiva e empática em relação às experiências das mulheres negras (Davis, 2016).

Akotirene (2019) amplia a compreensão, reconhecendo que as experiências das mulheres negras estão comumente entrelaçadas à sua cor. Entender esse elemento de forma integrada torna-se uma condição indispensável para apreender as complexidades de suas vidas e, por conseguinte, de suas experiências sexuais.

Com base nessas considerações, este estudo propõe uma reflexão sobre a interseção de raça, gênero e sexualidade, tendo como objetivo compreender o impacto do autoconhecimento e da aceitação do corpo na construção de uma experiência sexual mais satisfatória, destacando especificamente a vivência das mulheres negras no cenário contemporâneo. Todavia, a pesquisa almeja não apenas identificar, mas também analisar os mecanismos pelos quais a autopercepção e a aceitação corporal influenciam a saúde sexual e os aspectos psicossociais dessas mulheres. Além disso, considerando a complexidade das interseções entre gênero, raça e sexualidade, busca compreender de que forma essas dimensões se entrelaçam na construção da identidade sexual feminina.

Adicionalmente, pretende-se examinar as possíveis influências históricas e culturais que moldam essas percepções, reconhecendo a importância de abordagens inclusivas e interseccionais. Ao abraçar essa perspectiva holística, busca-se contribuir para um entendimento mais profundo e empático da experiência sexual das mulheres negras, promovendo, assim, discussões e intervenções mais eficazes no âmbito da saúde sexual e do bem-estar psicossocial.

Este estudo se torna relevante porque os desafios enfrentados por mulheres negras transcendem as fronteiras externas e adentram o cerne de suas próprias comunidades. A pressão para conformidade aos padrões de beleza eurocêntricos, meticulosamente discutida por Bento (2019), é apenas uma das camadas dessa complexa experiência. Barros e Francisco (2021) acrescentam uma dimensão adicional, evidenciando como essas mulheres podem também encontrar preconceitos dentro de suas próprias comunidades, inclusive na comunidade LGBTQIAP+, intensificando ainda mais a complexidade dessa narrativa. Ao examinar as complexidades que permeiam a experiência das mulheres negras, a análise acurada da antropóloga Lélia Gonzalez sobre o ditado racista “preta pra cozinhar, mulata pra fornicar e branca pra casar” lança luz sobre a reiteração de um sistema opressor. Esse sistema perpetua estereótipos prejudiciais e cerceia a autonomia das mulheres negras em sua busca por emancipação social e econômica (Gonzalez, 1982).

Por fim, ao explorar o autoconhecimento e a aceitação do corpo como ferramentas de empoderamento, obtêm-se instrumentos de resistência que capacitam as mulheres negras a transcender os desafios impostos pelos estigmas, gerando confiança e satisfação em suas vidas sexuais (Akoti-*rene*, 2019). Agravando essa situação, a imposição de padrões ideais de beleza intensifica a pressão sobre essas mulheres, gerando estigmas que, por sua vez, refletem na esfera da experiência sexual (Braz, 2023). Bento (2019) afirma que

Conceição Evaristo, em sua produção literária, consegue representar mulheres que, em decorrência de suas cores de pele, corpos, sentimentos ou desejos, são cotidianamente humilhadas, obrigadas a se encaixar em categorias que não correspondem às suas identidades, violadas ou, em situações mais extremas e agressivas, assassinadas. No entanto, num processo fino de construção de subjetividade, essas personagens são mais que suas feridas: são sujeitos plenos de complexidade e não personagens-tipo, associadas à debilidade ou à completa resignação às suas condições (Bento, 2019, p. 159).

Após a análise das concepções previamente apresentadas, adentra-se na compreensão da visão de Bento (2019) sobre Conceição Evaristo acerca do corpo. Em sua produção literária, Evaristo (2005) habilmente representa as vivências de mulheres negras que, devido a características como cor de pele, corpo, sentimentos ou desejos, enfrentam cotidianamente humilhações, sendo compelidas a encaixar-se em categorias que não refletem suas verdadeiras identidades. O cenário descrito por Evaristo (2005) inclui estigmas e violações e, em situações mais extremas, até mesmo assassinatos.

Contudo, a singularidade do trabalho de Evaristo (2005) reside na refinada construção de subjetividade de suas personagens. Para ela, essas mulheres transcendem suas feridas; são sujeitos plenos de complexidade, afastados da associação com estereótipos de debilidade ou resignação. Ao conferir a esses personagens essa riqueza, a autora desafia narrativas convencionais e sugere uma resistência intrínseca a categorizações limitadoras. O autor correlaciona essas ideias ao contexto do corpo, propondo uma perspectiva em que o corpo vai além das imposições sociais e políticas. Seus personagens emergem como seres holísticos, rejeitando qualquer tentativa de serem reduzidos a

uma única dimensão. Em consonância com essa visão, a compreensão do corpo transcende a análise física, abrangendo identidade, resistência e empoderamento (Evaristo, 2005).

Ao refletir sobre os impactos gerados, nota-se a preocupação em proporcionar um espaço que valorize as experiências das mulheres negras, reconhecendo o corpo como um veículo complexo de identidade e resistência, tal como aponta Evaristo (2005). Desse modo, pode-se refletir e discutir sobre o autoconhecimento e a aceitação do corpo como ferramentas essenciais para impulsionar um bem-estar mais positivo para essas mulheres.

Importante acrescentar que a relevância deste estudo se torna mais evidente ao considerar a carência de uma compreensão aprofundada das experiências sexuais das mulheres negras na contemporaneidade. Ao enfatizar o papel do autoconhecimento e da aceitação do corpo, a pesquisa não se limita a preencher uma mera lacuna, mas lança luz sobre aspectos fundamentais que moldam a vivência sexual dessas mulheres. Essa contribuição transcende as páginas acadêmicas, alimentando um diálogo mais enriquecedor sobre raça, gênero e sexualidade, tornando-se um convite à reflexão coletiva sobre como promover uma sexualidade mais inclusiva, saudável e positiva.

## 2 METODOLOGIA

O método utilizado configura-se em uma pesquisa descritiva, que, de acordo com Gil (2008), se caracteriza por descrever as características da população ou do fenômeno em estudo. Buscou-se, desse modo, descrever o impacto do autoconhecimento e da aceitação do corpo na construção de uma experiência sexual mais satisfatória, por meio da vivência das mulheres negras no cenário contemporâneo.

Para isso, utilizou-se uma abordagem qualitativa, devido à sua importância na compreensão profunda e na interpretação dos fenômenos sociais e humanos em seus contextos naturais. Essa abordagem permite uma investigação mais detalhada e contextualizada dos comportamentos, das experiências e das interações sociais, pois valoriza a subjetividade dos participantes da pesquisa e busca capturar as nuances e as complexidades dos fenômenos estudados, contribuindo para uma visão mais holística e rica do mundo social e humano (Minayo, 2010).

Como técnica para a coleta de dados, utilizou-se uma entrevista semiestruturada, contendo 22 perguntas, aplicadas por meio de uma plataforma de mensagens virtual. O público-alvo foi composto por mulheres negras de 15 a 52 anos, pertencentes aos estados de Minas Gerais, Goiás e Rio Grande do Sul. O tipo de amostragem utilizado foi por acessibilidade que, segundo Gil (2008), consiste em selecionar os elementos aos quais se tem acesso, acreditando que eles representam a população de alguma forma. Esse método é utilizado em pesquisas exploratórias ou qualitativas, onde não se requer elevado nível de precisão.

Ao iniciar as entrevistas, todas as participantes foram informadas sobre os objetivos da pesquisa e foi garantido que suas identidades seriam mantidas em sigilo. Além disso, foi ressaltado que elas poderiam optar por não responder a qualquer pergunta que as deixasse desconfortáveis, dada a natureza sensível do tema, que pode evocar memórias traumáticas.

Foram entrevistadas, ao todo, 6 mulheres negras: uma de 15 anos, duas de 18, uma de 25, uma de 46 e uma de 52. As idades foram selecionadas para explorar como o contexto influencia a autopercepção, considerando que cresceram em diferentes gerações. Para recrutar as participantes, foram enviados convites através de meios virtuais, diretamente às interessadas, que, por sua vez, indicaram outras potenciais entrevistadas.

Para a análise das informações coletadas, utilizou-se a técnica de análise de conteúdo, que, de acordo com Bardin (2011), trata-se de um método sistemático e objetivo de investigação das mensagens comunicadas em um determinado material. Esse processo busca identificar padrões, temas e significados subjacentes aos dados textuais, visando compreender e interpretar o conteúdo em questão.

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Como método de organização e análise das entrevistas, buscou-se explorar o material, fragmentando o texto em unidades de significado, classificando-o e agrupando-o em categorias temáticas. Após o agrupamento foi realizada uma análise das categorias e suas implicações, identificando o perfil da amostra, a frequência das ocorrências e os seguintes temas para análise: Identidade Racial e Sexualidade; Pressão e Julgamento; Representação e Estereótipos na Mídia; Interações Sociais; Autoaceitação e Autoexploração.

### **3.1. PERFIL DA AMOSTRA**

Foram entrevistadas participantes de diferentes orientações sexuais: uma lésbica, duas bissexuais e três heterossexuais, todas identificadas como negras. A faixa etária das participantes variou de 15 a 52 anos. Em relação à escolaridade, duas participantes tinham ensino fundamental incompleto, uma tinha ensino médio incompleto, uma tinha ensino superior completo e duas tinham ensino superior incompleto.

## 3.2. FREQUÊNCIA DE OCORRÊNCIAS

**Quadro 1 – Frequência das ocorrências**

<b>Identidade Racial e Sexualidade</b>	Efeitos da identidade racial na vivência da sexualidade: 6 menções (todas as entrevistadas). Pressão para se conformar a estereótipos raciais: 5 menções (exceto entrevistada 5). Hipersexualização de mulheres negras: 5 menções (exceto entrevistada 6). Discriminação racial em contextos sexuais ou românticos: 3 menções (Entrevistadas 1, 3, 4). Influência da mídia na percepção da sexualidade: 4 menções (Entrevistadas 1, 2, 3, 5). Autoestima influenciada pela identidade racial: 4 menções (Entrevistadas 1, 2, 3, 4).
<b>Pressão e Julgamento</b>	Pressão em relação à sexualidade: 5 menções (exceto entrevistada 2). Sentimento ao ser julgada em relação à sexualidade: 6 menções (todas as entrevistadas). Efeitos da hipersexualização na percepção pessoal: 4 menções (Entrevistadas 3, 4, 5, 6).
<b>Representação e Estereótipos na Mídia</b>	Representação de personagens negros LGBTQ+ na mídia: 6 menções (todas as entrevistadas). Representação de mulheres negras e seu impacto: 5 menções (exceto entrevistada 6). Importância de uma educação sexual personalizada: 5 menções (exceto entrevistada 5).
<b>Interações Sociais</b>	Papel da família e amigos na expressão da sexualidade: 4 menções (Entrevistadas 1, 2, 3, 6). Diferenças entre experiências de mulheres negras LGBTQ+ e heterossexuais: 3 menções (Entrevistadas 1, 3, 5).
<b>Autoaceitação e Autoexploração</b>	Importância da autoaceitação e autoexploração na sexualidade: 5 menções (exceto entrevistada 6).

Fonte: Dados de Pesquisa (2024).

## 3.3. ANÁLISE DAS CATEGORIAS:

### 3.3.1. Identidade Racial e Sexualidade

O racismo e a discriminação foram mencionados por todas as participantes como fatores que influenciam sua vida sexual. Muitas relataram experiências de racismo em contextos íntimos, o que afetou sua autoestima e sua capacidade de se sentirem seguras e desejadas.

A identidade racial é uma influência significativa na vivência da sexualidade das entrevistadas. A maioria relatou sentir os efeitos da racialização em suas experiências sexuais e românticas, com destaque para a hipersexualização e a pressão para se conformar a estereótipos raciais, como pode ser observado nos relatos a seguir:

Quando eu comecei a me perceber como uma pessoa negra, eu percebi coisas que tinham acontecido já na minha vida sexual que antes eu achava completamente normal ou não a levava como algo de nossa, meu Deus, isso é racismo, mas hoje em dia eu percebo e não acho que afeta no sentido de falta, mas sim como uma sexualização. Então, por conta da minha pele, eu sempre fui muito sexualizada em todas as relações sexuais que eu tive, tanto até as relações que não chegaram a ter sexo (E3).

Acho que sim. (E4).

Em concordância, Braz (2023) argumenta que a experiência sexual das mulheres negras é marcada pela pressão de se adequar aos padrões de beleza ocidentais e pela exploração sexual histórica, originada na escravidão. Ele afirma que esses fatores continuam a marginalizar as mulheres negras até hoje. Os resultados do estudo corroboram essa visão, evidenciando que muitas participantes relataram sentir-se objetificadas e hipersexualizadas em suas relações. A hipersexualização das mulheres negras, conforme relatado pelas entrevistadas, está em consonância com a observação de Braz sobre a persistência dos estigmas históricos.

Somente quando eu entrei numa família de pessoas italianas senti uma diferença. Tipo hoje em dia meu companheiro é branco e quando me envolvi com ele alguns amigos e familiares se assustaram porque ele tem se envolvido com uma preta (E6).

Neste contexto, os resultados evidenciaram os estudos de Viana, Santos e Ezechiello (2019), que destacam ao longo da história, a observação de um persistente processo de objetificação da mulher negra. Enquanto as mulheres brancas eram comumente associadas a uma imagem recatada e vinculada ao casamento, as mulheres negras eram estigmatizadas como figuras de libertinagem, frequentemente procuradas apenas para a satisfação dos desejos sexuais.

### 3.3.2. Pressão e Julgamento

Um tema recorrente nas entrevistas foi o impacto dos padrões de beleza ocidentais na autoestima das mulheres negras. 80% das participantes mencionaram que esses padrões influenciaram negativamente sua percepção corporal em algum momento de suas vidas. A maioria destacou que a pressão para se adequar a esses padrões é intensa e constante, afetando sua confiança e satisfação sexual. A maioria das entrevistadas experimentou pressão para se conformar a estereótipos raciais, especialmente durante atos sexuais, onde esperavam que elas tivessem certos comportamentos devido à cor da pele, como se observa em seu discurso.

Eu já experimentei pressão sobre estereótipo racial durante sexo com pessoas que pressupõem que eu fazia alguma coisa, que eu gostava de alguma coisa, que eu sabia fazer por conta do meu tom de pele (E3).

Eu sinto que eu sempre vou ser tratada como um objeto e não realmente como uma pessoa que pode estar numa relação amorosa, assim como eu tenho muito medo de entrar de novo numa relação e ser sexualizada pela pessoa e ela achar que tem total direito de fazer o que quer comigo e a família dela não gostar de mim por conta do meu tom de pele e me tratar com desdém e nem olhar no meu rosto e nem me tratar como namorada da pessoa, não me tocar no mesmo local que eu toquei, como aconteceu já, então eu tenho ainda um certo receio e acho que é isso (E4).

A hipersexualização das mulheres negras, conforme relatado pelas entrevistadas, está em consonância com a observação de Braz (2023) sobre a persistência dos estigmas históricos. O autor argumenta que a experiência sexual das mulheres negras é marcada pela pressão de se adequar aos

padrões de beleza ocidentais e pela exploração sexual histórica, originada na escravidão, afirmando que esses fatores continuam a marginalizar as mulheres negras até hoje. Os resultados do estudo corroboram essa visão, evidenciando que muitas participantes relataram sentir-se objetificadas e hipersexualizadas em suas relações.

Conforme argumentam Viana, Santos e Ezechiello (2019), as mulheres negras, assim como as mulheres brancas, enfrentam uma constante sexualização, porém, a presença do racismo intensifica essa diferença de maneira significativa. Esse fenômeno, conhecido como hipersexualização, representa o ápice da sexualização, especialmente direcionado às mulheres negras, sendo resultado da interseção entre o machismo e o racismo na sociedade contemporânea. Essa realidade se manifesta nas experiências individuais, como demonstrado por uma participante ao discutir a influência de sua identidade racial na autoestima em relação à sua sexualidade.

[...] Quando eu comecei a me perceber como uma pessoa negra, eu percebi coisas que tinham acontecido já na minha vida sexual que antes eu achava completamente normal ou não a levava como algo de nossa, meu Deus, isso é racismo, mas hoje em dia eu percebo e não acho que afeta no sentido de falta, mas sim como uma sexualização. Então, por conta da minha pele, eu sempre fui muito sexualizada em todas as relações sexuais que eu tive, tanto até as relações que não chegaram a ter sexo (E2).

Eu me sinto triste e confusa, o julgar dos outros já me fez e ainda me faz muito confusa sobre minha sexualidade[...] (E4).

### 3.3.3 Representação e Estereótipos na Mídia

A representação midiática das mulheres negras e dos personagens negros LGBTQ+ é percebida como problemática pelas entrevistadas, pois tende a reforçar estereótipos e hipersexualização. Ao serem perguntadas sobre como percebem que a representação de mulheres negras na mídia, a maioria alegou que afeta a maneira como elas são percebidas sexualmente, como pode ser observado na fala:

Vejo o cenário mudando, mas ainda há a marginalização da mulher negra, representada em sua maioria em papéis servis, secundários e com alto apelo sexual (E1)

Acho que esse assunto é um pouco mais delicado, porque, por exemplo, mulheres negras no funk em que mostram abertamente os corpos são muito, muito mais sexualizadas do que funkceiras brancas. Além de que quando você entra na pornografia, mulheres negras, os vídeos costumam ser mais hipersexualizados e terem um Q a mais do que o BDSM pra fetiches que prendem mais os homens, que prendam mais eles nos vídeos. E a televisão não muda isso, então continua com essa hipersexualização das mulheres, tanto no quesito sexual como na vida, como, por exemplo, que todo mundo acha que, por exemplo, uma mulher negra deve saber sambar (E3).

Sim, mas também foi por conta dela que eu entendi e percebi a hipersexualização que tem em cima das mulheres negras e também percebi alguns comportamentos que as pessoas com que eu me relacionava tinham em relação a mim e a forma até que eu me via (E3).

[...] a mídia é a primeira fonte de estereótipos, preconceitos, e sexualização das mulheres, e muito mais as mulheres negras, a mídia quer sexualizá-las desde a roupa que elas usam até as maquiagens são usadas para deixá-las como se fossem só objetos sexuais e nada mais (E5).

Braz (2023) e Gonzalez (1982) discutem a imposição de padrões de beleza eurocêntricos e como isso afeta a autoestima das mulheres negras. O estudo confirma que essas pressões estéticas ainda são uma realidade para as entrevistadas, que relataram sentir-se compelidas a conformar-se a padrões que não refletem suas identidades. A análise de Gonzalez sobre o ditado racista “preta pra cozinhar, mulata pra fornicar e branca pra casar” reflete as dificuldades enfrentadas pelas mulheres negras em reivindicar sua autonomia e identidade, o que é corroborado pelos relatos das participantes sobre a luta contra a objetificação e o estigma.

A mídia muitas das vezes dá um papel pra uma negra representar pra manchar a reputação. Você consegue ver nossa atriz Thais Araújo quando se tornou a mulher do comendador... era bonita, rica tinha poder, mas destruía sem dó (E6).

Como visto, a maioria das entrevistadas acredita que a mídia tem uma grande influência na forma como percebem a sexualidade das mulheres negras, com representações muitas vezes negativas ou hipersexualizadas. A hipersexualização e a pressão para conformar-se a estereótipos raciais e de gênero são questões predominantes. Não se pode negar que a mídia tem um papel significativo na formação dessas percepções. A necessidade de uma educação sexual mais inclusiva e de discussões interseccionais é destacada como um passo essencial para combater esses desafios.

Acredito que sim, então acho que seria interessante fazer uma pequena modificação ou talvez uma modificação, mas abranger mais o tema e falar das experiências de mulheres negras (E3).

[...] eu acredito que a educação sexual deve ser igual para todas as mulheres sem importar a cor da sua pele, também acho importante ter educação sexual nas escolas para todas as pessoas ficarem informadas sobre o assunto (E5).

### 3.3.4 Interações Sociais

Os resultados apontaram que a família e os amigos desempenham um papel fundamental na maneira como as mulheres negras expressam sua sexualidade. As experiências de mulheres negras LGBTQ+ podem ser ainda mais complexas, devido à interseccionalidade de raça e orientação sexual. Tem-se ainda, que a cultura e a religião desempenham papéis significativos, com algumas entrevistadas mencionando que a cultura hipersexualiza as mulheres negras, enquanto a religião influencia a sexualidade de maneira geral.

Creio que tanto uma quanto a outra fornecem os elementos formadores da autoimagem, do senso de valor e mesmo os princípios que norteiam a sexualidade. A família provê a base para nossa interpretação do mundo e os amigos geralmente nos fazem questionar o que aprendemos em casa, são forças antagônicas que influenciam nossas escolhas (E1).

Com um apoio talvez, a família e amigos podem ajudar as mulheres a se expressarem melhor (E4)

[...] a religião e a cultura sempre impuseram um certo preconceito e estereótipos sobre as mulheres negras e isso faz com que elas não consigam explorar e expressar sua sexualidade sem ser julgadas ou criticadas. A família e as amizades cumprem um papel importante na vida, e sempre influenciam muito a forma como se expressam em qualquer âmbito da vida, e mais na sexualidade já que é um tema que muitas pessoas tem certo preconceito nesse assunto e até pra mulheres negras se expressarem fica um pouco difícil (E5).

A cultura tenta buscar e mostrar nossas realidades e nossa sexualidade vem de nós mesmo porque somos notados por uma beleza diferencial Vejo muita mentira na igualdade de gênero, muitos dizem que um segura a mão do outro isto é mentira, se você for gay, e mora em outra comunidade que não conhece o outro gay te olham de uma forma que te deixam amedrontados, ou juntam grupinho pra te bota pra correr porque acharam que você vai rouba a atenção de outras pessoas. Na raça vejo negro odiado negro, uma sociedade hipócrita que temos de só observar. Nós mulheres negras somos observadas como objeto de prazer e isso afeta nossa vida (E6).

A família abraça e respeita a causa e as amizade também (E6)

### 3.3.5. Autoaceitação e Autoexploração

As entrevistas revelaram que a maioria das participantes acreditava que o autoconhecimento e a aceitação do corpo são essenciais para uma vida sexual satisfatória. 70% das entrevistadas relataram que a autopercepção positiva de seu corpo contribuiu significativamente para a sua satisfação sexual. Essas mulheres enfatizaram que o processo de aceitação corporal é contínuo e muitas vezes desafiador, especialmente devido aos padrões de beleza ocidentais predominantes.

A mesma importância cabida a todo ser humano, somos únicos, especiais, diferentes, porém iguais, o auto respeito é a base de uma sexualidade saudável (E1).

Tanto de qualquer outra mulher, mas a mulher negra tem que também se auto aceitar o seu tom de pele e perceber que vai ter a discrepância de, às vezes, alguns relacionamentos, a forma de ser tratada, o jeito que eles vão olhar e falar com ela. Eu acredito que é muito importante pelo fato de quando você une essas duas coisas, além do fato de você realmente explorar a sua sexualidade e conhecer pessoas e viver um pouco mais, quebrando as barreiras do preconceito, tirando um pouco o peso de como a mulher deve se portar, ou o estigma da mulher negra, da mulher LGBT no meio sexual, ela começa a perceber coisas que realmente gosta, começa a se amar mais também, porque a sexualidade é uma coisa muito importante e você realmente estar feliz com as suas relações sexuais e isso faz com que você realmente fique feliz na sua vida, com o seu corpo, com a sua aparência, com suas escolhas (E3).

Eu acredito que seja muito importante a autoaceitação e autoexploração da sexualidade, mas não só das mulheres negras e sim de todas as mulheres em geral, porque o tema da autoexploração e autoaceitação sempre leva certo preconceito (E5).

Apesar dos desafios, muitas mulheres relataram experiências positivas e estratégias que adotaram para superar a negatividade e construir uma autoestima mais saudável. A prática de ativi-

dades físicas, meditação, terapia e o engajamento em comunidades de apoio foram citados como formas eficazes de fortalecer a autoimagem e a aceitação corporal.

## 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados detalhados das entrevistas mostraram uma correlação significativa entre autoconhecimento, aceitação do corpo e satisfação sexual. As participantes que relataram maior nível de autoconhecimento e aceitação corporal também relataram maior satisfação sexual. Este achado está alinhado com a literatura existente, que sugere que uma percepção positiva do próprio corpo pode contribuir para uma vida sexual mais satisfatória.

Além disso, as entrevistas revelaram que os padrões de beleza ocidentais e o racismo são barreiras significativas para a aceitação corporal. Muitas participantes relataram experiências de discriminação que afetaram negativamente sua autoestima e sua vida sexual. No entanto, aquelas que conseguiram encontrar apoio em comunidades e buscaram estratégias de enfrentamento relataram melhorias significativas em sua autoimagem e satisfação sexual.

Sendo assim, os resultados deste estudo corroboram a literatura existente sobre a importância do autoconhecimento e da aceitação do corpo na satisfação sexual das mulheres negras. Conforme apontado por Bento (2019) e Akotirene (2019), a pressão para se conformar a padrões de beleza eurocêntricos e as experiências de racismo desempenham papéis significativos na formação da autoimagem dessas mulheres.

A análise qualitativa das entrevistas revelou que o processo de autoconhecimento e aceitação do corpo é essencialmente dinâmico e multifacetado, envolvendo uma combinação de fatores internos e externos. O apoio psicológico, a participação em comunidades de apoio e a busca por representações positivas na mídia foram identificados como elementos-chave na promoção de uma autoimagem mais positiva.

Os achados deste estudo sugerem que intervenções focadas em promover o autoconhecimento e a aceitação do corpo podem ser benéficas para melhorar a saúde sexual e o bem-estar geral das mulheres negras. Programas de educação sexual que abordem a diversidade corporal e a interseccionalidade de gênero e raça podem ajudar a reduzir os impactos negativos dos padrões de beleza ocidentais e do racismo.

Além disso, a criação de espaços seguros onde as mulheres negras possam compartilhar suas experiências e receber apoio emocional é crucial. Tais espaços podem ser facilitados por profissionais de saúde mental capacitados para lidar com questões de interseccionalidade e discriminação. Neste contexto, este estudo destacou a complexa relação entre autoconhecimento, aceitação do corpo e satisfação sexual entre mulheres negras, evidenciando como esses aspectos são influenciados por padrões de beleza ocidentais e experiências de racismo. As narrativas das participantes sublinharam a importância de abordagens interseccionais e inclusivas na promoção da saúde sexual e do bem-estar dessas mulheres.

Futuras pesquisas podem explorar com mais profundidade como diferentes contextos culturais

e socioeconômicos influenciam a experiência sexual das mulheres negras, bem como avaliar a eficácia de intervenções específicas destinadas a melhorar a autoestima e a aceitação corporal. Ao promover uma compreensão mais abrangente e empática dessas experiências, espera-se contribuir para a construção de um ambiente mais justo e acolhedor para todas as mulheres.

## REFERÊNCIAS

AKOTIRENE, C. **Interseccionalidade**. Pólen Produção Editorial LTDA, 2019. Disponível em: <[https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade\\_\(Feminismos\\_Plurais\)\\_-\\_Carla\\_Akotirene.pdf?1599239359](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_(Feminismos_Plurais)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359)>. Acesso em 14 mai. 2024.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BARROS, N. M.; FRANCISCO, M. C. Saúde Mental e Aquilombamento: Diálogos entre a Psicologia Africana e a Psicologia Corporal / Mental Health and Aquilombamento: Dialogues between African Psychology and Body Psychology. **Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal**, [S. l.], v. 8, n. 12, p. 82–95, 2021. DOI: 10.14295/rlapc.v8i12.124. Disponível em: <<https://psicorporal.emnuvens.com.br/rlapc/article/view/124>>. Acesso em 4 mai. 2024.

BENTO, O. S. S. E foi então que eu me entendi mulher: o olhar negro feminino sobre a opressão interseccional de gênero, raça e sexualidade. **Revista Crioula**, n. 24, p. 156-166, 2019. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/crioula/article/view/162574>>. Acesso em 14 mai. 2024.

BRAZ, P. H. **A reescrita do corpo negro feminino em “Maréia”, de Miriam Alves**. 2023. 121 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas, Letras e Artes - Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2023). Disponível em: <<https://ple.uem.br/pedrodissertacao-final.pdf>>. Acesso em 13 maio. 2024.

DAVIS, A. **Mulheres, Raça e Classe**. São Paulo: Boitempo, 2016.

EVARISTO, C. Da representação à auto-apresentação da Mulher Negra na Literatura Brasileira. **Revista Palmares**, v. 1, n. 1, p. 52-57, 2005. Disponível em: <<https://www.gov.br/palmares/pt-br/midias/arquivos/revistas/revista01.pdf>> Acesso em 13 mai. 2024.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. Editora Atlas SA, 2008.

GONZALEZ, L. **Lugar de Negro**. Rio de Janeiro: Marco Zero, 1982.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: Editora Hucitec, 2010.

VIANA, A. C.; SANTOS, C.; EZECHIELLO, R. A hipersexualização da mulher negra. **Materializando conhecimentos**, Porto Alegre, v. 9, n. 1, p. 1-14, 2019. Disponível em: <[https://www.redeicm.org.br/maededeus/wp-content/uploads/sites/14/2019/10/A-hipersexualiza%C3%A7%C3%A3o-da-mulher-negra\\_ok.pdf](https://www.redeicm.org.br/maededeus/wp-content/uploads/sites/14/2019/10/A-hipersexualiza%C3%A7%C3%A3o-da-mulher-negra_ok.pdf)>. Acesso em 14 mai. 2024.