

**Envelhecimento do homem: os impactos da masculinidade na saúde***Male aging: the impacts of masculinity on health**Envejecimiento en los hombres: el impacto de la masculinidad en la salud*

Pâmela da Silva Chuff¹
Vitória de Lima Rosas¹
Simony Tavares de Mendonça¹
Fabiana Helena de Oliveira¹
Laís Silva Nascimento¹

Thays Oliveira Mendonça¹
Érica de Araújo Mattos¹
Lidiane de Carvalho da Silva¹
Priscila Cristina Pereira de Oliveira da
Silva^{1*}

¹Universidade Estácio de Sá. Rio de Janeiro, Brasil.

*Autor correspondente: prioliveira0512@gmail.com

Resumo

O envelhecimento masculino está diretamente relacionado a fatores biológicos, psicológicos e, sobretudo, socioculturais que influenciam a forma como os homens vivenciam essa fase da vida. Assim sendo, a masculinidade, frequentemente associada à virilidade, força e produtividade, pode impactar negativamente a saúde do homem idoso, dificultando a aceitação das mudanças inerentes ao envelhecimento. Objetivo: reconhecer os principais sinais e impactos do envelhecimento masculino, bem como analisar o papel da enfermagem na promoção do cuidado integral e na desconstrução de estereótipos relacionados à masculinidade. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, do tipo revisão de literatura, realizada por meio da base Google Scholar, com seleção de artigos publicados entre 2021 e 2026. Os resultados evidenciaram que fatores como o machismo, a valorização da virilidade e a construção social da masculinidade contribuem para a resistência dos homens ao autocuidado e à busca por serviços de saúde. Além disso, observou-se que o envelhecimento pode gerar sentimentos de inadequação, perda de identidade e inutilidade social. Conclui-se que é fundamental a atuação da enfermagem na promoção de uma assistência integral e humanizada, considerando as singularidades do homem idoso e incentivando práticas de cuidado que favoreçam uma vivência mais saudável do envelhecimento.

Descritores: Envelhecimento; Saúde do Homem; Masculinidade; Machismo; Sociedade.



Abstract

Male aging is directly related to biological, psychological, and, above all, sociocultural factors that influence how men experience this stage of life. Masculinity, often associated with virility, strength, and productivity, can negatively impact the health of aging men, making it difficult to accept the changes inherent to aging. Objective: to recognize the main signs and impacts of male aging, as well as to analyze the role of nursing in promoting comprehensive care and deconstructing stereotypes related to masculinity. This is a qualitative literature review study, conducted using the Google Scholar database, selecting articles published between 2021 and 2026. The results showed that factors such as machismo, the valorization of virility, and the social construction of masculinity contribute to men's resistance to self-care and to seeking health services. In addition, it was observed that aging can generate feelings of inadequacy, loss of identity, and social uselessness. It is concluded that nursing plays a fundamental role in promoting comprehensive and humanized care, considering the particularities of aging men and encouraging care practices that favor a healthier aging experience.

Descriptors: Aging; Men's Health; Masculinity; Sexist Attitude; Society.

Resumén

El envejecimiento masculino está directamente relacionado con factores biológicos, psicológicos y, sobre todo, socioculturales que influyen en cómo los hombres experimentan esta etapa de la vida. Por lo tanto, la masculinidad, a menudo asociada con la virilidad, la fuerza y la productividad, puede impactar negativamente la salud de los hombres mayores, dificultando la aceptación de los cambios inherentes al envejecimiento. Objetivo: reconocer los principales signos e impactos del envejecimiento masculino, así como analizar el rol de la enfermería en la promoción de la atención integral y la deconstrucción de los estereotipos relacionados con la masculinidad. Esta es una investigación cualitativa, de tipo revisión bibliográfica, realizada utilizando la base de datos Google Scholar, seleccionando artículos publicados entre 2021 y 2026. Los resultados mostraron que factores como el machismo, la valoración de la virilidad y la construcción social de la masculinidad contribuyen a la resistencia de los hombres al autocuidado y a la búsqueda de servicios de salud. Además, se observó que el envejecimiento puede generar sentimientos de insuficiencia, pérdida de identidad e inutilidad social. Se concluye que la enfermería desempeña un papel fundamental en la promoción de una atención integral y humanizada, considerando las características únicas de los hombres mayores y fomentando prácticas de cuidado que favorezcan una experiencia de envejecimiento más saludable.

Descriptores: Envejecimiento; Salud Masculina; Masculinidad; Sexismo; Sociedad.

Introdução

O bem-estar do homem pode estar intimamente ligado à virilidade masculina, especialmente diante das alterações decorrentes da andropausa, caracterizada pela diminuição dos níveis de testosterona. Essa condição pode desencadear diversos sintomas, como obesidade, ginecomastia (crescimento das mamas), dificuldade de concentração e perda de memória de curto prazo, disfunção erétil, insônia, depressão e perda de massa muscular. A redução da testosterona, também denominada hipogonadismo, acarreta ao homem impactos significativos tanto na saúde física quanto na saúde mental, interferindo diretamente na qualidade de vida e nas relações sociais¹.

Enquanto as mulheres idosas ressignificaram o sentido de gênero na velhice, os homens idosos mantêm-se aprisionados às suas reminiscências, que faz com que eles rechacem o tempo da velhice e qualifiquem a juventude como o melhor tempo de suas vidas, pois foi lá que residiu o ápice do seu prestígio social, seja por conta do vigor físico, da valorização por meio do trabalho e pelo auge da virilidade².

Diante disso, a identidade do homem, quando atinge a velhice, é posta em xeque em razão das mudanças nas respostas sexuais por ocasião da disfunção erétil e, também, pela saída do mundo do trabalho em função da



aposentadoria ou pela debilidade de saúde. Por conta disso, os homens idosos apresentam resistência na aceitação da velhice, uma vez que ela se apresenta como o decreto da invalidez masculina e inutilidade social³.

Para os homens idosos, a sexualidade continua centrada na genitalidade, preservada nos cânones da masculinidade hegemônica da competitividade sexual masculina e como atributo para a valorização social do homem².

Vê-se que as problemáticas de cuidado a si mesmo dos homens giram em torno de concepções socioculturais que nos lembram o machismo e a estruturação patriarcal do como se comportar para ser homem, aquele que não pode adoecer, pois assim impactará na masculinidade desse indivíduo⁴. Além disso, o envelhecimento é um processo no qual ocorre uma série de transformações no corpo e na rotina do idoso que produzem um impacto na subjetividade, nos relacionamentos sociais, dentre outros⁵. A velhice dos homens é encarada, então, como a morte da identidade de gênero masculina, uma vez que ela traz o comprometimento dos atributos socialmente consagrados como próprios de "ser homem"³.

A presente pesquisa tem como objetivo reconhecer os principais sinais e impactos do envelhecimento masculino, bem como analisar o papel da enfermagem na identificação precoce dessas alterações e na promoção do cuidado integral, com ênfase na desconstrução de estereótipos relacionados à masculinidade e à velhice, fatores que influenciam a baixa adesão aos serviços de saúde e dificultam a aceitação do processo de envelhecimento.

Nesse sentido, o estudo se justifica pelo papel fundamental da enfermagem no reconhecimento das necessidades específicas da saúde do homem, promovendo orientações que favoreçam o autocuidado, a adesão aos serviços de saúde e a construção de uma percepção mais saudável e positiva sobre a velhice, visibilizando como o machismo impacta o próprio homem no seu processo de envelhecimento.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, do tipo revisão de literatura, que buscou reunir e analisar evidências científicas sobre o impacto do envelhecimento masculino. As buscas foram realizadas na base *Google Scholar*, utilizando os descritores: "masculinidade", "envelhecimento", "sociedade" e "machismo".

Foram incluídos artigos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis em português, que abordassem diretamente a temática proposta. Excluíram-se estudos duplicados e textos sem acesso completo. Após a triagem dos títulos e resumos, 30 estudos foram selecionados para leitura completa, resultando em oito artigos incluídos na amostra final. Os dados foram analisados por meio de análise temática, permitindo a categorização dos achados em três eixos principais: Envelhecimento Masculino, Machismo Social Enraizado e a Masculinidade na Velhice.

O presente estudo não será submetido ao Comitê de Ética Humano, uma vez que a coleta de dados não foi realizada em seres humanos, conforme Resolução n.º 510/16 do Conselho Nacional de Saúde.

Resultados e Discussão

As evidências expressas nos artigos incluídos na revisão encontram-se sintetizadas no Quadro 1.

Quadro 1. Síntese dos estudos incluídos na revisão. Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 2026

N	Autores (Ano)	Principais Achados
1	Sérgio Lasta (2021)	Trata-se de uma pesquisa com método de entrevistas semiestruturadas para ouvir depoimentos de cinco homens na faixa etária entre sessenta e setenta e cinco anos, sobre suas vidas e como se percebem, como olham seu próprio corpo e como se sentem olhados. São percepções e olhares que denotam as pedagogias do envelhecimento nas quais cada indivíduo sente à sua própria maneira. Também tensiona e reflete sobre como a sociedade lida com o envelhecimento. Esta pesquisa entende que envelhecer não é para os fracos.
2	Roana de Jesus Braga; Mariele Rodrigues Correa (2021)	Trata-se de uma pesquisa qualitativa com homens participantes do programa Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) da Universidade Estadual Paulista (UNESP), que analisou as transformações vividas no processo de envelhecer e as contribuições da UNATI em possíveis mudanças e ressignificações da velhice de 11 homens entre 59 e 79 anos.



3	Clívia Raposo de Almeida et al. (2024)	Trata-se de uma revisão integrativa e sistemática, com abordagem metodológica de coleta de dados on-line realizada nos meses de agosto de 2023 a junho de 2024, nas bases de dados LILACS, SciELO, MEDLINE/PubMed e BVS.
4	Patrícia Galdino de Andrade Wollmann et al. (2021)	Trata-se de uma pesquisa transversal quantitativa descritiva. O estudo foi realizado no período de fevereiro a maio de 2015, com idosos residentes do Distrito Federal. A amostra foi aleatória e participaram da pesquisa 224 idosos, com média de idade igual a 69,73±7,62, sendo 80 homens e 144 mulheres.
5	Alice Alves Menezes Ponce de Leão; Ana Cristina da Silva Simas (2022)	Trata-se de uma metodologia com abordagem interdisciplinar resultante de uma pesquisa de iniciação científica realizada em uma cidade de médio porte do interior da Amazônia com homens idosos jovens, entre 60 e 65 anos, que se inserem na categoria "terceira idade". A discussão indica que os homens idosos da amostra vivenciam suas sexualidades nos cânones de práticas negociadas e transgressoras sob o véu do patriarcado.
6	Alice Alves Menezes Ponce de Leão (2025)	Trata-se de uma abordagem interdisciplinar, nutrida pela filosofia, sociologia e antropologia, que orienta a análise das relações de gênero, geração e sexualidade evidenciadas nos dados de uma pesquisa realizada com homens idosos e mulheres idosas, heterossexuais, de uma cidade da Amazônia. Os resultados mostram que a violência moral contra as mulheres idosas é uma estratégia patriarcal para assegurar a dominação masculina na velhice.
7	Alice Alves Menezes Ponce de Leão; Mayane Ynêssa da Silva Monteiro (2022)	Trata-se de uma abordagem interdisciplinar a partir de uma pesquisa de iniciação científica realizada no interior de uma cidade da Amazônia com homens idosos com poder aquisitivo de consumo. Depreende-se que a cristalização dos preceitos hegemônicos de masculinidade corrobora a menor longevidade dos homens e a potencialização de suas doenças físicas e psíquicas.
8	Taís Leandra Ferreira dos Santos et al. (2025)	Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com coleta de dados realizada através das plataformas BVS e PubMed. Após a análise dos resumos e texto na íntegra, obteve-se um achado de seis artigos para embasar a questão de pesquisa. O machismo foi reconhecido como fator de agravamento à saúde do homem, enfatizando o enraizamento do sistema patriarcal e suas consequências, independentemente do eixo discutido.

Os achados dos estudos analisados evidenciam a influência de fatores socioculturais na construção da masculinidade e seus impactos no processo de envelhecimento masculino. Segundo estudo⁶, ser percebido como velho provoca desconforto nos homens, uma vez que a perda do corpo jovem implica também a submissão a novos olhares sociais. Nesse sentido, os retratos corporais acabam por transformar os idosos em "outros" diante da sociedade. Ao se perceberem vistos como velhos, passam a ser associados a ideias de incapacidade, impotência e finitude, o que gera sentimentos de angústia. Confirmando essa perspectiva, pesquisadores⁷ destacam que muitos homens possuem medos, vergonhas e receios de que sua masculinidade seja afetada, construindo uma barreira intrapessoal que dificulta os cuidados com a saúde.

De acordo com Almeida et al.¹, o bem-estar do homem pode estar intimamente ligado à virilidade masculina; no entanto, a diminuição do hormônio testosterona, comum no envelhecimento, traz desconfortos notáveis em seu meio de vida, principalmente a baixa libido, prejudicando a vida amorosa de ambas as partes em seu relacionamento. Além disso, Wollmann et al.⁸ apontam que a autopercepção do envelhecimento implica julgamento do sujeito sobre sua velhice, processo que sofre influência de sua própria história, cultura, meio social e estereótipos de uma vida.

Ainda que os sujeitos apresentem características e experiências parecidas, a condição de gênero promove diferenças nas vivências e representações da velhice. Conforme Leão e Simas⁹, homens idosos e mulheres idosas foram socializados em um tempo geracional marcado de forma atroz pelo machismo em seus aprendizados de masculinidade e feminilidade. Ao atingirem a velhice, esses tensionamentos não são suprimidos; ao contrário, se agravam. Leão² evidencia que a terceira idade atua não só na perspectiva de mudança da imagem sobre a velhice, mas, fundamentalmente, no reordenamento dos papéis masculinos e femininos que são reelaborados na dinâmica dos grupos de socialização, como os centros de convivência para idosos e as associações de aposentados.

Sendo assim, segundo Leão e Monteiro³, a invalidez na velhice vem carregada de sentido simbólico e de conotação de gênero. A validação masculina é sujeita à aprovação do outro. Sem a permanência nos lugares sociais e sem consumir a sexualidade nos moldes patriarcais, o homem se sente um peso inútil, tendo o sentimento de que o seu tempo se esgotou, pois esgotou-se a sua produtividade.

Por fim, Santos et al.¹⁰ ressaltam que a saúde do homem é condicionada por fatores determinantes, um deles, as questões socioculturais. Assim, entender o usuário de forma integral e universal, de acordo com suas potencialidades e singularidades, levando em conta as construções da masculinidade dentro da sociedade, é o ponto vital para disponibilizar saúde resolutiva e eficaz para os homens.

Considerações Finais

A partir da análise dos estudos incluídos, evidencia-se que o processo de envelhecimento masculino está profundamente relacionado a construções socioculturais de gênero, especialmente aquelas vinculadas à masculinidade. Essas construções influenciam diretamente a forma como os homens percebem a própria velhice, seu corpo, sua sexualidade e sua inserção social.

Além disso, destaca-se que fatores como o machismo e os padrões sociais historicamente construídos contribuem para a manutenção de desigualdades e conflitos na vivência da velhice, afetando tanto homens quanto mulheres, porém de formas distintas.

Sendo assim, é fundamental que os serviços de saúde adotem uma abordagem integral e humanizada, considerando as singularidades dos indivíduos e as influências socioculturais que permeiam suas experiências. A enfermagem, enquanto prática essencial no cuidado, possui papel estratégico na promoção da saúde do homem idoso, atuando na educação em saúde, no acolhimento e na desconstrução de estigmas relacionados à masculinidade e ao envelhecimento.

Por fim, ressalta-se a importância do desenvolvimento de políticas públicas e estratégias de cuidado que incentivem a participação dos homens nos serviços de saúde, promovendo uma assistência mais acessível, resolutiva e equitativa ao longo do processo de envelhecimento.

Referências

1. Almeida CR, et al. Impactos da masculinidade na saúde do homem. *Braz J Implantol Health Sci.* 2024;6(5):1456-68. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n5p1456-1468>
2. Leão AAMP. O novo feminino feminista na velhice no enfrentamento da dominação masculina. *Letras Let.* 2025;41:1-19. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/letraseletras/article/view/75308>
3. Leão AAMP, Monteiro MYS. Masculinidade e envelhecimento: implicações sociais. *Perspect Sociais.* 2022;8(2):78-97. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/percsoc/article/view/22608>
4. Teixeira DB, Cruz SPL. Saúde do homem: análise da sua resistência na procura dos serviços de saúde. *Rev Cuba Enferm [Internet].* 2016 [citado em 1 set 2026];32(4). Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-960383>
5. Porto de Góis EC, De Oliveira Santos JV, Fernandes de Araújo L. Representações sociais sobre a velhice masculina: abordagens de homens idosos participantes de grupo de convivência. *Rev Subj.* 2020;20(Esp. 1):e9140. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v20iesp1.e9140>
6. Lasta S. Pedagogias do envelhecimento masculino. *Rev Litterarius.* 2021;20(2):1-15. Disponível em: <https://revistas.fapas.edu.br/index.php/litterarius/article/view/1>
7. Braga RJ, Correa MR. Transformações no processo de envelhecimento masculino e contribuições da UNATI. *Estud Interdiscip Envelhec.* 2021;26(1):1-18. <https://doi.org/10.22456/2316-2171.39739>
8. Wollmann PGA, et al. Autopercepção do envelhecimento em idosos. *Rev Kairós Gerontol.* 2021;24(3):201-18. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2021v24i3p201-218>
9. Leão AAMP, Simas ACS. Velhice e sexualidade dos homens da terceira idade. *Perspect Sociais.* 2022;8(2):98-121. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/percsoc/article/view/22607>
10. Santos TLF, et al. Machismo e saúde do homem: revisão integrativa. *Anais Cient UNIFIP.* 2025;4(1):1-12. Disponível em: <https://editora.unifip.edu.br/coopex/article/view/6314>

