

Autoetnografia como ferramenta terapêutica: relatos de uma vida marcada pelo entrelaçamento entre adicção e sexualidade¹

Felipe Carlos Damasceno e Silva (PPGA-UFPA/Brasil)

Tenho andado distraído
Impaciente e indeciso
E ainda estou confuso, só que agora é diferente
Estou tão tranquilo e tão contente

Quantas chances desperdicei
Quando o que eu mais queria
Era provar pra todo o mundo
Que eu não precisava provar nada pra ninguém
(Renato Russo)

Resumo

O texto discute a autoetnografia como estratégia metodológica e terapêutica, ressaltando seu potencial para revelar experiências corporificadas atravessadas por marcadores sociais da diferença que produzem silenciamentos e opressões. Mais do que uma ferramenta, a autoetnografia é apresentada como prática terapêutica e via de autoconhecimento, capaz de romper com paradigmas eurocentrados de neutralidade, distanciamento e escrita em terceira pessoa, ao defender que não existe produção científica sem posição, uma vez que classe, gênero, raça, sexualidade, saúde mental, entre outros marcadores, atravessam tanto os pesquisadores quanto seus textos. Assim, relatar experiências em primeira pessoa desestabiliza pressupostos da ciência moderna e tensiona os limites da proximidade na teorização social. Destaco o caráter transgressor e político da autoetnografia por priorizar “experiências”, e não “dados”, especialmente quando se trata de vivências marcadas por trauma, coerções sociais e processos de silenciamento. Nesse sentido, a escrita de si torna-se instrumento de libertação, abrindo espaço para que pesquisadores formulem narrativas próprias sem se submeter ao ideal normativo da impessoalidade acadêmica. Ao apresentar um relato autoetnográfico que articula adicção, sexualidade, saúde mental e trajetória acadêmica, evidencio como contextos familiares, instituições de saúde e ambientes universitários produzem estigmas, adoecimentos e barreiras. O processo terapêutico e a imersão em espaços de cuidado desencadeiam memórias, reformulações identitárias e a decisão de assumir publicamente a minha história. Dessa forma, reivindico uma escrita acadêmica libertária, capaz de acolher vulnerabilidades e transformar experiências pessoais em produção de conhecimento.

Palavras-chave: Autoetnografia; Sexualidade; Adicção.

Abstract

The text discusses autoethnography as both a methodological and therapeutic strategy, highlighting its potential to reveal embodied experiences shaped by social markers of difference that generate silencing and oppression. More than a method, autoethnography

¹ Trabalho apresentado na 35ª Reunião Brasileira de Antropologia (2026).

is presented as a therapeutic practice and a path to self-knowledge, capable of challenging Eurocentric paradigms of neutrality, detachment, and third-person writing, asserting that there is no scientific production without positionality, since class, gender, race, sexuality, mental health, and other factors shape both researchers and their texts. In this way, recounting experiences in the first person destabilizes assumptions of modern science and stretches the limits of proximity in social theorization. I emphasize the transgressive and political nature of autoethnography for privileging “experiences” over “data,” especially when dealing with lives marked by trauma, social coercion, and processes of silencing. In this sense, writing the self becomes an instrument of liberation, creating space for researchers to craft their own narratives without submitting to the normative ideal of academic impersonality. By presenting an autoethnographic account that intertwines addiction, sexuality, mental health, and academic trajectory, I demonstrate how family contexts, health institutions, and university environments produce stigma, illness, and barriers. The therapeutic process and immersion in care spaces trigger memories, identity reconfigurations, and the decision to publicly embrace my story. In this way, I advocate for a liberatory academic writing that embraces vulnerability and transforms personal experiences into knowledge production.

Keywords: Autoethnography; Sexuality; Addiction.

Prólogo

Este texto foi escrito em uma Comunidade Terapêutica, onde estou internado para tratamento do Transtorno de Adicção, com previsão de alta clínica para agosto de 2026. Durante esse período, venho realizando pesquisa de campo sobre sexualidades e transtorno de adicção, novo objeto de estudo que substitui a investigação anterior sobre sexualidades e futebol, motivado pelo olhar antropológico sobre as vivências que tenho experimentado nesse contexto.

A proposta de resumo inicialmente apresentada e aprovada para o GT 025 – Antropologia dos Vícios intitulava-se “Relato autoetnográfico de um discente adicto em perspectiva interseccional”. No entanto, o pesquisador adicto que vos escreve sofreu uma nova recaída, o que demandou uma nova internação e o levou a conferir uma nova roupagem ao texto, adequando-o a esse novo objeto de estudo.

Adictos/as, sigamos quebrando paradigmas e fazendo ciência em meio ao caos interno e externo!

Introdução

As pesquisas antropológicas sobre a diversidade sexual e de gênero no Brasil têm sido realizadas majoritariamente em contextos urbanos, sobretudo nas regiões Sul e Sudeste. Contudo, alguns pesquisadores têm reconfigurado esse cenário por meio de

pesquisas situadas em contextos interioranos e/ou nas regiões Norte e Nordeste (Gontijo; Costa, 2012; Belaunde, 2015; Guerra, 2015; Paiva, 2020; Erick, 2020; Gontijo; Erick, 2020; Domingues, 2021; Varjão, 2021; Oliveira, 2020; Oliveira, 2022). São abordagens que reforçam o caráter heterogêneo das sociabilidades homossexuais país afora.

Em se tratando da Amazônia, há outros aspectos a serem considerados, cujos olhares antropológicos, pautados em produções de outras regiões, não dão conta de compreender, conforme aponta Erick (2020, p. 37): “Os estudos que abordam os espaços de sociabilidade homossexual produzidos nas regiões Sul, Sudeste e Nordeste não contemplam outras regiões do país, principalmente a Amazônia em contexto interiorano e em situações etnicamente diferenciadas”.

Minhas vivências, desde a infância, vêm sendo marcadas pelo gênero, ou seja, por questões relacionadas “[...] ao caráter cultural das distinções entre homens e mulheres” (Pisticelli, 2009, p. 2), bem como por contextos de sociabilidade familiar permeados pelo uso e abuso de álcool e de outras substâncias psicoativas. Ao acionar memórias desse período da vida, algumas das questões abordadas pelos estudos de gênero e sexualidade durante o componente curricular denominado “Leituras em Antropologia: Gênero e Sexualidade”, cursado no doutorado em Antropologia, têm passado a fazer bastante sentido para mim. Ao longo da vida, muitos foram os episódios por mim vivenciados que envolvem essas questões. Lembro, por exemplo, que, durante a final da Copa do Mundo de Futebol de 1994, minha família reuniu amigos, vizinhos e familiares em casa para assistir à partida entre Brasil e Itália. Eu tinha apenas seis anos na época e quase nada entendia de futebol. Meu interesse naquela reunião barulhenta, regada a churrasco, bebidas alcoólicas e atenções voltadas para a transmissão televisiva, era apenas brincar com as outras crianças presentes.

A casa era grande, repleta de cômodos. A reunião acontecia no pátio, onde os adultos se concentravam ao redor da tevê, do freezer e da churrasqueira. As crianças, por sua vez, tratavam de explorar os demais ambientes da casa com brincadeiras de pega-pega e esconde-esconde. Em uma dessas brincadeiras, deparei-me com uma cena marcante: duas meninas parcialmente despidas se beijando dentro de um dos carros estacionados na garagem. Imediatamente parei, surpreso, e passei a observar a cena do lado de fora, através do vidro lateral do veículo. Elas se acariciavam e trocavam olhares apaixonados, como se imitassem uma cena de novela (ou de filme pornô). Minutos depois, uma mulher adulta, aparentemente alcoolizada, chegou repreendendo a situação, fazendo com que elas se vestissem e dispersando-as. No entanto, elas insistiram,

procurando outro lugar da casa para dar continuidade ao ato, até que seus responsáveis foram acionados e passaram a mantê-las sob constante supervisão durante o restante da reunião.

Hoje, questiono-me se a pessoa adulta envolvida naquele episódio teria adotado a mesma postura caso o flagrante envolvesse um menino e uma menina. As expectativas sociais heteronormativas operam em nossa sociedade desde a infância, determinando, já nessa fase da vida, o que são comportamentos considerados masculinos, destinados aos meninos, e femininos, atribuídos às meninas. Transgredir essas expectativas implica, frequentemente, ser alvo de repreensão (Paiva, 2020).

Em outra fase da vida, na adolescência, acumulam-se as lembranças relacionadas ao gênero e à descoberta da sexualidade. Lembro das comparações entre os tamanhos dos pênis durante os jogos de futebol entre amigos; das exposições dos pênis feitas por alguns deles no campinho, como estratégia de afirmação da masculinidade; das relações sexuais grupais envolvendo amigos e uma mulher mais velha naquele mesmo espaço; e dos comportamentos que destoavam da heteronormatividade, quase sempre recebidos com chacotas, repreensões e, não raras vezes, violência física.

Foi também nesse período que, aos 14 anos, tive os meus primeiros contatos com o uso de substâncias psicoativas. Desde então, nunca mais parei. Foi amor à primeira vista. Ou melhor, ao primeiro uso.

Nessa época, eu já vivenciava crises identitárias relacionadas à minha sexualidade. No entanto, por temer sofrer retaliações, jamais compartilhava meus desejos por meninos, revelando interesse apenas por meninas. O desafio de se adequar aos padrões de masculinidade no contexto das brincadeiras durante a infância e a adolescência é abordado por Paiva (2020) em sua “etnografia da performance identitária das travestis em contextos rurais e interioranos do sertão potiguar”. Ao rememorar sua infância, a autora afirma: “vivenciar a sociabilidade masculina, como brincar na rua com os garotos, foi uma experiência abrupta que me exigiu mudanças comportamentais, porque eu precisava minimamente, para sobreviver, me encaixar entre eles, embora eu nunca tivesse conseguido” (Paiva, 2020, p. 15).

A repressão de comportamentos associados ao feminino foi uma constante durante a minha infância e adolescência. Lembro-me de que, quando “desmunhecava” ou apresentava outros comportamentos associados ao feminino ao me comunicar, meus pais chamavam a minha atenção. Foi assim que cresci: por um lado, tendo parte da minha

sexualidade reprimida; por outro, entorpecendo-me com substâncias psicoativas em meio a uma educação familiar repressora.

Nesse contexto, meu pai incentivava o meu interesse pelo futebol — paixão que carrego até hoje. Contudo, ao mesmo tempo que estimulava esse envolvimento, também me assustava com atitudes violentas praticadas em eventos futebolísticos. Lembro-me, ainda na infância, da noite em que ele chegou alcoolizado do estádio, após o Clube do Remo ter sido campeão paraense, e deu tiros de revólver para o alto em comemoração. Quando íamos ao estádio, recordo-me também dos incentivos dele e de outros homens mais velhos para que eu xingasse o time ou a torcida rival com frases homofóbicas e sexistas (Silva, 2022).

Com a chegada da juventude, tanto o controle da minha sexualidade quanto o envolvimento com o futebol se intensificaram. Aos 15 anos de idade, passei a ter autonomia para sociabilizar com pessoas fora do controle familiar, podendo, a partir de então, construir relações sociais com variados corpos.

Igor Erick (2020), ao abordar as sexualidades e as sociabilidades homossexuais na Amazônia, analisa as influências das paisagens locais nas experiências sensoriais e corporais dos habitantes da região. Para o autor, “as paisagens, a emoção, a sensorialidade, a constituição dos corpos e os corpos desejados assumem, dessa forma, características intrínsecas que nos levam a compreender o conceito de paisagens do desejo” (Erick, 2020, p. 17). Pensar as sociabilidades homossexuais futebolísticas amazônicas a partir da noção de “paisagem do desejo” constitui uma possibilidade analítica para esta pesquisa. Inclusive, Erick (2020, p. 11) cita o “campo de futebol” entre esses lugares.

Já Bruno Rodrigues Carvalho Domingues (2021, p. 28) discute os entrelaçamentos entre sexualidade, cosmologias e relações entre humanos e não humanos para abordar o “cosmoerotismo amazônico”, por meio do acionamento do prazer homoerótico em contextos amazônicos, na perspectiva da conquista do parceiro sexual, através de fórmulas de uso corporal produzidas com vegetais e vestígios de animais encantados pela cosmovisão amazônica. Nos contextos das sociabilidades futebolísticas em Belém do Pará, é comum o uso de produtos semelhantes aos pesquisados por Domingues (2021), empregados para atrair sorte ou azar a determinado time. Ao refletir, ainda que preliminarmente, sobre os atravessamentos entre torcer e as sociabilidades homossexuais, podemos inferir que a dimensão cosmoerótica amazônica poderá subsidiar interpretações

etnográficas de episódios a serem observados ou relatados durante a pesquisa, envolvendo a conquista sexual em ambientes futebolísticos.

Thiago Oliveira (2022), ao abordar as experiências de pessoas LGBTI+ no contexto da urbanização do Alto Solimões, na tríplice fronteira entre Brasil, Peru e Colômbia, expõe os mecanismos institucionais utilizados pelo Estado brasileiro para o controle de corpos e afetos fortemente marcados pelo gênero e pela sexualidade. Ainda que, à primeira vista, a região pesquisada possa parecer hostil aos sujeitos que nela vivem, em razão da maciça presença militar e do controle estatal, Oliveira (2022), por meio de sua etnografia, demonstra que as pessoas LGBTI+ existem nesse contexto e vivenciam relações de afeto e diferentes formas de laços sociais com a comunidade local, realidade que guarda semelhanças com os ambientes futebolísticos investigados nesta pesquisa.

Com base nas produções citadas, este artigo, de caráter autoetnográfico, busca contribuir para os estudos sobre gênero, sexualidade e saúde coletiva na região amazônica.

Autoetnografia como ferramenta metodológica e terapêutica

A autoetnografia configura-se como uma estratégia metodológica relevante no âmbito das escritas antropológicas que expõem, por meio da escrita, conhecimentos produzidos por corpos cujas vivências são transversalizadas por marcadores sociais que produzem silenciamentos e opressões (Raimond *et al.*, 2020). Para além dos aspectos metodológicos, há de se considerar também o seu potencial terapêutico, conforme apontam Bandeira e Da Costa (2022, p. 124), ao afirmarem que “produzir a escrita autoetnográfica é um caminho sem volta. Uma volta feita de si, por si, para si, mas em consonância a outros mundos e realidades que nos são tocadas através das palavras”, bem como seu potencial de estímulo ao autoconhecimento (Magalhães, 2018).

Por se tratar de uma novidade epistemológica, esse método vem recebendo críticas na comunidade acadêmica, sobretudo em razão da alteridade radical que promove ao colocar o etnógrafo como sujeito de sua própria pesquisa. Em resposta àqueles que demonstram dificuldade em aceitar essa forma de fazer antropologia, pautada em vivências marcadas por posicionamentos políticos e opressões, Damásio (2022, p. 6) acertadamente argumenta: “Sabemos que não é possível fazer ciência sem posição. Percebemos o mundo, mas também somos percebidos. A ciência é feita com inúmeros marcadores sociais das diferenças, assim como nossos textos, escolhas teóricas e

metodológicas. A ciência tem classe, endereço, gênero, raça e sexualidade”. Trata-se de uma escrita pautada no processo intersubjetivo do próprio antropólogo (Versiani, 2002). Para Gama *et al.* (2021, p. 2):

Tais experiências em primeira pessoa, costumam provocar desestabilizações e tensionamentos em importantes pressupostos da ciência moderna, mesmo nas Ciências Sociais. E trazem para o debate questões como: quais são os limites da proximidade para a teorização social? O quão próximo podemos estar dos nossos temas de pesquisa, de análise e de reflexão? Podemos falar em primeira pessoa ou isto configura um viés de pesquisa? Estas são algumas perguntas que nos são postas frequentemente, quando abordamos a pesquisa qualitativa, e especial quando tratamos de produções autoetnográficas.

Trazer à tona, por meio da escrita de si, experiências pessoais como objeto de pesquisa pode incentivar, também sob uma perspectiva terapêutica, que outros pesquisadores externalizem suas próprias vivências por meio da escrita antropológica. Trata-se de um gesto que pode constituir um grito de liberdade diante das moralidades e dos ritos impostos pelo rigor científico pautado em bases eurocentradas, que, via de regra, impõem-nos uma escrita em terceira pessoa (Pereira, 2021).

Muitas vezes, todas(os) nós nos emudecemos, nos colocamos em terceira pessoa, citamos corpos outros, desconhecidos, e desvalorizamos as linhas constituídas a partir das inúmeras experiências que vivenciamos ao longo da vida e em nosso cotidiano (Pereira, 2021). No meu corpo, essa lógica já não faz sentido.

Gama (2020, p. 191) ressalta o caráter político e transgressor da pesquisa autoetnográfica ao não lidar com “dados”, mas sim com “experiências” de corpos cansados do silenciamento, dos traumas e da coação decorrente dos enquadramentos sociais. Nessa perspectiva, apresento, a seguir, um relato autoetnográfico de alguém que se cansou de omitir a própria identidade e o transtorno de saúde mental que o acomete há décadas diante de seus pares acadêmicos, grande parte dos quais é tão ou mais adoecida do que eu. Portanto, chega!

Saindo do armário acadêmico

“Não julguem, para que não sejam julgados”, disse Jesus.
Pois, da mesma forma que julgarem, vocês serão julgados;
a medida com que medirem será usada como medida para vocês.
Por que você repara no cisco no olho do seu irmão, mas não se dá conta da viga que está no seu próprio olho?
Como você pode dizer ao seu irmão: “Deixe-me tirar o cisco do seu olho”, quando há uma viga no seu?
Hipócrita, tire primeiro a viga do seu olho e, então, você verá claramente para tirar o cisco do seu irmão (Maté, 2024, p. 286).

Cansei de me esconder em uma sociedade adoecida por vícios variados — inclusive muitos dos meus pares acadêmicos (Gomes *et al.*, 2023). Após anos de sofrimento psíquico, descobri há pouco tempo que minha adicção possivelmente deriva de um Transtorno de Estresse Pós-Traumático em decorrência de abusos sexual e físico sofridos na infância. Sobre essa relação, afirma o médico húngaro-canadense Gabor Maté (2024, p. 215): “Populações de dependentes químicos se enquadram nos critérios diagnósticos de Transtorno de Estresse Pós-Traumático. [...] aqueles que sofreram violências tanto físicas quanto sexuais tinham pelo menos o dobro de chance de usar drogas do que aqueles que sofreram apenas um tipo de abuso”.

Durante a infância, sofri muita violência física por parte de meu pai quando ele estava alcoolizado e, recentemente, vieram à tona lembranças de episódios de abuso sexual praticados por ele nesse mesmo período. Hoje, venho trabalhando a superação desses traumas por meio da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), da psiquiatria e da Terapia de Referência em Adicção. Há inúmeras formas de a ciência nomear e compreender as pessoas acometidas por vícios; contudo, o que vivencio e sinto, física, mental e espiritualmente, leva-me a uma maior identificação com a abordagem apresentada no texto básico da Irmandade de Narcóticos Anônimos (1993, p. 2):

Quem é um adicto? A maioria de nós não precisa pensar duas vezes sobre esta pergunta. Nós sabemos! Toda a nossa vida e nossos pensamentos estavam centrados em drogas, de uma forma ou de outra — obtendo, usando e encontrando maneiras e meios de conseguir mais. Vivíamos para usar e usávamos para viver. Resumindo, um adicto é um homem ou uma mulher cuja vida é controlada pelas drogas. Estamos nas garras de uma doença contínua e progressiva, que termina sempre da mesma maneira: prisões, instituições e morte.

Algumas pesquisas em saúde mental costumam abordar essa comorbidade sob outras denominações. No entanto, por direito, escolho me reconhecer como uma Pessoa com Transtorno de Adicção. Outro aspecto importante é que, a meu ver, a antropologia é fundamental para a compreensão de uma condição cujas características centrais são a obsessão (mental), a compulsão (física) e o egocentrismo (espiritual).

As primeiras manifestações da adicção ocorreram na adolescência, porém os estímulos tiveram início muito antes, ainda na infância, quando meu pai e seus amigos me ofereciam copos de cerveja e achavam graça ao ver que eu os bebia até o fim e pedia mais. Mesmo criança, com aproximadamente seis anos, eu apreciava o sabor daquela bebida e de sua espuma. Aos 14 anos, já fazia uso de bebidas alcoólicas com meus

amigos; aos 15, passei a frequentar festas de música eletrônica e, nelas, a usar outras substâncias psicoativas. Nos primeiros anos, a sensação era maravilhosa. Todavia, por volta dos 20 anos, quando decidi parar e não consegui, iniciou-se o sofrimento psíquico que me acompanha até hoje.

Nas rodas de Narcóticos Anônimos, que passei a frequentar desde então, compreendi que o Transtorno de Adicção é uma doença que me torna egocêntrico, obsessivo e compulsivo em relação às substâncias psicoativas, mas que, quando não faço uso delas, tende a migrar para outros comportamentos, como compras, sexo, esportes, estudos e trabalho.

A adicção é uma doença crônica com características peculiares, visto que, ao contrário da maioria das demais doenças crônicas, nas quais a família e, por vezes, toda uma comunidade se mobilizam por meio da empatia e da solidariedade em apoio à pessoa acometida, o doente de adicção tende a ser isolado de seu meio social em razão dos estigmas que lhe são associados. Entre eles, destacam-se: “Drogado!”, “Irresponsável!”, “Manipulador!”, “Viciado!” e tantos outros.

Se eu pudesse escolher, certamente trocaria essa condição por outra doença crônica. Por uma daquelas em que as pessoas fazem publicações de apoio e promovem campanhas solidárias nas redes sociais. A minha, ao contrário, quando está ativa, promove o isolamento social, e isso dói na alma. Sim, a alma dói, e eu posso provar!

Outro sofrimento que carrego desde a infância diz respeito à minha identidade sexual. Quando criança, imaginava-me usando roupas íntimas femininas; na adolescência, masturbava-me tanto pensando em garotos quanto em garotas. Meus pais, ao perceberem esses comportamentos, como o “desmunhecar” — categoria local utilizada para qualificar pessoas que gesticulam excessivamente ao falar, associada a meninos e homens gays —, buscavam me reprimir quando estávamos a sós, dizendo que eu precisava corrigir minha postura ao me expressar em público. Outra forma de tentar apagar determinados comportamentos meus consistia em relatos de que pessoas gays do bairro onde eu morava estavam com AIDS e que, por isso, teriam uma morte bastante sofrida. Imaginem essas informações sendo processadas por uma mente em formação.

Apesar de tamanha repressão, ao completar 18 anos e conquistar maior autonomia para ir e vir, passei a ter relações sexuais com pessoas de diferentes gêneros. Entretanto, embora o desejo por ambos os gêneros estivesse presente, quando me relacionava com homens cis ou mulheres trans, nos dias seguintes, era tomado por um intenso sentimento de culpa e medo.

A adicção e a sexualidade entrecruzaram-se em minha trajetória. O prazer por mulheres cisgênero sempre existiu, mas o desejo por outros corpos também. Contudo, para me relacionar com esses outros corpos, necessito da substância psicoativa, fenômeno conhecido como *chemsex*.

Antes de prosseguir, permitam-me voltar aos meus nove anos de idade. Naquela época, vivenciei um episódio de adoecimento mental que me fazia ter medo da minha própria sombra, levando-me muito próximo da loucura. Até hoje, quando recaio no uso de substâncias psicoativas, meus familiares me alertam: “Cuidado pra tu não enlouquecer de vez”; “Lembra que quase ficastes doido na infância”, entre outras frases que ainda mexem profundamente comigo. Há décadas tento atribuir sentido ao que vivi naquele período.

Apesar dos desafios mencionados, venho conseguindo, ao longo da vida, manter-me produtivo tanto no âmbito profissional quanto no acadêmico. Já ocupei bons postos de trabalho, como durante a década em que percorri o país atuando como consultor em pesquisas arqueológicas, além de exercer os cargos de assessor parlamentar, projetista em gabinete de Secretário de Estado e, atualmente, professor da educação básica.

No que diz respeito à vida acadêmica, cursei a graduação e o mestrado em universidade pública e agora sigo no doutorado na mesma instituição. Até o ano de 2023, eu ainda romantizava os ambientes acadêmicos como espaços livres da psicofobia — preconceito e discriminação contra pessoas com transtornos mentais e deficiências psicossociais. Naquele mesmo ano, fui aprovado pela primeira vez no doutorado de um Programa de Sociologia e Antropologia da UFPA. Era um período conturbado, marcado pelo pós-pandemia da Covid-19 e pelo primeiro ano após o mandato de Jair Bolsonaro, político de ideais neofascistas. A pandemia alterou profundamente meu padrão de uso de substâncias psicoativas. Antes, o consumo ocorria principalmente em bares e outros contextos de sociabilidade. Com o isolamento social, passei a consumir quantidades maiores dentro de casa, trancado em meu quarto. Com o fim da pandemia, já não consegui retornar ao padrão anterior. Paralelamente, o mandato de Jair Bolsonaro intensificou meu envolvimento com a luta antifascista, contribuindo para o agravamento do meu adoecimento mental.

Esse cenário levou-me à necessidade de uma internação para cuidar da saúde mental. Foi então que ingressei, pela primeira vez, em uma Comunidade Terapêutica. O local divulgava, em propagandas televisivas, a oferta de tratamento realizado por uma equipe multiprofissional de saúde. Na prática, entretanto, havia apenas uma assistente

social, uma psicóloga que me atendia mensalmente e três reuniões diárias autogestionadas por nós, acolhidos, pautadas na “cura pela fé”, ou seja, fundamentadas na Bíblia Sagrada. Ali testemunhei diversas violações de direitos sofridas por outros colegas, o que me levou a abandonar o tratamento após 72 dias, embora a permanência prevista fosse de 180 dias.

Ao deixar a instituição, ingressei no Movimento da Luta Antimanicomial do Estado do Pará com o objetivo de denunciar práticas recorrentes em Comunidades Terapêuticas. Quando tentei retornar ao doutorado, veio o desencantamento com o meio acadêmico. A coordenação do Programa de Pós-Graduação (PPG) que eu cursava à época fez-me esperar mais de cem dias para uma reunião. Como se tamanha demora não bastasse, recordo-me daquela experiência traumática como se fosse hoje. Ao entrar na sala onde estavam a coordenadora e a vice-coordenadora do PPG, ambas, logo de início, com olhares e falas ríspidas, entregaram-me uma cópia dos regimentos do Programa e da Pós-Graduação da UFPA para, nas palavras da coordenadora, “eu ter ciência das minhas responsabilidades enquanto pós-graduando”. Ou seja, antes mesmo de me escutarem, deixaram claro que meu diagnóstico e minha demanda de retorno ao Programa não poderiam contrariar os ritos burocráticos da pós-graduação. Surpreso com aquela postura, tratei de encerrar a reunião o mais rapidamente possível, já decidido a abandonar aquele PPG.

Dias depois, retomei meu tratamento no Centro de Atenção Psicossocial para Usuários de Álcool e outras Drogas (CAPS AD), mantendo minha saúde estabilizada por vários meses. Passei o restante de 2023 dedicado apenas ao trabalho como professor da educação básica e desanimado em relação a um possível retorno à academia.

No ano seguinte, porém, fui incentivado por pessoas queridas a participar do processo seletivo de outro PPG. O resultado foi a aprovação em primeiro lugar no Programa de Pós-Graduação em Antropologia da UFPA. As aulas tiveram início no começo de 2025. No primeiro semestre daquele ano, cursei dois componentes curriculares, entre eles “Leituras em Antropologia: Gênero e Sexualidade”. Os debates promovidos nessa disciplina, ministrada pelo professor Dr. Fabiano Gontijo — meu orientador —, a partir da leitura de dissertações e teses sobre gênero e sexualidade em contextos interioranos, nas quais, em grande parte, os próprios autores eram sujeitos de suas pesquisas, estimularam-me a “sair do armário acadêmico”.

Quando as aulas terminaram, eu atravessava um dos períodos mais difíceis da minha vida. Estava com três meses de salários atrasados, havia perdido precocemente um familiar gay, aos 32 anos de idade, em decorrência da AIDS, minha mãe apresentava

sintomas depressivos e, para agravar a situação, eu estava havia três meses sem tratamento, em razão do estado de negação da doença. Esse conjunto de fatores levou-me a uma recaída no início de julho daquele mesmo ano.

A princípio, tentei enfrentar a recaída sozinho, buscando contê-la apenas por meio dos “evites” recomendados por Narcóticos Anônimos — evitar ambientes, pessoas e hábitos associados ao uso — e da medicação psiquiátrica. A estratégia, contudo, não funcionou. Após quinze dias em recaída, saí da casa da minha companheira, uma mulher cisgênero, e voltei a morar com minha mãe.

Durante esse período, tentei inúmeras vezes conseguir uma vaga para observação noturna — modalidade de internação com duração de até 14 dias — no CAPS AD Estadual, único serviço da região metropolitana de Belém do Pará, e também no Hospital de Clínicas Gaspar Vianna (HC), porém sem êxito. De toda a minha trajetória como pessoa com Transtorno de Adicção, qualifico essa como a pior recaída de todas, sobretudo porque encontrei fechadas todas as portas dos serviços aos quais recorri em busca de tratamento.

Com trinta dias de recaída, após perder dez quilos e apresentar picos diários de pressão arterial elevada, senti que estava morrendo e, por ironia do destino, decidi procurar uma Comunidade Terapêutica para me internar. Pesquisei inúmeras instituições, e uma delas, situada no distrito de Mosqueiro, em Belém (PA), chamou minha atenção por oferecer técnico de referência em dependência química, atendimento psicológico, psiquiátrico, terapia ocupacional, arteterapia, práticas esportivas, yoga e tai chi chuan.

Ao entrar em contato com a instituição, deixei claro que só aceitaria a internação caso fosse levado, às sextas-feiras, à Universidade Federal do Pará (UFPA) para cursar uma disciplina do doutorado. A proposta foi aceita.

Durante os 115 dias em que permaneci internado, todas as sextas-feiras, acompanhado pelo meu terapeuta de referência, percorria mais de 80 quilômetros até a UFPA para assistir à disciplina “Métodos Quantitativos de Antropologia”. Ao término das aulas, retornávamos à Comunidade Terapêutica.

Minha chegada à Comunidade Terapêutica ocorreu no dia 7 de agosto de 2025, no final da tarde. Meu sentimento era de frustração por precisar retornar a uma CT e, ao mesmo tempo, de ansiedade para verificar se a instituição realmente oferecia tudo o que havia sido informado por telefone. Para minha surpresa, a realidade correspondia ao que me fora apresentado. Senti-me acolhido desde o primeiro momento.

Diariamente, realizava atividades físicas, praticava musculação e yoga, assistia a duas aulas sobre ferramentas psicossociais para o manejo da adicção, participava de duas rodas de partilha de sentimentos e de uma atividade voltada à espiritualidade, além de ser acompanhado diariamente pelo meu terapeuta de referência. Semanalmente, fazia psicoterapia e participava de atividades de terapia ocupacional. Alimentava-me adequadamente, passava por consultas psiquiátricas mensais e, às sextas-feiras, era levado à Universidade Federal do Pará (UFPA) para cursar o doutorado. O principal, acima de tudo, foi não ter sido submetido nem testemunhado qualquer violação de direitos contra colegas acolhidos.

Durante as rodas de partilha de sentimentos, passei a expor o sofrimento psíquico relacionado à minha sexualidade, encorajando outros colegas a fazerem o mesmo a partir da identificação com minha fala. Alguns, inclusive, aguardavam o término das reuniões para me procurar em particular e compartilhar a angústia de também sentirem atração por homens, apesar de se identificarem socialmente como heterossexuais.

A “cereja do bolo”, contudo, veio durante as sessões de psicoterapia. Lembram do medo que eu tinha da minha própria sombra aos nove anos de idade e das constantes ameaças de meus familiares de que, caso continuasse fazendo uso de substâncias psicoativas, eu poderia enlouquecer de vez? Foi durante o processo psicoterapêutico que uma lembrança há muito esquecida emergiu.

No ano de 1997, meu pai (*in memoriam*), em um período em que estava desempregado, acompanhava um amigo que fazia entregas de marmitas em uma indústria de processamento de madeira, recebendo dele uma quantia pelo serviço. Eu, ainda criança, fazia questão de acompanhá-los. O veículo utilizado era uma Ford Pampa, com apenas dois lugares. Antes da partida, meu pai e seu amigo costumavam beber algumas cervejas. Durante o trajeto, eu precisava viajar sentado em seu colo. Ao som das músicas que tocavam no toca-fitas do carro, ele tinha ereções e me movimentava discretamente, segurando-me pela cintura, sobre seu pênis. Sem compreender o que estava acontecendo, eu apenas tentava olhá-lo discretamente, sem mover a cabeça.

Essa lembrança me libertou de um trauma que carreguei por 28 anos: não fiquei doido aos nove anos de idade, mas fui abusado sexualmente pelo meu pai naquela época, o que me levou a desenvolver medo da minha própria sombra.

No dia 3 de fevereiro de 2026, retornei à Comunidade Terapêutica — desta vez, simultaneamente como acolhido e pesquisador. Minha alta e o encerramento do trabalho de campo estão previstos para agosto do mesmo ano.

Ao constatar o trauma vivenciado na infância, meu terapeuta de referência sugeriu que eu escrevesse uma carta ao meu pai. Encerro este relato com esse exercício terapêutico:

Pai,

Escrevo estas palavras com um peso antigo no peito, sabendo que jamais terei as respostas que desejo no plano terrestre, mas também com algo novo: a vontade de encerrar um ciclo que marcou minha vida de maneira profunda. Você já não está aqui para ouvir o que digo e talvez nunca tivesse conseguido me escutar de verdade. De fato, nunca quis; ao invés disso, silenciava-me. Ainda assim, preciso falar.

O que você fez comigo foi errado. Machucou meu corpo, mutilou minhas emoções e me tornou um adulto que costuma viver na defensiva devido aos abusos físicos e sexuais. Passei anos tentando entender, tentando encontrar sentido para algo que jamais poderia tê-lo. Hoje entendo que o abuso é algo que não tem explicação que o justifique — e eu não escrevo para te absolver.

Mas, ao refletir sobre quem você foi e de onde você veio, percebi que você também carregava feridas, silêncios e um tipo de dor produzido por uma sociedade que reprime, distorce e sufoca. Não digo isso para diminuir o que vivi, e sim porque finalmente vejo que sua violência não nasceu do nada. Ela fez parte da sua socialização e da forma como você a projetou em mim.

É por enxergar isso — e somente por isso — que consigo dar um passo em direção ao perdão. Não um perdão que te inocenta, mas um perdão que me liberta. Recuso-me a carregar para sempre aquilo que não foi culpa minha. Recuso-me a deixar que seu erro defina quem eu sou.

Escolho perdoar porque quero seguir em frente. Porque preciso de paz. Porque minha vida é maior do que a dor que você deixou.

Que, onde quer que você esteja agora, exista espaço para o reconhecimento e o arrependimento. Ao mesmo tempo, desejo seguir encontrando força para reconstruir tudo aquilo que o abuso tentou destruir.

Adeus, pai.

Considerações finais

Expor dores, frustrações, ressentimentos e traumas por meio de uma escrita acadêmica autoetnográfica não foi nada fácil. Ao longo da escrita, senti vontade de chorar, entre outros incômodos físicos e psíquicos. Identifico-me como uma pessoa com

Transtorno de Adicção, cuja gênese remonta à infância, quando o contato precoce com o álcool foi incentivado por meu pai e seus amigos. O uso de substâncias intensificou-se e, aos vinte anos, somou-se ao intenso sofrimento psíquico que carrego há décadas, enquanto sigo em busca de recuperação, por meio da abstinência total.

Em Narcóticos Anônimos, venho aprendendo que a adicção é uma doença que também se expressa por meio de comportamentos compulsivos e obsessivos. Paralelamente, vivencio desde cedo conflitos relacionados à sexualidade: repressões familiares, medo, culpa e a articulação entre o desejo por diferentes corpos e o consumo de drogas, fenômeno conhecido como *chemsex*.

Em contrapartida, desvendar, por meio da psicoterapia, a motivação do adoecimento aos nove anos — interpretado pela família como indício de “loucura” — tem sido libertador. Sigo em busca de novas descobertas por meio da psicoterapia, da internação voluntária e da prática de um programa de 12 passos.

Que este texto possa inspirar outros colegas a saírem dos armários que os impedem de viver suas vidas com paz, serenidade e plenitude. Finalizo com as palavras de Gabor Maté (2024, p. 317): “Quanto mais desumanizamos e desprezamos os usuários de substâncias, mais impossível se torna implementar uma política útil [...] Em outras palavras, precisamos pensar fora da caixa. O sistema que temos não funciona – nem para o viciado, nem para a sociedade – e precisa ser transformado”.

Referências bibliográficas

ANÔNIMOS, Narcóticos. *Texto básico*. Tradução da 5. ed. do livro *Narcotics Anonymous*. Chatsworth: NAWS, Inc., 1993.

BANDEIRA, Keiliane de Lima; COSTA, Kamilla Sastre da. Mulheres com deficiência na Amazônia: a autoetnografia como recurso metodológico para narrar histórias invisibilizadas. *Horizontes Antropológicos*, Porto Alegre, v. 28, n. 64, p. 121-141, 2022.

BELAUNDE, Luisa Elvira. Resguardo e sexualidade(s): uma antropologia simétrica das sexualidades amazônicas em transformação. *Cadernos de Campo*, São Paulo, n. 24, p. 538-564, 2015.

DAMÁSIO, Ana Clara. Isso não é uma autoetnografia. *Mediações*, Londrina, v. 27, n. 3, p. 1-14, 2022.

DOMINGUES, Bruno Rodrigo Carvalho. *Tem feitiço nessa esquina!:* cosmoerotismo, cidade e dinâmicas coloniais na Amazônia paraense. 2022. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2022.

ERICK, Igor. *Entre corpos, sensações e paisagens: reflexões sobre a diversidade sexual e de gênero no interior da Amazônia*. 2020. Dissertação (Mestrado em Antropologia) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Pará, Belém, 2020.

GAMA, Fabiene. A autoetnografia como método criativo: experimentações com a esclerose múltipla. *Anuário Antropológico*, Brasília, v. 45, n. 2, p. 188-208, 2020.

GAMA, Fabiene; RAIMONDI, Gustavo Antonio; BARROS, Nelson Filice de. Apresentação: autoetnografias, escritas de si e produções de conhecimentos corporificadas. *Sexualidad, Salud y Sociedad (Rio de Janeiro)*, Rio de Janeiro, n. 37, e21300, 2021.

GUERRA, Verônica Alcântara. *Sou salobra: travestilidade, lazer e sociabilidade no litoral norte da Paraíba*. 2015. Dissertação (Mestrado em Antropologia) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia, Departamento de Ciências Sociais, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2015.

GOMES, Lucélia Maria Lima da Silva; LEITÃO, Heliane de Almeida Lins; SANTOS, Kyssia Marcelle Calheiros; ZANOTTI, Susane Vasconcelos. Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. *Educação em Revista*, Belo Horizonte, v. 39, e40310, 2023.

GONTIJO, Fabiano; COSTA, Francisca Célia da Silva. “Ser traveco é melhor que mulher”: considerações preliminares acerca das discursividades do desenvolvimentismo e da heteronormatividade no mundo rural piauiense. *Bagoas*, Natal, v. 6, n. 8, p. 171-186, 2012.

GONTIJO, Fabiano; ERICK, Igor. Diversidade sexual e de gênero e pertencimento étnico na Amazônia brasileira. *Contemporânea*, São Carlos, v. 10, n. 1, p. 57-80, 2020.

GONTIJO, Fabiano. Por uma antropologia antinormativa, pública e comprometida: algumas considerações sobre a diversidade sexual e de gênero no Brasil. *Amazônica: Revista de Antropologia*, Belém, v. 15, n. 2, p. 50-72, 2023.

MAGALHÃES, Célia Elisa Alves de. Autoetnografia em estudos da linguagem e áreas interdisciplinares. *Veredas – Revista de Estudos Linguísticos*, Juiz de Fora, v. 22, n. 1, p. 17-33, 2018.

MATÉ, Gabor. *Vício: o reino dos fantasmas famintos*. Rio de Janeiro: Sextante, 2024.

OLIVEIRA, Jainara Gomes de. *Regimes de visibilidade e reconhecimento dos modos de vida de mulheres maduras que se relacionam afetiva e/ou sexualmente com mulheres em João Pessoa, PB*. 2020. Tese (Doutorado em Antropologia Social) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2020.

OLIVEIRA, Thiago. *Formas de ocupar o impossível: corpo, afeto e transformação social no processo de urbanização da Tríplice Fronteira Amazônica*. 2022. Tese (Doutorado em Ciências – Antropologia Social) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022.

PAIVA, Pietra Conceição Azevedo da Silva. *“As travas de jardim são unidas”*: etnografia da performance identitária das travestis em contextos rurais e interioranos do sertão potiguar. 2020. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020.

PEREIRA, Flávia Liparini; BARROS, Nelson Filice de. Escrita autoetnográfica e performática do silenciamento, embaçamento e colonização dos nossos corpos. *Sexualidad, Salud y Sociedad*, Rio de Janeiro, n. 37, e21308, 2021.

PISCITELLI, Adriana. Gênero: a história de um conceito. In: ALMEIDA, Heloisa Buarque de; SZWAKO, José Eduardo (orgs.). *Diferenças, igualdade*. São Paulo: Berlendis & Vertecchia, 2009. p. 116-148.

RAIMONDI, Gustavo Antonio; MOREIRA, Claudio; BRILHANTE, Aline Veras; BARROS, Nelson Filice de. A autoetnografia performática e a pesquisa qualitativa na Saúde Coletiva: (des)encontros método+lógicos. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 36, n. 12, e00095320, 2020.

SILVA, Felipe Carlos Damasceno e. *“E quando não é na carteirada é no grito, na porrada”*: poder e masculinidades em meio ao torcer para o Clube do Remo-PA durante a pandemia da Covid-19. 2022. Dissertação (Mestrado em Antropologia) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Pará, Belém, 2022.

VARJÃO, João Victor Gomes. *Andando junto*: relacionalidade LGBTQ+ e o parentesco “passivo” na Companhia de Teatro Drama em Juazeiro da Bahia. 2021. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2021.

VERSIANI, Daniela Beccaccia. Autoetnografia: uma alternativa conceitual. *Letras de Hoje*, Porto Alegre, v. 37, n. 4, p. 57-72, 2002.