

MESTRADO EM PSICOLOGIA
PSICOLOGIA DA JUSTIÇA E DA DESVIÂNCIA

Mulheres Bissexuais Cisgénero e o Consumo de Substâncias Psicoativas

Lucas Nogueira França

M

2024



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**MULHERES BISSEXUAIS CISGÊNERO E O CONSUMO DE
SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS**

Lucas Nogueira França

Outubro 2023

Dissertação apresentada no Mestrado em
Psicologia da Justiça e da Desviância, Faculdade
de Psicologia e de Ciências da Educação da
Universidade do Porto, orientada pela Professora
Doutora **Conceição Nogueira** (FPCEUP) e
coorientada pela Professora Doutora **Célia
Soares** (IPS).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações do/da autor/a no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceituais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, o/a autor/a declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. O/A autor/a declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Resumo

Indivíduos da comunidade LGBTQIAPN+ enfrentam constantes discriminações, estigma e pressões sociais ligadas à sua orientação sexual e identidade de gênero, o que pode aumentar fatores de vulnerabilidade psicológica e social e, com isso, o consumo de substâncias psicoativas. A natureza desses confrontos e desafios, bem como as suas consequências, pode ocorrer de maneira heterogênea entre os diferentes subgrupos que compõem esta população. Uma melhor compreensão sobre este fenômeno entre suas minorias, como é o caso das mulheres bissexuais cisgênero, é de particular relevância. O presente estudo teve como objetivo explorar a associação entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias psicoativas. Adotou-se uma abordagem qualitativa, descritiva, a fim de analisar os principais fatores estressores associados à orientação bissexual em mulheres cisgênero, bem como o consumo de substâncias. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas a 11 mulheres que se definiram como bissexuais cisgênero. Os dados foram analisados através de análise temática, do tipo indutivo. Os resultados, agregados em quatro temas e quatro subtemas, revelam que as experiências de estigmatização e marginalização social associadas à identidade sexual, como é o caso da bifobia, concorrem para o aumento dos níveis de estresse destas mulheres, potenciando o comportamento de consumo excessivo de drogas em algumas participantes. Este estudo contribui para uma melhor compreensão dos desafios enfrentados por mulheres bissexuais cisgênero, e salienta a importância de criar estratégias de prevenção e tratamento no contexto da saúde mental e do uso de substâncias adaptadas aos grupos minoritários no contexto da comunidade LGBTQIAPN+.

Palavras-chave: Estresse Minoritário, Consumo de Substâncias, Mulheres Bissexuais, Identidade Sexual

Abstract

Individuals from the LGBTQIAPN+ community face constant discrimination, stigma, and social pressures related to their sexual orientation and gender identity, which can increase psychological vulnerability factors and, consequently, the consumption of psychoactive substances. The nature of these confrontations and challenges, as well as their consequences, can vary heterogeneously among the different subgroups that make up this population. A better understanding of this phenomenon within minorities, such as cisgender bisexual women, is of relevance. This study aimed to explore the association between bisexuality in cisgender women and the consumption of psychoactive substances. A qualitative, descriptive approach was adopted to analyze the main stressors associated with bisexual orientation in cisgender women, as well as substance use. Semi-structured interviews were conducted with 11 women who identified as cisgender bisexuals. The data were analyzed using thematic analysis of the inductive type. The results, aggregated into four themes and four sub-themes, reveal that experiences of stigmatization and social marginalization associated with sexual identity, such as biphobia, contribute to increased stress levels in these women, leading to excessive drug use behavior in some participants. This study contributes to a better understanding of the challenges faced by cisgender bisexual women and highlights the importance of creating prevention and treatment strategies in the context of mental health and substance use, tailored to minority groups within the LGBTQIAPN+ community.

Keywords: Minority Stress, Substance Use, Bisexual Women, Sexual Identity

Résumé

Les individus de la communauté LGBTQIAPN+ font face à des discriminations constantes, à la stigmatisation et aux pressions sociales liées à leur orientation sexuelle et à leur identité de genre, ce qui peut accroître leur vulnérabilité psychologique et, par conséquent, leur consommation de substances psychoactives. La nature de ces défis, ainsi que leurs conséquences, peut varier de manière hétérogène entre les différents sous-groupes de cette population. Une meilleure compréhension de ce phénomène au sein de ses minorités, telles que les femmes bisexuelles cisgenres, revêt une importance particulière. Cette étude visait à explorer l'association entre la bisexualité chez les femmes cisgenres et la consommation de substances psychoactives. Une approche qualitative et descriptive a été adoptée afin d'analyser les principaux facteurs de stress associés à l'orientation bisexuelle chez ces femmes, ainsi que leur consommation de substances. Des entretiens semi-structurés ont été menés auprès de 11 femmes qui se définissent comme bisexuelles cisgenres. Les données ont été analysées à travers une analyse thématique de type inductif. Les résultats, regroupés en quatre thèmes et quatre sous-thèmes, révèlent que les expériences de stigmatisation et de marginalisation sociale liées à l'identité sexuelle, telles que la biphobie, augmentent les niveaux de stress chez ces femmes, favorisant un comportement de consommation excessive de drogues chez certaines participantes. Cette étude contribue à une meilleure compréhension des défis rencontrés par les femmes bisexuelles cisgenres et souligne l'importance de créer des stratégies de prévention et de traitement en santé mentale et en matière de consommation de substances, adaptées aux groupes minoritaires de la communauté LGBTQIAPN+.

Mots-clés : Stress Minoritaire, Consommation de Substances, Femmes Bisexuelles, Identité Sexuelle

Índice

1. Introdução	
1.1. Teoria do Estresse Minoritário.....	2
1.2. Contrato Epistémico da Exclusão Bissexual	4
2. Objetivos e Questões de Investigação	8
3. Método	10
3.1. Design Metodológico	10
3.2. Participantes	10
3.3. Instrumentos de Recolha de Dados	11
3.4. Procedimentos	12
3.4.1. Procedimento de Recolha de Dados	12
3.4.2. Procedimento de Análise de Dados.....	13
4. Resultados	15
5. Discussão.....	27
6. Conclusão	31
6.1. Limitações e investigações futuras.....	31
7. Referências	33
8. Apêndices	38
Apêndice 1: Guião de Entrevista Semiestruturada	38
Apêndice 2: Poster de divulgação	39
Apêndice 3: Formulário do Google Forms.....	40
Apêndice 4: Carta-Convite	41
Apêndice 5: Carta Informativa para Participantes.....	19
Apêndice 6: Declaração de Consentimento Informado, Esclarecido e Livre.....	22

Introdução

O consumo de substâncias psicoativas é tido como um fenômeno de grande preocupação em relação à saúde pública e bem-estar da sociedade de modo geral. Associado a ele, temos fatores de risco e proteção que tornam determinadas parcelas da sociedade mais favoráveis ao consumo com base em aspetos como o nível socioeconômico, género e a orientação sexual. Para perceber as influências para o consumo de substâncias é necessário levar em conta as dimensões ecológicas, políticas, interpessoais, culturais, e individuais, visto que todas elas têm em comum o impacto significativo na maneira como se vivencia a trajetória de vida e a construção de mecanismos de *coping* (Pantoja-Patiño, 2020).

A nível da comunidade LGBTQIAPN+, tais dimensões assumem características particulares em função das problemáticas associadas à natureza desviante desses indivíduos. O facto de terem orientações sexuais que se afastam da heteronormatividade, e/ou identidade de género para além da classificação cisgénero binária, pode culminar em fatores estressores relacionados com o uso de substâncias psicoativas (Gonzalez et al., 2017; Keuroghlian et al., 2015, Wolford-Clevenger, 2021). Com isso, essa comunidade se apresenta como um grupo de maior risco para o uso problemático de substâncias, desencadeado pelo estresse resultante do estigma social acerca da sexualidade do indivíduo, bem como do assédio e da violência sofrida por ele (Boyd et al., 2003; McCabe et al., 2003; Reed et al., 2010)

Dentro desse grupo minoritário, há vários subgrupos, delimitados por componentes identitárias específicas. Um exemplo disso é o género e a maneira como ele molda a vivência de pessoas transsexuais, não-binárias, dentre outras, a nível dos fatores estressores particulares de cada subgrupo (e.g. discriminações transfóbicas ou misóginas). Isso pode moldar o nível do próprio padrão de consumo, uma vez que o género parece apresentar uma relação com a natureza e a intensidade do uso de substâncias psicoativas quando se cruza com a orientação sexual (Schuler et al., 2018). Dessa maneira, observam-se disparidades quanto ao tipo de substâncias e padrões de consumo entre os diferentes subgrupos da comunidade LGBTQIAPN+. De acordo com Schuler & Collins (2020), é possível observar discrepâncias entre mulheres bissexuais e mulheres lésbicas em relação

ao consumo de álcool, canábis e opioides, sendo as mulheres bissexuais aquelas com consumo mais elevado dessas substâncias.

Para tentar compreender essas disparidades, é levado em conta a Teoria do Estresse Minoritário (Meyer, 1995), comumente adotada em estudos sobre a comunidade LGBTQIAPN+ e o uso de substâncias (Livingston et al., 2016; Huynh et al. 2022; Schuler & Collins, 2018). A teoria defende que indivíduos pertencentes a minorias sexuais experienciam maior nível de estresse como resultado de discriminação e estigmatização em função de sua orientação sexual. Embora todos os subgrupos LGBTQIAPN+ estejam sujeitos a isso, pessoas bissexuais apresentam maiores taxas de discriminação e estigmatização quando comparadas com outros grupos dessa comunidade (Feinstein & Dyar, 2017). Isso se dá em função dessa orientação sexual ir contra a norma social da monossexualidade, como é o exemplo do padrão de atração de gays, lésbicas e heterossexuais, levando a que esse grupo específico enfrente consequências negativas, tanto da comunidade heterossexual, como dos subgrupos com norma monossexual da comunidade LGBTQIAPN+ (Schulz et al., 2022).

Fatores como a invisibilidade bissexual, o ceticismo social ou confusão a nível do significado de bissexualidade, bem como o estigma vindo de dentro da comunidade LGBTQIAPN+ são mais intensamente experienciados por mulheres cisgênero, o que contribui para que este subgrupo esteja em maior risco de consumos excessivos de substâncias psicoativas (McCabe et al. 2004; Salway et al., 2018; Schuler et al., 2018).

1. Teoria do Estresse Minoritário

Em grupos minoritários, o estresse pode ser relacionado a eventos ou condições externas que desgastam os indivíduos e excedem a capacidade destes em suportar tais estímulos, o que confere um potencial para doenças mentais ou psicossomáticas (Hatzenbuehler et al., 2008; Meyer, 1995). Os fatores capazes de desencadear o sentimento de estresse não são somente eventos ou condições pessoais, mas também condições do ambiente social, que exercem forte impacto na vida de pessoas de categorias sociais estigmatizadas em função de sua classe socioeconómica, etnia, raça, gênero ou sexualidade (Meyer, 2003). Dessa forma, processos de estresse sofridos por minorias são percebidos como respostas psicológicas, emocionais e fisiológicas resultantes do

estigma recebidos por elas, que podem levar a consequências negativas a nível da saúde mental e física (Cochran et al. 2007; Hatzenbuehler et al., 2008; Szymanski & Kashubeck-West, 2008).

Para enquadrar de maneira mais específica o estresse sofrido por grupos minoritários, bem como para explicar os desafios enfrentados por esses indivíduos, foi desenvolvida a Teoria do Estresse Minoritário (Meyer, 1995, 2003), que tem por base dois princípios fundamentais: o estresse a nível distal, e o estresse a nível proximal.

O estresse distal está relacionado com fatores do meio, que são percebidos pelo grupo minoritário de maneira ampla, que abarca a vivência de todo o grupo, isto é, são estressores partilhados entre a minoria e estão relacionados diretamente à discriminação e ao preconceito, como atos de violência, insultos e exclusão social. Dentre esses efeitos negativos do estigma e da marginalização, estão incluídos atos vindos de um grupo majoritário, podendo assumir formas particulares, como um ataque verbal, até políticas discriminatórias que limitam as oportunidades e o acesso a recursos do grupo minoritário. Em um estudo conduzido por Verrelli et al. (2019), constatou-se que os processos legislativos relacionados com os direitos das populações minoritárias e estigmatizadas, (e.g. casamento de pessoas do mesmo sexo), afetam negativamente a saúde mental dessas populações. Isto é, políticas de natureza repressiva podem gerar um clima hostil de estigmatização e discriminação, resultando em maior estresse para os indivíduos pertencentes a esses grupos minoritários.

Os fatores estressores distais podem também assumir a forma de estigmas culturais enraizados na estrutura da sociedade em que a minoria está inserida. As normas sociais e culturais que desaprovam relações não-heteronormativas frequentemente afetam o desenvolvimento de jovens LGBTQIAPN+, interferindo nos marcos de desenvolvimento apropriados à sua idade. Isso pode contribuir para o aumento do estigma internalizado e para a formação de crenças negativas a respeito de si mesmos (Martell et al. 2004).

O estresse proximal está relacionado a fatores internos ao indivíduo, que são experienciados de maneira única por cada pessoa dentro da minoria. Existe um caráter mais subjetivo na experimentação desta forma de estresse, estando associado a um contexto identitário do indivíduo a quem é conferido o estigma. Diz respeito a uma internalização de eventos preconceituosos, que aumenta à medida que o indivíduo responde com vigilância, expectativas de rejeição e ocultação da identidade para sua autoproteção (Walch & Ngamake, 2016).

O estigma internalizado é uma resposta adaptativa a um ambiente social estigmatizante, e resulta de um processo complexo e multifacetado que envolve fatores individuais e contextuais (Meyer, 2003). A partir dele, podem ser formados mecanismos de supressão da identidade e/ou orientação sexual de indivíduos LGBTQIAPN+, que atuam de modo a contrapor as expectativas de rejeição, estigmatização e o sentimento de vergonha mediante ao status social relacionado à sua identidade.

Em uma meta-análise realizada por Wittgens et al. (2022), que investigou a saúde mental em pessoas com orientações sexuais minoritárias, foi constatada uma correlação significativa entre o estigma relacionado à sexualidade e o aumento do risco de transtornos mentais, incluindo depressão, transtornos de ansiedade e suicídio. Para além disso, a homofobia internalizada também foi relacionada ao consumo de substâncias (Dyar et al., 2020; Huynh et al. 2022;) apontando associação positiva, de leve a moderada, entre a homofobia internalizada e o uso abusivo de substâncias.

É importante reconhecer que os dois conceitos de estresse não atuam de maneira isolada sobre o indivíduo, mas interagem entre si, de maneira que estão sempre presentes seja qual for o processo de estresse proveniente de relações sociais experienciadas por uma minoria. Em uma pesquisa desenvolvida por Livingston et al. (2016), investigou-se a associação entre o estresse minoritário e o uso prejudicial do álcool em jovens adultos de grupos de minorias sexuais. Os resultados encontraram suporte para um efeito de mediação parcial do estresse distal sobre a variável dependente “uso prejudicial de álcool”. Adicionalmente, observou-se um efeito de mediação parcial do estresse proximal, definido pelos autores como angústia psicológica, na relação entre estresse distal e o uso de álcool.

1.2. Contrato Epistémico da Exclusão Bissexual

Como já referido, a comunidade bissexual partilha determinados estigmas e discriminações com o resto da comunidade LGBTQIAPN+, no entanto apresenta problemáticas específicas provenientes do estigma sobre a orientação não-monossexual, como é o exemplo da invisibilidade bissexual. O conceito de invisibilidade bissexual é definido por Yoshino (2000) como a falta de consideração e representação de pessoas bissexuais na esfera social normativa e na esfera social desviante, devido a um conjunto

de normas, crenças e práticas sociais que contribuem para a negação da validade da identidade bissexual. Esse fenômeno representa o Contrato Epistêmico da Exclusão Bissexual (Yoshino, 2000), onde a definição de contrato acontece pela resposta social das comunidades monossexuais à ameaça que a bissexualidade representa ao sistema atual em que essas comunidades estão inseridas.

Monossexualidade é a atração romântica ou sexual por membros de apenas um sexo ou grupo de gênero. Uma pessoa monossexual pode identificar-se como heterossexual ou homossexual, contudo a sua atração sexual ou romântica permanece consistentemente dirigida a um único sexo ou grupo de gênero, sendo vista como dominante, normal e naturalizada na sociedade (Madison, 2017). Assim, a bissexualidade permanece numa zona de marginalização à norma, confronto e exclusão (Yoshino, 2000).

Segundo Yoshino (2000), a ameaça sentida por comunidades heterossexuais, gays e lésbicas refere-se à desestabilização que a noção de bissexualidade traz em relação à monogamia, dada a sua centralidade nas sociedades ocidentais. Neste contexto, a orientação das pessoas bissexuais vem colocar em causa o valor da monogamia, uma vez que não conseguem vivê-la em sua plenitude por sentirem atração por mais do que um sexo. Essa perspectiva é partilhada pelo grupo maioritário de modo a associar o grupo bissexual a práticas poligâmicas e promiscuas, o que nem sempre corresponde à realidade, e agem de modo a conferir ainda mais estigma a um grupo, unicamente, por desviar-se da norma monossexual.

Para além do sentimento de ameaça aos ideais monogâmicos da sociedade, o modelo também defende que a parcela monossexual da população confere invisibilidade ao grupo bissexual pela primazia do sexo biológico, que é ameaçada pela suposição de que pessoas bissexuais desconsideram o quadro conceptual do sexo. Ou seja, por acharem que bissexuais se recusam a distinguir homens e mulheres em suas vidas sexuais, colocando em causa o separatismo sexual existente e bem estabelecido. Esse tipo de questão recai não somente em bissexuais, como também em pessoas intersexo e/ou pansexuais (Yoshino, 2000).

Por último, a perspectiva da bissexualidade como ameaça está também relacionada com a estabilização da orientação sexual. Ao cogitar na possibilidade de existirem pessoas que se sentem atraídas por homens e mulheres, indivíduos monossexuais, ou que ainda não se descobriram como bissexuais, muitas vezes veem a sua orientação sexual questionada.

Assim como a heteronormatividade age de modo a diminuir a legitimidade de outras orientações sexuais (Junqueira, 2012; Meireles & Ferrarini, 2023), a monossexualidade exerce impacto direto e indireto na visibilidade de orientações sexuais estranhas a esse conceito (Bollas, 2023). Essa relação acontece da mesma forma em que a heteronormatividade presume que a heterossexualidade é a orientação sexual “padrão” e esperada de todos os indivíduos. Segundo Junqueira (2012):

A heteronormatividade ao se relacionar à produção e à regulação de subjetividades e relações sociais, parece chamar mais a atenção para os nexos entre um conjunto de eixos que atuam na construção, legitimação e hierarquização de corpos, identidades, expressões, comportamentos, estilos de vida e relações de poder. Especial ênfase pode então ser posta nos fortes vínculos da heteronormatividade com outros arsenais normativos, normalizadores e estruturantes (Junqueira, 2012, p. 10)

Desse modo, a heteronormatividade mantém o *status quo* da sociedade, impondo uma norma condizente com valores patriarcais e capitalistas não só às mulheres, mas também à população LGBTQIAPN+. Ela institui uma única forma de vivenciar a sexualidade – a heterossexual, subjugada à ordem social do heterossexismo e heteropatriarcado (Meireles & Ferrarini, 2023). E assim como a heteronormatividade, a monossexualidade atua como um desses, então chamados, arsenais normativos, a manter uma estrutura social pela qual a família nuclear e suas implicações materiais contingentes permanecem não apenas inquestionáveis e normativas, mas também inevitáveis (Bollas, 2023). A monossexualidade confere os limites da norma socialmente aceita e desejada, exercendo pressões sobre aqueles que se identificam de forma diferente. Isso inclui tanto o questionamento de identidade, quanto tentativas de suprimir existência de outras orientações sexuais (Yoshino, 2000).

Uma investigação recente de Prieto (2023), explora as experiências de estudantes universitários bissexuais na negociação de sua identidade face à exclusão da bissexualidade. Com base numa abordagem narrativa, foi analisado o discurso dos participantes acerca de como lidam com desafios e questões sensíveis colocadas por comunidades heteronormativas e comunidades LGBTQIAPN+. Os participantes mencionaram algumas estratégias que utilizam para lidar com a exclusão da

bissexualidade, tais como a seleção estratégica de rótulos de identidade. Ou seja, frequentemente escolhiam apresentar-se com o termo que consideravam ser mais socialmente aceite e compreendido por outras pessoas (e.g. gay, lésbica, hétero). Por vezes, envolvia minimizar ou esconder a atração por mais de um género, para não precisarem de dar explicações acerca da própria identidade, ou por medo de discriminação ou estigma.

Objetivos e Questões de Investigação

Esta investigação teve como objetivo principal explorar relações entre a bissexualidade em mulheres cisgénero e o consumo de substâncias. Pretende aprofundar o conhecimento científico acerca de problemáticas presentes nessa população e na sua relação com os padrões de consumo de substâncias psicoativas. Para isso, buscou-se compreender os motivos que podem levar a um consumo mais intenso de substâncias lícitas e ilícitas, quando comparado a mulheres heterossexuais ou de outros subgrupos femininos minoritários (Boyd et al., 2020; Ehlke et al., 2024; Schulz et al., 2022). Apesar da temática do consumo de substâncias entre as minorias sexuais já estar explorada na literatura, é necessário aprofundar a pesquisa com um foco em populações para além das estritamente masculinas, nomeadamente homens gays, que são, atualmente, as mais abordadas pela investigação científica.

O desfasamento em relação ao estudo de outras minorias sexuais contribui para uma ainda maior invisibilidade de indivíduos estigmatizados e em posições de risco, justamente por existir alguma negligência, marginalização e falta de formação, por parte dos órgãos e profissionais competentes para lidar com esta problemática de maneira adequada às necessidades destas minorias. Com isso, este estudo procurou contribuir para a expansão desse conhecimento para outros géneros e orientações sexuais, no intuito de proporcionar visibilidade, melhor síntese e embasamento acerca das especificidades de grupos menos retratados na literatura científica.

O carácter exploratório do presente trabalho centralizou-se na análise dos vários contextos em que se encontra a mulher bissexual, nomeadamente a nível de identidade, saúde mental, relacionamentos e discriminação, a fim de melhor perceber, em primeira instância, como se compõe o significado do ser mulher bissexual e as suas nuances.

A partir dessa caracterização, o estudo também procurou perceber até que ponto os padrões de consumo são moldados por aspetos partilhados entre as mulheres dessa minoria. Especificamente, pretendeu-se identificar e explorar padrões comportamentais, como a intensidade, frequência e via de administração das substâncias, assim como a motivação para o consumo e mecanismos de *coping*. Com isso, o presente trabalho buscou responder às seguintes questões: Quais as principais tendências e padrões de consumo de substâncias psicoativas entre mulheres bissexuais cisgénero a residir em Portugal? Quais os fatores estressores que mais se associam a esses padrões e tendências de consumo de substâncias?

Em suma, o propósito desse estudo foi compreender o fenômeno referente ao consumo de substâncias psicoativas na população bissexual feminina cisgênero, através de uma análise da interconexão entre diferentes formas de discriminação e demais dificuldades sofridas por essas mulheres, de modo a melhor caracterizar as problemáticas experienciadas por elas, a nível da afirmação da própria sexualidade e gênero, e a forma como isso contribui para o consumo de substâncias psicoativas.

Método

1. Design Metodológico

O presente estudo usou uma abordagem qualitativa pela sua adequação para explorar e compreender os significados que indivíduos, ou grupos, atribuem a um problema social. Tal perspectiva de pesquisa oferece espaço para uma análise mais flexível, sob uma perspectiva orientada para um estilo indutivo, focando o significado individual e a importância de relatar a complexidade de uma situação (Creswell & Creswell, 2018). Deste modo, possibilita uma abordagem mais aprofundada e complexa por incorporar diversas perspectivas e reconhecer a interação entre fatores distintos.

2. Participantes

Este estudo incluiu uma amostra de 11 participantes do género feminino com a identidade de género em conformidade com o sexo biológico, que se identificam como tendo atração sexual por pessoas do género tanto masculino, como feminino, com idades compreendidas entre 21 e 27 anos ($M = 23,36$, $DP = 1,69$). A nível da nacionalidade, 55,6% das participantes são portuguesas, sendo as outras 44,4% brasileiras a residir em Portugal há, pelo menos, 5 anos ($M = 5,60$, $DP = 0,55$). Relativamente às habilitações literárias, a maioria das participantes possui licenciatura (81,8%). Quanto a ocupação, 27,3% das participantes são estudantes de ensino superior, enquanto 63,6% desempenha funções remuneradas distintas. Todas as participantes são solteiras. A tabela 1 sistematiza as características sociodemográficas das participantes.

Tabela 1*Características sociodemográficas dos participantes*

Características da amostra	Min	Max	<i>n</i>	%	<i>M</i>	<i>DP</i>
Género						
Feminino			11	100%		
Idade	21	27			23,36	1,69
Nacionalidade						
Portuguesa			6	55,6%		
Brasileira			5	44,4%		
Anos a residir em Portugal	5	6			5,60	0,55
Habilitações literárias						
Secundário			1	9,1%		
Licenciatura			9	81,8%		
Mestrado			1	9,1%		
Estado Civil						
Solteira			11	100%		

3. Instrumentos de Recolha de Dados

De acordo com os objetivos definidos para esse estudo, optou-se pela construção de um guião de entrevista semiestruturada. A escolha dessa ferramenta de coleta de dados foi feita pela sua capacidade exploratória, bem como seu caráter flexível, a possibilitar que novas questões fossem apresentadas durante a entrevista, e permitir que as questões de pesquisa fossem abordadas a partir de diferentes perspetivas (Ruslin et al., 2022).

A ter em vista os objetivos definidos para este estudo, o guião de entrevista semiestruturada (Apêndice 1), para além das questões de caracterização sociodemográfica, incluiu as seguintes dimensões de análise:

Questões identitárias: recolhe informações acerca de como a participante se apresenta no mundo, isto é, como a sua identidade reflete a maneira como o indivíduo perceciona sua orientação, a nível pessoal, e de que forma a bissexualidade influencia ou não a sua identidade. Para isso, foram usadas questões como “como vivencia a bissexualidade na sua vida cotidiana?” e “é assumida quanto à sua orientação sexual?”.

Fatores estressores distais: essa dimensão importa para a análise da vivência dos fatores estressores vindos do meio em que as mulheres estão inseridas, sendo útil para levantar dados referentes à maneira como a participante percebe a discriminação em diferentes contextos sociais (e.g. “já sofreu alguma discriminação por conta de ser

bissexual?”, e “na sua opinião, quais são os estereótipos e percepções erradas que as pessoas têm sobre mulheres bissexuais?”). também foram incluídas questões que possibilitaram a recolha de informação referente a fatores estressores com potencial para motivar o consumo de substâncias (e.g. “já usou drogas para abstrair de algum episódio de discriminação?”).

Fatores estressores proximais: Essa dimensão permitiu explorar as formas como a participante experiêcia a sua vida social e lida com estigmas vindos de terceiros e de sua própria consciência, com perguntas como “sente que tais discriminações geram algum impacto direto na sua saúde mental?” e “como entende a bissexualidade? Pensa que é algo errado?”. Tal dimensão está diretamente relacionada à caracterização do ser mulher bissexual cisgénero em Portugal;

Histórico de consumo de drogas: a fim de melhor perceber o envolvimento das participantes com o tema do consumo de substâncias, foram levantadas informações acerca das suas trajetórias no uso de substâncias (e.g. “com que idade usou determinada substância pela primeira vez?”), sobre o reconhecimento de mudanças ao longo do tempo (e.g. “foi sempre nessa frequência?”), e identificação de possíveis relações/influências de outras áreas de sua vida (e.g. “já usou drogas com o objetivo de desestressar?”). Tal dimensão é vital para a análise dos padrões de consumo, tal como para explorar as relações entre o consumo e a orientação sexual.

4. Procedimentos

4.1. Procedimento de Recolha de Dados

O estudo foi divulgado através das redes sociais, em contextos virtuais voltados ao tema da bissexualidade, tais como a comunidade r/lgbtportugal da rede social Reddit, e endereços eletrónicos de associações como a Associação Plano i e ILGA Portugal. Através de um poster de divulgação (Apêndice 2) e um formulário na plataforma Google Forms (Apêndice 3) contendo informações acerca da temática do estudo, as mulheres interessadas puderam fornecer o endereço de email para que pudessem receber a Carta-Convite (Apêndice 4), a Carta Informativa para Participantes (Apêndice 5) e a Declaração de Consentimento Informado, Esclarecido e Livre (Apêndice 6). Foi disponibilizado um contacto de email para poderem contactar diretamente o investigador responsável para

tirarem dúvidas acerca do estudo e informarem as datas e horários que tinham disponíveis para marcação da entrevista.

Na fase de recolha de dados, cinco entrevistas foram realizadas em modalidade presencial, enquanto as restantes foram em modalidade online, de acordo com a disponibilidade de cada participante. Deste modo, foi possível coletar informações detalhadas acerca das suas experiências, percepções e opiniões sobre o tema. Todas as entrevistas foram gravadas em formato áudio, e transcritas na íntegra para a análise.

4.2. Procedimento de Análise de Dados

Após a recolha e transcrição dos dados, iniciou-se processo de análise desse conteúdo. Optou-se por uma metodologia de análise temática, de acordo com a perspectiva de Braun & Clarke (2006, 2021), seguindo uma abordagem maioritariamente indutiva. Esta abordagem permite que os dados conduzam a identificação de temas, com vista a contribuir para o carácter exploratório do estudo, possibilitando uma análise mais ampla da problemática de pesquisa, bem como a possibilidade de descobrir padrões de significado menos aparentes e/ou pouco explorados na literatura.

A análise temática indutiva pretende ficar o mais próximo possível aos significados dos dados sem tentar encaixá-los em um quadro de codificação pré-existente (Clarke et al., 2015). Contudo, o panorama indutivo absoluto não é possível na maioria das formas da pesquisa qualitativa. A análise é sempre moldada pelo referencial teórico do pesquisador, pontos de vista pessoais e políticos, conhecimento disciplinar, treinamento e experiências anteriores em pesquisa. Assim, as transcrições das entrevistas foram codificadas para a identificação de temas e subtemas emergentes, embora relacionados aos constructos teóricos e posicionamento ideológico subjacentes ao estudo.

A investigação seguiu as seis etapas da análise temática proposta por Braun & Clarke (2006), a começar pela **familiarização com os dados**, onde as transcrições das entrevistas foram lidas e relidas com atenção para desenvolver uma compreensão inicial do conteúdo. Essa fase permitiu um contato mais profundo com as narrativas pessoais, de modo a facilitar a etapa seguinte, que foi a **geração de códigos iniciais**, caracterizada pela identificação de elementos significativos nas falas das participantes. Foram atribuídos códigos para categorizar aspetos importantes dos relatos nas entrevistas.

Na terceira fase ocorreu a **busca de temas**, onde os códigos gerados foram agrupados em categorias mais amplas e inter-relacionadas, para então dar início a **revisão**

dos temas, fase crucial para garantir que cada tema fosse significativo e refletisse adequadamente as experiências relatadas. Foi um momento de refinamento, para garantir que os temas capturassem a essência das narrativas e que estivessem de acordo com o que foi estipulado para o estudo. Na quinta etapa procedeu-se à **definição e nomeação de temas**, isto é, a descrição detalhada de cada tema, fornecendo uma compreensão clara sobre o que cada categoria representava, e como se relacionava com a vivência da bissexualidade das participantes.

Por fim, a **produção do relatório** culminou na apresentação dos resultados da análise, possibilitando uma interpretação profunda sobre as questões identitárias e os desafios enfrentados pelas participantes no contexto social e pessoal.

Resultados

Como resultado da análise temática dos dados recolhidos através das entrevistas com as participantes, foi possível organizar o conteúdo em três temas principais diretamente associados à vivência da sexualidade, e um outro tema ligado aos consumos de substâncias psicoativas. Dos quatro temas principais, dois deles se dividem, cada um, em dois subtemas, tal como apresentado no mapa temático Figura 1. Em seguida, estão apresentadas as definições de cada um deles.

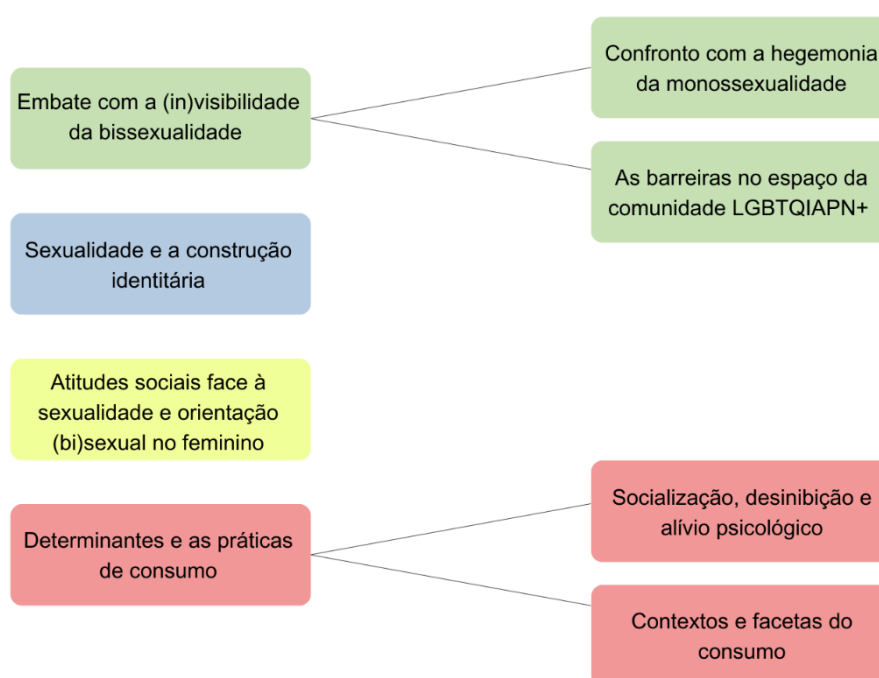


Figura 1. Mapa temático

O primeiro tema, *Embate com a (in)visibilidade da bissexualidade*, aborda as dificuldades que as mulheres bissexuais cisgénero sentem em relação à sua orientação sexual, nomeadamente em relação a fatores de deslegitimação e invisibilização da bissexualidade, tanto na sociedade geral, como na comunidade LGBTQIAPN+. Reúne perspetivas das participantes acerca das barreiras sociais e culturais que dificultam a afirmação da bissexualidade como uma orientação real e respeitável.

O subtema “*Confronto com a hegemonia da monossexualidade*” traduz uma parte dessas barreiras, nomeadamente no que diz respeito como esta orientação é

marginalizada, ou sequer considerada, quando as participantes estão envolvidas em uma relação heteroafetiva:

"Como eu estou num relacionamento heterossexual, muita gente já assume que eu sou heterossexual por causa disso." (participante nº 2, 23 anos, brasileira)

Para além disso, são salientadas diferenças de tratamento, em particular entre pessoas com orientação bissexual quando comparadas com pessoas homossexuais, no sentido de bissexuais serem lidos como não tão desviantes da norma heterossexual, enquanto homossexuais são considerados totalmente estranhos à sociedade heteronormativa, e em alguns casos, indesejados:

"Também dizem que o bissexual tá muito em cima do muro, que não sabe ainda, porque ela não quer falar que ela é lésbica, ou porque ele não quer falar que ele é gay. Ai então ele fala que é bi para ser um pouco menos pior." (participante nº 4, 24 anos, brasileira)

Já o subtema *"As barreiras no espaço da comunidade LGBTQIAPN+"*, diz respeito a crenças das entrevistadas acerca da comunidade *queer*, e experiências associadas à orientação bissexual dentro desse meio. Em particular, referem processos de exclusão no seio da comunidade, pela ausência de um suposto purismo ao nível da sua orientação sexual, como se fosse uma orientação "incompleta" ou "não legítima". Essa perceção alimenta dinâmicas de invisibilidade dentro da própria comunidade LGBTQIAPN+.

Um aspeto recorrente nas entrevistas é a ideia de que, para algumas pessoas, os bissexuais são excluídos ou marginalizados por não se encaixarem nas categorias binárias de orientação sexual (como gay ou lésbica), o que gera um sentimento de não pertença. A ausência de um "purismo" na orientação sexual é, segundo as entrevistadas, uma das razões pelas quais sentem essa rejeição.

"Sempre falam que os bissexuais são excluídos da comunidade, porque eles não são totalmente gays, não são totalmente lésbicas, mas é bem errado, né? Se você não é hétero, você tem que ser muito bem incluído na comunidade" (participante nº 4, 24 anos, brasileira)

Aqui, a fala revela o desconforto com a exigência implícita de uma orientação sexual binária, como se houvesse uma rígida linha divisória entre as orientações sexuais.

O trecho também mostra o descontentamento da participante com o facto de que essa exclusão ocorre dentro de um espaço que deveria acolher todas as formas de diversidade.

Ainda no âmbito da comunidade LGBTQIAPN+, foram encontrados conteúdos relativos ao sentimento de exclusão das mulheres bissexuais em detrimento de mulheres lésbicas. Esse tipo de exclusão parece ocorrer quando a mulher vítima da exclusão é percebida, por mulheres lésbicas, como desalinhada às expectativas ou experiências de orientação sexual binárias:

“Quando eu comecei a ficar com mulheres, e aí mulheres lésbicas, eu vi que tinha essa questão de ‘você é bi’, era algo como ‘você não faz parte do mesmo grupo’” (participante nº 2, 23 anos, brasileira)

Esse relato evidencia como, dentro de certos círculos, a bissexualidade pode ser vista como uma "categoria à parte", que não compartilha do mesmo status ou legitimidade que a identidade lésbica, o que reforça a sensação de exclusão. Ao referir ter relações com mulheres lésbicas, que faziam essa distinção entre bissexual e homossexual, a participante torna evidente como a orientação bissexual pode ser tratada como uma marca de diferença mesmo em um espaço de relacionamento íntimo.

O tema *“Sexualidade e a construção identitária”* é voltado às experiências da sexualidade, e da construção identitária, que vai além da orientação sexual, mas que dela depende. Essa construção abarca não só a orientação sexual, mas também vivências pessoais, culturais e sociais que moldam o senso de identidade de uma pessoa. No caso de mulheres bissexuais cisgénero, essa construção pode vir a ser atravessada por desafios e expectativas externas, como a necessidade de corresponder a normas de género e sexualidade em uma sociedade onde prevalece a hegemonia da monossexualidade. Esse tema leva em consideração o carácter individual do percurso da sexualidade, e que ele nunca ocorre da mesma forma de uma pessoa para outra. As vivências individuais, que incluem a interação com diferentes ambientes sociais, a resposta a estigmas e preconceitos, e as relações interpessoais, exercem influência em como a identidade é formada e vivida.

Dentre essas experiências, o estudo levantou informações acerca de como pessoas próximas encararam o *coming-out* da bissexualidade, isto é, a maneira que familiares e amigos reagiram ao saber dessa orientação das participantes. Enquanto algumas das mulheres entrevistadas não tiveram grandes problemas em se assumir para seu núcleo próximo, outras enfrentaram dificuldades de aceitação, principalmente por parte da

família. Essa diferença ressalta o teor individual do processo da sexualidade, visto que um mesmo grupo, que partilha da mesma orientação sexual é capaz de ser muito diferente a nível da experiencição da própria sexualidade.

A fim de exemplificar o grau de diferença e individualidade dessas vivências, temos o seguinte trecho de uma das participantes das quais não houve resistência por parte da família após terem assumido a orientação bissexual:

"Ela levou isso super normal. A minha mãe é superaberta nisso, e de todo nunca seria um problema" (participante nº 11, 24 anos, portuguesa)

Nesse caso, a mãe da participante não apenas acolheu a revelação com naturalidade, mas também se mostrou desprendida de ideais conservadores e/ou qualquer pensamento contrário à liberdade para a sexualidade da filha. Essa receptividade pode ter proporcionado um ambiente seguro para a participante, permitindo que ela se sentisse à vontade para afirmar sua bissexualidade sem o temor de julgamento ou rejeição. Em contraste, há experiências negativas no que diz respeito a assumir uma orientação não-heterossexual:

"Nós chegamos à casa, e a minha mãe mandou a minha namorada para o meu quarto, pegou em mim, trancou-me na casa de banho. Começou a dizer como eu era nojenta, como eu era uma desgraça para a família" (participante nº 6, 21 anos, portuguesa)

Esse depoimento revela como, em alguns casos, o chamado "sair do armário" pode tomar um rumo hostil, de modo a impactar na maneira como elas lidam com sua sexualidade no contexto familiar e social (de Souza et al., 2020).

O tema também aborda o processo de descoberta da orientação bissexual das participantes, marcados por momentos de dúvida e negação, influenciados por normas sociais e pela expectativa de uma sexualidade heteronormativa:

"Parece que todo mundo tem uma coisinha muito certinha. Amigos héteros sempre têm uma coisinha muito certinha, algo linear. Enquanto eu estava surtando sem entender o que eu era" (participante nº 1, 24 anos, brasileira)

Esse depoimento ilustra o desconforto e a sensação de desajuste vivenciados por mulheres bissexuais ao compararem suas experiências com as de pessoas heterossexuais. A ideia de uma linearidade quanto à orientação heterossexual reflete a percepção da descoberta da bissexualidade como acompanhada de confusão e incertezas. A participante destaca como esse contraste pode intensificar o sofrimento psicológico, especialmente

durante o processo de autodescoberta, levando a sentimentos de inadequação e vulnerabilidade.

“Naquela altura eu cancelava muito essa questão de gostar de mulheres, para mim não fazia sentido e isso não era uma opção sequer” (participante nº 8, 24 anos, portuguesa)

A fala evidencia um processo de negação ao enfrentar sua orientação. A participante revela como, em determinado momento, descartava a possibilidade de ter uma orientação que não a heterossexual, por não considerar isso válido. Isso reflete a internalização de normas heteronormativas e exemplifica a maneira como podem levar à supressão de sentimentos e desejos que não se alinham com as expectativas sociais.

“Atitudes sociais face à sexualidade e orientação (bi)sexual no feminino” é o tema que abrange estereótipos, preconceitos e discriminações com as quais mulheres bissexuais frequentemente se deparam. Esse tema procura explorar como a sociedade, de maneira geral, reage e se posiciona diante da bissexualidade feminina. O conteúdo analisado parte da perspectiva do grupo marginalizado, por isso, traduz tais posicionamentos à leitura desse grupo.

Os estereótipos apontados nas entrevistas foram quase sempre os mesmos, o que demonstra uma visão generalizada por parte da sociedade para com mulheres bissexuais cisgênero. As participantes referiram serem constantemente alvos de estereótipos ligados a libertinagem:

“Eu sinto que há uma lógica de hipersexualidade. Que se há mais pessoas com quem podes ter sexo, vão ter mais relações” (participante nº 5, 21 anos, portuguesa)

A ideia de que mulheres bissexuais são vistas como mais aptas à terem mais relações sexuais do que mulheres heterossexuais ou homossexuais foi recorrente nos discursos das entrevistadas. Uma visão simplista e reducionista como essa contribui para a distorção do sentido de ser mulher bissexual, e pode acarretar na invisibilidade das relações afetivas e românticas das participantes:

“Na altura ele pensou ‘perfeito, estou a sair com uma mulher que vai querer um ménage’ ou ‘ela também vai querer estar com mais pessoas, e assim não tenho que ter nada monogâmico’ (participante nº 5, 21 anos, portuguesa)

Essa fala demonstra o pensamento de um homem, que acredita que por estar com uma mulher bissexual, esta irá querer uma dinâmica de relacionamento mais aberta, e têm

esse pensamento baseado unicamente na orientação sexual dela. Essa percepção estereotipada associa essa orientação tanto para a promiscuidade, quanto para a poligamia. Isso evidencia a falta de compreensão sobre a diversidade de relacionamentos. Mulheres bissexuais podem escolher ter.

O tema aborda ainda deslegitimações da bissexualidade, como a ideia de que bissexuais estão “confusos” ou que estão apenas a viver uma “fase”. Essas percepções distorcidas e estigmatizantes frequentemente vêm tanto de fora quanto de dentro da comunidade LGBTQIAPN+, a reforçar a ideia de que a bissexualidade seria uma identidade “temporária” ou “transitória”.

“O que as pessoas mais têm de estereótipo é achar que tá confuso, que é uma fase, que não viveu alguma coisa que tinha que ter vivido direito, que é falta de pai... Qualquer motivo pode virar motivo para a pessoa não ter certeza do que é quando o assunto é bissexual” (participante nº 3, 22 anos, brasileira)

O trecho exemplifica a hegemonia da monossexualidade. Ele demonstra uma visão onde a heterossexualidade e homossexualidade são “finais” ou “estáveis”, enquanto a bissexualidade é percebida como uma etapa intermediária. Relatos assim foram comuns no estudo, e ilustram a descredibilização da orientação em vários níveis, como a associação da bissexualidade à uma suposta falta de completude ou de vivências emocionais e/ou familiares.

Neste tema, também estão inseridas as experiências de discriminação sexual e de gênero sofridas pelas mulheres participantes. Tais experiências envolvem situações de preconceito, rejeição ou marginalização, que acabam por gerar um sentimento de insegurança e desconforto. Esse sentimento, por sua vez, é sentido em contextos pessoais, sociais ou profissionais, e demonstra afetar tanto a forma como essas mulheres percebem a si mesmas, quanto a maneira como se sentem à vontade para expressar sua orientação sexual.

“Você nunca acha que vai acontecer com você. Depois que aconteceu comigo, eu já penso que a qualquer momento, qualquer pessoa possa ser atacada, e com isso você passa a se privar de coisas [...] isso pode influenciar não só o jeito que você age, mas também a forma que você vê o que acontece na vida dos outros, o que você acha que pode acontecer com você... Acho que é meio inevitável ter algum tipo de influência” (participante nº 3, 22 anos, brasileira)

A afirmação “você nunca acha que vai acontecer com você” reflete uma sensação comum de invulnerabilidade, muitas pessoas a têm até enfrentarem uma situação inesperada e negativa. No caso, um episódio de discriminação fez com que a experiência plena da própria orientação se tornasse obstruída. A participante reconhece a autolimitação imposta pela insegurança, o impacto do trauma acabou por alterar sua percepção da realidade, gerando uma sensação de ameaça constante. No caso de outra participante, a percepção acerca das discriminações foi a seguinte:

“Vai sempre haver pessoas violentas, vai sempre haver pessoas que gostam de fazer o mau, de agredirem, seja verbalmente ou fisicamente, e é tentar pensar que para contrabalançar essas pessoas vai sempre haver pessoas a lutar pelo bem e pessoas boas. Tento pensar que não estamos num mundo dominado pelo mau, e que até há um balanço no mundo e que eu tenho que tentar manter-me em segurança e fugir das situações que estão a ficar perigosas” (participante nº 5, 21 anos, portuguesa)

Ao adotar uma visão de forças negativas e positivas, a participante busca manter um equilíbrio emocional que lhe permita lidar com os preconceitos sem se submeter completamente à sentimentos negativos. Isso parece servir como uma maneira de minimizar o impacto dos discursos preconceituosos ao focar nas possibilidades de bem e de justiça. Outro mecanismo de enfrentamento adotado por uma das participantes foi a seguinte:

“Mas muitas vezes é só assim: ou ignoramos, ou saímos do sítio o mais rápido possível, porque nós não somos pessoas que gostem muito de confronto, não vale a pena perder tempo com esse tipo de pessoas. Obviamente que se for necessário é necessário, mas não vale a pena perder tempo, é ou sair de lá ou ignorar” (participante nº 6, 21 anos, portuguesa)

O ato de ignorar ou se afastar rapidamente de uma situação de preconceito, é visto pela participante como uma forma de preservar sua integridade física e sua saúde mental. Ela reconhece o custo emocional de tais embates e prefere, sempre que possível, preservar sua energia e segurança, evitando o desgaste emocional de confrontos.

Por último, o tema “*Determinantes e as práticas de consumo*” abrange fatores psicológicos e contextuais que influenciam as escolhas dos indivíduos em relação ao consumo de substâncias. O subtema “*Socialização, desinibição e alívio psicológico*”, envolve a exploração das motivações internas, como a busca por prazer, alívio do estresse ou escapismo, que levam os participantes ao uso de substâncias psicoativas. Para além disso, o tema considera o impacto do ambiente social e cultural, através do subtema

“Contextos e facetas do consumo”. Dentre os fatores ambientais, estão incluídos a influência grupal, normas sociais e comportamentos desviantes. A interação entre esses fatores cria um cenário complexo que molda não apenas as preferências dos consumidores, mas também as circunstâncias em que o consumo ocorre, revelando a dinâmica multifacetada que caracteriza o consumo entre as participantes.

No primeiro subtema *“Socialização, desinibição e alívio psicológico”* são abordados fatores que influenciam diretamente a decisão de um indivíduo em usar determinadas substâncias. Dentre esses fatores, podemos listar aspectos de influência social para o consumo de diferentes substâncias:

“É mais comum álcool por ser uma coisa mais social, uma cervejinha ali depois do trabalho” (participante nº 2, 23 anos, brasileira)

Ao se referir ao álcool como uma substância de cunho mais social, a participante afirma que esse consumo está ligado a uma cultura de confraternização, e que é aceito e promovido em contextos sociais. No excerto, a prática normalizada do uso de bebidas alcoólicas demonstra influência no cotidiano da entrevistada, e parece não carregar um peso muito grande. Ao dizer *“uma cervejinha ali depois do trabalho”*, a informação pode ser interpretada como um ato rotineiro, que não necessariamente indica uma relação problemática com o consumo, mas sim como parte de uma socialização cotidiana.

Outra motivação ao uso ou não-uso de substâncias que pôde ser analisado, foram as perturbações psicológicas, nomeadamente ansiedade e depressão. A prevalência de transtornos psicológicos na comunidade LGBTQIAPN+, e sua relação com o consumo de substâncias psicoativas (Lothwell et al., 2020; Wittgens et al., 2022), torna necessário algum foco nesse fator.

“Em 2021 entrei em depressão, mergulhei no mundo das drogas e experimentei muita coisa, cocaína, MD, pastilhas...” (participante nº 10, 27 anos, portuguesa)

Ainda que as causas ligadas à depressão não tenham sido explicitadas ao longo da entrevista, é possível inferir que a combinação de fatores pessoais, sociais e contextuais pode ter contribuído para o agravamento da sua condição. Independentemente, através do que foi referido, é notável que sua condição psicopatológica exerceu influência sobre os consumos de substâncias ilícitas. Quando questionada a nível das motivações para o consumo, a mesma participante declarou:

“É um escapismo, sim. Percebi-me que ficava menos presente, ou de uma forma diferente, então procurava muito isso porque estava mesmo no chão [...] estava na minha cabeça de uma forma diferente e com menos ansiedade, mas também por interesse de todas as sensações, não é? Naquele momento queria sentir coisas, o que quer que fosse. Estava completamente vazia, não é?” (participante nº 10, 27 anos, portuguesa)

A fala revela de forma clara a função do consumo de substâncias como um mecanismo de escapismo, tanto de sua realidade emocional quanto de seu estado mental de intenso sofrimento. Ao descrever que procurava estar menos presente e menos ansiosa, a participante sugere que o consumo cumpria um papel de alívio temporário e de desconexão de seus sentimentos negativos. Em contrapartida, outra participante diz ter reduzido consumos em função de sua saúde mental:

“Tenho alguns problemas de ansiedade, e já estava a se fazer pior do que bem, então tive que deixar. Estava mesmo a ser um gatilho, e não vale a pena, então deixei de fumar, de todo” (participante nº 8, 24 anos, portuguesa)

Nesse caso, o consumo de substâncias (nomeadamente canábis), que antes talvez servisse como uma forma de aliviar a ansiedade, passou a piorar sua condição emocional. Isso demonstra que para algumas pessoas, o uso de substâncias pode parecer uma solução ou um escape para sintomas de ansiedade e outros transtornos psicológicos, mas, para outras, isso pode vir a agravar esses sintomas.

Aborrecimentos pessoais, sociais, e o sentimento de estresse, ligado à vida quotidiana, se mostrou associado à visão das drogas com função de relaxamento/espairecimento:

“Se eu passar por uma situação muito estressante, vai ser muito bom eu sair e fumar canábis, justamente, porque virou esse vício de desestressar, sabe? Estressada, vou fumar alguma coisa, virou uma resposta à situação” (participante nº 3, 22 anos, brasileira)

A descrição do consumo como é sugerida, evidencia um olhar para as substâncias como uma pausa, um descansar dos aborrecimentos, a proporcionar um espaço onde podem estar sem a pressão constante de seus problemas. Essa busca por um estado de tranquilidade, ainda que temporário, aponta para o uso das drogas como uma ferramenta de regulação emocional frente ao estresse.

Também foram levados em conta os fatores de risco, que causam desmotivação para o consumo, como a ressaca e demais consequências negativas sentidas pelo consumidor durante e/ou após os consumos.

“Eu sei que isso já é uma coisa que pode ter mais sequelas e tudo. Não é uma coisa que eu queira me aventurar muito, foi só uma vez e não quero fazer de novo” (participante nº 3, 22 anos, brasileira)

A noção do risco que a substância pode trazer, contribuiu aqui para o desencorajamento de repetir a experiência. Esse tipo de reflexão demonstra uma dimensão importante na tomada de decisão sobre o uso de substâncias, onde a consciência sobre os riscos pode atuar como uma barreira significativa ao uso recorrente.

O segundo subtema, intitulado *“Contextos e facetas do consumo”*, explora as diferentes dimensões envolvidas no uso de substâncias psicoativas. Ele aborda os contextos nos quais ocorrem, bem como a intensidade e as percepções das participantes sobre seus próprios padrões de consumo. Com isso, aborda características como a frequência, quantidade, que variam de acordo com a substância e o ambiente em que é consumida.

“Tabaco que também é todos os dias. Erva também, pouco, mas continua a ser todos os dias, fumo um charro por dia. E drogas mais pesadas muito ocasionalmente, diria mais ou menos 5 a 6 vezes por ano, em ocasiões especiais” (participante nº 9, 24 anos, portuguesa)

A fala evidencia uma distinção clara entre o uso diário de substâncias tidas como mais leves (tabaco e canábis), e o consumo esporádico de drogas consideradas mais pesadas, que é restrito a “ocasiões especiais”. Essa diferenciação demonstra como o contexto e a função atribuída a cada substância pode influenciar diretamente a frequência e a intensidade do uso. A referência ao tabaco e a canábis como parte de sua rotina diária sugere que são integrados ao cotidiano. O uso diário aponta, então, para um padrão de consumo estabilizado, no qual essas substâncias desempenham uma função regular.

Outro assunto explorado neste subtema é a natureza dos contextos de uso, como as festas onde ocorrem consumos, sendo esses eventos sociais frequentemente mencionados como ambientes facilitadores do uso, e em especial àqueles específicos à comunidade *queer*:

“Eu acho que é um ambiente com menos julgamento. Porque todo mundo já tá fora da norma, sabe? E aí outras coisas que são fora da norma, ficam mais normatizadas” (participante nº 2, 24 anos, brasileira)

Essas festas são descritas pelas participantes como locais em que o consumo de substâncias, tanto lícitas quanto ilícitas, é esperado ou comum, criando uma espécie de normalização, e principalmente de uma cultura. Isso revela como os espaços LGBTQIAPN+, por serem constituídos por indivíduos que diariamente desafiam normas sociais, acabam criando um ambiente onde comportamentos que seriam estigmatizados em outros contextos, como o consumo de substâncias, se tornam mais aceitáveis e até normatizados.

“Sinto que em espaços da comunidade LGBT há muito mais uso de drogas, sinto que quando são mais homens gays, são drogas mais direcionadas para sexo, e quando são pessoas não-binárias, trans, mulheres, são drogas muito mais recreativas, muito mais de diversão” (participante nº 8, 24 anos, portuguesa)

A distinção trazida pela participante reflete não apenas as diferentes funções atribuídas às substâncias, mas também os próprios objetivos das festas e interações dentro da comunidade LGBTQIAPN+. A levar em conta o que foi dito pela participante, o consumo de substâncias por homens gays pode estar mais alinhado com o contexto sexual, enquanto para pessoas não-binárias, mulheres transsexuais e cisgênero, o uso de drogas parece estar mais ligado à socialização e ao prazer recreativo. Isso ressalta como o consumo de substâncias se ajusta às diferentes dinâmicas culturais e sociais presentes nos vários subgrupos dentro da comunidade *queer*.

Por fim, este subtema ainda agregou as noções das participantes acerca dos seus próprios padrões de consumo. As reflexões individuais sobre suas experiências e motivações expressaram um entendimento variado. Isso diz respeito a como suas práticas de consumo se relacionam com suas identidades e contextos sociais. A seguinte fala exemplifica essa introspecção:

“Houve uma altura em que questioneei se teria algum tipo de vício. Uma altura entre o COVID, comecei a sentir que poderia passar alguma coisa, porque eu bebia bastante e sem conseguir parar. Depois que eu me apercebi disso, tentei moderar” (participante nº 11, 24 anos, portuguesa)

A tentativa de moderar o consumo sugere que a participante não só reconhece a possibilidade de um vício, mas também busca uma mudança ativa em suas práticas. Acerca das noções sobre a interação de padrões de consumo e fatores emocionais, algumas participantes notaram como o momento em que se encontram pode afetar suas decisões:

“Às vezes acontece um bocado de ‘preciso mesmo de ir para aquela festa e beber e para ver se esqueço as coisas’ e arrependo-me sempre no dia a seguir, sempre! Sim, tenho consciência disso e é raro [...] Às vezes, o que acontece mais comigo é, sentir que não estou tão bem emocionalmente, ou estou com mais ansiedade naquela altura e ‘ok, vou só beber um copo ou dois’ e depois acabo por beber demais” (participante nº 8, 24 anos, portuguesa)

Ao mencionar que, em determinados momentos sente a necessidade de beber para esquecer de problemas, a entrevistada destaca um padrão de uso de substâncias como forma de lidar com emoções difíceis, como a ansiedade. A participante parece ter consciência de que o uso de álcool, em vez de proporcionar um alívio duradouro, pode trazer outros tipos de angústias após o momento de abrando, e talvez até agravar os problemas que tinha antes de consumir. Para além disso, a consciência sobre o consumo excessivo aponta para um conflito interno. Ela reconhece que seus comportamentos podem ser prejudiciais, mas, ao mesmo tempo torna a repeti-los, como referido em “arrependo-me sempre no dia a seguir”.

Discussão

Tendo o presente estudo objetivado explorar as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias, os resultados, divididos por temas e subtemas referentes à problemáticas relacionadas à bissexualidade, e aspetos do consumo, mostraram que o uso de substâncias está ligado a fatores emocionais, sociais e contextuais. O estudo demonstrou que, para muitas participantes, o uso de substâncias como álcool, cânabís e drogas sintéticas exercem funções de alívio de estresse, escapismo de problemas emocionais, e a facilitação da socialização, especialmente em espaços ligados à comunidade LGBTQIAPN+.

Quando relacionados com a Teoria do Estresse Minoritário (Meyer, 1995, 2003), os resultados apontam para o facto de que essas mulheres sofrem o estigma, a discriminação e o preconceito comumente experienciado por grupos minoritários (Feinstein & Dyar, 2017; Hatzenbuehler & Pachankis, 2016; Pantoja-Patiño, 2020). Por mais que tais fatores não tenham se mostrado diretamente ligados ao consumo de substâncias psicoativas, indicaram um estresse acrescido à vida quotidiana das participantes. A nível do estresse distal, notou-se que essas discriminações e preconceitos sentidos pelas entrevistadas exercem impacto na maneira como elas expressam a orientação sexual, e também na forma como percebem a própria segurança.

Os temas “*Atitudes sociais face à sexualidade e orientação (bi)sexual no feminino*” e “*Sexualidade e a construção identitária*” foram elementos-chave para essa reflexão. A exploração de tópicos como as experiências de discriminação, e a maneira como as participantes afirmam a orientação mediante as pressões externas, permitiu uma compreensão mais profunda dessa relação entre os fatores estressores distais e a vivência da orientação sexual.

Para além de estímulos negativos provenientes do entorno da mulher bissexual, o estudo pôde analisar os fatores referentes ao modo como ela enxerga a si própria. Os chamados fatores estressores proximais, que incluem o medo de rejeição, a internalização de preconceitos e pensamentos negativos sobre a própria identidade (Livingston et al., 2016), estão presentes em temas como “*Embate com a (in)visibilidade da bissexualidade*”, e, novamente, “*Sexualidade e a construção identitária*”. Ao abordarem a constante necessidade de validação e luta contra a invisibilidade e estigmatização da mulher bissexual, vão de encontro com o que diz a literatura (Prieto, 2023; Schulz et al., 2022; Szymanski & Kashubeck-West, 2008) e conferem ao estudo uma análise

pormenorizada da relação entre o estresse proximal e o estresse distal, que segundo Meyer (2003) sofre influência do estigma internalizado e pode vir a alterar a forma como enxerga a si própria:

The more proximal stress processes are more subjective and are therefore related to self-identity as lesbian, gay, or bisexual. Such identities vary in the social and personal meanings that are attached to them and in the subjective stress they entail. Minority identity is linked to a variety of stress processes; some LGB people, for example, may be vigilant in interactions with others (expectations of rejection), hide their identity for fear of harm (concealment), or internalize stigma (internalized homophobia) (Meyer, 2003, p. 4)

A primeira questão de investigação refere-se às principais tendências e padrões de consumo de substâncias psicoativas entre mulheres bissexuais cisgénero a residir em Portugal. Nesta análise temática, o subtema “*Contextos e facetas do consumo*”, inserido no tema “*Determinantes e as práticas de consumo*” foi particularmente relevante para dar resposta a essa questão. De acordo com os resultados, a maioria das participantes faz uso frequente de álcool, que envolve a embriaguez em contextos de lazer, como saídas a noite e festas com amigos, dentro e de fora da comunidade LGBTQIAPN+. Muitos desses consumos são retratados pelas próprias como sendo abusivos e prejudiciais à saúde a longo prazo, e ao bem-estar individual no(s) dia(s) seguinte(s). Para além do álcool, o uso de canábis também está fortemente presente, podendo ser, em determinados casos, diário. No entanto, com menos impacto percecionado pelo grupo, dada a ausência de sintomas como enjoos, fraqueza e dor de cabeça após o consumo, tal como referido na literatura (Hall, 2017).

O uso de substâncias psicoativas em contextos de socialização é também uma realidade neste grupo de mulheres bissexuais cisgénero. A natureza desses momentos de convívio mostrou influência no tipo de substância a ser consumida. Os resultados demonstram que, em ambientes festivos voltados ao público LGBTQIAPN+, é mais comum o uso de anfetaminas, alucinogénios e estimulantes como a cocaína, e fora destes, prevalece o consumo de substâncias de maior aceitação social, como álcool e tabaco. Essa diferença ratifica o facto de que membros da comunidade *queer* apresentam maior consumo de substâncias ilícitas quando comparados à população heterossexual (Boyd, 2003; Gonzalez et al. 2017; McCabe et al. 2004). Dentro desses consumos, encontrou-se

discrepâncias entre o gênero e a prevalência de certos tipos de drogas. Em ambientes LGBTQIAPN+ masculinizados, isto é, com uma quantidade expressiva de homens gays ou bissexuais, são comuns as substâncias mais voltadas ao sexo (e.g. GHB, poppers), o que já é amplamente sustentado pela literatura (McCarty-Caplaen et al., 2014; Lafortune et al., 2021), enquanto em ambientes onde esses subgrupos não fazem parte, tais substâncias também não fazem.

Em relação às substâncias ilícitas utilizadas pela maioria da amostra, há uma preferência por canábis. Quanto a frequência, esta varia conforme a participante, podendo ser diária a uma vez por semana. Mulheres bissexuais apresentam um consumo elevado de canábis quando em comparação com mulheres heterossexuais e lésbicas. Isso pode ser explicado através da correlação entre a crença na invisibilidade da identidade bissexual e o uso dessas substâncias, sugerindo que a internalização de estressores sociais pode levar a um aumento no uso de substâncias como forma de lidar com problemas de saúde mental. (Boyd et al., 2020; Ehlke et al., 2024; McCabe et al., 2004).

Com base na teoria do Estresse Minoritário, a segunda questão de investigação do estudo foi, precisamente, quais os fatores estressores que mais se associam aos padrões e tendências de consumo de substâncias do grupo. A nível de fatores estressores relacionados à busca por estados de ebbriedade na mulher bissexual cisgênero, foi possível identificar a incidência do cansaço, ansiedade e tensão proveniente de estímulos variados. No subtema “*Socialização, desinibição e alívio psicológico*” os discursos sobre as motivações por trás dos consumos não apresentam relações diretas ao estresse minoritário, mas sim ao estresse trazido por ocupações como trabalho e faculdade.

Em relação à incidência de sintomatologia depressiva e de ansiedade, acentuada nas participantes deste estudo, bem como dentro da comunidade LGBTQIAPN+ (Lothwell et al., 2020), essa faz com que a intensidade do consumo de substâncias varie bastante, de acordo com a consciência que o indivíduo tem em relação aos efeitos principais e colaterais trazidos pelas substâncias psicoativas. De acordo com subtema “*Socialização, desinibição e alívio psicológico*”, o consumo parece aumentar para algumas participantes, como uma tentativa de mitigar os sintomas dessas condições mentais, enquanto outras optam por evitar certas substâncias, a fim de reduzir o risco do agravamento desses mesmos sintomas.

Apesar de fatores estressores minoritários não terem sido percebidos pelas participantes como influentes ao consumo de substâncias, as falas analisadas nos temas “*Embate com a (in)visibilidade da bissexualidade*” e “*Atitudes sociais face à sexualidade e orientação (bi)sexual no feminino*” demonstram descontentamento face aos constructos

do contracto epistémico da exclusão bissexual (Yoshino, 2000), como a visão binária da orientação sexual, a visão estereotipada de promiscuidade, e demais assuntos ligados à hegemonia da monossexualidade (Bollas, 2023). Sendo a crença na invisibilidade da identidade bissexual correlacionada ao uso de substâncias, nomeadamente pelo potencial de internalização dos estressores proximais (Elhke et al., 2024; Meyer, 2003), não se descarta aqui qualquer relação entre o estresse e consumos, mesmo que não evidenciados pelas participantes.

Os resultados obtidos vão de encontro à literatura no que diz respeito ao estigma internalizado em mulheres bissexuais e o consumo de substâncias psicoativas (Feinstein & Dyar, 2017; Schuler & Collins, 2020; Schulz et al., 2022). Dito isso, a falta de suporte adequado, e de espaços onde suas identidades sejam plenamente reconhecidas, agrava a vulnerabilidade desse grupo, o que pode ocasionar um aumento da busca por estratégias de *coping* disfuncionais, como uma tentativa para lidar com a angústia emocional, a exclusão e o estigma.

Conclusão

Este estudo permitiu aprofundar o conhecimento sobre os fatores estressores relacionados à orientação de mulheres bissexuais cisgênero, bem como em relação ao consumo de substâncias psicoativas entre este grupo minoritário.

As evidências coletadas indicam que a experiencição de múltiplas formas de discriminação – como a invisibilidade dentro e fora da comunidade LGBTQIAPN+, e a pressão para conformidade com normas de monossexualidade e orientações heteronormativas, gera um acúmulo de estresse que pode vir a ser prejudicial para a saúde mental desse grupo de mulheres. Uma das consequências associadas poderá ser o consumo de substâncias psicoativas, entre outros mecanismos de *coping* disfuncionais.

A pesquisa contribuiu para um entendimento mais profundo das especificidades vividas por mulheres bissexuais cisgênero, destacando a necessidade de políticas públicas e intervenções voltadas para a promoção da saúde mental que levem em consideração as particularidades desse grupo. Isso poderá incluir a criação de redes de apoio mais inclusivas, bem como o combate à bifobia e à invisibilidade em diversos contextos sociais. O desenvolvimento de estratégias de prevenção ao uso de substâncias deve, portanto, ser sensível às dinâmicas únicas de estresse enfrentadas por essas mulheres, promovendo um ambiente de acolhimento e validação das suas identidades.

1. Limitações e investigações futuras

Ao interpretar os resultados do estudo, deve-se levar em consideração algumas limitações. Em primeiro lugar, a amostra utilizada é pouco heterogênea em termos de idade, habilitações literárias e origem cultural. A maioria das participantes pertencem a níveis educacionais semelhantes e possuem idades próximas, o que pode restringir a diversidade de perspectivas e experiências. Com isso, a amostra não descreve a população de mulheres bissexuais cisgênero de uma forma ampla. Uma variedade maior de contextos e vivências tornaria possível a análise de outros aspectos relevantes ao assunto.

Outro ponto importante é que as entrevistas foram conduzidas por um entrevistador homem cisgênero, o que pode ter influenciado a maneira como as

participantes responderam. Algumas delas podem ter se sentido menos à vontade para discutir temas sensíveis, dado que a identidade de gênero e experiência do entrevistador diferem da sua. Esse aspecto pode ter introduzido um viés de resposta, influenciando a profundidade ou a sinceridade das perspectivas fornecidas.

Em suma, a falta de diversidade na amostra e a presença de possíveis influências externas no processo de coleta de dados reforçam a necessidade de realizar mais estudos com metodologias mais inclusivas e/ou diversas, com amostras mais heterogêneas, a fim de capturar as complexidades das experiências das mulheres bissexuais cisgênero em relação ao consumo de substâncias, contribuindo para a criação de soluções mais eficazes e inclusivas para o bem-estar de populações minoritárias. Em especial, na maneira como lidam com estresse em sua totalidade. Caberiam estudos voltados para a análise dos sistemas de *coping* presentes nessa população, a fim de melhor explorar as estratégias utilizadas por mulheres bissexuais cisgênero. Além disso, é crucial considerar a interseccionalidade, entendendo como fatores como raça, classe social e outras identidades impactam essas vivências. Ao ampliar o foco para além dos fatores individuais, abordando também questões estruturais e sistêmicas, estudos futuros podem fornecer uma visão mais abrangente sobre o papel do consumo de substâncias e a relação com o bem-estar psicológico.

Referências

- Boyd, C. J., McCabe, S. E., & d'Arcy, H. (2003). Ecstasy use among college undergraduates: Gender, race and sexual identity. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 24(3), 209–215. [https://doi.org/10.1016/s0740-5472\(03\)00025-4](https://doi.org/10.1016/s0740-5472(03)00025-4)
- Boyd, C. J., Veliz, P. T., & McCabe, S. E. (2020). Severity of DSM-5 cannabis use disorders in a nationally representative sample of sexual minorities. *Substance Abuse*, 41(2), 191-195. <https://doi.org/10.1080/08897077.2019.1621242>
- Bollas, A. (2023). Hegemonic monosexuality. *Journal of Bisexuality*, 23(4), 441-455. <https://doi.org/10.1080/15299716.2023.2248126>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis?. *Qualitative research in psychology*, 18(3), 328-352. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238>
- Clarke, V., Braun, V., Heifield, N. (2015). Thematic Analysis. In Smith, J. (Ed.), *Qualitative Research: A practical guide to research methods* (pp. 222-248). Sage. <http://digital.casalini.it/9781529676662>
- Cochran, S. D., Mays, V. M., Alegria, M., Ortega, A. N., & Takeuchi, D. (2007). Mental health and substance use disorders among Latino and Asian American lesbian, gay, and bisexual adults. *Journal of consulting and clinical psychology*, 75(5), 785. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.75.5.785>
- Creswell, J. W. & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th Ed.). SAGE.
- de Souza, A. B., Alves, G. D., de Andrade Silveira, L., Oliveira, L. C., Lazzaretti, L. N., Battisti, S. C., & Carlesso, J. P. P. (2020). Os impactos do preconceito social e familiar na saúde mental das lésbicas, gays, bissexuais e transsexuais. *Research, Society and Development*, 9(4). <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i4.2760>

- Dyar, C., Sarno, E. L., Newcomb, M. E., & Whitton, S. W. (2020). Longitudinal associations between minority stress, internalizing symptoms, and substance use among sexual and gender minority individuals assigned female at birth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(5), 389–401. <https://doi.org/10.1037/ccp0000487>
- Ehlke, S. J., Fitzer, S. A., Stamates, A. L., & Kelley, M. L. (2024). Distal and Proximal Minority Stressors on Patterns of Tobacco and Cannabis Use Among Young Bisexual Women. *Substance Use & Addiction Journal*, 29767342231222246. <https://doi.org/10.1177/29767342231222246>
- Feinstein, B. A., & Dyar, C. (2017). Bisexuality, minority stress, and health. *Current Sexual Health Reports*, 9(1), 42–49. <https://doi.org/10.1007/s11930-017-0096-3>
- Gonzalez, C.A., Gallego, J.D., Bockting, W.O., 2017. Demographic characteristics, components of sexuality and gender, and minority stress and their associations to excessive alcohol, cannabis, and illicit (noncannabis) drug use among a large sample of transgender people in the United States. *J. Prim. Prev.* 38, 419–445. <https://doi.org/10.1007/s10935-017-0469-4>
- Hall, W. (2017). Alcohol and cannabis: Comparing their adverse health effects and regulatory regimes. *International Journal of Drug Policy*, 42, 57-62. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2016.10.021>
- Hatzenbuehler, M. L., Nolen-Hoeksema, S., & Erickson, S. J. (2008). Minority stress predictors of HIV risk behavior, substance use, and depressive symptoms: results from a prospective study of bereaved gay men. *Health Psychology*, 27(4), 455. <http://dx.doi.org/10.1037/0278-6133.27.4.455>
- Hatzenbuehler, M. L., & Pachankis, J. E. (2016). Stigma and minority stress as social determinants of health among lesbian, gay, bisexual, and transgender youth: Research evidence and clinical implications. *Pediatric Clinics*, 63(6), 985-997. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2016.07.003>
- Huynh, K. D., Murgo, M. A., & Lee, D. L. (2022). Internalized heterosexism and substance use: A meta-analysis. *The Counseling Psychologist*, 50(5), 674-707. <https://doi.org/10.1177/00110000221086910>
- Junqueira, R. D. (2007). Homofobia: limites e possibilidades de um conceito em meio a disputas. *Bagoas-Estudos gays: gêneros e sexualidades*, 1(01).

- Keuroghlian, A.S., Reisner, S.L., White, J.M., Weiss, R.D., 2015. Substance use and treatment of substance use disorders in a community sample of transgender adults. *Drug Alcohol Depend.* 152, 139–146. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2015.04.008>
- Lafortune, D., Blais, M., Miller, G., Dion, L., Lalonde, F., & Dargis, L. (2021). Psychological and interpersonal factors associated with sexualized drug use among men who have sex with men: A mixed-methods systematic review. *Archives of Sexual Behavior*, 50(2), 427- 460. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01741-8>
- Livingston, N. A., Christianson, N., & Cochran, B. N. (2016). Minority stress, psychological distress, and alcohol misuse among sexual minority young adults: A resiliency-based conditional process analysis. *Addictive Behaviors*, 63(1), 125–131. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.07.011>
- Lothwell, L. E., Libby, N., & Adelson, S. L. (2020). Mental health care for LGBT youths. *Focus*, 18(3), 268-276. <https://doi.org/10.1176/appi.focus.20200018>
- Madison, N. (2017). The Bisexual Seen: Countering Media Misrepresentation. *M/C Journal*, 20(4). <https://doi.org/10.5204/mcj.1271>
- Martell, C. R., Safren, S. A., & Prince, S. E. (2004). *Cognitive-Behavioral therapies with lesbian, gay, and bisexual clients*. The Guilford Press.
- McCabe, S. E., Boyd, C., Hughes, T. L., & d'Arcy, H. (2003). Sexual identity and substance use among undergraduate students. *Substance Abuse*, 24(2), 77–91. <https://doi.org/10.1080/08897070.309511536>
- McCabe, S. E., Hughes, T. L., & Boyd, C. J. (2004). Substance use and misuse: are bisexual women at greater risk?. *Journal of psychoactive drugs*, 36(2), 217-225. <https://doi.org/10.1080/02791072.2004.10399732>
- McCarty-Caplan, D., Jantz, I., & Swartz, J. (2014). MSM and drug use: A latent class analysis of drug use and related sexual risk behaviors. *AIDS and Behavior*, 18, 1339-1351. <https://doi.org/10.1007/s10461-013-0622-x>
- Meyer, I. H. (1995). *Minority Stress and Mental Health in Gay Men*. *Journal of Health and Social Behavior*, 36(1), <https://doi.org/10.2307/2137286>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>

- Meireles, V. H. B., & Ferrarini, N. da L. (2023). "Saídas do armário diferentes em tempos diferentes": a heteronormatividade e suas implicações subjetivas em universitários cis-gays. *Brazilian Journal of Development*, 9(1), 3636–3657. <https://doi.org/10.34117/bjdv9n1-251>
- Pantoja-Patiño, J. R. (2020). The socio-multidimensional sexual and gender minority oppression framework: A model for LGBTQ individuals experiencing oppression and substance use. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 14(3), 268-283. <https://doi.org/10.1080/15538605.2020.1790469>
- Prieto, K. (2023). Strategic Navigations of Identity in the Face of Bi-Erasure: Narratives of Bisexual College Student Identity Negotiation. *Journal of Bisexuality*, 1-27. <https://doi.org/10.1080/15299716.2023.2254282>
- Reed, E., Prado, G., Matsumoto, A., & Amaro, H. (2010). Alcohol and drug use and related consequences among gay, lesbian and bisexual college students: Role of experiencing violence, feeling safe on campus, and perceived stress. *Addictive Behaviors*, 35(2), 168–171. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2009.09.005>
- Rokach, A., & Orzeck, T. (2003). Coping with loneliness and drug use in young adults. *Social Indicators Research*, 61(3), 259-283. <https://doi.org/10.1023/A:1021977731756>
- Ruslin, R., Mashuri, S., Rasak, M. S. A., Alhabsyi, F., & Syam, H. (2022). Semi-structured Interview: A methodological reflection on the development of a qualitative research instrument in educational studies. *IOSR Journal of Research & Method in Education (IOSR-JRME)*, 12(1), 22-29. <https://www.iosrjournals.org/iosr-jrme/papers/Vol-12%20Issue-1/Ser-5/E1201052229.pdf>
- Salway, T., Ross, L.E., Fehr, C.P., Burley, J., Asadi, S., Hawkins, B., Tarasoff, L.A., 2018. Asystematic review and meta-analysis of disparities in the prevalence of suicide ideation and attempt among bisexual populations. *Arch. Sex. Behav.* <http://dx.doi.org/10.1007/s10508-018-1150-6>.
- Schuler, M. S., Rice, C. E., Evans-Polce, R. J., & Collins, R. L. (2018). Disparities in substance use behaviors and disorders among adult sexual minorities by age, gender, and sexual identity. *Drug and alcohol dependence*, 189, 139–146. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2018.05.008>
- Schuler, M. S., & Collins, R. L. (2020). Sexual minority substance use disparities: Bisexual women at elevated risk relative to other sexual minority groups. *Drug and alcohol dependence*, 206, 107755. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2019.107755>

- Schulz, C. T., Glatt, E. M., & Stamates, A. L. (2022). Risk factors associated with alcohol and drug use among bisexual women: A literature review. *Experimental and clinical psychopharmacology*, 30(5), 740. <https://doi.org/10.1037/pha0000480>
- Szymanski, D. M., & Kashubeck-West, S. (2008). Mediators of the relationship between internalized oppressions and lesbian and bisexual women's psychological distress. *The Counseling Psychologist*, 36(4), 575-594. <https://doi.org/10.1177/0011000007309490>
- Verrelli, S., White, F. A., Harvey, L. J., & Pulciani, M. R. (2019). Minority stress, social support, and the mental health of lesbian, gay, and bisexual Australians during the Australian Marriage Law Postal Survey. *Australian Psychologist*, 54(4), 336-346. <https://doi.org/10.1111/ap.12380>
- Walch, S. E., Ngamake, S. T., Bovornusvakool, W., & Walker, S. V. (2016). Discrimination, internalized homophobia, and concealment in sexual minority physical and mental health. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 3(1), 37. <https://doi.org/10.1037/sgd0000146>
- Wolford-Clevenger, C. (2021). A daily diary study of intrusive PTSD symptoms and suicidal ideation among transgender and gender diverse adults. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 13(7), 768-771. <https://doi.org/10.1037/tra0001103>
- Wittgens, C., Fischer, M. M., Buspavanich, P., Theobald, S., Schweizer, K., & Trautmann, S. (2022). Mental health in people with minority sexual orientations: A meta-analysis of population-based studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 145(4), 357-372. <https://doi.org/10.1111/acps.13405>
- Yoshino, K. (2000). *The Epistemic Contract of Bisexual Erasure*. *Stanford Law Review*, 52 (2): 353–461. <https://doi.org/10.2307/1229482>

Apêndices

Apêndice 1: Guião de Entrevista Semiestruturada

Dados Sociodemográficos	
Nome: _____	
Idade: ____	
Género: ☐ Masculino ☐ Feminino ☐ Outro:	
Nacionalidade: _____	
Tempo de residência em Portugal (em anos/meses): _____	
Habilitações Literárias: _____	
Ocupação: _____	
Estado Civil: ☐ Solteira ☐ Casada ☐ Divorciada ☐ União de Facto ☐ Viúva	
Questões	
Identidade	
1.	Como vivencia a bissexualidade na sua vida quotidiana?
2.	Com que idade é que se percebeu como bissexual?
3.	É assumida quanto à sua orientação sexual?
	(S) Quais foram os desafios ao assumir sua sexualidade?
	(N) Quais os obstáculos que encontra para assumir sua sexualidade?
Consumo de substâncias	
4.	Faz o uso de alguma droga? (cannabis, cocaína, ecstasy...)
	Sim Não
	Qual/Quais? Já alguma vez fez uso?
	Com que frequência? Qual/Quais?
	E foi sempre nessa frequência?
5.	Com que idade usou pela primeira vez?
6.	O que a levou a experimentar?
7.	O que a leva a continuar a usar? O que a levou a deixar de usar?
8.	Já usou drogas com o objetivo de desestressar?
9.	Já usou drogas para abstrair de algum episódio de discriminação?
10.	Acha que o seu consumo está de alguma forma relacionado com a sua orientação sexual?
Estressores distais	
11.	Já sofreu alguma discriminação por conta de ser bissexual?
	(S)? Como geralmente é? Pode contar-me algum episódio?
	(S) Como lida com situações assim?
12.	Na sua opinião, quais são os estereótipos e percepções erradas que as pessoas têm sobre mulheres bissexuais?
13.	Como lida com isso?
14.	Como vê a relação entre a sua identidade sexual e outras identidades LGBTQIA+?
15.	Já sofreu alguma discriminação vinda de indivíduos LGBTQIA+ acerca da sua sexualidade? Se sim, pode contar-me algum episódio?
Estressores proximais	
16.	Sente que tais discriminações geram algum impacto direto na sua saúde mental?
17.	Como entende a bissexualidade? (Pensa que é algo errado?)
18.	Já alguma vez desejou não ser bissexual?
19.	Já procurou ou pensou em procurar ajuda profissional para mudar sua orientação sexual?
20.	Já tentou não se sentir atraída por pessoas do sexo feminino?

Mulheres bissexuais cisgénero e o consumo de substâncias psicoativas

Um estudo crucial para a segurança,
saúde e bem-estar de todos.

Vives em Portugal e se identifica com o
tema? Participe desse estudo e colabore
para a visibilidade e compreensão acerca
dos principais desafios do assunto!

Apêndice 3: Formulário do Google Forms

Mulheres bissexuais cisgênero e o consumo de substâncias psicoativas

Mulheres bissexuais cisgênero são identificadas como um grupo de risco para o abuso de substâncias, e compreender os motivos por trás dessa tendência é fundamental. Entendemos que a experiência singular dessas mulheres pode ser complexa e única, exigindo uma análise aprofundada para possibilitar intervenções e políticas mais eficazes. Se você se identifica como uma mulher bissexual cisgênero, a viver em Portugal e está disposta a partilhar sua experiência, convidamos você a participar deste estudo através de uma entrevista online ou presencial, de acordo com sua disponibilidade de horários. Prezamos pelo tratamento ético das informações, assim como garantimos completo anonimato.

[Inicie sessão no Google](#) para guardar o seu progresso. [Saiba mais](#)

* Indica uma pergunta obrigatória

Informe o seu endereço de email para a contactarmos e marcarmos vossa entrevista *

A sua resposta

Enviar [Limpar formulário](#)

Apêndice 4: Carta-Convite

Carta-Convite

Mulheres bissexuais cisgênero e o consumo de substâncias psicoativas

Cara Senhora,

O meu nome é Lucas Nogueira, sou responsável do estudo “Mulheres bissexuais e o consumo de substâncias psicoativas”, desenvolvido no âmbito do projeto de investigação do Mestrado em Psicologia da Justiça e da Desviância, da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, sob orientação científica da Professora Doutora Conceição Nogueira, e sob coorientação científica da Professora Doutora Célia Soares.

Este estudo tem como principal objetivo explorar as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias, de modo a aprofundar o conhecimento científico acerca de problemáticas presentes nessa população e na sua relação com os padrões de consumo de substâncias psicoativas. A informação obtida com este estudo contribuirá, no futuro, para o aumento da visibilidade dessa população, bem como para explicitar a necessidade de atenção e apoio ao presente fenómeno.

Neste sentido, vimos por este meio convidá-la a participar neste estudo, onde a sua colaboração consiste na realização de uma entrevista com resposta a algumas questões sobre o tema acima apresentado. Será usado um sistema de codificação, o que permitirá que o estudo funcione em anonimato. As respostas serão armazenadas de forma segura, sob a responsabilidade dos investigadores e apresentadas, exclusivamente, no âmbito do projeto de investigação do Mestrado em Psicologia da Justiça e da Desviância. Uma vez apresentados os resultados, os dados originais serão destruídos.

A decisão de participar ou não no estudo é completamente voluntária. Caso aceite participar no estudo, poderá desistir a qualquer momento, sem dar qualquer justificação.

Para continuar, por favor selecione os itens abaixo:

- ☐ Declaro que li e compreendi a informação facultada na carta informativa e que pude esclarecer todas as dúvidas com os investigadores.
- ☐ Declaro que aceito participar nesta investigação, com a salvaguarda da confidencialidade e anonimato e sem prejuízo pessoal de cariz ético ou moral

Data: ____ / ____ / ____.

Investigador principal: Lucas Nogueira
E-mail: up201802704@fpce.up.pt

Apêndice 5: Carta Informativa para Participantes

Carta Informativa para Participantes

Mulheres bissexuais cisgênero e o consumo de substâncias psicoativas

Gostaríamos de convidá-la a participar neste estudo. Antes de tomar qualquer decisão, é importante que compreenda as razões pelas quais este estudo está a ser conduzido e o nível de envolvimento que lhe é pedido. Por favor, utilize o tempo que necessitar para ler a informação que se segue.

Este documento inclui duas partes: a Parte 1 apresenta-lhe informação sobre o propósito deste estudo e o nível de envolvimento que lhe será solicitado; a Parte 2 oferece-lhe informação mais detalhada sobre a forma como o estudo será conduzido.

Se algum aspeto não for claro ou se desejar mais informação, por favor não hesite em colocar-nos as suas questões. Utilize o tempo que necessitar para decidir se deseja ou não participar neste estudo.

Parte 1: Propósito da primeira fase do estudo e o nível de envolvimento que lhe é solicitado

A finalidade deste estudo é explorar as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias, de modo a aprofundar o conhecimento científico acerca de problemáticas presentes nessa população e na sua relação com os padrões de consumo de substâncias psicoativas.

Porque fui convidado(a)?

Foi convidada a participar neste estudo por ser uma mulher cisgênero que se identifica como bissexual.

A sua participação neste estudo irá ajudar-nos a explorar as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias, de modo a contribuir para o aumento da visibilidade dessa população, bem como para explicitar a necessidade de atenção e apoio ao presente fenómeno.

Tenho mesmo de participar?

A decisão de participar é sua. O estudo e os respetivos procedimentos serão descritos ao longo desta carta informativa. Terá o tempo que necessitar para a ler e colocar questões. De seguida, iremos solicitar o seu consentimento informado. É livre de desistir do estudo a qualquer momento, sem que tenha que o justificar. Para tal, basta que interrompa o entrevistador, sem necessidade de dar qualquer resposta obrigatória.

O que acontece se aceitar participar?

Se aceitar participar, será redirecionado para o formulário de consentimento informado, no qual estará disponível a seleção da opção “declaro que aceito participar”.

O que terei que fazer?

Terá de preencher um questionário sociodemográfico e de participar numa entrevista individual, onde lhe serão colocadas algumas questões com o intuito de compreender

as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgénero e o consumo de substâncias. De maneira a obter uma análise completa dos dados, a entrevista será gravada por áudio (para ser possível, posteriormente, a transcrição da mesma), com a duração de aproximadamente 45 minutos. A entrevista poderá realizar-se presencialmente ou *online*, conforme a sua preferência.

Quais são as possíveis vantagens em participar?

Não lhe podemos prometer que este estudo a ajude de alguma forma. Contudo, podemos garantir-lhe que a informação que dele retirarmos ajudar-nos-á a compreender as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgénero e o consumo de substâncias, de modo a aprofundar o conhecimento científico acerca de problemáticas presentes nessa população e na sua relação com os padrões de consumo de substâncias psicoativas. A informação obtida com este estudo contribuirá, no futuro, para o aumento da visibilidade dessa população, bem como para explicitar a necessidade de atenção e apoio ao presente fenómeno.

E se houver algum problema?

Não se antecipam inconvenientes ou efeitos secundários diretos na participação do estudo. Qualquer queixa que tenha sobre este estudo, sobre a forma como foi abordada ou qualquer dano associado será considerada. Na parte 2 deste documento, poderá encontrar mais informação sobre este aspeto.

A minha participação neste estudo será confidencial?

Sim. Serão adotados um conjunto de procedimentos de natureza ética de forma a assegurar que a sua participação será mantida em confidencialidade. Na parte 2 deste documento, poderá encontrar mais informação sobre este aspeto.

Se a informação disponibilizada na parte 1 lhe despertou interesse em participar, por favor leia a informação adicional apresentada na parte 2 antes de tomar qualquer decisão.

Parte 2: Informação sobre a forma como o estudo será conduzido

O que acontece se eu não aceitar participar no estudo?

A sua participação é totalmente voluntária e é livre de desistir do estudo a qualquer momento, sem qualquer penalização nos cuidados que lhe são prestados e nos seus direitos legais, sem que tenha que o justificar. Caso não queira aceitar ou pretenda desistir durante a realização do estudo, deverá contactar os investigadores presencialmente ou através do e-mail fornecido no final desta carta. Se desistir do estudo, não serão utilizados quaisquer dados que lhe digam respeito e os mesmos serão eliminados.

E se houver algum problema?

Se tiver alguma queixa ou dúvida sobre qualquer aspeto deste estudo, deverá contactar um membro da equipa de investigação. Nessa situação, faremos o nosso melhor para responder às suas questões. Poderá contactar-nos através dos seguintes endereços eletrónicos: up201802704@fpce.up.pt (Lucas Nogueira) ou cnogueira@fpce.up.pt (Professora Conceição Nogueira) celia.soares@ess.ips.pt (Professora Célia Soares).

Se pretende informação adicional da instituição que suporta esta investigação, ou se deseja fazer uma reclamação, poderá contactar a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, através do contacto telefónico 226 079 700, ou um membro da Comissão de Ética (CE) da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, através do endereço comissao_etica@fpce.up.pt.

A minha participação neste estudo será confidencial?

Sim. Serão adotados um conjunto de procedimentos de natureza ética de forma a assegurar que a sua participação será mantida em confidencialidade. Os seus dados sociodemográficos, clínicos e as suas respostas à entrevista serão codificados e introduzidos por mim (Lucas Nogueira) em ficheiro próprio, sem qualquer referência ao seu nome ou outros dados identificativos. Toda a documentação será armazenada no *One Drive* Académico da Universidade do Porto, protegida por chave de acesso.

O que irá acontecer às informações que der sobre mim?

Serão recolhidos dados relativos às suas características sociodemográficas e clínicas. Estes dados serão agregados e nunca serão apresentados de forma individual. Pretendem apenas caracterizar os participantes neste estudo, no seu conjunto. Todos os dados recolhidos serão codificados, garantindo desta forma o anonimato no seu armazenamento. O código que permite a identificação indireta do titular dos dados será eliminado após o fim do estudo.

O que irá acontecer com os resultados deste estudo?

Os investigadores comprometem-se a utilizar a informação recolhida somente para fins de investigação científica. Os resultados do estudo serão apresentados no âmbito da apresentação do Projeto de Investigação do Mestrado em Psicologia da Justiça e da Desviância, da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, nunca sendo os participantes identificados de forma individual. Eventualmente, os resultados poderão ser apresentados/publicados em congressos/revistas da especialidade, de forma agregada, garantindo a impossibilidade de individualizar as respostas de cada participante. Uma vez apresentados os resultados, os dados originais serão destruídos.

Muito obrigado pela atenção dispensada.

A equipa de investigação:

Lucas Nogueira - E-mail: up201802704@fpce.up.pt
Conceição Nogueira – E-mail: cnoqueira@fpce.up.pt
Célia Soares - E-mail: celia.soares@ess.ips.pt

Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação
da Universidade do Porto (FPCEUP)
Contacto: 226 079 700

Apêndice 6: Declaração de Consentimento Informado, Esclarecido e Livre

Declaração de Consentimento Informado, Esclarecido e Livre

Título do projeto: Mulheres bissexuais cisgênero e o consumo de substâncias psicoativas

Investigador Principal/Responsável do Projeto: Lucas Nogueira

Orientador Científico: Professora Doutora Conceição Nogueira

Coorientador Científico: Professora Doutora Célia Soares

No âmbito do presente estudo, enquadrado na Unidade Curricular “Dissertação”, do Mestrado em Psicologia da Justiça e da Desviância, da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP), e com a finalidade de explorar as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias, foi-me proposta a participação na primeira fase do mesmo, sendo que (assinale com X para confirmar as seguintes afirmações):

- ☐ Compreendi que a minha seleção para participar neste estudo teve por base, numa primeira fase, a minha inscrição, sendo respeitada a ordem de realização da mesma. Numa segunda fase, teve por base a presença dos critérios de elegibilidade previamente definidos.
- ☐ Foi-me explicado de forma clara o propósito do estudo e procedimentos, e todas as minhas questões foram esclarecidas de forma satisfatória. Li e compreendi a informação constante na carta informativa e todos os procedimentos do estudo.
- ☐ Compreendi que a minha participação é voluntária e que não foram identificados riscos associados à participação neste estudo. Estou consciente que irei dar a minha contribuição sobre as relações entre a bissexualidade em mulheres cisgênero e o consumo de substâncias. Estou consciente de que toda a minha informação será mantida anónima e confidencial e apenas manuseada pelos investigadores deste estudo, utilizada para fins de investigação e destruída após a sua publicação.
- ☐ Sei que tenho o direito de não participar no estudo e que sou livre para abandoná-lo em qualquer momento, sem qualquer consequência, prejuízo ou sem necessidade de justificação, apenas comunicando a decisão à responsável do estudo, presencialmente ou por e-mail.
- ☐ Fui também informado(a) quanto à ausência de quaisquer potenciais riscos, do ponto de vista social, legal e financeiro.

- ☐ Mais declaro que compreendi que toda a informação fornecida e adquirida no âmbito deste projeto será armazenada no *One Drive* Académico da Universidade do Porto, protegida por chave de acesso.
- ☐ Os dados serão utilizados apenas para fins de investigação científica, sendo que serão apresentados em formato de relatório, podendo ainda ser apresentados em congressos/revistas da especialidade ou noutras formas de divulgação.
- ☐ Aceito participar neste estudo.

Nome do participante: _____

Assinatura: _____

Nome do investigador _____

Assinatura: _____

Data: ____ / ____ / ____

Este documento inclui 2 páginas e é feito em duplicado:
uma via para o investigador e outra para a pessoa que consente.

Para entrar em contacto com o responsável do estudo ou com a sua orientadora científica, poderá fazê-lo através dos respetivos e-mails: up201802704@fpce.up.pt (Lucas Nogueira), cnogueira@fpce.up.pt (Professora Conceição Nogueira), ou celia.soares@ess.ips.pt (Professora Célia Soares).