

MESTRADO
PSICOLOGIA

EXPERIÊNCIAS LGBTQIA+ NO MEIO RURAL PORTUGUÊS

NÁDIA CARINA GOMES DE PINHO

M

2025





EXPERIÊNCIAS LGBTQIA+ NO MEIO RURAL PORTUGUÊS

Nádia Carina Gomes de Pinho

Outubro 2025

Dissertação apresentada no Mestrado em Psicologia, área de Psicologia Clínica e da Saúde, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, orientada pelo Prof. Doutor Jorge Gato (FPCEUP).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações do autor 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 autor 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 autor declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de começar por agradecer ao orientador, Prof. Doutor Jorge Gato, pela disponibilidade para me apoiar, orientar e corrigir, ao longo deste processo, tendo sido uma ajuda indispensável no desenvolvimento do meu trabalho, promovendo o meu conhecimento e o meu interesse pela área estudada.

A todos/as os/as participantes, pelo tempo e disponibilidade que ofereceram, bem como a todas as pessoas que auxiliaram na divulgação. Agradeço profundamente por me terem confiado as vossas histórias e experiências. Sem vocês, a realização deste estudo não teria sido possível.

À minha família, que me apoiou e suportou, durante todo o meu percurso académico e aos meus amigos, com quem partilhei boas memórias ao longo dos últimos anos e que me ajudaram a suportar os momentos difíceis. Aos meus colegas, obrigada por todas as dúvidas esclarecidas e pela infinita paciência.

Ao meu João, que me acompanhou ao longo dos últimos cinco anos e tornou esta experiência ainda mais memorável. Por todo o amor, companhia, paciência, ajuda e por todas as memórias que partilhamos, obrigada.

RESUMO

As pessoas LGBTQIA+ estão expostas a situações geradoras de stress que derivam de preconceito e estigma contra as suas características sexuais, orientação sexual, e expressão ou identidade de género. Estas podem ser entendidas como stress minoritário e podem resultar num impacto negativo para a saúde física e mental. Residir em zonas rurais apresenta desafios específicos acrescidos para a vida das pessoas LGBTQIA+, pois este ambiente pode ser menos favorável para minorias, aumentando a vulnerabilidade à discriminação. O presente estudo visa compreender as experiências específicas das pessoas LGBTQIA+, no meio rural português, bem como os seus desafios e fatores protetores, através da lente do Modelo do Stress Minoritário. Foi utilizada uma metodologia qualitativa com recurso a entrevistas semiestruturadas a 12 pessoas LGBTQIA+, residentes em meio rural, com idades compreendidas entre 19 e 72 anos. Da análise temática reflexiva resultaram seis temas, que ilustram as vivências dos/as participantes em vários contextos de vida: Desenvolvimento da identidade; Gestão da identidade na família; Ser LGBTQIA+ em meio rural; Contrastes entre meio rural e urbano; Experiências em meio urbano; e Desigualdades dentro do LGBTQIA+. A discussão dos temas é feita em torno de três eixos transversais relacionados com o stress minoritário, o processo de desenvolvimento da identidade LGBTQIA+ e o contraste rural-urbano. Os resultados contribuem para uma maior compreensão das vivências destas pessoas, podendo informar práticas mais ajustadas às vivências desta população e auxiliar a criação de iniciativas com o intuito de sensibilizar populações rurais para a temática LGBTQIA+.

Palavras-chave: desenvolvimento; LGBTQIA+; meio rural; stress minoritário

ABSTRACT

LGBTQIA+ people are exposed to stressful situations stemming from prejudice and stigma against their sexual characteristics, sexual orientation, and gender identity or expression. These can be understood as minority stress and can negatively impact physical and mental health. Living in rural areas presents specific challenges for LGBTQIA+ people, as this environment can be less favorable to minorities, increasing their vulnerability to discrimination. This study aims to understand the specific experiences of LGBTQIA+ people in rural Portugal, as well as their challenges and protective factors, through the lens of the Minority Stress Model. A qualitative methodology was used, involving semi-structured interviews with 12 LGBTQIA+ people living in rural areas, aged between 19 and 72. The reflective thematic analysis resulted in six themes, which illustrate the participants' experiences in various life contexts: Identity development; Identity management in the family; Being LGBTQIA+ in a rural environment; Contrasts between rural and urban environments; Experiences in urban environments; and Inequalities within LGBTQIA+. The topics are discussed around three cross-cutting axes related to minority stress, the process of LGBTQIA+ identity development, and the rural-urban contrast. The results contribute to a greater understanding of these individuals' experiences, potentially informing practices more tailored to their experiences and assisting in the creation of initiatives to raise awareness of LGBTQIA+ issues among rural populations.

Keywords: development; LGBTQIA+; rural area; minority stress

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	1
1. Stress Minoritário e saúde mental	2
2. Situação das pessoas LGBTQIA+ em Portugal	4
3. Identidades LGTQIA+ em contexto rural	5
 MÉTODO	 7
1. Design	7
2. Participantes	8
3. Procedimento de recolha de dados	8
4. Análise de dados	9
5. Reflexividade	11
 RESULTADOS	 12
1. Tema I – Desenvolvimento da identidade	12
1.1 Processo de descoberta	13
1.2 Processo de autoaceitação	13
1.3 Experiências de <i>coming out</i>	14
1.4 Resiliência e enfrentamento	14
 2. Tema II - Gestão da identidade na família	 15
2.1 Experiências negativas	15
2.2 Experiências positivas	16
 3. Tema III – Ser LGBTQIA+ no meio rural	 16
3.1 Experiências negativas	17
3.2 Experiências positivas	18
3.3 Experiências na escola	19
3.4 Gestão da identidade no trabalho	20
 4. Tema IV – Contrastes entre meio rural e urbano	 20
4.1 Representações negativas do meio urbano	21
4.2 Representações positivas do meio urbano	21

5. Tema V – Experiências em meio urbano	22
5.1 Experiências positivas	22
5.2 Experiências negativas	23
6. Tema VI – Desigualdades dentro do LGBTQIA+	24
6.1 Homens mais femininos, mais criticados do que mulheres	24
6.2 Pessoas bissexuais menos criticadas	25
6.3 Dificuldades acrescidas para pessoas trans	25
DISCUSSÃO	26
1. Entre o estigma e a aceitação	26
2. Processo de desenvolvimento	29
3. Rural vs. Urbano	31
CONCLUSÃO	33
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	34
ANEXOS	39
Anexo A - Guião de entrevista semi-estruturada	39
Anexo B – Consentimento informado	40
Anexo C - Questionário sociodemográfico	43
Anexo D – Parecer favorável da comissão de ética da FPCEUP	44

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - <i>Árvore de temas e as suas principais categorias</i>	12
Figura 2 - <i>Mapa representativo da categoria Desenvolvimento da identidade</i>	13
Figura 3 - <i>Mapa representativo da categoria Gestão da identidade na família</i>	15
Figura 4 - <i>Mapa representativo da categoria Ser LGBTQIA+ no meio rural</i>	16

Figura 5 - <i>Mapa representativo da categoria Ser LGBTQIA+ no meio rural</i> (cont.)	18
Figura 6 - <i>Mapa representativo da categoria Contraste em meio rural e urbano</i>	21
Figura 7 - <i>Mapa representativo da categoria Experiências em meio urbano</i>	24
Figura 8 - <i>Esquema global das relações entre temas</i>	26

INTRODUÇÃO

Atualmente tem-se assistido, em muitos países, a uma melhoria do clima social e reconhecimento de direitos das pessoas LGBTQIA+ (lésbicas, gays, bissexuais, trans, queer, intersexo, assexuais ou com outras identidades sexuais e/ou de género minorizadas) (Frost & Meyer, 2023). Em Portugal, tal é patente na introdução de uma cláusula de não discriminação com base na orientação sexual na Constituição Portuguesa em 2005, na lei de 2010 que permitiu o casamento entre pessoas mesmo sexo, na lei de 2016 que permitiu adoção por casais do mesmo sexo, ou na lei da autodeterminação da identidade de género (Pereira & Monteiro, 2017). Estas melhorias diminuem potencialmente os efeitos do estigma (Frost & Meyer, 2023); contudo, como observaram Frost e colaboradores (2022), parecem não ser ainda suficientes para o eliminar, nem ao stress daí decorrente.

As comunidades rurais são, frequentemente, ambientes hostis para as pessoas LGBTQIA+ (Movement Advancement Project, 2019, citado por Henriquez & Ahmad, 2021). Tal deve-se, fundamentalmente, à sua pequena dimensão, à falta de anonimato, à distância geográfica, e ao isolamento. Estes fatores resultam numa maior vulnerabilidade à discriminação.

Tal leva à ocultação da identidade sexual na zona rural, por parte desta população e à fuga para o meio urbano para poderem vivenciar a sua sexualidade (Kirkey & Forsyth, 2001). Existe também uma falta de recursos, apoio e existência de comunidades LGBTQIA+, o que pode contribuir para um aumento do isolamento, que, no caso dos/as jovens, pode aumentar a vulnerabilidade à violência e discriminação escolar (Pedro et al., 2018). Os/s estudantes LGBTQIA+ em zonas rurais, são também mais propensos/as a sofrer assédio e discriminação (Pedro et al., 2018). As pessoas LGBTQIA+ mais velhas tendem a ocultar a sua orientação sexual e identidade de género aos prestadores de serviços, ou até abster-se de recorrer a ajuda para assegurar as suas necessidades de saúde (Brotman et al., 2003), sendo que esta situação é agravada em ambientes rurais, pois o clima inibe a autoaceitação (Oswald & Culton, 2003).

O presente trabalho tem como objetivo conhecer e analisar, através da lente do modelo do stress minoritário (Meyer, 2003, 2015), as perceções de pessoas LGBTQIA+, acerca das suas vivências familiares, escolares e profissionais no meio rural português. Pretende ainda identificar os fatores de risco e de proteção vividos por esta população nesse meio. A literatura existente acerca da temática LGBTQIA+ na comunidade rural é escassa, sendo que Portugal não é exceção. Deste modo, este estudo procurou colmatar essa lacuna. Assim, visa-se

contribuir para o avanço do conhecimento científico nesta área, permitindo informar o desenvolvimento de práticas e intervenções culturalmente competentes e sensíveis com esta população, nos seus diferentes contextos de vida, auxiliando no ajuste de intervenções às suas necessidades específicas.

Com base nestes objetivos, apresenta-se inicialmente um enquadramento teórico que fundamenta os principais conceitos e revisita a literatura científica pertinente. No seguimento, detalha-se o desenho metodológico da investigação qualitativa e o processo de análise dos dados empíricos. Os resultados obtidos são ainda discutidos em articulação com a literatura, procurando responder às questões de investigação propostas. Por fim, são apresentadas as limitações do estudo, bem como suas contribuições para a prática clínica.

1. Stress Minoritário e saúde mental

As pessoas LGBTQIA+ enfrentam situações geradoras de stress que derivam de preconceito e estigma contra as suas características sexuais, orientação sexual, e expressão e/ou identidade de género (Meyer, 2003, 2015), podendo resultar num impacto negativo para a sua saúde física e mental. Meyer (2003) define stress minoritário como as experiências únicas de stress que os indivíduos LGB enfrentam na sociedade, relacionadas com a sua posição como pessoa com uma identidade sexual minoritária. O autor descreve os processos de stress minoritário como um *continuum*, desde os stressores distais aos proximais (Meyer, 2003). Os stressores distais podem ser entendidos como eventos ou condições objetivas, sendo independentes da forma como o indivíduo se percebe. Estes têm origem em pessoas ou instituições que discriminam as pessoas LGBTQIA+. Exemplos destes são a vitimização, os crimes de ódio, as microagressões, as tentativas de conversão da orientação sexual ou identidade de género, as leis discriminatórias, entre outros. Os stressores proximais são subjetivos e dependentes da percepção individual. São exemplos a ocultação da orientação sexual, a antecipação do estigma e a homofobia/transfobia internalizada. A ocultação pode ser protetora em determinados ambientes, mas também pode limitar o acesso ao suporte social e à afirmação. Ambos os tipos de stress têm impacto no bem-estar físico e psicológico dos indivíduos (Meyer, 2003).

A teoria do stress minoritário foi expandida para incluir minorias de género (Testa et al., 2015), destacando o papel da não-afirmação de género como um fator stressante para pessoas transgénero e não-binárias. Foi reconhecido o importante papel da cisnormatividade na

formação das experiências de stress, tal como o papel do *misgendering*, que inclui atos intencionais ou não intencionais de usar o nome, pronome ou linguagem de género errados para se referir a alguém (Jacobsen et al., 2024) e da invalidação de identidade, como stressores únicos para pessoas não-binárias (Frost & Meyer, 2023). Apesar da contínua ameaça do stress minoritário, as minorias sexuais e de género têm assumido as suas identidades em idades mais precoces, em comparação com gerações passadas, o que leva a que sejam expostas a este tipo de stress em idades em que se encontram mais vulneráveis aos seus efeitos negativos (Frost & Meyer, 2023).

Ainda de acordo com Meyer (2003) o estatuto minoritário não está apenas associado ao stress, mas também a recursos como a solidariedade e a coesão grupal, protegendo as minorias dos efeitos negativos que o stress minoritário tem sobre a saúde mental. Meyer (2003) refere uma distinção entre recursos pessoais e grupais. Os primeiros são aqueles que operam a nível individual, como a personalidade, e os segundos são aqueles que estão disponíveis a todos os membros da minoria. Ao lidar com o stress, as pessoas LGB utilizam mecanismos como a resiliência e a capacidade para suportar experiências stressantes (recursos pessoais) (Meyer, 2003). Além destes, fatores estruturais sociais e de grupo, como o apoio social, podem também beneficiar a saúde mental (Meyer, 2003).

Como referido, a discriminação vivida pelas pessoas LGBTQIA+ tem impactos significativos para a sua saúde mental, sendo que, segundo Meyer (2003), foi encontrada uma forte evidência de aumento dos problemas relacionados com o suicídio entre pessoas LGB, havendo um maior risco de ideação e tentativas de suicídio entre grupos LGB em idade escolar. O estudo de Lee e Kanji (2017, citado por Henriquez & Ahmad, 2021) corrobora que a comunidade LGBTQIA+ apresenta um risco mais elevado para desenvolver problemas de saúde mental, abuso de substâncias e suicídio. As minorias LGBTQIA+ enfrentam ainda maior risco de apresentar resultados e comportamentos de saúde negativos em comparação com as pessoas heterossexuais (Jackson et al., 2016). Nas áreas da saúde, as pessoas trans representam um dos grupos mais marginalizados e enfrentam mais estigmatização e discriminação no acesso aos serviços de saúde e sociais (HCC, 2019, citado por Henriquez & Ahmad, 2021). Estas disparidades de saúde são produzidas pela exposição excessiva ao stress social resultante do seu estatuto social estigmatizado (Frost & Meyer, 2023).

2. Situação das pessoas LGBTQIA+ em Portugal

Nas últimas décadas, Portugal tem feito um progresso na promoção dos direitos das pessoas LGBTQIA+ (Gato et al., 2025). No que diz respeito à orientação sexual, a homossexualidade foi descriminalizada em 1982 e em 2010 entrou em vigor a lei do casamento entre pessoas do mesmo sexo (Lei n.º 9/2010, de 31 de maio). Relativamente à família, a Lei n.º 2/2016, de 29 de fevereiro permitiu a adoção e coadoção para pessoas do mesmo sexo, alargou-se ainda o acesso a técnicas de procriação medicamente assistida a qualquer mulher, independentemente da orientação sexual (Lei n.º 17/2016, de 20 de junho). Quanto à identidade de género, entrou em vigor em 2011 a Lei n.º 7/2011, de 15 de março, que permitiu alteração do nome e menção ao sexo no assento de nascimento e a Lei n.º 38/2018, de 7 de agosto que consagrou o direito à autodeterminação de identidade e expressão de género, o que permitiu às pessoas trans o reconhecimento legal da sua identidade de género (Saleiro et al., 2022). Também através desta lei, foi consagrado o direito de manutenção das características sexuais primárias e secundárias (Saleiro et al., 2022).

Na área da educação, a Lei n.º 60/2009 de 6 de agosto, estabeleceu a aplicação da educação sexual no meio escolar. Também neste meio, em 2012, através da Lei n.º 51/2012, de 5 de setembro, consagrou-se o direito e dever dos alunos à não discriminação por motivos relacionados a orientação sexual ou identidade de género. Em 2003, no trabalho, foi assegurado pela Lei n.º 99/2003, de 27 de agosto, regulamentada pela Lei n.º 35/2004, de 29 de junho, o direito à igualdade no acesso ao emprego e no trabalho, sendo que, através da Lei n.º 28/2015, de 14 de abril, a identidade de género passou também a ser abrangida. Em 2018, relativo à área da saúde, surgiu a Lei n.º 38/2018, artigo 11º, que garantiu o acesso e disponibilização no Serviço Nacional de Saúde (SNS) dos procedimentos de afirmação de género (Saleiro et al., 2022). Atualmente, Portugal encontra-se no 11º lugar no ranking de legislação igualitária a nível europeu, sendo assim um dos países mais igualitários da Europa (ILGA Europe, 2025). Contudo, de acordo com os dados recolhidos pelo inquérito da *Fundamental Rights Agency* (2024), 37% dos/as participantes LGBTI+ portugueses/as já se sentiram discriminados/as devido às suas características sexuais, orientação sexual ou identidade de género em pelo menos uma área da sua vida. Conclui-se assim que, não obstante a evolução no panorama legal, o preconceito e a discriminação persistem.

3. Identidades LGTQIA+ em contexto rural

Segundo o relatório do *Movement Advancement Project* (MAP; 2019, citado por Henriquez & Ahmad, 2021), o ambiente social e político em áreas rurais é frequentemente menos favorável às pessoas LGTQIA+ e outras minorias, resultando numa maior vulnerabilidade à discriminação. As zonas rurais são entendidas como “todas as áreas com ligação tradicional e significativa à agricultura ou ambiente e paisagem de carácter vincadamente rural” (art. 3.º, Decreto-Lei n.º 55/2002, de 2 de Abril). Segundo Sorokin et al. (1981, citado por Santos, 2022), as zonas rurais são caracterizadas pela baixa densidade populacional, por uma comunidade mais homogénea relativamente às suas características psicossociais, por uma menor mobilidade social, existindo dificuldades na deslocação, entre outras. Neste trabalho, são entendidas como “zonas rurais” as freguesias com densidade populacional igual ou inferior a 500 habitantes por km², sendo assim, de média densidade populacional.

As dificuldades enfrentadas pelas pessoas LGTQIA+ que vivem em áreas rurais relacionam-se com um clima hostil gerado pela falta de apoio social e institucional bem como culturas ligadas à tradição, religiosidade e predominância dos papéis de género tradicionais (Wienke & Hill, 2013, citado por Santos, 2022). O estudo de Kirkey e Forsyth (2001) realizado com homens gays em Massachusetts nos Estados Unidos da América revelou que alguns participantes ocultavam a sua identidade sexual na área rural, recorrendo às áreas urbanas para vivenciar a sua sexualidade.

A deslocação das pessoas LGTQIA+ para zonas de “tolerância”, longe da zona de residência, de forma a poderem assumir e experienciar a sua sexualidade, decorre do que Halberstam (2005, citado por Santos, 2022) definiu como metronormatividade, isto é, o meio urbano como espaço privilegiado para a vivência das identidades LGTQIA+. Meneses (2000, citado por Santos, 2022) defende que os espaços de sociabilidade pública LGTQIA+ são importantes para a construção de identidade para estas minorias, apresentando-se como lugares de socialização e pertença. Assim, existe uma falta de espaços e recursos LGTQIA+ nas zonas rurais, o que conduz à procura de alternativas para a formação de relações em zonas urbanas (Gorman-Murray et al., 2012).

A falta de recursos, apoio e existência de comunidades LGTQIA+ no meio rural, pode contribuir para um aumento de sentimentos de isolamento entre as pessoas mais jovens, potencialmente aumentando a vulnerabilidade das mesmas à violência e discriminação escolar (Pedro et al., 2018). O estigma sofrido pode também interagir e afetar o *coming out*, ou seja, a

divulgação da orientação sexual e/ou identidade de género aos pares sociais e/ou comunidade (Whitehead et al., 2016). Tal parece também suceder na população estudantil (Pedro et al., 2018), sendo que os níveis crescentes de estigma estão correlacionados com níveis diminuídos de divulgação da orientação sexual e/ou identidade de género (Whitehead et al., 2016). Ainda no estrangeiro, Kramer (1995, citado por Santos, 2022) estudou o impacto da falta de existência destes espaços em zonas rurais, concluindo que indivíduos LGBTQIA+ impactados por esta problemática, podem apresentar uma maior interiorização de estereótipos negativos acerca da homossexualidade (homofobia internalizada). Henriquez e Ahmad (2021) referem que falta de anonimato é uma preocupação expressada pela população LGBTQIA+ rural, pois as comunidades são pequenas e todos se conhecem. Viver em áreas rurais significa ainda que existem menos opções de cuidados de saúde, o que pode ter um impacto particular na população LGBTQIA+, que pode estar geograficamente isolada de outros apoios comunitários e sociais (Henriquez & Ahmad, 2021).

MÉTODO

1. Design

A presente investigação adotou uma abordagem qualitativa, pois esta permite uma compreensão mais aprofundada e flexível dos significados subjetivos que as pessoas atribuem às suas experiências, e da forma como estas as percebem (Braun & Clarke, 2021). É também ancorada no paradigma pós-positivista interpretativista, reconhecendo assim a subjetividade do processo de investigação, visto que a realidade nunca pode ser totalmente apreendida, apenas aproximada (Denzin & Lincoln, 2011), bem como a existência de múltiplas realidades construídas e influenciadas por fatores históricos, sociais e culturais (William, 2024).

Objetivos

1. Conhecer a percepção de membros da comunidade LGBTQIA+, que residem ou já residiram em áreas rurais, relativamente às suas experiências de vida em diversos contextos (família, escola e trabalho).
2. Identificar processos de stress distal e proximal em membros da comunidade LGBTQIA+, que residem ou já residiram em áreas rurais.
3. Identificar os fatores protetores do bem-estar e saúde mental encontrados por membros da comunidade LGBTQIA+, que residem ou já residiram em áreas rurais.

Questões de investigação

1. Quais são as experiências vividas pela comunidade LGBTQIA+, que reside ou já residiu, em áreas rurais, em diversos contextos (família, escola e trabalho)?
2. Em que medida é que a comunidade LGBTQIA+, que reside ou já residiu, em áreas rurais vivenciou episódios de stress distal?
3. Em que medida é que a comunidade LGBTQIA+, que reside ou já residiu em áreas rurais foi afetada pelo stress proximal?
4. Quais são os fatores protetores para o seu bem-estar e saúde mental, encontrados pela comunidade LGBTQIA+, que reside ou já residiu em áreas rurais?

2. Participantes

A amostra foi constituída por 12 pessoas, com idades compreendidas entre os 19 e os 72 anos ($M= 32.1$; $DP= 16.47$), sendo que a maior parte eram homens cisgénero, gays, com o ensino secundário completo e de classe média. A caracterização demográfica pode ser observada na Tabela 1.

Tabela 1

Caracterização Sociodemográfica dos/as Participantes

Variáveis		N	%
Idade	18-34	9	75
	35-49	1	8.3
	50+	2	16.7
Identidade de género	Homem cisgénero	7	58.3
	Mulher cisgénero	3	25
	Homem transsexual	1	8.3
	Pessoa não-binária	1	8.3
Orientação sexual	Gay	6	50
	Bissexual	3	25
	Pansexual	2	16.7
	Heterossexual	1	8.3
Nível de escolaridade	Ensino secundário	6	50
	Licenciatura	2	16.7
	Mestrado	3	25
	Doutoramento	1	8.3
Nível socioeconómico	Médio baixo	5	41.7
	Médio	7	58.3

Nota. N=12

3. Procedimento de recolha de dados

A recolha dos dados realizou-se através de entrevistas online baseadas num guião semiestruturado (Anexo A), através da plataforma online “Zoom”, com recurso a gravação. Para proceder à sua realização foi necessário, anteriormente, o preenchimento do

Consentimento Informado (Anexo B) e de um Questionário Sociodemográfico (Anexo C) disponível online, através do Google Forms. Foram realizadas 12 entrevistas, sendo que, com vista à participação neste estudo, os/as participantes deviam cumprir os seguintes critérios de inclusão: terem idade igual ou superior a 18 anos, serem pessoas LGBTQIA+, residirem ou já terem residido numa zona rural em Portugal e consentirem com a realização e gravação da entrevista.

O processo de recrutamento dos/as participantes foi realizado online, através da criação de páginas nas redes sociais *Instagram* e *Facebook*, onde foram divulgadas publicações relativas ao estudo e aos critérios de inclusão, remetendo para um formulário, onde estariam presentes informações sobre o estudo, Consentimento Informado, Questionário Sociodemográfico e um local de inscrição para realização da entrevista. Foi também realizado contacto com a organização LGBT Vila Real, que auxiliou na divulgação do estudo e facilitou o acesso a grupos *WhatsApp*. O estudo beneficiou ainda de amostragem em bola de neve, facilitando o alcance de populações de difícil acesso (Bockorni & Gomes, 2021).

De forma a preservar a privacidade e confidencialidade dos participantes, inicialmente era indicado que a gravação poderia suceder sem utilização da câmara. Apesar disso, a pedido das pessoas entrevistadas, foi permitida a utilização da câmara por ambas as partes. A gravação do vídeo foi eliminada após o final de cada entrevista, ficando armazenados apenas os áudios para posterior transcrição. No início de cada entrevista, as pessoas participantes foram informadas sobre os objetivos e procedimentos da investigação e da entrevista, tendo sido assegurado espaço para o esclarecimento de dúvidas. As entrevistas tiveram a duração de cerca de 30 minutos. O estudo obteve um parecer favorável da Comissão de Ética da Faculdade de Psicologia e Ciência da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP) (Anexo D).

4. Análise de dados

As entrevistas foram analisadas recorrendo-se à Análise Temática Refletiva (ATR) proposta por Braun e Clark (2013), com o auxílio do *software MAXQDA 24*. Esta é uma abordagem interpretativa de análise de dados qualitativos, teoricamente flexível, que facilita a identificação e análise de padrões ou temas num determinado conjunto de dados (Braun & Clarke, 2021). Esta análise destaca o papel ativo da pessoa investigadora na produção de conhecimento (Braun & Clarke, 2019).

A análise guiou-se pelas seis fases propostas por Braun e Clark (2013), sendo que, os dados utilizados na mesma consistem nas transcrições integrais das entrevistas realizadas,

produzidas a partir das gravações de áudio, bem como nas reflexões sistematizadas pela investigadora ao longo do processo. Desta forma, deu-se início à primeira fase, a familiarização com os dados, através da realização das transcrições e repetida leitura, efetuadas pela investigadora. Ao longo da análise, foi mantido um diário de registo com anotações, dúvidas, possíveis categorias ou ideias, e relações aparentes, identificadas nas transcrições, que evoluíam e se modificavam ao longo do tempo, sendo discutidas em reuniões de supervisão. Este procedimento contribuiu para a reflexão crítica acerca da relevância e significados atribuídos aos dados. Numa segunda fase, foi realizada a codificação inicial, que consistiu na categorização de aspetos relevantes identificados nos excertos. Foi assim iniciada, com o auxílio do *software MAXQDA 24*, a organização dos excertos em códigos, resultando numa terceira fase, a procura pelos temas. Esta envolveu a revisão e análise dos dados codificados, de forma a agrupá-los de acordo com significados partilhados, formando assim, temas e subtemas. A quarta fase, consistiu na revisão desses potenciais temas, permitindo a formação de um mapa temático, tendo este sido revisto, refinado e reorganizado, procedendo-se à definição e nomeação de temas e subtemas, onde foram selecionadas informações relevantes com vista à construção de um mapa coerente (quinta fase). Por último foi produzido o relatório, no qual foram descritos os temas e subtemas, de forma a descrever a história contada pelos dados (Braun & Clark, 2013).

O processo de construção temática baseou-se na articulação de estratégias dedutivas e indutivas, com uma maior predominância das segundas, tendo sido realizada uma codificação informada teoricamente, fundamentada na literatura acerca da temática e, por outro lado, foram também formados temas, que surgiram a partir dos dados empíricos, baseados nas narrativas dos/as participantes (Braun & Clarke, 2013). Foi adotada uma perspetiva construcionista, valorizando tanto a recorrência das informações como os significados atribuídos, no desenvolvimento e interpretação dos códigos e temas (Byrne, 2022). De forma a robustecer a análise e a alcançar uma interpretação mais rica de significados, foi realizada uma revisão de pares (Braun & Clarke, 2022), que consistiu na análise crítica da codificação e estruturação temática por parte dos investigadores responsáveis pelo estudo, de forma a encontrar possíveis lacunas e diminuir o enviesamento.

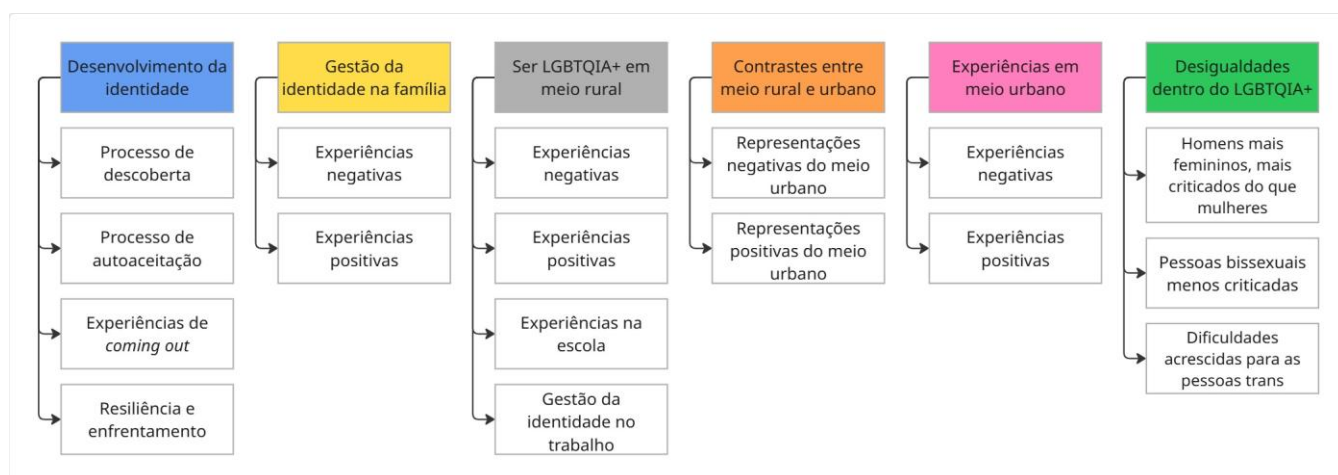
5. Reflexividade

Foram também tidas em conta as características pessoais da investigadora, a sua relação com as pessoas participantes e a forma como essas dimensões influenciaram o processo de produção de conhecimento. A investigação foi conduzida por uma mulher cisgénero, com 23 anos, pansexual, branca, portuguesa e que reside num meio rural, sem experiência prévia em pesquisa científica. No início das entrevistas, foi realizada uma comunicação de posicionalidade, que pode apresentar algumas vantagens. No presente caso, essas vantagens traduziram-se por uma maior familiaridade com o tema e contexto da população participante, podendo ter influenciado a forma como os/as participantes se sentiram confortáveis para partilhar a sua experiência. No entanto, esta posicionalidade implica alguns desafios, como a possibilidade de enviesamento. Deste modo, ao longo deste estudo, foi realizado um exercício contínuo de autorreflexividade sobre possíveis influências e enviesamentos, tendo sido assim mantida uma postura crítica, ao longo de todo o processo. Durante a totalidade da realização deste estudo, existiu o apoio, orientação, discussão e supervisão do Prof. Jorge Gato, um investigador com experiência no trabalho com esta população. A conceção do desenho metodológico, métodos de recolha de dados e a análise subsequente foram organizados de forma a respeitar os critérios de qualidade e transparência.

RESULTADOS

Os resultados apresentam seis temas principais – Desenvolvimento da identidade, Gestão da identidade na família, Ser LGBTQIA+ em meio rural, Contrastes entre meio rural e urbano, Experiências em meio urbano e Desigualdades dentro do LGBTQIA+, subdivididos em categorias (Figura 1) e subcategorias (Figuras 2, 3, 4, 5, 6, 7). Cada categoria será ilustrada pelo menos por uma citação representativa do seu significado, sendo que as citações serão identificadas da seguinte forma: nome fictício/identidade de gênero/orientação sexual/idade, sendo a identidade de gênero apresentada como M para mulheres cis, H para homens cis, NB para pessoas não binárias e T para pessoas transgênero. A orientação sexual será apresentada com G para homens gays, B para pessoas bissexuais, P para pessoas panssexuais e H para pessoas heterossexuais (e.g., Laura/M/B/24).

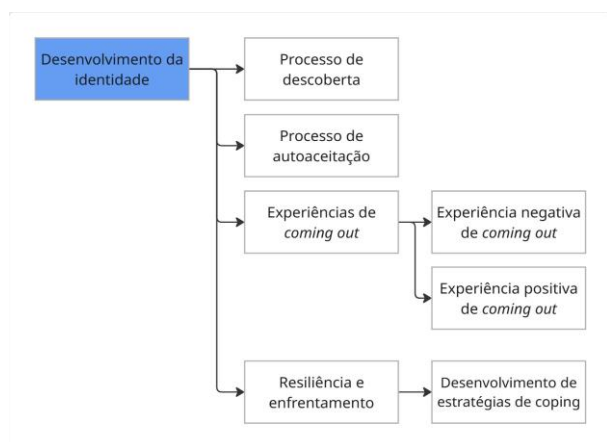
Figura 1 - *Árvore de temas e as suas principais categorias*



1. Tema I - Desenvolvimento da identidade

Este tema refere-se ao processo contínuo e dinâmico de desenvolvimento da identidade, enquanto pessoa LGBTQIA+, subdividindo-se em quatro categorias, descritas em seguida.

Figura 2 - Mapa representativo da categoria Desenvolvimento da identidade



1.1 Processo de descoberta

Esta categoria refere-se ao processo de questionamento e descoberta da orientação sexual ou identidade de género, que pode ter ocorrido na infância, pré-adolescência/adolescência ou idade adulta. Este processo ocorreu mais frequentemente em idades mais precoces. Por exemplo, Pedro (H/G/49) iniciou este questionamento na pré-adolescência, referindo que:

“A primeira, eu acho que a primeira manifestação ou a primeira vez que me apercebi de que era diferente das outras pessoas, penso que foi ao ver televisão e ao ver determinados personagens de séries ou filmes e de me sentir atraído pelas pessoas do mesmo sexo. Essa foi a primeira manifestação que eu me lembro, talvez com os meus 10 anos” (Pedro/H/G/49)

1.2 Processo de autoaceitação

Nesta categoria estão presentes relatos sobre o processo de autoaceitação da orientação sexual ou identidade de género. Este processo caracterizou-se por oscilações, incluindo experiências de internalização do preconceito.

“Inicialmente fazia-me um bocado de confusão e eu sentia-me muito mal porque não sei, eu achava que era uma coisa que, tinha aquele típico questionamento que era “Porque é que eu nasci assim? Porque é que tinha de ser assim?”. Se calhar se eu só gostasse de raparigas era mais fácil, não andavam a fazer tipo comentários... pronto, tinha muito a ideia de que era algo que estava errado comigo. Mas depois comecei a

aceitar melhor a minha sexualidade, também a conviver enquanto abertamente um rapaz gay. Isso ajudou-me também para aceitar melhor esse meu lado” (Fábio/H/G/20)

1.3 Experiências de *coming out*

Refere-se às vivências positivas ou negativas de revelação da identidade LGBTQIA+ a outras pessoas, observando-se uma predominância do *coming out* já na idade adulta. A subcategoria **Experiência negativa de *coming out*** reflete experiências de não-aceitação, por parte de terceiros, bem como experiências de *coming out* forçado ou não intencional, em que a revelação de identidade não foi realizada pelos próprios, ou foi antecipada por força de circunstâncias externas. Nas palavras de Carlota (M/B/27), “(...) *houve uma reação, uma reação muito, muito má, muito muito grave de não aceitação. Nesse mesmo dia sugeriram-me ter acompanhamento psicológico, mas digamos que aqui o objetivo seria talvez uma terapia de conversão*”. A subcategoria **Experiência positiva de *coming out*** ilustra experiências de aceitação, acolhimento e suporte por parte de família, amigos ou comunidade, sentimentos positivos individuais, e consequências positivas do *coming out*.

1.4 Resiliência e enfrentamento

Esta categoria refere-se à capacidade de enfrentar e superar as adversidades relacionadas com os desafios específicos enfrentados enquanto pessoas LGBTQIA+. Nesta encontram-se refletidas algumas experiências de superação e transformação, onde são inclusive relatadas experiências de crescimento pessoal e autoafirmação.

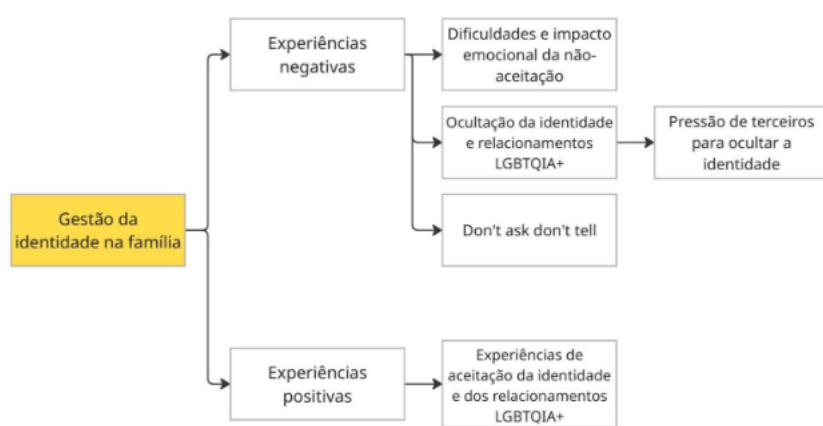
Deste modo, dá-se o **Desenvolvimento de estratégias de *coping***, utilizado pelos/as participantes para lidar com a adversidade, de forma a preservar o seu bem-estar psicológico ou físico. Este engloba estratégias adaptativas como a procura de suporte social, “(...) *houve experiências positivas com as poucas pessoas que eu conhecia, que tinham uma experiência semelhante. Houve algumas experiências positivas de partilha, de sentir que não estou sozinho, não estamos sozinhas, há mais pessoas no mundo como nós. Muito de lidar com essa... sentir-se menos isolado*” (Alex/NB/P/24), mas também estratégias como a ocultação e o evitamento, que surgem face ao enfrentamento de experiências adversas “*E eu nunca partilhei também, porque achei que não valia a pena. É tudo tão, pessoas que não estão abertas a mudança e a minha família, mesmo a família mais geral, era muito fechada, muito religiosa, muito... complicado. Por isso, nunca senti necessidade de partilhar isso porque sabia que ia ser mais drama, mais vergonha, mais luta*” (Alex/NB/P/24). Estas são frequentemente utilizadas como

um meio de proteção contra o estigma, verificando-se uma ambivalência no seu carácter adaptativo, pois, apesar da sua índole aparentemente desadaptativa, funcionam como um mecanismo de segurança.

2. Tema II - Gestão da identidade na família

Este tema descreve a forma como a identidade LGBTQIA+ foi vivida e comunicada, no seio familiar. As pessoas participantes relataram experiências positivas e negativas.

Figura 3 - Mapa representativo da categoria Gestão da identidade na família



2.1 Experiências negativas

Nesta categoria estão presentes respostas negativas por parte da família nuclear e/ou alargada, face à identidade e aos relacionamentos LGBTQIA+. A maior parte das pessoas participantes enfrentaram **Dificuldades e impacto emocional da não aceitação**, descrevendo sentimentos de isolamento, medo e invalidação, resultando por vezes em cortes de laços familiares. Nas palavras de Alex (NB/P/24) “(...) *anularem a tua identidade e tratarem-te como querem, mas quando é o teu pai, a tua mãe, é muito mais complicado, porque quando é mais próximo dói mais, muito mais*”. Engloba ainda a **Ocultação da identidade e de relacionamentos LGBTQIA+**, “(...) *a situação foi tão grave que eu reprimi, não é que eu tenha reprimido, mas eu escondi. Portanto, eu na altura já estava com essa tal minha primeira namorada e escondi essa relação durante 5 anos. E a minha orientação, portanto, escondi à minha família o segredo*” (Carlota/M/B/27), podendo existir **Pressão de terceiros para ocultar identidade**. Quando a identidade LGBTQIA+ era comunicada, ocorria frequentemente o fenómeno “**Don’t ask don’t tell**”, em que o assunto relativo à sua identidade era tornado um tabu “*Sabia-se, mas é o “Don’t ask don’t tell”, é a gente não quer saber ou não sabemos como*

é que havemos de abordar estes assuntos, portanto, o melhor é não dizer nada, pronto, é assim” (Eusébio/M/G/50).

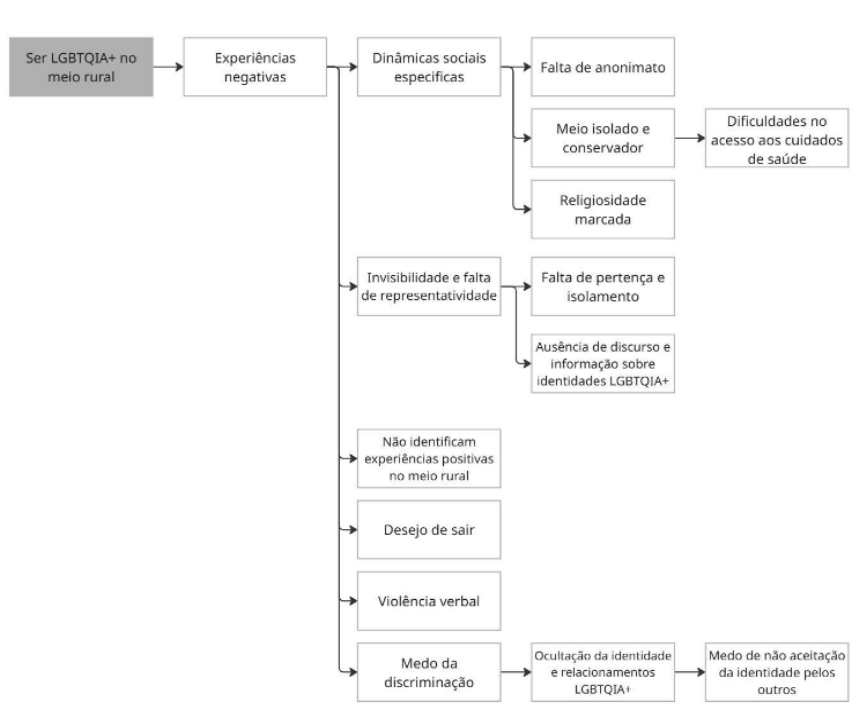
2.2 Experiências positivas

Face à comunicação da identidade, algumas e alguns participantes tiveram reações imediatas de aceitação por parte da família, enquanto outros/as enfrentaram reações iniciais de choque ou desaprovação; no entanto, ao longo do tempo, estas podiam transformar-se em apoio e aceitação. Ambas as experiências estão englobadas nas **Experiências de aceitação da identidade e dos relacionamentos LGBTQIA+**, *“Quem apoiou mais definitivamente foi a minha mãe, mas também só me comecei a abrir mais com ela há uns anos, porque, aí está, era não querer preocupá-la, na altura da escola. Ela tinha noção e sabia que eu ficava triste acerca disso e tentava-me, uhm, dizer algo, mas eu nunca falava diretamente sobre isso. Ela até hoje é o pilar da minha vida e apoia-me em tudo”* (Júlio/H/G/24).

3. Tema III – Ser LGBTQIA+ no meio rural

Este tema ilustra as experiências das pessoas participantes no meio rural, englobando experiências gerais negativas e positivas, bem como os contextos específicos da escola e do trabalho.

Figura 4 - Mapa representativo da categoria Ser LGBTQIA+ no meio rural



3.1 Experiências negativas

São apontadas como experiências negativas **Dinâmicas sociais específicas**, como: **Falta de anonimato**, “(...) o facto de nós sermos muito poucas pessoas e por isso toda a gente sabe da vida de toda a gente. Isso foi uma coisa que sempre me fez muita confusão, porque nós não podíamos fazer mesmo nada, que esse saber ia chegar aos ouvidos de toda a gente” (Fábio/H/G/20), o **Meio isolado e conservador**, sendo que para algumas pessoas trans, estas dinâmicas implicavam **Dificuldades no acesso aos cuidados de saúde**, “(...) não havia muitas opções. Todas envolviam muitos quilómetros de distância. Era Lisboa, Coimbra, o Porto, a minha médica de família encaminhou-me para Coimbra. E pronto, não é agradável ter que fazer 600 km” (Daniel/T/H/21), e ainda uma **Religiosidade marcada** “(...) tudo à minha volta indicava que o padrão a seguir era o cis-heteronormativo e que toda a questão do pecado e do isso é errado” (Vânia/M/B/23).

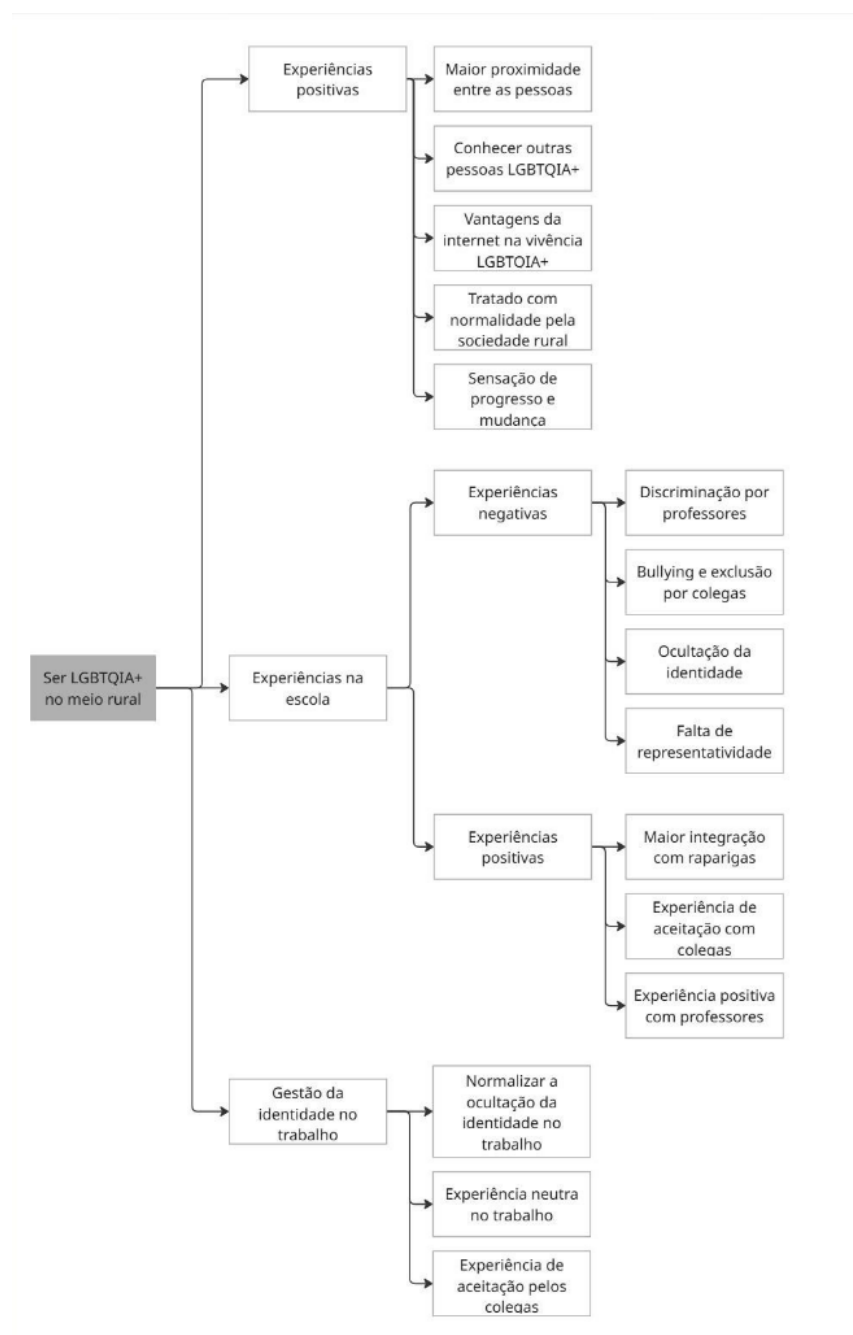
Descrevem ainda experiências negativas de **Invisibilidade e falta de representatividade**, “Simplesmente tratam como se fosses nada, muito... a sentir-me muito apagado, não existente, porque quem eu sou não é aceite por eles. Por isso, surge a ideia de identidade, de “Quem é que eu sou, se ninguém me vê como eu sou”” (Alex/NB/P/24), que incluem a **Falta de pertença e isolamento** “Eu tentava me integrar em diferentes grupos, mas eu nunca me senti verdadeiramente integrado” (Henrique/H/G/19), e **Ausência de discurso e informação sobre identidade LGBTQIA+**, “(...) mas na altura não sabia o que é que era sexualidade, não sabia o que é que era ser gay, pronto não tinha acesso a esse tipo de informação” (Fábio/H/G/20). Alguns e algumas participantes simplesmente **Não identificam experiências positivas no meio rural**. Existia também o **Desejo de sair**, com deslocações esporádicas à cidade para viver a sexualidade “(...) aprendi que quando queria viver a minha homossexualidade, não o fazia lá. Então normalmente ia de fim-de-semana para Lisboa, então aí é que fazia as saídas à noite e estava com pessoas” (Pedro/H/G/49).

Os/as participantes relataram também terem sido alvo de **Violência verbal**, envolvendo ridicularização, comentários depreciativos, julgamentos, ou piadas homofóbicas “(...) o que se falava era mais em termos de gozo. A malta utilizava muito mais a palavra gay para gozarem uns com os outros, então acabamos por associar isso a uma coisa má, inconscientemente” (Júlio/H/G/24). A subcategoria **Medo da discriminação**, agregou o receio da identidade se tornar pública ou de vir a sofrer agressões físicas e/ou psicológicas, “(...) não demonstrar afeto, porque como receávamos que à partida podíamos sofrer algum tipo de discriminação, nós tentávamos não demonstrar muito afeto em público” (Vânia/M/B/23). Este conduziu

frequentemente à **Ocultação da identidade e relacionamentos LGBTQIA+**, “(...) *ela tinha de viver numa relação às escondidas quando não precisava, não é? E basicamente, a relação só terminou porque a pessoa se cansou*” (Carlota/M/B/27), alimentada pelo **Medo de não aceitação da identidade pelos outros**.

3.2 Experiências positivas

Figura 5 - Mapa representativo da categoria Ser LGBTQIA+ no meio rural (cont.)



Foram também relatadas **Experiências positivas**, incluindo a percepção de **Maior proximidade entre as pessoas**, isto é, um maior acolhimento e sentido de comunidade e entreajuda que caracteriza o meio rural, *“Até acho que há uma certa cultura de acolhimento e de olhar para o outro, que faz com que se calhar o interior seja mais propício a não existir tanta homofobia”* (Vânia/M/B/23). Outra experiência mencionada foi **Conhecer outras pessoas LGBTQIA+**, possibilitando a partilha de experiências e um aumento da visibilidade, normalização e sentimento de pertença *“(...) acho que houve experiências positivas com as poucas pessoas que eu conhecia, que tinham uma experiência semelhante. Houve algumas experiências positivas de partilha, de sentir que não estou sozinho, não estamos sozinhas, há mais pessoas no mundo como nós. Muito de lidar com essa... sentir-se menos isolado”* (Alex/NB/P/24). Foram também descritas **Vantagens da internet na vivência LGBTQIA+**, funcionando como um meio de conexão com outras pessoas da comunidade e de informação, especialmente num meio onde o tema não era abordado, *“lá podia estar à vontade para poder ligar à Internet e começar a descobrir coisas. Coisas sobre aquilo que eu sentia e tentar encontrar pessoas e foi aí de facto, que consegui conhecer a primeira pessoa com quem estive”* (Pedro/H/G/49). Outro aspeto positivo era ser **Tratado com normalidade pela sociedade rural**, no qual havia uma reação de naturalidade e respeito, mesmo que esta não fosse imediata ao coming out. É também referida uma recente **Sensação de progresso e mudança**, devido à maior visibilidade e contacto com o tema e aos avanços na legislação, *“Atualmente são boas, sim, sim, até porque lá está, eu sinto, eu acho que não foi um processo só meu. Acho que foi um processo da sociedade num todo, não é? As conquistas do movimento LGBTQ+ são muito recentes. As leis são muito recentes”* (Vânia/M/B/23).

3.3 Experiências na escola

As pessoas participantes relataram **Experiências negativas** que incluem **Discriminação por professores/as**, por exemplo através da segregação baseada no género e da heteronormatividade, *“imagina os rapazes e raparigas jogam futebol separados porque as raparigas valem menos, e também estão lá aqueles rapazes que pronto... ou seja, uma forma de separação também com base na heterossexualidade ou homossexualidade.”* (Alberto/H/B/34). Foram também reportadas experiências de **Bullying e exclusão por colegas**, maioritariamente em contextos desportivos, mais comumente perpetuada pelos rapazes, com agressões físicas e/ou verbais *“Violência física um pouco menos, mas psicológica muita, mesmo, mesmo muito, muito, muito. Horrível, quer dizer, para mim era horrível, não é? Que*

*eu estava de cá deste lado, mas pronto, ameaças também de violência, mas eu tentava fugir disso” (Eusébio/H/G/50). Incluíram ainda a **Ocultação da identidade**, “eu sempre tentei esconder. Foi a forma que eu utilizava para lidar com a situação, foi esconder e fingir e tentar... outra vez a ideia da caixa, fingir que sou parte daquele molde, daquela ideia, da pessoa que eles querem que eu seja.” (Alex/NB/P/24) e a **Falta de representatividade**, “Mesmo a escola não sendo um espaço seguro, no sentido em que não nos mostrava que nós também éramos importantes e mesmo do ponto de vista da educação sexual, por exemplo. Nunca senti essa representatividade na escola” (Vânia/M/B/23).*

São também relatadas **Experiências positivas**, como uma **Maior integração com raparigas**, que descreve que com os rapazes era mais comum uma experiência de julgamento, uma **Experiências de aceitação com colegas**, que refere acolhimento, proteção contra episódios de discriminação e também uma **Experiência positiva com professores**, “Eu tinha a minha professora de português, eu lembro-me bastante bem, que foi quando eu comecei a entender essas coisas da minha cabeça do “Será?”, “Será que eu gosto? Será que não gosto? Será que vai ser?” e foi a primeira pessoa com quem eu falei, mesmo” (Mariana/M/P/22).

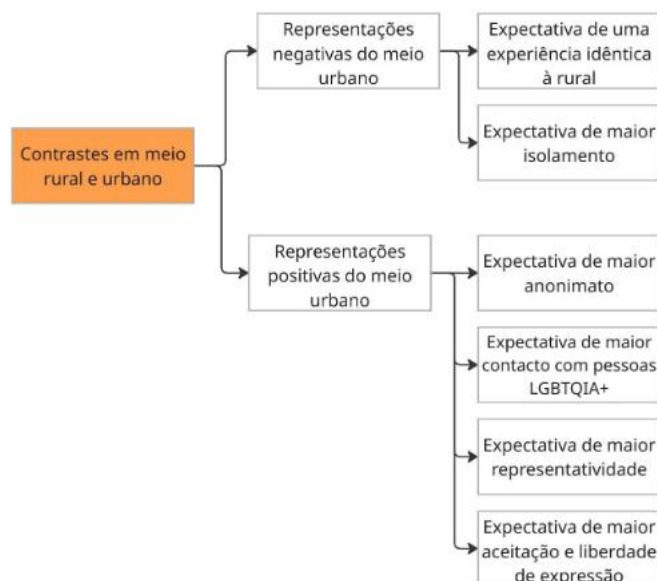
3.4 Gestão da identidade no trabalho

Nesta categoria estão agrupadas as vivências relativas ao trabalho em meio rural, como uma **Experiência de aceitação pelos colegas**, “Mesmo em relação de balneário, perguntaram-me qual era o que eu preferia e sem problema nenhum”, “Aceitaram, tentam... pedem desculpa cada vez que se enganam” (Daniel/T/H/21), onde descrevem esforços para inclusão; **Experiência neutra no trabalho**, “De abordar o tema, de precisar de algum apoio, não. Nem positivo nem negativo. É muito neutro” (Mariana/M/P/22), e experiências negativas de **Normalizar a ocultação da identidade no trabalho**, com normalização da separação total entre a vida privada e o trabalho “trabalha há 18 anos no mesmo sítio, não é anormal, não lhe conhecem ninguém, não o vêem com ninguém, não o vêem falar da sua vida íntima. Eu não levo a minha vida íntima para o trabalho” (Eusébio/H/G/50).

4. Tema IV – Contrastes entre meio rural e urbano

Este tema refere-se às representações e expectativas que os indivíduos têm/tinham, enquanto residentes do meio rural, relativamente ao meio urbano. O tema reflete as diferenças esperadas por estas pessoas, caso tivessem crescido ou mudado para um meio urbano, no que diz respeito à vivência da sua identidade LGBTQIA+.

Figura 6 - Mapa representativo da categoria Contraste em meio rural e urbano



4.1 Representações negativas do meio urbano

Nesta categoria estão incluídas representações como a **Expectativa de uma experiência idêntica à rural**, antecipando que determinadas dificuldades vivenciadas ao longo do seu crescimento não teriam sido diferentes, caso tivessem ocorrido num meio urbano, “(...) *eu acho que a questão da discriminação estaria, estaria presente em qualquer um dos sítios. Eu não posso dizer que tenha sofrido particularmente mais discriminação por estar no interior [...]. Não, não acredito que se eu estivesse em Lisboa e no Porto iria sofrer menos discriminação*” (Vânia/M/B/23). É ainda referida a **Expectativa de maior isolamento no meio urbano**, “*Eu acho que se tivesse crescido numa cidade, seria uma pessoa mais isolada*” (Mariana/M/P/22), que é atribuída à ideia de que o senso de comunidade urbano é menor, comparativamente ao rural.

4.2 Representações positivas do meio urbano

É referido pelas pessoas participantes a **Expectativa de maior anonimato**, no meio urbano, bem como alguns dos seus benefícios, como a possibilidade de explorar a identidade de forma segura, atribuída à maior heterogeneidade e dimensão da comunidade, contrastando com o meio rural, “*Talvez não fosse tanto... tão falado como é aqui. Se calhar não passaria na rua e ficaria as três pessoas de trás a falarem sobre mim*” (Daniel/T/H/21). Existe ainda a **Expectativa de maior contacto com pessoas LGBTQIA+**, no meio urbano, “*(...) se eu tivesse*

crescido em Lisboa, teria também sido mais fácil, se calhar, conectar-me a pessoas no meu meio, mesmo no sentido de amizades, conhecer mais pessoas LGBT e pronto, partilhar mais este tipo de experiências, porque lá na ilha não sentia que tinha isso” (Fábio/H/G/20); esta expectativa relaciona-se com a antecipação de mais espaços para a comunidade LGBTQIA+, bem como uma **Expectativa de maior representatividade**:

“(...) provavelmente teria tido algum contacto mais cedo com outras pessoas como eu ou, sei lá, o simples facto de estar na rua e poder ver 2 rapazes de mão dada, ou 2 raparigas de mãe dada, ou uma troca de afetos, ou uma mulher trans, uh Drag Queen, sei lá, esse tipo de coisas é algo que se eu tivesse tido desde miúda, provavelmente não teria, mesmo que a minha casa, não é, e a minha família, não fosse o espaço mais acolhedor de sempre, podia ter tido mais contacto com essa representatividade” (Vânia/M/B/23)

As pessoas participantes têm ainda presente a **Expectativa de maior aceitação e liberdade de expressão**, no meio urbano, tendo a representação do meio urbano como um lugar onde haveria menos discriminação, *“(...) acho que as bocas e a parte de gozarem só com o fato de ser gay, teria sido menor, porque nas cidades isso já é uma coisa muito mais comum e às vezes até as pessoas, não sei, é a impressão que tenho quando vou a Lisboa ou ao Porto, é que ignoram simplesmente”* (Júlio/H/G/24).

5. Tema V - Experiências em meio urbano

Vários/as participantes, em determinada altura da sua vida, mudaram-se para um meio urbano por diversos motivos, incluindo a procura de um ambiente mais propício para experienciarem livremente a sua identidade. Assim, este tema refere-se às experiências vividas depois da mudança para a cidade ou durante épocas em que residiram temporariamente em meio urbano, como para estudar ou trabalhar.

5.1 Experiências negativas

Algumas pessoas relataram episódios de **Discriminação no meio urbano**, *“(...) em Lisboa, namorei com uma pessoa trans de homem para mulher, que estava no processo de transição, digamos que, as outras pessoas viam que era uma pessoa trans. Foi quando teve mais olhares, mais críticas, mais desprezo, foi em Lisboa”* (Mariana/M/P/22), sendo que, em

alguns casos, esta foi considerada mais acentuada do que no meio rural. Existiu ainda uma vivência efetiva de uma **Experiência idêntica à rural**.

5.2 Experiências positivas

Após a mudança para a cidade, maior parte das pessoas participantes relatou **Experiências positivas na escola/universidade e no trabalho**,

“Foi muito bom, porque logo desde o início, sentir que as pessoas vêem-me como eu sou, ver pessoas que entendem a experiência, que entendem o que é que... o isolamento da família. Sentir essa ideia que temos de encontrar companhia e conforto e muito, não sei o termo... ah, encontrar apreciação na diferença, porque é muito bom, foi muito bom ver que é possível, ver tantas pessoas felizes a serem como são” (Alex/NB/P/24).

Foi também relatada uma **Maior facilidade em conhecer pessoas**, *“(...) senti que era muito mais fácil conhecer pessoas, porque é o meio maior, ou seja, há mais pessoas e há pessoas diferentes, pessoas que pensam de maneira diferente” (Fábio/H/G/20)*, atribuída à maior densidade populacional. Esta foi impulsionada pela existência de **Mais espaços para a comunidade**, *“(...) ir a uma discoteca gay, por exemplo, a primeira vez que eu vim, finalmente senti que estava num sítio em que as pessoas não me iam julgar pela minha sexualidade” (Fábio/H/G/20).*

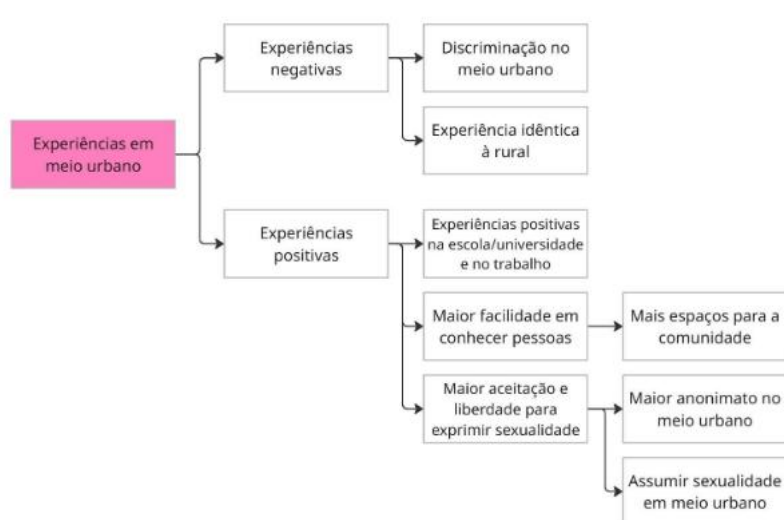
Relatam ainda uma **Maior aceitação e liberdade para exprimir sexualidade**, descrevem este meio como um lugar onde lhes seria permitido expressar livremente a sua identidade, seja a nível estético como de demonstrações públicas de afeto, ou simplesmente pela não necessidade de ocultação.

“Como eu tinha estado em Lisboa, já era uma altura, eu já não ligava tanto à aparência, já não queria tanto parecer hétero ou já estava mais pronto, já tinha um estilo mais próprio. Já gostava de me vestir mais de uma maneira, como eu me identificava mesmo. Já não tinha tanto aquela questão de “ai, não posso vestir isto porque vou parecer gay”” (Fábio/H/G/20).

Este tem como subcategorias o **Maior anonimato no meio urbano**, que representa a vivência numa zona com uma maior densidade populacional, *“(...) há muito mais gente, são pessoas que*

*não se conhecem, muitas delas cruzam-se uma vez e nunca mais se cruzam na vida. Acho que sim, acho que é muito mais fácil de as pessoas serem elas próprias” (Pedro/H/G/49), e o **Assumir a sexualidade em meio urbano**, que representa a experiência de *coming out*, após a mudança para a cidade, “quando vim trabalhar para o Porto. Aí [inaudível] é que foi mesmo muito frontal e eu assumi mesmo a minha realidade homossexual” (Hugo/H/G/72).*

Figura 7 - Mapa representativo da categoria Experiências em meio urbano



6. Tema VI – Desigualdades dentro do LGBTQIA+

Este tema refere-se aos distintos desafios enfrentados pelas diferentes identidades LGBTQIA+, destacando-se os homens, as pessoas bissexuais e as pessoas trans.

6.1 Homens mais femininos, mais criticados do que mulheres

Esta subcategoria refere-se às diferenças na discriminação em função do género, sendo que, de acordo com algumas e alguns participantes, homens com uma expressão de género tipicamente mais associada a estereótipos femininos, sofreram mais discriminação, “*Eu sei que é muito mais fácil ser mulher e tenho vários amigos LGBT, que foi muito mais difícil por ser um meio rural, por ser um meio que temos que ser fortes. Então quando vem aquele estereótipo do homem LGBT mais feminino, mais delicado, já é muito mais criticado do que uma mulher*” (Mariana/M/P/22).

6.2 Pessoas bissexuais menos criticadas

Esta subcategoria ilustra uma desigualdade a nível da discriminação, através da ideia de que, as pessoas bissexuais sofrerão menos julgamento, em comparação com outras identidades LGBTQIA+, pois, aos olhos da sociedade, poderão ser reconhecidas como estando, de certo modo, dentro dos padrões da heteronormatividade:

“Na altura assumi-me como bissexual. Eu sabia que não era bissexual, mas na minha cabeça era uma espécie de transição [...] era dizer aos meus amigos que era bissexual, para eles ficarem com a ideia de que gosto de rapazes, mas também gosto de raparigas. Ou seja, não é assim tão grave” (Fábio/H/G/20)

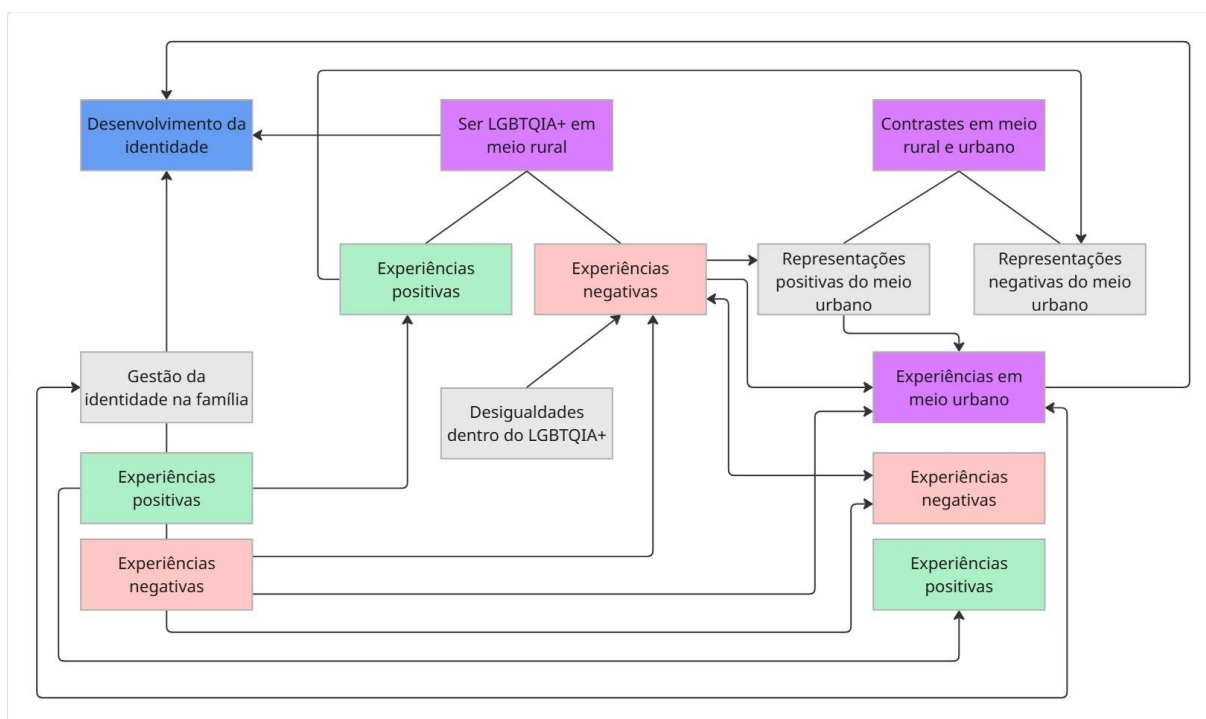
6.3 Dificuldades acrescidas para as pessoas trans

Nesta subcategoria estão descritas algumas das barreiras adicionais, vividas por pessoas trans, como experiências de discriminação e dificuldades acrescidas, inclusive a nível de acesso aos cuidados de saúde, *“À primeira consulta, tive quase 2 anos em lista de espera”* (Daniel/T/H/21). As pessoas transgénero têm ainda determinadas especificidades que as colocam numa posição de maior vulnerabilidade face à discriminação, *“(...) a partir do momento que a pessoa começa a fazer transição e começa-se a apresentar com o género que se identifica, já vai estar automaticamente exposta ao preconceito”* (Fábio/H/G/20), como podem sofrer discriminação dentro da própria comunidade LGBTQIA+, sendo menos aceites em comparação com outras identidades, *“(...) dentro da comunidade LGBT, há muitas pessoas que sentem que têm de se defender de ti, por ser uma pessoa não cis, que há algumas pessoas que não aceitam essas identidades, mesmo sendo LGBT... que tentam impedir e isolar pessoas dessas identidades, como não válidas”* (Alex/NB/P/24).

DISCUSSÃO

A presente discussão procura interpretar os resultados obtidos, articulando-os com a literatura existente e procurando responder às questões de investigação. A análise das entrevistas realizadas permitiu identificar três eixos temáticos principais, que refletem as experiências vivenciadas pelas pessoas participantes: Entre o estigma e a aceitação; Processo de desenvolvimento; e Rural vs. Urbano.

Figura 8 – Esquema global das relações entre temas



1. Entre o estigma e a aceitação

Foi identificada, nas narrativas dos/as participantes, a presença de vários relatos de estigma e discriminação, englobados dentro das categorias “Experiências negativas”. Estas são comuns a diversos contextos de vida, como família, escola, trabalho, vivência na sociedade rural e urbana. As experiências de discriminação descritas, podem ser interpretadas à luz do modelo do stress minoritário (Meyer, 2003, 2015), que descreve processos de stress distal como sendo condições objetivas que podem ter origem em pessoas e instituições e processos de stress proximal como subjetivos e dependentes da percepção individual.

Na família, verificaram-se processos de stress distal que surgiram da não aceitação da identidade, como tentativas de conversão e cortes relacionais; e processos de stress proximal como a ocultação, resultante do medo da rejeição ou discriminação (Meyer, 2003). A discriminação vivenciada no seio familiar potencia o mal-estar na adolescência, podendo prolongar-se pelo início da idade adulta (Freitas et al., 2016; McConnell et al., 2016, citados por Saleiro et al., 2022). Nesta medida, jovens podem mostrar relutância em revelar a identidade LGBTQIA+ à família, com receio de reações negativas (Rosario et al., 2009; Russel & Fish, 2019, citados por Saleiro et al., 2022).

Foram também verificados processos de stress distal no contexto escolar, como a discriminação por parte de professores, nomeadamente na segregação por género e orientação sexual, na sensação de falta de representatividade na escola, assim como no teor cisnormativo da educação sexual, e no *bullying* realizado por colegas, podendo este ser através de piadas, agressões físicas e/ou psicológicas e exclusão. De facto, os/as estudantes LGBTQIA+ em zonas rurais, são mais propensos/as a sofrer assédio e discriminação (Pedro et al., 2018). Foram também identificados processos de stress proximal como a ocultação da identidade, maioritariamente devida ao medo de sofrer estigma em meio escolar. Estes dados estão de acordo com estudos realizados em Portugal que indicam a persistência de um clima escolar negativo para jovens LGBTQIA+ (Fernandes et al., 2021; Fernandes et al., 2023; Fernandes et al., 2024; Gato et al., 2020; Sousa & Gato, 2024). No contexto de trabalho não foram descritos episódios de stress distal, mas foram reportadas instâncias de stress proximal, através da ocultação, que foi normalizada pelos/as participantes, mantendo-se ao longo do desenvolvimento e também noutros contextos. Segundo o projeto ADIM - Avançar na gestão da diversidade LGBT nos setores público e privado (2019), as pessoas LGBTI veem reduzida a sua orientação sexual e/ou identidade de género à esfera do privado, escondendo as suas relações afetivas e familiares dos que trabalham na empresa ou instituição. Ainda de acordo com Pachankis e Branstrom (2018), em países com elevado estigma, a ocultação poderá desempenhar um papel protetor, i.e., as pessoas que não revelam a sua orientação sexual apresentam maior bem-estar.

Episódios de stress distal no meio rural incluíram ridicularização, críticas e julgamento contra os/as participantes e suas famílias, a invisibilidade e falta de representatividade, nos media, cultura e sociedade, como na invalidação de identidade, e através das dificuldades no acesso aos cuidados de saúde que afetam de forma mais agravada, as pessoas trans. Quanto ao

stress proximal, verificou-se a existência do medo da discriminação e da não aceitação, o que levou à ocultação da identidade e dos relacionamentos. O ambiente social e político nas áreas rurais é menos favorável às pessoas LGBTQIA+, resultando numa maior vulnerabilidade à discriminação e levando frequentemente à ocultação da identidade em contexto rural (Kirkey & Forsyth, 2001). A nível individual também se verificou a interiorização do estigma, dando origem a homofobia internalizada, sendo esta um processo de stress proximal (Meyer, 2003, 2015). Como salientou Kramer (1995, citado por Santos, 2022), a falta de espaços LGBTQIA+ em zonas rurais, pode impactar indivíduos LGBTQIA+, resultando numa maior interiorização de estereótipos negativos acerca da homossexualidade.

Já no contexto urbano, são descritas experiências de stress distal através da discriminação direta, como na realização de piadas e comentários depreciativos, não sendo mencionadas experiências de stress proximal.

As experiências negativas no contexto familiar em meio rural podem estar relacionadas com a procura do meio urbano, por parte dos/as participantes. Não obstante, as experiências de stress parecem acontecer em ambos os meios. Nesta medida, apesar dos avanços sociais e legais que sugerem afirmação e aceitação, as pessoas LGBTQ+ continuam a sofrer discriminação mesmo em meios potencialmente mais aceitantes (Frost et al., 2022).

Ainda relacionado com as experiências negativas em meio rural, estão as desigualdades dentro do LGBTQIA+. Segundo o Modelo do stress minoritário interseccional temporal (Rivas-Koehl et al., 2023), uma perspetiva interseccional é importante, pois a identidade social de uma pessoa não existe de forma isolada, mas sim em interação e influência mútua com uma sociedade hegemónica que oprime determinadas identidades e concede poder e privilégio a outras de maior dominância. Deste modo, podem verificar-se desigualdades dentro do LGBTQIA+, pois, por exemplo, um homem gay cisgénero e branco será considerado como tendo mais privilégio dentro da comunidade do que outros indivíduos queer (Rivas-Koehl et al., 2023). Neste estudo, os participantes relatam experiências de stress desiguais para diferentes identidades, nomeadamente para os homens, pessoas bissexuais e pessoas trans.

Foram descritas várias experiências de suporte social, uso de recursos pessoais e aceitação em diversos contextos, identificadas como “Experiências positivas”. À luz do Modelo de stress minoritário (Meyer, 2003, 2015), estas podem ser descritas como fatores protetores, protegendo o indivíduo dos efeitos que o stress minoritário tem sobre a sua saúde mental. A um nível individual, são descritos recursos pessoais como a resiliência e enfrentamento, tendo os/as

participantes usufruído também de fatores estruturais e grupais como o suporte social da família, amigos e através do contacto com outros membros da comunidade LGBTQIA+.

No contexto familiar, escolar e de trabalho são descritas experiências positivas de aceitação e suporte social. Estas também se verificam no meio rural, através do contacto com a comunidade e da proximidade entre sociedade rural, destacando-se o acesso à internet como fator protetor. Este é utilizado como fonte de suporte social, através do contacto com terceiros, ou como fonte de informação, sendo assim um fator de destaque, pois permite colmatar um dos maiores desafios da vivência rural – a falta de informação. Segundo Hillier e Harrison (2007), muitos jovens LGBT realizam o *coming out* pela primeira vez online e relatam aprender sobre comportamentos sexuais, criar amizades com outros LGBT e explorar a atração pelo mesmo sexo de forma online. No meio urbano, destacam-se as experiências de aceitação, sendo que, apesar de existir suporte social, este difere daquele que é encontrado no meio rural, pois neste existem mais espaços para a comunidade LGBTQIA+, bem como uma comunidade mais alargada. Meneses (2000, citado por Santos, 2022) refere-se a estes espaços como locais de identificação, sociabilização, experimentação sexual e de criação de uma rede de conhecimentos e relações de amizade, essenciais para a vivência gay. Experiências positivas na gestão da identidade na família, influenciam positivamente tanto as experiências vivências no rural como no urbano, pois permitem uma expressão mais livre da identidade e uma rede de suporte social constante.

Este eixo responde às questões de investigação 2, 3 e 4, pois, tal como previsto por Meyer (2003, 2015), as experiências negativas corresponderam aos fatores de stress distais e proximais e as experiências positivas a fatores de proteção individuais e grupais.

2. Processo de desenvolvimento

Durante as entrevistas, foi visível o processo de desenvolvimento da identidade LGBTQIA+, não previsto previamente pelas questões de investigação. Deste modo, o modelo de stress minoritário não se mostrou suficiente para compreender a totalidade das vivências descritas pelos/as participantes. Alguns autores/as conceptualizaram este processo desenvolvimental através de um conjunto de estádios. Segundo Cass (1996, citado por Fernandes & Leal, 2024), o desenvolvimento da identidade passa por vários estágios.

O pré-estágio, ocorre quando a pessoa é vista por si própria e pelos outros como heterossexual e no estágio um inicia-se a compreensão das diferenças entre o próprio

comportamento e o das pessoas heterossexuais, iniciando assim um questionamento acerca da identidade. Estes foram verificados nas experiências descritas pelos participantes em Processos de descoberta, que relatam terem começado a questionar a sua identidade em diferentes fases da vida, como infância, adolescência e idade adulta. No entanto, alguns relatos descrevem que sempre existiu consciência destas diferenças, não reconhecendo ter existido uma visão heteronormativa de si próprios.

O estágio dois é marcado pelo reconhecimento da possibilidade de identificação com uma identidade LGBTQIA+, no entanto, esta ainda é negada e no estágio três inicia-se a identificação efetiva com essa identidade, sendo que neste, o contacto com pares LGBTQIA+ diminui os sentimentos de alienação e aumenta a autoestima. O estágio quatro ocorre quando a identidade é aceite como positiva e geralmente o contacto com pares da comunidade torna-se mais frequente. Estes estágios estão refletidos na categoria de Processo de autoaceitação, onde inicialmente pode haver sentimentos de negação face à identidade, seguidos por identificação, mas mantendo por vezes sentimentos negativos e estigma internalizado, transformando-se mais tarde em sentimentos de autoaceitação (Cass, 1996, citado por Fernandes & Leal, 2024). O contacto com a comunidade LGBTQIA+ auxiliou este processo, sendo descritos sentimentos positivos de acolhimento, aceitação, pertença, diminuição do isolamento e auxiliou a obtenção de informação sobre o tema, que é escassa em meio rural. Quando é realizada a mudança para o meio urbano e o contacto com os pares aumenta, são geralmente descritos sentimentos positivos e diminuição do estigma internalizado. Verificou-se que as atitudes dos pais são fulcrais no desenvolvimento da identidade dos/as jovens LGBTQIA+, afetando o processo de desenvolvimento da sua identidade, o seu *coming out* e a sua perceção de segurança (Kosciw et al., 2015). Quando não existia aceitação familiar, ou esta era antecipada, o processo de *coming out* era atrasado e seletivo e surgiam também obstáculos à autoaceitação.

De acordo com Cass (1996, citado por Fernandes & Leal, 2024), no penúltimo estágio é desenvolvido um sentimento de orgulho e pertença face à comunidade. Embora algumas e alguns dos/as participantes tenham descrito o seu envolvimento em organizações e iniciativas LGBTQIA+, tal não foi observado em todos/as. Para Cass (1996, citado por Fernandes & Leal, 2024), o desenvolvimento da identidade culmina com a integração da identidade sexual na identidade pessoal e social. Verificou-se que no meio rural, para a maioria dos/as participantes, a revelação da identidade mantinha-se seletiva, permanecendo receios de discriminação, o mesmo se verificava para algumas pessoas que transitaram para meio urbano, mantendo a

ocultação da identidade quando visitavam o meio rural ou com determinados grupos como a família alargada e no trabalho.

Deste modo, podemos verificar que o processo de desenvolvimento da identidade não é igual para todos os/as participantes, podendo ser afetado por vários fatores, como o contacto com a comunidade, aceitação familiar e processos de stress minoritário, que sendo mais acentuados no meio rural, não deixam de estar presentes no urbano.

3. Rural vs. Urbano

Na análise surgiu uma divisão clara entre aquilo que foi a vivência no meio rural e posteriormente, no meio urbano. A determinada altura da sua vida, a maioria dos/as participantes procurou o meio urbano como zona de residência escapando às características do meio rural condicionantes do desenvolvimento das identidades LGBTQIA+ (Henriquez & Ahmad, 2021; Kirkey & Forsyth, 2001).

A religiosidade marcada e os valores conservadores foram apresentados pelos participantes como dificuldades, acentuando o medo do estigma e rejeição e por vezes interferindo com o *coming out* (Kosciw et al., 2009; Wienke & Hill, 2013, citado por Santos, 2022). A cisnormatividade foi também descrita como um desafio, relacionando-se com sentimentos de invisibilidade, falta de pertença e invalidação da identidade. Conforme indicado na literatura (Henriquez & Ahmad, 2021), o isolamento geográfico impacta o acesso aos cuidados de saúde, sendo um obstáculo de destaque para as pessoas trans.

Quando era realizada uma mudança para o meio urbano, descrevem uma experiência geralmente positiva. Lee e Quam (2013) verificaram diferenças entre os LGBTQIA+ mais velhos no meio urbano e rural, encontrando diferenças nos níveis de *coming out*, sendo estes mais baixos na população rural, que é mais cautelosa com a revelação da identidade. Verificamos que o *coming out* era maioritariamente realizado na idade adulta, sendo que vários/as participantes o fizeram após a mudança para o meio urbano, isto verificou-se com ambos os participantes mais velhos.

Verificou-se a existência de uma representação do espaço urbano como sendo um local onde existiria maior anonimato, relacionando-se com a expectativa de uma maior liberdade de expressão. A larga maioria dos/as participantes apresentava um desejo de sair do meio rural, recorrendo esporadicamente a fugas para frequentar espaços LGBTQIA+ e conhecer pessoas. Os espaços LGBTQIA+ existentes em meio urbano podem efetivamente funcionar como

lugares de socialização, auxiliando a construção de identidade e aumentando sentimentos de pertença (Meneses, 2000, citado por Santos, 2022).

Contrariamente ao esperado, foram relatadas algumas expectativas de maior isolamento no meio urbano, associadas com a falta de união comunitária, muito presente no rural. Simultaneamente, verificou-se que quando existia um contacto com pessoas da comunidade LGBTQIA+ em meio rural, eram descritos sentimentos de pertença. Nesta medida, nem todas as pessoas consideraram o meio urbano como uma “tábua de salvação”.

Em síntese, o trabalho contribuiu para o conhecimento das experiências vividas pela comunidade LGBTQIA+, que reside ou já residiu, em áreas rurais, em diversos contextos de vida. Deste modo, todos os eixos de discussão se apresentam como resposta à questão de investigação 1.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos neste estudo podem contribuir para alargar e enriquecer a literatura disponível sobre as pessoas LGBTQIA+ residentes no meio rural português, pois esta ainda é escassa. Pode ainda oferecer contributos para a prática clínica, e para a formulação de intervenções mais informadas relativamente às necessidades desta população, fornecendo uma lente daquilo que são as suas dificuldades específicas e permitindo uma intervenção que tenha em atenção as especificidades do contexto rural. Pode ainda auxiliar a criação de campanhas e iniciativas com o intuito de sensibilizar as populações rurais portuguesas para a temática LGBTQIA+.

Apesar dos seus contributos, este apresenta um conjunto de limitações. Embora este estudo procure refletir o maior número de identidades possível, a amostra é maioritariamente composta por homens cis ($n=7$) e não apresenta quaisquer participantes com uma orientação sexual lésbica. Não foi ainda possível obter uma amostra que nos permita tirar conclusões relativas à idade, sendo esta constituída por apenas dois participantes com 50 ou mais anos. Assim, seria relevante a realização de estudos futuros que permitissem uma visão mais clara das diferenças geracionais, pois, segundo Choi e Meyer (2016) LGBTQIA+ mais velhos apresentam piores índices de saúde física e mental, geralmente associados a experiências de vitimização e estigma, comparativamente com os seus pares heterossexuais cisgénero. A subjetividade inerente à metodologia qualitativa assume ainda um potencial viés interpretativo, apesar de se terem tomado medidas para mitigar este risco.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adim - Avançar na gestão da diversidade LGBT nos setores público e privado (2019). Recuperado de <https://pt.adimlgbt.eu/>
- American Psychological Association (2021b, fevereiro). APA Resolution on Sexual Orientation Change Efforts. Recuperado de [APA Resolution on Sexual Orientation Change Efforts](#)
- American Psychological Association, APA Task Force on Psychological Practice with Sexual Minority Persons. (2021a). Guidelines for Psychological Practice with Sexual Minority Persons. Recuperado de [Guidelines for Psychological Practice with Sexual Minority Persons \(apa.org\)](#)
- American Psychological Association. (2015). Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. *American Psychologist*, 70(9), 832-864. <https://dx.doi.org/10.1037/a0039906>. Recuperado de [transgender.pdf \(apa.org\)](#)
- Bockorni, B. R. S., & Gomes, A. F. (2021). A amostragem em snowball (bola de neve) em uma pesquisa qualitativa no campo da administração. *Revista de Ciências Empresariais da UNIPAR*, 22(1). <https://doi.org/10.25110/receu.v22i1.8346>
- Braun, V. & Clarke, V. (2013). Successful qualitative research: a practical guide for beginners. SAGE.
- Braun, V. & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589-597. <https://doi.org/10.1080/2159676x.2019.1628806>
- 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>
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). Conceptual and design thinking for thematic analysis. *Qualitative Psychology*, 9(1), 3-26. <https://doi.org/10.1037/qup0000196>
- Brotman, S., Ryan, B., & Cormier, R. (2003). The health and social service needs of gay and lesbian elders and their families in Canada. *The Gerontologist*, 43(2), 192-202. <https://doi.org/10.1093/geront/43.2.192>
- Byrne, D. (2022). A worked example of Braun and Clarke's approach to reflexive thematic analysis. *Quality & quantity*, 56(3), 1391-1412. <https://doi.org/10.1007/s11135-021-01182-y>
- Cass, V. C. (1996). *Sexual orientation identity formation: A Western phenomenon*. In R. P. Cabaj & T. S. Stein (Eds.), *Textbook of homosexuality and mental health* (pp. 227-251). American Psychiatric Association.
- Choi, S. K., & Meyer, I. H. (2016). *LGBT aging: A review of research findings, needs, and policy implications*. eScholarship, University of California. Recuperado de [LGBT-Aging-Aug-2016.pdf \(jstor.org\)](#)
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2011). *The Sage handbook of qualitative research*. Sage.
- Fernandes, T., Alves, B., Ioverno, S., & Gato, J. (2021). Somewhere under the rainbow: LGBTQ youth and school climate in Portugal. *Portuguese Journal of Social Science, Special Issue: 'The Portuguese Rainbow: LGBTQI+ Rights and Experiences'*, 20(3), 203-218, https://doi.org/10.1386/pjss_00042_1
- Fernandes, T., Alves, B., & Gato, J. (2023). Between Resilience and Agency: A Systematic Review of Protective Factors and Positive Experiences of LGBTQ+ Students. *Healthcare*, 11(14), 2098. <https://doi.org/10.3390/healthcare11142098>

- Fernandes, T., & Leal, D. (2024). Jovens LGBTQIA+ na escola. Manual de intervenção psicológica com pessoas LGBTQIA+: uma perspetiva individual, familiar e comunitária.
- Fernandes, T., Vázquez, I., & Gato, J. (2024). Diversity through adversity: Adjustment profiles and protective factors of sexual and gender minority students in Portuguese schools. *Children and Youth Services Review*, 160, 107569. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107569>
- FRA – Agência dos Direitos Fundamentais da União Europeia (2024). LGBTIQ Equality at a crossroads. [*LGBTIQ equality at a crossroads – Progress and challenges \(europa.eu\)](https://european-council.europa.eu/media/1000000/1/related_content/1000000/1/LGBTIQ_equality_at_a_crossroads_-_Progress_and_challenges_europa.eu)
- Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2023). Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance. *Current Opinion in Psychology*, 101579. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101579>
- Frost, D. M., Meyer, I. H., Lin, A., Wilson, B. D., Lightfoot, M., Russell, S. T., & Hammack, P. L. (2022). Social change and the health of sexual minority individuals: Do the effects of minority stress and community connectedness vary by age cohort?. *Archives of sexual behavior*, 51(4), 2299-2316. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101498>
- Gato, J. (2024). Identidades LGBTQIA+: Multidimensionalidade e Discriminação ao Longo da Vida. In J. Gato (Coord.), *Manual de Intervenção Psicológica com Pessoas LGBTQIA+* (pp. 1-128). Pactor
- Gato, J., Leal, D., Moleiro, C., Fernandes, T., Nunes, D., Marinho, I., Pizmony-Levy, O., & Freeman, C. (2020). “The Worst Part Was Coming Back Home and Feeling Like Crying”: Experiences of Lesbian, Gay, Bisexual and Trans Students in Portuguese Schools. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 2936. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02936>
- Gato, J., Portugal, A., Sotero, L., Seabra, D., & Relvas, A.P. (2025). Chapter 8: Considerations for Sexual Minority and Gender Diverse Individuals Living in Portugal (pp. 146-166). In A.K. Randall & P. Lannutti (Orgs.), *Experiences of Sexual Minority and Gender Diverse Individuals in Romantic Relationships: Heeding a Global Call*. Cambridge.
- Gorman-Murray, A., Waitt, G., & Gibson, C. (2012). Chilling out in ‘cosmopolitan country’: Urban/rural hybridity and the construction of Daylesford as a ‘lesbian and gay rural idyll’. *Journal of Rural Studies*, 28(1), 69-79. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2011.07.001>
- Henriquez, N. R., & Ahmad, N. (2021). “The message is you don’t exist”: Exploring lived experiences of rural lesbian, gay, bisexual, transgender, queer/questioning (LGBTQ) people utilizing health care services. *SAGE Open Nursing*, 7, 23779608211051174. <https://doi.org/10.1177/23779608211051174>
- Hillier, L., & Harrison, L. (2007). Building realities less limited than their own: Young people practising same-sex attraction on the internet. *Sexualities*, 10(1), 82-100. <https://doi.org/10.1177/1363460707072956>
- ILGA-Europe (2025). Rainbow Europe map and index 2025. Recuperado de <https://rainbowmap.ilga-europe.org/>
- Jacobsen, K., Davis, C. E., Burchell, D., Rutherford, L., Lachowsky, N., Bauer, G., & Scheim, A. (2024). Misgendering and the health and wellbeing of nonbinary people in Canada. *International journal of transgender health*, 25(4), 816-830. <https://doi.org/10.1080/26895269.2023.2278064>
- Jackson, C. L., Agénor, M., & Johnson, D. A., Austin, S. B., & Kawachi, S. I. (2016). Sexual orientation identity disparities in health behaviors, outcomes, and services use among men and women in the United States: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 16(1), 807. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3467-1>

- Kirkey, K., & Forsyth, A. (2001). Men in the valley: Gay male life on the suburban-rural fringe. *Journal of Rural Studies*, 17(4), 421-441. [https://doi.org/10.1016/S0743-0167\(01\)00007-9](https://doi.org/10.1016/S0743-0167(01)00007-9)
- Kosciw, J.G., Greytak, E.A., & Diaz, E.M. (2009). Who, what, where, when, and why: Demographic and ecological factors contributing to hostile school climate for lesbian, gay, bisexual, and transgender youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 38, 976-988). <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9412-1>
- Kosciw, J.G., Palmer, N.A., & Kull, R.M. (2015). Reflecting resiliency: Openness about sexual orientation and/or gender identity and its relationship to well-being and educational outcomes for LGBT students. *American Journal of Community Psychology*, 55, 167-178. <https://doi.org/10.1007/s10464-014-9642-6>
- Lee, M. G., & Quam, J. K. (2013). Comparing supports for LGBT aging in rural versus urban areas. *Journal of Gerontological Social Work*, 56(2), 112-126. <https://doi.org/10.1080/01634372.2012.747580>
- Lei n.º 35/2004. Regulamenta a Lei n.º 99/2003, de 27 de agosto, que aprovou o Código do Trabalho. (2004). Diário da República 177/2004, Série I-A de 2004-07- 29. Recuperado de <https://dre.pt/dre/analise-juridica/lei/35-2004-502399>
- Lei n.º 60/2009. Estabelece o regime de aplicação da Educação Sexual em meio escolar. (2009). Diário da República n.º 151, Série I, de 2009-08-06. Recuperado de <https://files.dre.pt/gratuitos/1s/2009/08/15100.pdf>
- Lei n.º 7/2011. Cria o procedimento de mudança de sexo e de nome próprio no registo civil e procede à décima sétima alteração ao Código do Registo Civil. (2011). Diário da República n.º 52/2011, Série I de 2011-03-15. Recuperado de <https://files.dre.pt/1s/2011/03/05200/0145001451.pdf>
- Lei n.º 51/2012 – Aprova o Estatuto do Aluno e Ética Escolar, que estabelece os direitos e os deveres do aluno dos ensinos básico e secundário e o compromisso dos pais ou encarregados de educação e dos restantes membros da comunidade educativa na sua educação e formação, revogando a Lei n.º 30/2002, de 20 de dezembro. (2012). Diário da República n.º 172, Série I de 2012-09-05. Recuperado de <https://files.dre.pt/1s/2012/09/17200/0510305119.pdf>
- Lei n.º 28/2015. Altera (oitava alteração) o Código do Trabalho, aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro, que consagra a identidade de género no âmbito do direito à igualdade no acesso a emprego e no trabalho. (2015). Diário da República n.º 72/2015, Série I de 2015-04-14
- Lei n.º 2/2016. Elimina as discriminações no acesso à adoção, apadrinhamento civil e demais relações jurídicas familiares, procedendo à segunda alteração à Lei n.º 7/2001, de 11 de maio, à primeira alteração à Lei n.º 9/2010, de 31 de maio, à vigésima terceira alteração ao Código do Registo Civil, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 131/95, de 6 de junho, e à primeira alteração ao Decreto-Lei n.º 121/2010, de 27 de outubro. (2016). Diário da República n.º 41/2016, Série I de 2016-02- 29. Recuperado de <https://files.dre.pt/1s/2016/02/04100/0063400635.pdf>
- Lei n.º 17/2016. Alarga o âmbito dos beneficiários das técnicas de procriação medicamente assistida, procedendo à segunda alteração à Lei n.º 32/2006, de 26 de julho (procriação medicamente assistida. (2017). Diário da República n.º 116/2016, Série I de 2016-06-20. Recuperado de <https://files.dre.pt/1s/2016/06/11600/0190301904.pdf>

- Lei n.º 38/2018. Direito à autodeterminação da identidade de género e expressão de género e à proteção das características sexuais de cada pessoa. (2018). Diário da República n.º 151/2018, Série I de 2018-08-07. Recuperado de <https://files.dre.pt/1s/2018/08/15100/0392203924.pdf>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Meyer, I. H. (2015). Resilience in the study of minority stress and health of sexual and gender minorities. *Psychology of sexual orientation and gender diversity*, 2(3), 209. <https://doi.org/10.1037/sgd0000132>
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020). Linhas de orientação para a prática profissional no âmbito da intervenção psicológica com pessoas LGBTQ. Recuperado de [Linhas de orientação para a prática profissional | Ordem dos Psicólogos \(ordemdospsicologos.pt\)](https://www.ordemdospsicologos.pt/Linhas-de-orientacao-para-a-pratica-profissional)
- Oswald, R. F., & Culton, L. S. (2003). Under the rainbow: Rural gay life and its relevance for family providers. *Family Relations*, 52(1), 72-81. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00072.x>
- Pachankis, J.E., & Bränström, R. (2018). Hidden from happiness: Structural stigma, sexual orientation concealment, and life satisfaction across 28 countries. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 86(5), 403-415. <https://doi.org/10.1037/ccp0000299>
- Pedro, K. T., Lynch, R. J., & Esqueda, M. C. (2018). Understanding safety, victimization and school climate among rural lesbian, gay, bisexual, transgender, and questioning (LGBTQ) youth. *Journal of LGBT Youth*, 15(4), 265-279. <https://doi.org/10.1080/19361653.2018.1472050>
- Pereira H., & Monteiro S. (2017). The role of political and legislative changes in the everyday lives of LGB individuals: The case of Portugal. *Sexuality Research & Social Policy*, 14, 300-309. <https://doi.org/10.1007/s13178-016-0261>
- Rivas-Koehl, M., Rivas-Koehl, D., & McNeil Smith, S. (2023). The temporal intersectional minority stress model: Reimagining minority stress theory. *Journal of Family Theory & Review*, 15(4), 706-726. <https://doi.org/10.1111/jftr.12529>
- Saleiro, S., Ramalho, N., Menezes, M., & Gato, J. (2022). Estudo Nacional sobre as necessidades das pessoas LGBTI e sobre a discriminação em razão da orientação sexual, identidade e expressão de género e características sexuais. Lisboa: Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género.
- Santos, I. M. (2022). Preconceito e Violência LGBTQ+ no interior de Portugal. Dissertação de Mestrado. Recuperado de <https://www.proquest.com/openview/19259822868b65a6d8adc0b6c4cf7d53/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>
- Sousa, D., & Gato, J. (2024). Inclusive School Policies and Practices and Well-being of LGBTQ+ Students in Portugal. *Sexuality Research and Social Policy*. <https://doi.org/10.1007/s13178-024-01059-3>
- Testa, R. J., Habarth, J., Peta, J., Balsam, K., & Bockting, W. (2015). Development of the Gender Minority Stress and Resilience Measure. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(1), 65-77. <https://doi.org/10.1037/sgd0000081>
- Whitehead J, Shaver J, Stephenson R (2016). Outness, Stigma, and Primary Health Care Utilization among Rural LGBT Populations. *PLoS ONE* 11(1): e0146139. DOI: [10.1371/journal.pone.0146139](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0146139)

William, F. K. A. (2024). Interpretivism or constructivism: Navigating research paradigms in social science research. *Interpretivism or Constructivism: Navigating Research Paradigms in Social Science Research*, 143(1), 5-5. DOI: [10.47119/ijrp1001431220246122](https://doi.org/10.47119/ijrp1001431220246122)

ANEXOS

Anexo A - Guião de entrevista semi-estruturada

Experiências LGBTQIA+ no meio rural

1. Introdução

- a. Apresentação do/s Entrevistador/es (nome, local de estudo, etc.) com comunicação de posicionalidade.
- b. Explicação sumária dos objetivos.

2. Questões éticas

- a. Explicações sobre o anonimato e confidencialidade da entrevista;
- b. Reassegurar de que em qualquer momento a entrevista pode ser interrompida e de que há a possibilidade de se negar a responder a qualquer uma das questões.
- c. Solicitar autorização para a gravação;

3. Questões principais:

1. Questões sociodemográficas:

- Onde vive atualmente?
- Onde cresceu?
- Como é que se identifica, do ponto de vista da sua orientação sexual e identidade de género?

2) Pode-nos falar um pouco do seu processo de descoberta, enquanto pessoa ... (coming out)

3) Que desafios/ dificuldades tem enfrentado/enfrentou especificamente por viver/crescer num meio rural?

- ... na família
- ... na escola/com os amigos/ professores/ assistentes operacionais
- ...no lugar onde vivia (sociedade geral)
- ... no trabalho

4) Que experiências positivas tem/teve por viver/crescer num meio rural?

- ... na família
- ... na escola/com os amigos/ professores/ assistentes operacionais
- ...no lugar onde vivia (sociedade geral)
- ... no trabalho

5) Em que medida é que acha que as suas experiências enquanto (x - identidade) foram diferentes de outras identidades LGBTQIA+?

6) Em que medida é que as suas experiências teriam sido diferentes, se tivesse vivido numa cidade?

7) Existe alguma temática que não tivéssemos abordado nesta conversa e que gostasse de abordar?

Anexo B - Consentimento Informado

Informação sobre o estudo:

Antes de decidir participar neste estudo, é importante que compreenda porque é que estamos a levar a cabo esta investigação e o que é que a sua participação implica. Por favor, demore o tempo que precisar e leia atentamente a informação disponibilizada, podendo discuti-la com outras pessoas se o desejar. Pode contactar uma pessoa da equipa de investigação caso algo não esteja claro ou necessite de mais esclarecimentos. Demore o tempo que precisar a decidir se quer ou não participar.

Qual é a temática do estudo?

Este estudo visa investigar as experiências de pessoas LGBTQIA+ que residiram ou residem em meio rural português. Estas informações serão recolhidas através de entrevista e de um questionário sociodemográfico.

Quanto tempo demora a entrevista e como funciona?

A entrevista será realizada em formato online, via Zoom, estando presentes apenas os investigadores responsáveis pelo estudo e pessoa participante. Prevê-se uma duração média de 30 a 40 minutos por entrevista, podendo, no entanto, este tempo ser ultrapassado. Com o consentimento da pessoa participante, o áudio das entrevistas será gravado, sendo que os investigadores se comprometem a eliminar todos os dados armazenados após a conclusão do

estudo.

Quem pode participar?

Podem participar neste estudo pessoas LGBTQIA+ com mais de 18 anos, que residem/já residiram (pelo menos até aos 18 anos) numa zona rural em Portugal e que consentam com a realização da entrevista.

Quais são os riscos e benefícios de participar neste estudo?

Compreendemos que o tema a abordar possa ser sensível, sendo que certas perguntas poderão causar algum stress ou despertar reações emocionais. Nesta medida, o/a participante pode optar por não responder a alguma das perguntas ou até mesmo de desistir da entrevista a qualquer momento. O investigador principal do estudo é especialista em Psicologia Clínica e da Saúde e Psicoterapia estando, assim, habilitado para avaliar as situações de maior stress e fazer encaminhamento, caso necessário.

Esperamos que os resultados deste estudo possam contribuir para conhecer de forma mais aprofundada as experiências vividas pelas pessoas LGBTQIA+ em contexto rural, permitindo ainda uma maior compreensão acerca dos fatores de proteção e risco desta população e das eventuais diferenças geracionais, nas experiências vividas. Este pode ainda informar intervenções culturalmente competentes e sensíveis com esta população, nos seus diferentes contextos de vida (e.g., escola, trabalho, serviços de saúde, lares de 3a idade). Não existem benefícios individuais diretos ao participar, nem será oferecida qualquer compensação monetária.

O que acontecerá aos resultados do estudo?

Os resultados do estudo serão escritos sob a forma de publicação, no âmbito da tese de mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da estudante Nádia Pinho. O anonimato dos/as participantes será mantido através da alteração dos seus nomes (usando nomes fictícios) ou de qualquer informação que os/as identifique. Os dados recolhidos serão acessíveis somente pela equipa de investigação do estudo (mencionada abaixo). A privacidade será garantida

pelo arquivo em dispositivos protegidos por palavras-passe, sendo gravações áudio eliminadas após a conclusão do estudo.

Equipa de Investigação:

Se tem mais questões acerca deste estudo, por favor contacte as pessoas responsáveis pelo mesmo:

Nádia Pinho (up202006436@up.pt) e Jorge Gato (jorgegato@fpce.up.pt)

Consentimento Informado

Declaro que os detalhes do estudo me foram explicados e consinto livremente em participar. As minhas dúvidas foram esclarecidas e compreendo que posso contactar os responsáveis pela investigação para colocar perguntas adicionais. Compreendo que a minha participação permanecerá anónima e que toda a informação facultada será apenas utilizada neste estudo. Compreendo que posso desistir do estudo a qualquer momento sem ter que justificar a desistência e posso não responder a todas as perguntas. Os dados permanecerão anónimos. Compreendo como é que os resultados do estudo vão ser utilizados e que serão apresentados sempre de forma agregada e nunca individual.

Por favor leia as seguintes afirmações e clique nas respetivas caixas:

Nota: Para ficar apto para participar, terá de seleccionar todas as 3 opções abaixo.

☐ Li e compreendi a informação que me foi facultada acerca do estudo e dos seus objetivos.

☐ Tenho mais de 18 anos.

☐ Concordo em participar nos termos acima descritos.

Anexo C – Questionário Sociodemográfico

QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

Experiências LGBTQIA+ no meio rural

Pedimos-lhe que responda a um conjunto de questões breves, relativas aos seus dados sociodemográficos, para que possamos descrever melhor os diversos grupos de participantes. Em algumas questões deve assinalar a sua resposta num quadrado, enquanto que noutras encontrará um espaço para escrever a sua resposta ou para deixar um comentário no fim.

Idade: _____

Nacionalidade: _____

Naturalidade: _____

Identities de género, estas referem-se ao autorreconhecimento pessoal enquanto homem ou mulher, enquanto ambos, ou enquanto pessoa trans/não binária (APA, 2015, 2021a; OPP, 2020).

Identidade de género:

Cisgénero (o seu género é o mesmo que lhe foi atribuído à nascença) []

Transgénero (o seu género é diferente do que lhe foi atribuído à nascença) []

Não binária (a sua identidade de género não pode ser categorizada como exclusivamente masculina ou feminina) []

Outra: _____

Orientação sexual corresponde a um envolvimento emocional, amoroso e/ou de atração sexual por homens, mulheres, ambos os sexos ou por nenhum (APA, 2021a; OPP, 2020).

Orientação Sexual:

Heterossexual []

Gay []

Lésbica []

Bissexual []

Pansexual []

Assexual []

Outra: _____

Reside ou já residiu numa zona rural?

☐ Sim ☐ Não

Se sim, qual? _____

Escolaridade:

☐ Ensino básico ☐ Ensino secundário ☐ Licenciatura ☐ Mestrado ☐ Doutoramento

Profissão: _____

Classe socioeconómica:

☐ Baixa ☐ Média Baixa ☐ Média ☐ Média Alta ☐ Alta

**Anexo D – Parecer favorável da Comissão de Ética da Faculdade de Psicologia e
Ciência da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP)**



COMISSÃO DE ÉTICA

PARECER (Ref.º 2024-11-05)

A Comissão de Ética (CdE) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, tendo apreciado os documentos do projeto de investigação denominado "Experiências LGBTQIA+ no meio rural", submetidos para apreciação ética por **Nádia Gomes de Pinho** e com orientação do **Prof. Doutor Jorge Gato**, na reunião nº 10/CdE/2024, de 13 e 20 de novembro, emitiu um **Parecer Favorável** à realização da pesquisa.

Considerações e Recomendações da CdE:

- 1- Ponderar uma forma de devolução dos resultados em formato adequado a diferentes públicos

Parecer favorável

A CdE é favorável à realização do projeto tal como apresentado.

FPCEUP, 26 de novembro de 2024

O Presidente da CdE,


Prof. Doutor Rui Alexandre Alves

EXPERIÊNCIAS LGBTQIA+ NO MEIO RURAL PORTUGUÊS

NÁDIA CARINA GOMES DE PINHO

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

