

# iscte

INSTITUTO  
UNIVERSITÁRIO  
DE LISBOA

---

Feminismo e Prazer na Sexualidade Feminina

Isabel Tavares da Cruz

Mestrado em Psicologia Comunitária e Proteção de Crianças e Jovens em Risco

Orientador:

Professor João Manuel de Oliveira, Professor Auxiliar,  
ISCTE-IUL - Instituto Universitário de Lisboa

Outubro, 2024



CIÊNCIAS SOCIAIS  
E HUMANAS

---

Departamento Psicologia Social e das Organizações (DPSO)

Feminismo e Prazer na Sexualidade Feminina

Isabel Tavares da Cruz

Mestrado em Psicologia Comunitária e Proteção de Crianças e Jovens em Risco

Orientador:

Professor João Manuel de Oliveira, Professor Auxiliar,  
ISCTE-IUL - Instituto Universitário de Lisboa

Outubro, 2024

*A todas as mulheres que lutaram, lutam e lutarão por nós.*



## **Agradecimentos**

Antes de mais gostaria de agradecer a todas as participantes deste estudo por terem auxiliado na concretização do mesmo. São mulheres feministas que são vocais sobre os seus direitos e que lutam por todos que fazem com que a luta pela igualdade continue e seja cada vez mais ouvida. Quero agradecer também ao meu orientador, Professor João Manuel de Oliveira, porque sem ele este tema não seria possível explorar. Pelo seu acompanhamento, orientação e apoio, foi possível reunir as condições para concretizar e concluir este trabalho com enorme satisfação.

Numa nota mais pessoal, quero agradecer aos meus pais e irmã que me incentivaram, desde sempre, a seguir o meu caminho, independentemente das adversidades que eu poderia e poderei tropeçar sobre. Obrigada a eles por me darem todas as oportunidades que puderam para que eu conseguisse alcançar todas as etapas que ambicionava alcançar. Às minhas amigas, obrigada a todas vocês, que são mulheres e que sabem o que é crescer num mundo onde ser mulher é uma luta constante e obrigada por me deixarem crescer ao vosso lado e por me ensinarem a ser a mulher que eu sempre precisei e quis ser. Obrigada ao meu companheiro de todas as horas, que me viu a superar fases difíceis da minha vida que eu tive em tão pouco tempo e que me incentivou todos os dias a ser a melhor versão de mim mesma e a lutar pelos meus sonhos. Por fim, obrigada a mim, que sei que sou difícil, mas que lutei para lá de tudo e todos para conseguir fazer com que isto acontecesse.



## Resumo

Este estudo foca-se em perceber como é que a autoidentificação feminista e a autodeterminação das mulheres influenciam uma sexualidade mais satisfatória e autêntica. Por meio de entrevistas qualitativas, são exploradas questões como o impacto dos media e da pornografia na autoimagem feminina e nas expectativas sexuais, especialmente sob o prisma de uma sexualidade frequentemente voltada ao prazer masculino. Em paralelo, este estudo também enfatiza a necessidade de uma educação sexual inclusiva e equilibrada, que incorpore o prazer feminino e o consentimento como parte central do desenvolvimento pessoal e relacional.

Este estudo contribui para um entendimento mais profundo das dinâmicas contemporâneas que afetam a identidade e a expressão sexual feminina, evidenciando o feminismo como um vetor de transformação e inclusão, mas também como um movimento que enfrenta desafios novos e complexos.

Palavras-chave: feminismo, sexualidade, prazer, media, pornografia, conservadorismo

Categorias e Códigos de Classificação (APA):

**2970** Sexo & Papéis de Género,

**3040** Perceção Social & Cognição



## **Abstract**

This study focuses on how feminist self-identification and women's self-determination influence a more fulfilling and authentic sexuality. Through qualitative interviews, it explores issues such as the impact of media and pornography on women's self-image and sexual expectations, particularly through the lens of a sexuality often oriented toward male pleasure. In parallel, this study also emphasizes the need for an inclusive and balanced sexual education that incorporates female pleasure and consent as central aspects of personal and relational development.

This study contributes to a deeper understanding of contemporary dynamics affecting female identity and sexual expression, highlighting feminism as a vector of transformation and inclusion while also acknowledging it as a movement facing new and complex challenges.

**Keywords:** feminism, sexuality, pleasure, media, pornography, conservatism

**Categories and Classification Codes (APA):**

**2970** Sex & Gender Roles

**3040** Social Perception & Cognition



# Índice

Agradecimentos	I
Resumo	III
Abstract	V
Introdução	
Capítulo 1. Revisão de Literatura	3
2.1. Feminismo	3
2.1.1. A Evolução do Feminismo	3
2.1.2. Feminismo em Portugal	7
2.1.3. A Representação da Mulher nos Media	9
2.2. Sexualidade Feminina	10
2.2.1. Evolução da Sexualidade Feminina	11
2.2.2. A Influência dos Media no Bem-Estar das Mulheres	13
Capítulo 2. Método	17
2.1. Objetivos	17
2.2. Participantes	17
2.3. Procedimento	18
2.4. Método de Recolha	19
2.5. Método de Análise	19
Capítulo 3. Resultados	21
3.1. A Representação das Mulheres nos Media	21
3.2. Feminismo como Movimento Empoderador	24
3.3. Sexualidade	27
Capítulo 4. Discussão	33
Referências Bibliográficas	37



## Introdução

O papel e a representação das mulheres na sociedade evoluíram significativamente ao longo das últimas décadas, sendo continuamente moldados por fatores culturais, sociais, políticos e midiáticos. A construção e a transformação da imagem feminina refletem-se especialmente nos media e na sexualidade feminina, onde normas de género rígidas e estereótipos de beleza têm contribuído para uma imagem de subalternização das mulheres. Esse fenómeno é intensificado pela influência dos media e pela disseminação de conteúdos através da internet, moldando perceções sobre o corpo feminino e criando expectativas sobre o comportamento sexual das mulheres. Em paralelo, o movimento feminista foi uma força central na emancipação e no empoderamento feminino, desafiando as representações tradicionais e promovendo a autonomia das mulheres. No entanto, o feminismo contemporâneo também enfrenta novas tensões internas e críticas externas, especialmente devido à emergência de vertentes mais extremistas e exclusivistas. Este estudo propõe-se a examinar a evolução da representação da mulher nos media e da sua sexualidade, assim como o impacto do feminismo na construção de novas narrativas femininas e nos desafios que surgem na atualidade.

A relevância deste estudo reside na necessidade de compreender como as representações midiáticas e o movimento feminista impactam a identidade e a autonomia feminina numa era marcada pela hiperconectividade e pela sobreposição de múltiplas normas culturais. O impacto da pornografia mainstream e das redes sociais na perceção da sexualidade feminina e nos padrões de beleza torna-se um tema crucial para entender as pressões que moldam o comportamento e as escolhas das mulheres. Além disso, explorar as tensões e desafios internos que o feminismo enfrenta atualmente permite uma análise mais ampla e inclusiva sobre as várias experiências femininas, promovendo um entendimento mais profundo das dinâmicas de poder e da luta por igualdade de género.

Historicamente, a imagem da mulher foi moldada por representações de género que a restringiam ao espaço doméstico e à subordinação, como esposa e mãe, reforçando uma moralidade de modéstia e dependência. A partir do século XX, essas representações começaram a ser desafiadas pelo movimento feminista, que emergiu com força na luta pelos direitos civis, políticos e reprodutivos, especialmente com a segunda vaga feminista das décadas de 1960 e 1970. Autoras como Simone de Beauvoir (1949) e Betty Friedan (1963) questionaram as normas patriarcais, propondo a autonomia e a igualdade de direitos para as mulheres. No entanto, a sexualização da mulher permanece, especialmente na cultura popular e nos media,

onde o olhar masculino (*male gaze*) se tornou uma crítica central, conforme teorizado por Laura Mulvey (1975).

Com o advento da internet e a expansão dos media na internet nas décadas de 1980 e 1990, as pressões sobre o corpo feminino intensificaram-se. A facilidade de acesso a conteúdos pornográficos heteronormativos e mainstream moldou as percepções do comportamento sexual e influenciou as dinâmicas de poder nas relações íntimas, frequentemente em detrimento da autonomia feminina, promovendo uma representação subordinada das mulheres. O movimento feminista, por sua vez, trouxe novas abordagens interseccionais, propondo uma visão que inclui raça, classe e orientação sexual, o que ajudou a desconstruir visões homogêneas e heteronormativas sobre a mulher.

O problema central deste estudo reside na análise de como as mudanças culturais e tecnológicas influenciaram a representação da mulher diariamente e a evolução da sua sexualidade, num contexto onde o feminismo desempenha um papel crucial na construção de novas narrativas de autonomia e empoderamento. Assim, este estudo busca responder à seguinte questão central: "Como é que a identificação como feministas e a autodeterminação das mulheres implica numa melhor sexualidade das mulheres?".

Este estudo tem como objetivo geral compreender as dinâmicas de representação e evolução da mulher nos media, a partir de uma perspectiva feminista e histórica, identificando os impactos e desafios que moldam a identidade e a autonomia feminina.

Os objetivos específicos incluem perceber se a exploração do feminismo impacta a predisposição da mulher para explorar o seu corpo em busca do prazer; compreender se uma maior confortabilidade com a exploração da intimidade da mulher influencia a intensidade do prazer; e entender se a visão do corpo da mulher representada nos media (e.g., pornografia, filmes, vídeos, livros) influencia o modo como o indivíduo percebe o seu próprio prazer.

Esta estrutura visa oferecer uma análise detalhada e fundamentada da evolução da mulher na história e na sociedade contemporânea, destacando o papel dos media e do feminismo na construção de uma identidade feminina autónoma e plural.

## Revisão de Literatura

### 2.1. Feminismo

Nos dias que correm, o feminismo está cada vez mais presente na defesa dos direitos humanos, na liberdade de expressão da mulher e na igualdade de gênero, sendo que todas estas questões começam com o feminismo (Ferree & Tripp, 2006; Grewal, 1999).

Apesar da multiplicidade de concepções sobre o feminismo, no nosso entender, o feminismo é um movimento social e político que tem como objetivo a igualdade de direitos entre os gêneros, combatendo as desigualdades e opressões que afetam principalmente as mulheres (Banaszak, 1996). Desde a sua emergência, o feminismo passou por diversas vagas e transformações, refletindo as mudanças sociais e culturais ao longo do tempo (Rampton, 2015). Para compreender a complexidade e a diversidade do feminismo (Oliveira, 2017), é essencial explorar a sua evolução histórica e teórica, bem como as suas principais correntes de pensamento e as críticas que enfrenta.

#### 2.1.1. A Evolução do Feminismo

O movimento feminista pode ser rastreado até o final do século XVIII, com a publicação de obras fundamentais como "*A Vindication of the Rights of Woman*" de Mary Wollstonecraft, escrita em 1792 (Wollstonecraft, 2016), que criticava a ausência de acesso das mulheres à educação e a posição social inferiorizada das mulheres na sociedade. A autora argumenta, nesta obra, que as mulheres não são naturalmente inferiores aos homens, mas que a sua aparente inferioridade é resultado da falta de acesso à educação (Taylor, 2003). Ela criticava vigorosamente o sistema educacional da época, que se concentrava em ensinar às mulheres apenas habilidades domésticas e valores que reforçavam a sua subordinação aos homens. Assim, Wollstonecraft defendia que as mulheres deveriam receber uma educação racional, que lhes permitisse desenvolver plenamente as suas capacidades intelectuais e participar ativamente na vida pública (Botting, 2012). A autora também abordou a forma como as mulheres eram socialmente condicionadas a depender dos homens, tanto econômica quanto emocionalmente, e como essa dependência perpetuava a sua subordinação. Wollstonecraft argumentava que uma verdadeira igualdade entre os sexos só seria possível se as mulheres fossem tratadas como seres racionais e tivessem a oportunidade de exercer a sua autonomia em igualdade de condições com os homens. Assim, a sua obra não questionava apenas as normas sociais da época, mas também lançava as bases para o desenvolvimento posterior do pensamento feminista, ao propor a

igualdade de direitos e oportunidades como um objetivo fundamental (Botting, 2012; Taylor, 2003).

No entanto, foi no final do século XIX e início do século XX que o feminismo se começou a organizar politicamente, dando origem à primeira vaga feminista (Offen, 1988). Esta fase foi marcada pela luta pelo sufrágio feminino, com figuras icónicas como Emmeline Pankhurst liderando campanhas e protestos que culminaram na conquista do direito ao voto para mulheres em diversos países (Bartley, 2012; Zacharis, 1971). Também se lutou para que as mulheres tivessem o direito de possuir propriedade e de trabalhar em condições dignas. Antes deste movimento, em muitos países, as mulheres casadas não tinham o direito de possuir bens em seu nome, e os seus salários eram, em grande parte, controlados pelos seus maridos (Christine Anderson, 2018; Rupp, 1992).

A segunda vaga feminista, que emergiu nas décadas de 1960 e 1970, expandiu o foco para além dos direitos legais e políticos, abordando questões como a igualdade no local de trabalho, os direitos reprodutivos e a desconstrução dos papéis de género. Textos como *The feminine mystique* (1963), de Betty Friedan, e *O segundo sexo* (1949), de Simone de Beauvoir, tornaram-se fundamentais para esta fase do feminismo, que também viu o surgimento de movimentos como o Movimento de Libertação das Mulheres

Em *O segundo sexo*, Simone de Beauvoir (1949) realiza uma análise filosófica e existencialista sobre a condição da mulher na sociedade. De Beauvoir dissecou a construção social da feminilidade, mostrando como a cultura e as instituições perpetuam a opressão das mulheres, confinando-as a papéis subalternos. Uma das ideias mais influentes do livro é a famosa frase "Não se nasce mulher, torna-se mulher", que ilustra como a identidade feminina é moldada por pressões sociais e culturais, e não por determinismos biológicos. Ou seja, não há a lógica do corpo como um destino. O corpo é parte de uma experiência social complexa no processo de devir mulher.

Já em *The feminine mystique*, Betty Friedan (1963) foca-se na experiência das mulheres americanas da classe média pós-Segunda Guerra Mundial, que se sentiam insatisfeitas e aprisionadas pelos papéis domésticos impostos pela sociedade. Friedan identifica e critica o que chamou de "o problema sem nome" – a sensação de vazio e falta de realização que muitas mulheres sentiam ao limitarem-se exclusivamente aos papéis de esposa e mãe. Friedan argumenta que essa insatisfação generalizada era resultado das expectativas sociais que negavam às mulheres oportunidades de desenvolvimento pessoal e profissional, e chamou a atenção para a necessidade de mudanças estruturais que permitissem às mulheres alcançar uma vida plena e significativa fora do âmbito doméstico.

O Movimento de Libertação das Mulheres, surgiu como uma resposta às questões levantadas pelas obras supramencionadas. Este movimento, que ganhou força principalmente durante as décadas de 1960 e 1970, foi caracterizado por uma abordagem mais radical e ativista em relação aos direitos das mulheres. Assim, procurou-se não apenas reformas legais, mas, também, uma transformação profunda das estruturas sociais que sustentavam a opressão de género (Ryan, 2013).

O movimento criticava na cultura patriarcal as suas múltiplas manifestações – desde a família e a educação até ao mercado de trabalho e a sexualidade – e procurava uma reavaliação completa dos papéis de género. Entre as suas principais exigências estavam o direito ao aborto, a igualdade salarial, o combate à violência doméstica e sexual, e uma maior representação política para as mulheres. O Movimento de Libertação das Mulheres também deu origem a uma série de protestos e novas formas de organização feminista, que influenciaram profundamente a sociedade e a política em muitos países (Evans, 2010).

Esta vaga incentivou debates sobre a sexualidade, a família, e a opressão estrutural, ampliando a compreensão das múltiplas dimensões da desigualdade de género.

Na década de 90, o feminismo entrou na sua terceira vaga, caracterizada por uma maior diversidade e inclusão. O feminismo da terceira vaga foi marcado por críticas sobre as limitações das vagas do feminismo anteriores, enfatizando a necessidade de considerar as interseções entre género, raça, classe, orientação sexual e outras identidades. Autoras como Kimberlé Crenshaw (1989) e Patricia Hill Collins (1998) foram pioneiras ao introduzir e desenvolver o conceito de interseccionalidade, uma abordagem teórica que examina como diferentes formas de opressão - como racismo, sexismo, classismo entre outras - se sobrepõem e interagem para criar experiências únicas de marginalização para indivíduos e grupos sociais. Estas autoras destacaram a necessidade de uma análise mais complexa das desigualdades sociais, indo além das perspetivas unidimensionais que consideram apenas uma forma de opressão por vez.

Kimberlé Crenshaw, uma jurista, foi quem cunhou o termo "interseccionalidade" em 1989, no seu ensaio *Demarginalizing the intersection of race and sex: A black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics*". Crenshaw utilizou o conceito para descrever como as leis antidiscriminatórias, que geralmente tratam de raça e género como categorias separadas, falham em proteger adequadamente as mulheres negras, que são marginalizadas em ambas as frentes. Crenshaw ilustrou este conceito usando exemplos de casos legais nos Estados Unidos onde as reivindicações de discriminação baseadas em raça e género foram tratadas de forma independente, ignorando a maneira como estes aspetos

interagem para criar uma forma distinta de discriminação. No artigo, *Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color*" (1993), Crenshaw expandiu o conceito, aplicando-o à violência contra as mulheres de cor, destacando como a interseccionalidade é fundamental para entender as dinâmicas complexas que moldam as vidas das pessoas que ocupam múltiplas posições de subordinação.

Patricia Hill Collins (1990) é uma socióloga norte-americana e feminista conhecida pelas suas contribuições ao feminismo negro e pela formulação do conceito de matriz de dominação. Esta matriz descreve como diferentes formas de opressão — como racismo, sexismo, classismo e homofobia — se entrelaçam para criar uma rede de dominação que afeta de maneira diferenciada pessoas em diferentes posições sociais. A matriz de dominação ajuda a compreender como uma mulher negra, por exemplo, não vivencia apenas a opressão de género, mas também a de raça e, potencialmente, de classe e sexualidade, tudo de forma interconectada. O seu trabalho no campo da interseccionalidade expandiu a compreensão de como variadas formas de opressão afetam as mulheres, especialmente as negras. Na sua obra mais famosa, *Black feminist thought in the matrix of domination* (1990), esta argumenta que o conhecimento produzido pelas mulheres negras, frequentemente ignorado pela academia e pela sociedade, é uma ferramenta vital para a resistência e a emancipação. Collins também tem contribuições significativas para o debate sobre a sexualidade no feminismo, especialmente em relação à forma como a sexualidade das mulheres negras foi historicamente controlada e estereotipada. Ela analisa como os estereótipos de género e raça — como o da "mulher negra hipersexualizada" — foram utilizados para oprimir as mulheres negras. Para ela, é fundamental desafiar estes estereótipos e lutar por uma visão de sexualidade que seja mais inclusiva e respeite as diversidades de experiência. Patricia Hill Collins é crucial para o feminismo visto que as suas teorias ampliam a compreensão do que significa ser mulher em diferentes contextos sociais, especialmente para aquelas que enfrentam múltiplas formas de opressão. As suas contribuições permitem que o feminismo seja mais inclusivo e interseccional, reconhecendo que nem todas as mulheres experimentam o sexismo da mesma maneira.

A contribuição de Kimberlé Crenshaw e Patricia Hill Collins importa porque ambas desafiaram as abordagens tradicionais dentro do feminismo e dos movimentos de justiça social, que frequentemente desconsideravam as experiências das mulheres negras. Foram fundamentais ao demonstrar que as opressões não ocorrem de forma isolada, mas que se entrelaçam, criando camadas adicionais de marginalização que necessitam de intervenção e combate de maneira integrada.

A quarta vaga do feminismo é uma fase do movimento feminista que começou aproximadamente no final dos anos 2000 e continua até aos dias atuais. Esta vaga é caracterizada pela utilização intensa das tecnologias e das redes sociais para a disseminação de ideias feministas, organização de movimentos e campanhas de ativismo. Além disso, a quarta vaga é marcada por uma forte ênfase na interseccionalidade, na inclusão de diversas identidades de género e orientações sexuais, e no combate à violência contra as mulheres, assédio sexual, e misoginia, tanto online quanto offline. Esta vaga distingue-se das anteriores pelo uso abrangente da internet e das redes sociais como ferramentas de ativismo feminista. Plataformas como Twitter, Facebook, Instagram, e YouTube tornaram-se canais vitais para mobilizar, educar e disseminar informações sobre questões feministas. Campanhas como *#MeToo*, *#TimesUp*, *#NiUnaMenos*, entre outras, ganharam força global, destacando o impacto do ativismo digital na conscientização e combate à violência de género. É também enfatizada a importância de uma abordagem interseccional, reconhecendo que diferentes formas de opressão - como racismo, classismo, capacitismo, e homofobia - se sobrepõem e interagem de maneiras complexas. Isto significa que esta vaga procura ser mais inclusiva, representando não apenas mulheres brancas e heterossexuais, mas também mulheres negras, indígenas, LGBTQIA+, pessoas com deficiência, e outras minorias. Adicionalmente, é adotado um conceito mais amplo de feminismo que inclui não apenas mulheres cisgénero, mas também pessoas transgéneras, pessoas não-binárias, e outras identidades de género, reconhecendo que todas essas pessoas podem sofrer com o patriarcado e o sexismo de maneiras diferentes. Por fim, outro aspeto da quarta vaga é o foco na igualdade de género no local de trabalho, incluindo campanhas para a igualdade salarial, licença parental justa e o combate à discriminação de género. Além disso, a cultura de cancelamento e a chamada *accountability* (responsabilização) também fazem parte das discussões contemporâneas, pressionando por mudanças e transparência tanto em figuras públicas quanto em corporações.

### **2.1.2. Feminismo em Portugal**

O movimento feminista em Portugal tem uma história rica e multifacetada, que se desenvolveu em diferentes contextos políticos e sociais ao longo dos séculos. A emergência do feminismo em Portugal pode ser analisada em três fases principais: antes da ditadura, durante a ditadura do Estado Novo (1933-1974), e após a Revolução dos Cravos em 1974.

Antes da ditadura do Estado Novo, o movimento feminista em Portugal começou a ganhar força no final do século XIX e início do século XX, em sintonia com as influências das correntes feministas europeias e internacionais. Inspirado pelo movimento sufragista, que reivindicava o

direito ao voto como um passo crucial para a igualdade, o feminismo português teve figuras proeminentes como Carolina Beatriz Ângelo, Ana de Castro Osório e Maria Veleda. Carolina Beatriz Ângelo, aproveitando uma brecha na lei, tornou-se a primeira mulher a votar em 1911, um marco que sublinhava o apelo por direitos políticos igualitários. Ana de Castro Osório, frequentemente chamada de "mãe do feminismo português", foi uma das vozes mais ativas na defesa da igualdade e na criação de associações feministas, bem como na produção de literatura que defendia os direitos das mulheres. A educadora e ativista Maria Veleda defendia a educação como o caminho para a emancipação feminina, acreditando que a instrução era fundamental para libertar as mulheres da opressão patriarcal. Assim, para essas pioneiras, além da luta pelo sufrágio, a educação e o acesso aos direitos civis eram temas centrais que definiram o desenvolvimento do feminismo português nessa fase inicial (Tavares, 2011).

Durante a ditadura do Estado Novo, o movimento feminista foi fortemente reprimido pelo regime de António de Oliveira Salazar, que promovia uma ideologia conservadora e patriarcal centrada na família e no papel tradicional da mulher como esposa e mãe. Essa visão foi reforçada pelas políticas e legislação do Estado Novo, que restringiam as oportunidades das mulheres no emprego e na educação, consolidando uma estrutura social na qual a mulher era vista como submissa e dependente do homem. Como apontam Banaszak e colaboradores (2003), regimes autoritários tendem a controlar e limitar movimentos feministas para garantir a estabilidade da ideologia patriarcal. No entanto, apesar das severas restrições, algumas mulheres continuaram a lutar pelos direitos femininos em condições clandestinas. Maria Lamas foi uma das poucas a desafiar o regime publicamente. No seu livro *As mulheres do meu país* (1950), documentou as vidas das mulheres em diferentes contextos sociais, denunciando a opressão e as condições de vida das portuguesas. Natália Correia também usou sua obra literária para resistir ao regime, criticando as restrições impostas às mulheres através de poesia e ensaios. O lançamento de *Novas cartas portuguesas* (1972), de Maria Isabel Barreno, Maria Teresa Horta e Maria Velho da Costa — conhecidas como as “Três Marias” — marcou uma grande virada. Inspirado nas *Cartas portuguesas* do século XVII, o livro criticava a sociedade patriarcal e a censura do Estado Novo, abordando temas tabus como a opressão feminina e a sexualidade. A obra foi censurada pelo regime, e suas autoras enfrentaram um julgamento que gerou um movimento internacional de solidariedade e colocou o feminismo português em evidência global como uma luta contra a opressão política e social.

Com a Revolução dos Cravos em 1974, que pôs fim ao Estado Novo, o feminismo português entrou numa nova fase de ativismo e conquista de direitos. A Constituição de 1976 consagrou a igualdade de género, abrindo caminho para reformas significativas nas áreas do

trabalho, da educação e dos direitos civis, refletindo as ideias de Banaszak (1996) sobre a importância de condições políticas favoráveis para o sucesso dos movimentos sociais. Entre as conquistas do feminismo pós-revolução está a despenalização do aborto, que após um referendo nacional foi legalizado em 2007 até às 10 semanas de gestação (Oliveira, 2009). Durante as décadas de 1980 e 1990, o movimento feminista concentrou-se na luta contra a violência doméstica e de género, culminando em legislações específicas e medidas de proteção para as mulheres vítimas de violência. O feminismo contemporâneo em Portugal, enquanto lida com novas questões, continua a construir-se sobre a base deixada por essas gerações, incluindo o ativismo pela igualdade de género nas mais diversas esferas da vida social, profissional e pessoal, adaptando-se às necessidades de uma sociedade em constante evolução.

### **2.1.3. A Representação da Mulher nos Media**

A representação da mulher nos media, desde o início do século XX, foi fortemente moldada por normas de género rígidas, refletindo os papéis tradicionais femininos como cuidadora e esposa. Durante a era vitoriana e nas primeiras décadas do século XX, a mulher era compreendida dentro de uma estrutura patriarcal que reforçava estereótipos de fragilidade e submissão. A imagem feminina nos media era cuidadosamente construída para reforçar uma moralidade de modéstia e dependência, limitada ao espaço doméstico e frequentemente vista como “o anjo do lar”, um ideal que, segundo Brundage (1987), era central para a manutenção da ordem social. Este estereótipo foi amplamente perpetuado pela publicidade e pelo cinema, duas ferramentas culturais poderosas que ajudaram a cristalizar a mulher como objeto de desejo masculino e como figura essencialmente passiva, responsável pelo lar e pela família (Vickery, 1998).

Com a ascensão da segunda vaga feminista, nos anos 1960 e 1970, a imagem da mulher nos media começou a sofrer alterações notáveis. A segunda vaga do feminismo trouxe questionamentos essenciais sobre os papéis de género impostos, promovendo a ideia de que as mulheres poderiam e deveriam ter papéis ativos na sociedade e direitos iguais aos homens. Algumas autoras criticaram o confinamento das mulheres ao lar, uma crítica que se expandiu para os media, pressionando-os a retratar a mulher em papéis mais variados e empoderados (Friedan, 1963). Esta fase marcou um período de representação mais ativa e autónoma das mulheres, que começaram a ser retratadas como profissionais e agentes de mudança. No entanto, embora estas mudanças fossem importantes, a sexualização da mulher nos media permaneceu presente. Por um lado, investigadores como Dines (2010), argumenta que esta sexualização foi “disfarçada” como liberdade sexual, um conceito muitas vezes utilizado de

forma ambígua e explorado para continuar a expor a mulher como uma representação objetificante, reforçando a sua presença como objeto de consumo visual e subordinando a ideia de emancipação genuína ao prazer masculino. Por outro lado, outros investigadores argumentam que a sexualização pode ser vista como uma experiência de empoderamento e autodefinição ou de opressão para as mulheres, dependendo do contexto e da perceção pessoal (Attwood, 2006; Liss et al., 2011).

Nos anos 1990 e 2000, o avanço da globalização e do marketing digital trouxe uma nova fase de idealização feminina, em que as representações da mulher nos media passaram a focar-se de maneira ainda mais explícita em padrões de beleza específicos. As mulheres eram agora amplamente apresentadas como jovens, magras e esteticamente "perfeitas", um ideal que não só reforçava um padrão de beleza irrealista, mas que também se tornou acessível e presente diariamente nas vidas das pessoas devido ao crescimento das redes sociais. Tiggemann e Slater (2014) estudam o impacto das redes sociais na autoimagem das mulheres, revelando que a constante exposição a imagens idealizadas nas redes sociais aumenta a insatisfação com o corpo e leva à internalização de padrões de beleza inatingíveis. Essa padronização exacerbada pela era digital trouxe novos desafios, pois o culto à juventude e à magreza tornou-se parte integrante da identidade visual feminina nos media, perpetuando uma autoimagem centrada na aparência e no desejo de se conformar a esses padrões.

Dessa forma, a imagem da mulher nos media evoluiu sob o impacto de movimentos feministas, mas também sob pressões culturais e comerciais que continuamente desafiam o significado de emancipação e igualdade. Embora o feminismo tenha criado espaço para uma maior diversidade de papéis femininos e uma representação mais independente, os media tendem a reverter essas conquistas ao moldar a "liberdade" da mulher de acordo com padrões estéticos e de consumo específicos, colocando-a num ciclo contínuo de representação a partir de idealização e objetificação que ainda hoje influencia a perceção social do que é ser mulher.

## **2.2. Sexualidade Feminina**

A sexualidade feminina refere-se à experiência sexual das mulheres, abrangendo desde o desejo e o prazer até à identidade e às relações sexuais, influenciada por fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Este conceito é muito mais amplo do que a atividade sexual em si, pois envolve também a forma como as mulheres percebem o seu corpo, as normas sociais que regulam o comportamento sexual, e o acesso a direitos sexuais e reprodutivos (Foucault, 1976). A perceção de sexualidade nas mulheres começa na infância e são moldadas pelas

dinâmicas familiares e sociais, influenciando o desenvolvimento da sua identidade sexual (Chodorow, 2014). Estudos contemporâneos, como os de Schick et al. (2010), destacam que a satisfação sexual feminina é impactada pela autoestima e pela aceitação do próprio corpo, enfatizando que uma sexualidade saudável é baseada em autonomia e consentimento. A abordagem interseccional, como defendida por Crenshaw (1989), sublinha ainda que raça, classe e orientação sexual interagem para criar experiências únicas de sexualidade para cada mulher.

### **2.2.1. Evolução da Sexualidade Feminina**

A história da sexualidade feminina é marcada por uma interação complexa entre fatores culturais, sociais, religiosos e políticos, que influenciaram a forma como o corpo e o desejo feminino foram compreendidos e regulados (Brundage, 1987). O conceito de sexualidade feminina evoluiu ao longo do tempo, não apenas acompanhando as transformações sociais, mas também sendo moldado por diferentes correntes de pensamento, especialmente a partir do século XX, com o surgimento de estudos mais críticos sobre gênero e poder (Butler, 1990).

Historicamente, a sexualidade feminina foi frequentemente controlada pelas normas religiosas e culturais, especialmente no Ocidente cristão (Karras, 1990). Durante a Idade Média e o início da Idade Moderna, a Igreja Católica via a sexualidade feminina com desconfiança e, muitas vezes, como uma fonte de pecado (Brundage, 1987). As mulheres eram colocadas em papéis subordinados, com a sua sexualidade limitada ao contexto da reprodução no casamento. A obra de Michel Foucault, particularmente *A história da sexualidade* (1976), expõe como a repressão sexual esteve intrinsecamente ligada ao poder e como a religião desempenhou um papel central na modelagem da sexualidade ao longo dos séculos.

Posteriormente, a partir do século XIX, a moralidade vitoriana impôs uma repressão ainda maior sobre o desejo feminino, restringindo a sexualidade feminina ao espaço privado e matrimonial (Vickery, 1998). Nesta época, a medicina contribuiu para patologizar o comportamento sexual feminino, exemplificado no diagnóstico de histeria, uma condição que era supostamente causada pela insatisfação sexual e tratada com métodos invasivos (Maines, 2001).

O movimento feminista teve um impacto profundo na forma como a sexualidade feminina passou a ser entendida, particularmente durante a segunda vaga do feminismo nas décadas de 1960 e 1970 (Evans, 2010). Autoras como Simone de Beauvoir, em *O segundo sexo* (1949), começaram a questionar a subordinação da mulher e a denunciar a ideia de que a feminilidade era uma construção social, construída em torno da negação da autonomia sexual e intelectual

das mulheres. De Beauvoir introduziu a ideia de que as mulheres são condicionadas socialmente a aceitar a subordinação sexual, rompendo com a visão biologista predominante até então.

A década de 1960 trouxe a chamada "Revolução Sexual", um ponto de viragem na história da sexualidade feminina. Esse período foi marcado por uma ampla liberalização sexual, impulsionada por fatores como a invenção da pílula anticoncepcional e a disseminação de ideias feministas sobre o direito das mulheres ao prazer e à autonomia sexual (Friedan, 1963). A obra de Betty Friedan, *The feminine mystique* (1963), criticou o papel doméstico das mulheres no pós-guerra, questionando o papel tradicional da mulher na sociedade e o confinamento da sexualidade feminina ao casamento e à reprodução. Nesse período, debates sobre o prazer sexual, a liberdade reprodutiva e os direitos das mulheres a uma vida sexual plena fora do casamento ganharam proeminência.

A psicanálise, introduzida por Sigmund Freud, teve uma influência significativa na história da sexualidade feminina. Freud introduziu a ideia de que a sexualidade é uma força central na vida humana e explorou o conceito de "inveja do pénis" como parte do desenvolvimento feminino, ideia que foi amplamente criticada, mas que abriu espaço para discussões sobre o desejo feminino (Chodorow, 2014). Judith Butler, com *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity* (1990), desafiou as noções tradicionais de género e sexualidade, propondo que ambos são performativos e não inerentes à biologia. Butler argumenta que o género e a sexualidade são construções sociais preformadas, uma ideia que teve um impacto transformador no feminismo contemporâneo e nos estudos de género.

Nos anos 1970, o movimento feminista ampliou a luta pelos direitos reprodutivos, com campanhas pela legalização do aborto e pelo acesso a métodos contraceptivos (Petchesky, 1984). Nesse contexto, o controlo sobre a sexualidade feminina passou a ser visto como uma questão de poder. Autoras feministas da época, como Firestone (1970), discutiram o conceito de "reprodução artificial" como uma forma de libertar as mulheres do papel biológico de reprodutoras.

Esse período também viu a disseminação de conceitos como a "consciência do corpo", com movimentos que incentivavam as mulheres a conhecerem seu corpo e sua sexualidade, libertando-se de tabus e construções sociais repressivas (Lorde, 1984). Grupos feministas organizaram oficinas sobre o corpo feminino e a sexualidade, como forma de incentivar a autonomia e o empoderamento das mulheres.

Nos anos 1980 e 1990, a interseccionalidade, conceito desenvolvido por Kimberlé Crenshaw, ajudou a complexificar o entendimento da sexualidade feminina, apontando como as experiências de raça, classe, género e sexualidade estão interligadas e influenciam de forma

única as experiências das mulheres (Crenshaw, 1995). Esse novo olhar trouxe maior atenção para a diversidade de experiências sexuais femininas, rompendo com a visão homogênea e heteronormativa que havia dominado o debate até então.

A luta pelos direitos LGBTQIA+ também se intensificou durante esses anos, e o feminismo da terceira onda começou a incluir questões sobre orientação sexual, criticando as normas heteronormativas que tradicionalmente controlavam a expressão sexual das mulheres (Ng, 2013). Autoras como Judith Butler, com sua obra *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity* (1990), questionaram o binarismo de gênero e trouxeram à tona a ideia de que gênero e sexualidade são construções sociais mutáveis.

Atualmente, a sexualidade feminina continua a ser debatida, particularmente em relação ao consentimento, à autonomia corporal e ao prazer sexual. Movimentos como o *#MeToo* e o *#Time'sUp* têm desempenhado um papel importante na denúncia do abuso e da violência sexual, criando uma conscientização global sobre a necessidade de proteger os direitos sexuais das mulheres (Fileborn & Loney-Howes, 2019). O feminismo contemporâneo também tem se focado em ampliar o debate para incluir a diversidade sexual e de gênero, acolhendo as experiências de mulheres LGBTQIA+ e criticando a persistente representação das mulheres nos media e na cultura popular (Gill, 2007).

### **2.2.2. A Influência dos Media no Bem-Estar das Mulheres**

A segunda vaga do feminismo trouxe mudanças para a disseminação de ideias feministas sobre o direito das mulheres ao prazer e à autonomia sexual. Contudo, surgem os media que se apoderam destes conceitos que o feminismo destaca.

Goffman (1979) analisou como a publicidade constrói e reforça representações de gênero, especialmente a imagem da mulher, por meio de várias "disposições de gênero". Este argumenta que os anúncios utilizam poses e contextos que reforçam estereótipos de submissão, fragilidade e passividade feminina, em contraste com a representação de masculinidade como assertiva e dominante. Adicionalmente, Gill (2007) aborda diversas áreas da cultura mediática, incluindo publicidade, cinema, televisão, revistas e cultura digital, e examina como essas plataformas retratam as mulheres e o feminino. Uma das questões centrais discutidas é a "cultura pós-feminista" que, segundo Gill, explora a ideia de empoderamento feminino enquanto simultaneamente reforça estereótipos de beleza, juventude e sexualidade. Este conceito foca-se em como as mulheres são representadas como livres e empoderadas, mas, paradoxalmente, são ainda frequentemente sexualizadas e objetificadas em conformidade com expectativas de consumo e padrões estéticos promovidos pelos media. Outro ponto fundamental em "*Gender*

*and the Media*” é o conceito de "auto-objetificação", onde Gill argumenta que as mulheres internalizam o olhar masculino (*male gaze*) e passam a ver-se através de uma perspectiva objetificante, tornando-se críticas da sua própria aparência e comportamento de acordo com os padrões mediáticos. Ela também discute como essas representações afetam a autoestima e o comportamento das mulheres, promovendo um ciclo de vigilância corporal e autocensura.

É importante destacar que os efeitos que o retrato das mulheres nos media tem sobre a população feminina, é debatida apresentando diferentes perspectivas. Por um lado, investigadores como Levine e Piran (2004) argumentam que a cultura mediática sexualizada exerce pressões significativas sobre as mulheres, promovendo a auto-objetificação e contribuindo para a insatisfação corporal e distúrbios alimentares, desafiando a ideia de que representações sexualizadas podem ser empoderadoras. Adicionalmente, Kilbourne (2000) reforça essa crítica, ao afirmar que a publicidade sexualizada reduz as mulheres a objetos de consumo e apresenta padrões de beleza inatingíveis, o que retira agência às mulheres e reforça a sua submissão aos desejos masculinos. Além disso, Dworkin (1981) também adota uma perspectiva crítica ao considerar que a sexualização nos media, especialmente na pornografia, desumaniza as mulheres e perpetua a sua submissão, argumentando que esses conteúdos são opressores e prejudiciais à autonomia feminina. Por outro lado, alguns exemplos como Feona Attwood (2006) que examina a “cultura da sexualização” e propõe que, embora frequentemente criticada, a sexualização nos media pode oferecer às mulheres formas de autoexpressão e empoderamento, dependendo de como interagem com esses conteúdos. Adicionalmente, Ward e Friedman (2006) estudam o impacto da televisão nas atitudes sexuais dos adolescentes, sugerindo que ela serve como guia de comportamento, tanto reforçando estereótipos quanto promovendo discussões sobre consentimento e diversidade. Além disso, Gill (2007, 2008) explora o paradoxo entre empoderamento e representação objetificante na cultura pós-feminista, argumentando que as mensagens de agência feminina nos media contemporâneos podem mascarar um sexismo subtil, onde o poder da mulher é condicionado pela conformidade a padrões de beleza e consumo.

Uma das peças de media que tem crescido em consumo nas últimas décadas com o advento da internet, é a pornografia, aumentando exponencialmente a exposição de adolescentes e adultos a esses conteúdos. A acessibilidade facilitada trouxe preocupações crescentes sobre o impacto da pornografia nas relações interpessoais e na percepção do corpo e da sexualidade femininos. A pornografia mainstream, que teve um crescimento exponencial nas décadas de 1980 e 1990, desempenhou um papel significativo na construção e perpetuação da representação objetificante das mulheres. A partir desse período, a pornografia tornou-se uma

das principais representações da sexualidade nos media, moldando percepções de género e comportamento sexual. Dines (2010) argumenta que a pornografia moderna, especialmente a indústria dominante ou “mainstream”, retrata as mulheres como objetos de desejo masculino, frequentemente subordinando o prazer e a autonomia femininos às necessidades e desejos masculinos. A natureza altamente comercializada e visualmente impactante da pornografia contribuiu para a consolidação de uma narrativa onde a mulher aparece numa posição passiva ou de subserviência sexual, atendendo a expectativas de desempenho que privilegiam o prazer masculino. Esta abordagem centrada no "olhar masculino" (o conceito de *male gaze*, proposto por Laura Mulvey, 1975) condiciona as representações femininas a papéis estereotipados e simplificados, transformando a sexualidade feminina num espetáculo voltado para a satisfação visual e física dos homens.

Os conteúdos pornográficos frequentemente mostram atos sexuais extremos, onde o prazer feminino é reduzido ou omitido, reforçando a ideia de que as mulheres devem estar dispostas a participar em práticas desconfortáveis ou mesmo dolorosas para satisfazer o parceiro masculino. Estudos revelam que a exposição prolongada a esses conteúdos pode distorcer as percepções sobre o consentimento e a reciprocidade no sexo, gerando uma cultura de expectativas onde as mulheres se sentem pressionadas a imitar esses comportamentos, muitas vezes em detrimento do seu conforto e prazer pessoal (Sun et al., 2014).

Isso gera ansiedade em relação ao desempenho sexual e à aparência corporal, contribuindo para problemas de autoestima e para o aumento de comportamentos como dietas rigorosas e intervenções cirúrgicas, numa tentativa de atingir os padrões de beleza idealizados promovidos pela pornografia. Esse ambiente de pressão estética e sexual afeta diretamente as relações íntimas, criando um desfasamento entre as expectativas e a realidade. Dessa forma, a pornografia não apenas distorce a percepção da sexualidade feminina, mas também afeta as relações íntimas, ao perpetuar uma visão da sexualidade feminina como uma performance.

Porém, embora a pornografia mainstream seja amplamente criticada por perpetuar uma cultura de representações objetificantes e atender principalmente ao prazer masculino, alguns estudos e autores argumentam que a pornografia pode também ser um meio de empoderamento e agência para as mulheres que optam voluntariamente por trabalhar na indústria, oferecendo-lhes a oportunidade de explorar e expressar livremente a sua sexualidade. Essa perspetiva vê a pornografia não apenas como um produto do *male gaze*, mas também como uma plataforma onde algumas mulheres encontram espaço para desafiar normas tradicionais e redefinir o seu papel na cultura sexual, uma visão apoiada por autores como Cahill (2012) e Comella (2014), que defendem que o trabalho na indústria pornográfica permite a algumas mulheres sentirem-

se no controlo da sua própria imagem e sexualidade. A agência feminina na pornografia é ainda interpretada como uma forma de subversão da passividade histórica imposta às mulheres, uma vez que, ao trabalharem nessa indústria, muitas desafiam as limitações de género e exploram o seu corpo e prazer numa esfera pública e consensual. Também Kipnis (1998) argumenta que, para muitas mulheres, a escolha de participar na pornografia pode ser uma afirmação de liberdade sexual, permitindo-lhes definir a sua própria sexualidade sem as restrições impostas pela sociedade. Além disso, a pornografia “ética” ou “feminista” é uma vertente emergente, criada e dirigida por mulheres, que busca retratar o prazer e o consentimento de forma mais equilibrada e inclusiva, promovendo uma sexualidade feminina que vai além do prazer masculino e da representação objetificante.

A pornografia, vista sob essa perspetiva, não é apenas um produto cultural, mas também uma plataforma onde as mulheres podem exercer a sua autonomia e redefinir os termos da sua participação. Em vez de serem apenas objetos passivos, elas tornam-se participantes ativas, expressando a sua própria sexualidade e contestando a visão tradicional de subserviência sexual. Esta abordagem sublinha que, embora a pornografia possa reforçar estereótipos, também pode ser um meio de autoexpressão e empoderamento para muitas mulheres, promovendo uma sexualidade que é voluntária, diversificada e menos dependente dos desejos e expectativas masculinas.

## CAPÍTULO 2

# Método

### 2.1. Objetivos

O objetivo deste estudo era investigar se, e de que forma, a identificação com o feminismo contribui para o empoderamento e a autodeterminação das mulheres em várias dimensões da sexualidade feminina. Procurou-se explorar como o feminismo pode influenciar a percepção e expressão de autonomia sexual, incluindo a forma como as mulheres se relacionam com o próprio corpo, como percebem o prazer, e como exercem os seus direitos sexuais e reprodutivos. Ao examinar estas temáticas, o estudo visou compreender de que modo as mulheres feministas experienciam maior liberdade para explorar e afirmar a sua sexualidade, bem como se sentem capacitadas para desafiar normas e expectativas sociais tradicionais sobre o comportamento sexual feminino. A investigação também procurou identificar se o feminismo facilita um sentido de agência nas mulheres, permitindo-lhes tomar decisões conscientes e informadas sobre a sua sexualidade e desenvolver uma atitude positiva e confiante em relação à sua identidade sexual.

### 2.2. Participantes

Este estudo contou com a presença de oito mulheres, cujos dados sociodemográficos estão identificados abaixo.

**Tabela 1**

*Dados Sociodemográficos das Participantes*

Identificação	Idade	Habilitações Literárias
CO	23	Licenciatura
IS	24	Licenciatura
MM	24	Licenciatura
TO	25	Mestrado
R	30	Mestrado
BP	25	Licenciatura
CP	24	Licenciatura
FA	24	Licenciatura

As entrevistadas designam-se como mulheres feministas com idades compreendidas entre os 23 e 30 anos ( $M \approx 24,875$ ,  $DP \approx 2,759$ ), em que seis concluíram a licenciatura e duas o mestrado.

### **2.3. Procedimento**

A realização deste estudo necessitava da aprovação da Comissão de Ética do ISCTE-IUL, visto que trata informação direta e pessoal dos participantes. Deste modo, após o parecer final do processo 68/2024, deu-se início ao método de recolha.

Optou-se pela realização de grupos focais para aprofundar a compreensão sobre a temática, fundamentando-se em teorias de interação social e métodos qualitativos, como sugerem Morgan (1996) e Kitzinger (1995). Esta metodologia permite observar interações dinâmicas e facilita a troca de ideias em tempo real, o que enriquece a diversidade de perspetivas e experiências. Além disso, grupos focais promovem um ambiente de apoio, como destaca Wilkinson (1998), que incentiva os participantes a expressarem-se com maior abertura e confiança, resultando em respostas mais honestas e detalhadas do que as que poderiam ser obtidas em entrevistas individuais. Ao reunir mulheres em torno de questões relacionadas ao feminismo, sexualidade e direitos sexuais e reprodutivos, essa técnica facilita o aprofundamento das diferentes perspetivas e experiências femininas, permitindo, uma análise mais contextualizada e inclusiva das opiniões e vivências das participantes.

Inicialmente as entrevistas seriam concretizadas presencialmente, porém, na impossibilidade de conciliar a disponibilização de locais para realização de entrevista e conciliação de horários das participantes, foi decidido que as entrevistas seriam online. Assim, as entrevistas foram realizadas na plataforma Microsoft Teams para uma maior liberdade de conversa sem interrupção da plataforma. As participantes foram divididas de forma aleatória por dois grupos diferentes.

Todas as participantes foram informadas previamente sobre o tema a debater em grupo e foram informadas de que poderiam existir temas mais sensíveis de debate, porém que tinham liberdade de abandonar o estudo a qualquer altura do mesmo se assim o entendessem. Após este *debriefing*, as participantes assinaram o consentimento informado e realizaram-se as entrevistas.

As entrevistas tiveram uma média de tempo de 1h17, sendo que a primeira entrevista teve uma hora e a segunda entrevista teve uma hora e trinta e cinco minutos.

Na conclusão das entrevistas, as participantes não apresentaram questões e foram disponibilizados contactos para caso de dúvidas à posteriori.

#### **2.4. Método de Recolha**

Para recolha de amostra, recorreu-se às redes sociais, nomeadamente o *Instagram*, onde foi exposto uma imagem e um questionário associado, aberto a quem quisesse participar. Os critérios foram expostos nesta imagem de divulgação que contemplavam a necessidade de se identificarem com o feminismo, serem mulheres e com idades compreendidas entre os 20 e os 30 anos.

A entrevista foi composta por nove questões de forma a explorar as diferentes perspetivas das feministas entrevistadas. Primeiramente questionei sobre a crença de igualdade de oportunidades para as mulheres como forma de despiste, com o intuito de perceber se todas as participantes teriam os seus ideais em concordância com o conceito de feminismo. As três perguntas seguidas desta, centram-se na perspetiva do corpo da mulher considerando como a mulher é retratada nos media, como é que os comentários negativos propagados nos media afetam a mulher e quais os efeitos que a imagem apresentada da mulher sedutora nos media tem sobre as mulheres que observam. A quinta questão procura compreender como é que o feminismo influencia a maneira como as mulheres veem e sentem o seu corpo e a sua sexualidade, realçando que o conceito de sexualidade pode incluir a expressão, identidade desejo, comportamento e experiência sexual das mulheres. Esta pergunta surge no âmbito de perceber se o feminismo incentiva a autodeterminação da mulher e eleva a sua autoestima. As três questões seguintes inserem outros temas da sexualidade como a pornografia e as ideias tradicionais da sexualidade, questionando assim como é que a pornografia influencia a sexualidade das mulheres e como é que as ideias tradicionais da sexualidade da mulher as afetam e à sua sexualidade, questionando adicionalmente o que se poderia fazer para mudar algumas destas ideias tradicionais. Novamente, é inserida uma questão sobre como é que o feminismo ajuda as mulheres a lidar com a sua sexualidade, de forma a perceber se as participantes percebem o feminismo como um movimento emancipatório e que incentiva a liberdade sexual da mulher. Por fim, terminei a entrevista perguntando às entrevistadas se as mesmas participavam ativamente em grupos feministas presenciais ou online e se o tema da sexualidade das mulheres era debatido nesses grupos.

#### **2.5. Método de Análise**

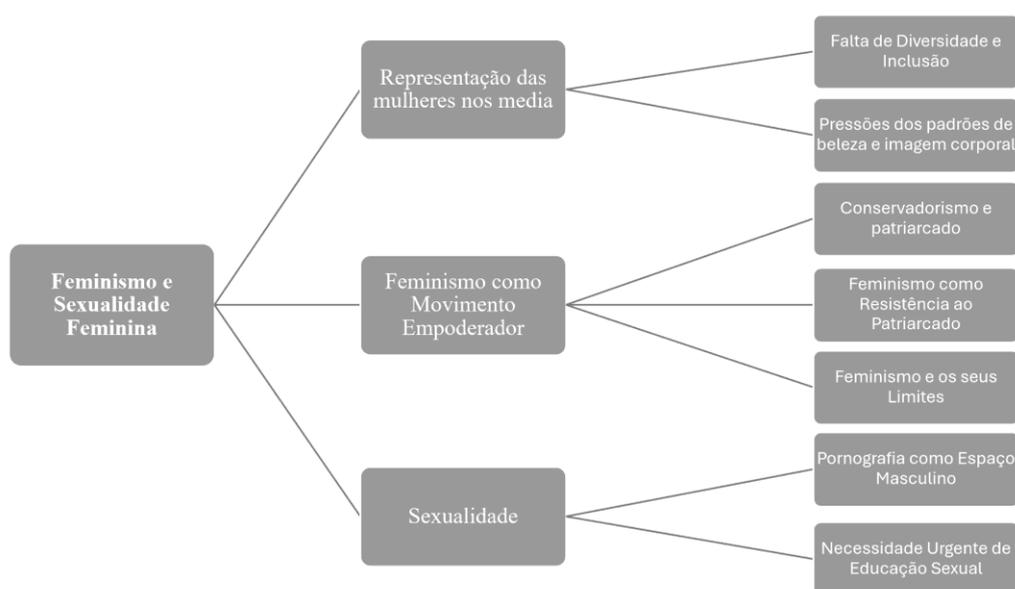
Para análise da informação recolhida, as entrevistas foram ouvidas e transcritas. Para estas entrevistas, optou-se por realizar uma análise temática, com base no estudo de Braun & Clarke (2021), pois, de acordo com os autores, permite identificar e interpretar padrões significativos nos dados de forma rigorosa e flexível. A importância deste estudo para a realização da análise reside na capacidade de organizar grandes volumes de dados respeitando a complexidade das experiências dos participantes, oferecendo uma estrutura sistemática e transparente que melhora a credibilidade dos resultados. A metodologia incentiva uma interpretação profunda e reflexiva, ajudando a explorar significados latentes e contextuais, especialmente útil em temas complexos, como género e sexualidade.

## Resultados

Após análise das entrevistas, estas revelaram três grandes áreas temáticas: a Representação das Mulheres nos Media, o Feminismo como Movimento Empoderador e a Sexualidade. Cada tema emergiu das reflexões das participantes sobre as suas experiências e crenças pessoais.

**Figura 1**

*Esquema dos Temas e Subtemas das Entrevistas Realizadas*



### 3.1. A Representação das Mulheres nos Media

As participantes expressaram preocupações sobre a forma como os media falham, frequentemente, em representar corpos, identidades e experiências femininas diversas. Muitas sentiram que esta exclusão reforça ideais conservadores de feminilidade, contribuindo para uma visão distorcida da sexualidade feminina. Uma das participantes expressa:

Nós crescemos a nossa vida toda a ouvir coisas como: “Se fores baixa, tens de calçar uns saltos altos que é para não seres pequena o suficiente” ou “Se fores gordinha, tens de fazer dietas, porque não podes ser tão gordinha”, como se isto definisse o nosso valor enquanto mulheres.

Adicionalmente, as entrevistadas explicaram que, atualmente, os media retratam as mulheres de forma muito sexualizada e que seguem um padrão de seleção das mulheres que podem ser expostas nos media. Além disso, as participantes debateram os efeitos que os comentários feitos nas redes sociais podem ter na percepção do corpo das próprias mulheres. Uma entrevistada comenta:

Os comentários mais negativos e a objetificação que mexe com 1001 outras coisas que podem ser bastante graves a longo prazo que, para aquilo que é ser mulher e crescer enquanto mulheres, e que se aprende enquanto mulher e que se vai interiorizando enquanto mulher, mexe claramente não só com os padrões de beleza da sociedade e mais a nível cultural, mas em momentos mais frágeis, é bastante complicado gerir essa pressão toda de corpos perfeitos e de imagens perfeitas e, portanto, acho que é muito complicado.

Por outro lado, foi mencionado que, atualmente, muitas mulheres, especialmente figuras públicas e celebridades presentes nos media, utilizam a expressão sexual como uma ferramenta estratégica para afirmarem a sua identidade e autonomia. Ao invés de serem meramente representadas através do olhar externo, estas mulheres escolhem explorar e projetar a sua sexualidade de forma consciente, utilizando-a como meio de empoderamento e redefinindo os limites da sua liberdade sexual, permitindo-lhes não só desafiar normas e estereótipos, mas também reivindicar controlo sobre a sua imagem e narrativa, influenciando o modo como a sociedade percebe a sexualidade feminina nos media.

Foi, também é referida a falta de inclusão de diversas mulheres, ao que foi realçado que, atualmente, já se apresentam repórteres negras e mulheres assumidamente queer na política, mas que continua a ser uma percentagem muito reduzida da diversidade e inclusão das mulheres nos media. Uma entrevistada reflete:

Eu acho que a mulher nos media é sempre representada de uma forma padrão, ou seja, não há diversidade, tanto em termos de corpos, em termos de raças, em termos de sexualidade, tudo, não há diversidade. Há sempre uma pessoa que acaba por se destacar. Estava a pensar no caso de já termos repórteres negras, já temos mulheres que são assumidamente lésbicas, mas é sempre uma em vinte. As outras todas são sempre, mesmo em termos de corpos, são sempre magras, é tudo heteronormativo. É tudo dentro dos padrões, portanto, a mulher nos media é sempre muito focada no que a sociedade queira que seja a mulher nos media.

Analisando as exposições das entrevistadas, é importante notar que estudos demonstram que os media tendem a promover um padrão específico de feminilidade, muitas vezes centrado em corpos magros, brancos e heteronormativos, excluindo, assim, mulheres com corpos maiores, de diferentes raças ou orientações sexuais. Sastre (2014), por exemplo, explora a questão da diversidade corporal nos media e destaca que a prevalência de corpos magros reforça uma visão limitada do que é considerado "aceitável" ou "belo", marginalizando corpos não conformes. Além disso, Jackson-Lowman (2013) discute como os media não apenas excluem corpos maiores, mas também ignoram a interseccionalidade das experiências femininas, especialmente a combinação de raça e gênero. Este padrão contribui para a perpetuação de ideais de feminilidade conservadores, onde a subserviência, fragilidade e conformidade física são reforçadas. Esta exclusão não apenas reflete, mas também reforça expectativas sociais que restringem o que é permitido ou apreciado na aparência feminina. Gill & Gill (2007) afirma que as mulheres são frequentemente representadas nos media de forma que transforme uma feminilidade convencional e despolitizada, com pouca abertura para expressões alternativas de gênero e corpo. Esta falta de diversidade cria uma narrativa que legitima apenas um tipo de beleza e expressão feminina, ignorando a riqueza das experiências reais.

Outro tema recorrente nas entrevistas foi a sexualização das mulheres nos media. Por um lado, existem autores que expressam que a representação das mulheres nos media as reduz a objetos sexuais, desumaniza as mulheres, fomenta a auto-objetificação e exerce pressões significativas nas mulheres. (Dworkin, 1981; Kilbourne, 2000; Levine & Piran, 2004). Em concordância com as participantes, Hatton e Trautner (2011) estudaram a sexualização crescente nas capas de revistas ao longo de várias décadas, revelando um aumento acentuado na representação sexual objetificante de mulheres, com maior foco em partes do corpo e poses provocantes. Este padrão de sexualização cria uma narrativa limitada, onde a relevância da mulher é diretamente associada ao seu apelo sexual, ignorando a complexidade das suas experiências. A seleção das mulheres que podem ser expostas nos media — geralmente aquelas que correspondem ao padrão de beleza convencional — reforça esse ciclo de exclusão.

Por outro lado, alguns autores sugerem que a cultura de sexualização nos media pode ter um efeito empoderador sobre as mulheres, dependendo do contexto e da perspectiva de quem consome esses conteúdos. As representações sexualizadas, quando observadas pelas próprias mulheres, podem estimular uma nova compreensão e valorização da liberdade sexual e da autonomia sobre o corpo, além de abrir espaço para discussões essenciais sobre consentimento. Estes autores argumentam que, ao apropriarem-se da sua imagem sexual e ao visualizarem outras mulheres a expressar-se de forma similar, as mulheres podem sentir-se encorajadas a

redefinir os seus próprios limites e expectativas sexuais, desafiando normas tradicionais e promovendo uma visão mais aberta e afirmativa da sexualidade feminina (Attwood 2006; Gill, 2007, 2008; Ward & Friedman, 2006).

As preocupações expressas pelas entrevistadas sobre o impacto dos comentários nas redes sociais na autoimagem das mulheres pode ser explicada pela constante interação com plataformas digitais, onde as mulheres são frequentemente alvo de comentários sobre o seu corpo, amplifica normas de beleza irrealistas. Estudos como o de Fardouly et al. (2015) revelam que o uso frequente de redes sociais, como Instagram e Facebook, está fortemente associado a níveis mais elevados de insatisfação corporal e comparação social, especialmente entre mulheres jovens. A pesquisa de Tiggemann e Slater (2014) explora como a comparação social nas redes sociais exacerba a auto-objetificação e a insatisfação corporal. Comentários sobre a aparência física, que frequentemente reforçam normas de beleza inatingíveis, podem agravar problemas de imagem corporal, levando à diminuição da autoestima e ao aumento da ansiedade.

Adicionalmente, a percepção de que, apesar de algum progresso, a inclusão de mulheres negras e queer nos media ainda é limitada também se revê na literatura, onde existem estudos sobre a representação de minorias nos media que confirmam que a visibilidade de mulheres não brancas e não heteronormativas permanece significativamente abaixo da média. Crenshaw (1989) introduziu o conceito de interseccionalidade para descrever como as experiências de mulheres negras e queer são marginalizadas tanto pelo género quanto pela raça ou sexualidade, algo que continua a ser evidente nos media de hoje. Embora tenha havido avanços, como a maior presença de repórteres e figuras políticas negras ou queer, a realidade é que essas representações são esporádicas e muitas vezes simbólicas. A mesma tendência pode ser observada na representação de mulheres queer, como discutido por Ng (2013), que destaca que, embora haja uma crescente inclusão de personagens e figuras públicas queer, estas ainda são sub-representadas e muitas vezes retratadas de forma estereotipada.

### **3.2. Feminismo como Movimento Empoderador**

Durante as entrevistas, as participantes mencionaram que a sociedade mudou muito desde as diferentes vagas do movimento feminista, porém ainda há muitas questões a serem resolvidas e por muito que exista uma luta coletiva, as participantes concluem que o patriarcado é o centro do problema pelo qual não existe igualdade entre mulheres e homens e o porquê de ainda existirem tantas injustiças sociais. O crescimento da força dos partidos conservadores contribui, do ponto de vista destas feministas, para uma maior desigualdade e uma perda de força na luta

pela igualdade e pelos direitos da mulher, principalmente o direito da mulher ao seu próprio corpo. Uma associação entre homens e partidos conservadores despoletou a crença de que se os partidos conservadores são compostos, maioritariamente por homens, então mais facilmente o movimento feminista é visto como um movimento de mulheres. Uma entrevistada expressa:

Eu sinto que entre as mulheres, numa maioria, já há um certo cansaço de estarmos a viver sobre numa sociedade patriarcal e nota-se já esse cansaço, mas ao mesmo tempo, eu associo muito a extrema-direita mais a homens, mas depois há muito machismo internalizado ainda na cabeça de muitas mulheres, porque foi assim que foram criadas, não é? Foi assim que foram educadas, é assim que tu tens de pensar e as pessoas crescem e acabam por depois projetar muito aquilo que lhes foi ensinado e há aqui muita coisa para desconstruir.

Adicionalmente, uma entrevistada expressa como o feminismo se reflete na sociedade:

Eu acho que os homens têm muito aquela ideia de que uma mulher emancipada, não é controlável, que é verdade, não é controlável, mas o facto de uma mulher ser emancipada, assusta e no caso das mulheres, eu acho que também as próprias mulheres se assustam um bocadinho com a sua própria emancipação, porque é um bocado desconhecido e as pessoas não gostam muito do desconhecido.

As participantes também demonstraram um sentimento de desilusão por todas as mulheres que se conformam com os ideais conservadores e que não lutam pelos seus próprios direitos, simplesmente por se sentirem mais confortáveis em que não exista uma revolta para gerar a mudança. Uma entrevistada manifesta:

Tenho pena mais do que qualquer outro tipo de sentimento, mas tenho mesmo pena que continuem ali fechadas naquela caixa, porque a verdade é que se nós formos a ver bem, estas são as mulheres que continuam submissas a todo o patriarcado que nós vemos. São submissas nas redes sociais delas, são submissas nos locais de trabalho. Isso assusta-me porque estamos a trabalhar e elas são contra nós, isso dói muito, mas eu acho que isso sempre existiu. Vai sempre existir, portanto, acho que é muito estrutural.

Por outro lado, foi debatido a existência de grupos feministas extremistas que apoiam a superioridade da mulher sobre o homem e que eliminam o conceito de interseccionalidade no movimento feminista, incluindo um testemunho de uma participante que presenciou nas

marchas feministas a segregação de pessoas transgênero na marcha. Com isto, concluiu-se que a luta feminista não é uma luta se não for a favor de todas as pessoas.

Os resultados apresentados refletem diversas questões críticas e contemporâneas do movimento feminista, com ênfase na contínua influência do patriarcado, no impacto dos partidos conservadores sobre os direitos das mulheres e nos desafios internos enfrentados pelo feminismo, como a exclusão de grupos minoritários e divergências entre diferentes vertentes feministas.

A constatação de que o patriarcado é o centro do problema da desigualdade de gênero está amplamente corroborada pela teoria feminista. O patriarcado, entendido como um sistema de dominação masculina que permeia as estruturas sociais, económicas e políticas, é frequentemente identificado como a principal causa das injustiças que afetam as mulheres, apesar de ter uma pretensão de universalidade que limita o seu carácter explicativo (Oliveira, 2017). Tornou-se sinónimo de um sistema que se manifesta em diversas esferas, incluindo o trabalho, a família e o Estado, sendo fundamental para perpetuar a subordinação das mulheres. Embora as conquistas das várias ondas do feminismo tenham sido notáveis, o patriarcado continua a operar em níveis estruturais, limitando o progresso real em direção à igualdade (Duncan, 1994). Adicionalmente, Judith Butler (1990) também contribuiu para este entendimento, ao argumentar que o gênero é performativo e regulado por normas patriarcais que privilegiam os homens. Assim, mesmo com a luta feminista ao longo de décadas, muitas dessas normas permanecem profundamente enraizadas, dificultando a mudança social em larga escala.

O crescimento de partidos conservadores agrava a desigualdade de gênero e enfraquece a luta pelos direitos das mulheres, visto que estes Partidos tendem a promover políticas que reforçam os papéis de gênero tradicionais e, muitas vezes, restringem o acesso das mulheres a direitos fundamentais, como o direito ao aborto e à saúde sexual e reprodutiva. Banaszak et al. (2003) discutem como os partidos conservadores, ao alinhar-se com políticas tradicionais de família e com a oposição a reformas progressistas, limitam o avanço dos direitos das mulheres. Este efeito é amplificado pela predominância de homens conservadores em cargos de poder nestes partidos (Oliveira, 2017). A hegemonia masculina nos partidos conservadores contribuiu para a ideia de que o feminismo é apenas "um movimento de mulheres", marginalizando a sua legitimidade como uma luta por justiça social para todos os gêneros. Como argumenta Connell (2001) na sua teoria da masculinidade hegemónica, o conservadorismo político e as estruturas patriarcais reforçam a masculinidade dominante, perpetuando desigualdades de gênero.

O sentimento de desilusão com as mulheres que se conformam com os ideais conservadores e não lutam pelos seus próprios direitos reflete debates internos no feminismo sobre o machismo internalizado e o papel das mulheres no reforço das normas patriarcais. Segundo Allen (2018), algumas mulheres podem adotar posições que perpetuam a sua própria subordinação, seja por medo de retaliação social ou porque acreditam que os papéis tradicionais de género oferecem uma forma de segurança e conforto. Esse fenómeno é conhecido como subordinação consentida, onde as mulheres participam ativamente na manutenção de estruturas patriarcais, reforçando normas que limitam a sua própria agência. Este fenómeno é também discutido por Bartky (2015), que analisa como a socialização patriarcal faz com que algumas mulheres internalizem normas que as impedem de lutar contra a opressão, levando a uma aceitação passiva de condições desiguais. Assim, a crítica das participantes à falta de mobilização de certas mulheres em prol dos seus próprios direitos encontra suporte em teorias que exploram a complexa relação entre opressão e conformidade.

O debate sobre os grupos feministas extremistas levanta questões sobre a divisão interna no movimento feminista e a exclusão de minorias. Esta postura gera um conflito interno no movimento, pois nega a luta das pessoas transgénero pelos seus direitos e perpetua uma forma de exclusão dentro de um movimento que, teoricamente, deveria ser inclusivo. A exclusão de pessoas transgénero em algumas marchas feministas, não na maioria das mesmas, mencionada nas entrevistas, ilustra este conflito. Butler (1990) critica a rigidez de algumas vertentes feministas que insistem em fronteiras fixas para o género, argumentando que o feminismo só pode ser verdadeiramente emancipatório se for interseccional e inclusivo. A ideia de que a luta feminista não é uma luta completa se não for inclusiva de todas as pessoas reflete a visão interseccional de que a opressão de qualquer grupo afeta a luta global pela justiça.

### **3.3. Sexualidade**

Durante o debate, surge a questão da pornografia e como esta pode afetar a perceção das mulheres sobre os seus corpos. As participantes frisaram que a pornografia é feita por homens e para apelar a homens, ou seja, tudo o que é apresentado nos vídeos pornográficos é meramente pensado para o prazer masculino e nunca o prazer feminino. Uma participante elabora:

Sabendo que existem, atualmente, vários tipos de pornografia, voltando a sublinhar esse aspeto, a pornografia e não só, lá está, os filmes, as séries, são muito programados para o homem, ou seja, o foco é o orgasmo do homem. Portanto acontece, no sexo, primeiro a penetração, pelo menos nos filmes, o foco é a penetração, quando na verdade, a

sexualidade é muito mais do que isso, e já existem vários estudos que mostram a ideia de que existe uma grande percentagem de mulheres que não consegue atingir o orgasmo através da penetração e temos um sexo, e uma pornografia, e uma cultura cinematográfica virada para aquilo que é o sexo do homem, porque aquilo que interessa é o orgasmo do homem, é aquela coisa de o sexo acaba quando o homem tem um orgasmo, mas isso não é necessariamente verdade, não é?

Constata-se que é uma forma de explorar a mulher e perpetuar a representação objetificante da mulher e o interesse em satisfazer o homem com posições e um ritual que, num contexto sexual normal, não seria prazeroso para a mulher. O modo como a pornografia está construída, afeta diretamente as relações pessoais dos jovens, visto que numa relação mais íntima, os jovens perceberão os vídeos pornográficos como a realidade de uma relação sexual e tudo o que for um desvio da norma não será aceite, ou pode, até mesmo, ser condenado, criando inseguranças nas mulheres (e.g., se uma mulher não agir da mesma forma que uma atriz pornográfica, então é porque a mulher não sabe o que está a fazer). Uma participante explica:

Vê-se ali a mulher depilada, a berrar do início ao fim, porque depois, há muito esta questão também de ter de fazer a distinção que aquilo não é a realidade, um problema para as gerações mais novas que não sabem fazer essa distinção, e influencia gravemente depois a vida sexual das pessoas. Um vídeo pornográfico começa já com as pessoas estimuladas, não é? A maior parte delas, pelo menos, é assim e há muito essa questão de, na vida real, não ser assim. Tem de haver mais do que aquilo e isso afeta profundamente a visão do sexo das pessoas, não é?

Além disso, algumas participantes mostraram-se contra o consumo e comercialização da pornografia, por esta indústria perpetuar todos os estereótipos da mulher e, por vezes, resultar em violência contra as mulheres. Por outro lado, algumas participantes expuseram que, mesmo que a pornografia seja mais centrada no homem, não significa que não se deva consumir até porque se for algo que o indivíduo gostar de ver ou sentir prazer recorrendo à pornografia, até mesmo em conjunto com parceiros, é aceitável porque é uma escolha individual.

Contudo, as entrevistadas expressam que uma melhoria na educação sexual dada em contexto escolar e doméstico, poderia beneficiar os jovens que atualmente correm riscos. Alguns exemplos apresentados consistiram em não focar a educação sexual somente nas questões masculinas, como ensinar a colocar um preservativo e ensinar quando se deve tomar um plano B para o caso da primeira opção falhar, mas sim aprimorar e desenvolver conteúdos

relacionados com consentimento, o prazer feminino, o ciclo menstrual e como pode variar entre mulheres, a violência no namoro e muitas outras temáticas importantes para o desenvolvimento da sexualidade dos jovens. Uma participante expressa:

Acho que é através da educação sexual, mais focada no prazer de mulheres, na proteção da mulher, em questões de menstruação, há muitas pessoas que atualmente ainda não têm informação suficiente sobre menstruação, sobre os consentimentos, sobre criação de relações saudáveis, sobre violência no namoro. Isto são tudo temas que não são incluídos na educação sexual.

As entrevistadas acreditam que o feminismo auxilia na crença de que a mulher tem direito a explorar a sua sexualidade livremente e que se pode sentir mais empoderada para decidir o que pode e quer ou não fazer e expressar na sua sexualidade.

Os resultados apresentados abordam questões significativas sobre o impacto da pornografia na perceção dos corpos femininos, as suas implicações nas relações pessoais dos jovens e a importância de uma educação sexual mais inclusiva e informada.

A pornografia heteronormativa mainstream é, frequentemente, criticada por perpetuar a representação objetificante das mulheres, apresentando-as como objetos sexuais cuja principal função é satisfazer os homens. Gail Dines (2010), argumenta que a pornografia moderna não só reflete uma visão distorcida da sexualidade feminina, mas também reforça dinâmicas de poder patriarcais, onde o prazer masculino é prioritário e o prazer feminino é secundário ou até irrelevante. A autora esquece-se que a pornografia é parte de um mais amplo movimento mediático de proliferação de imagens das mulheres que produzem o mesmo efeito. Contrariamente à ideia de Dines (2010), Cahill (2011) argumenta que a pornografia, embora frequentemente criticada como um reflexo das dinâmicas de poder patriarcais, pode também oferecer uma plataforma onde as mulheres escolhem explorar e expressar a sua sexualidade de forma voluntária e empoderada. Ela defende que a pornografia não precisa necessariamente ser objetificante e que, em contextos específicos, pode promover uma sexualidade onde o prazer e a agência femininos são valorizados e respeitados. Para Cahill, a pornografia pode ser uma forma de expressão carnal onde as mulheres assumem controlo sobre a sua imagem e desafiam a visão tradicional de subserviência sexual.

Os conteúdos pornográficos frequentemente retratam a mulher de forma submissa, sexualizada e disposta a participar em atos que, no contexto real, podem não ser confortáveis ou prazerosos para ela. Tais representações são também presentes noutros media mainstream

(Gill, 2007) Esse tipo de representação reforça estereótipos de gênero que perpetuam a ideia de que a sexualidade feminina existe principalmente para o prazer masculino.

A ideia de que a representação sexualizada das mulheres nos media e na pornografia pode moldar a percepção dos jovens sobre o que é uma "relação sexual normal" é argumentada por investigadoras como Bridges et al. (2010) que sugerem que o consumo regular de pornografia, especialmente entre adolescentes e jovens adultos, pode levar à formação de expectativas irrealistas sobre o comportamento sexual. Essas expectativas não impactam apenas as relações pessoais, mas também influenciam a forma como os jovens percebem os seus próprios corpos e os corpos dos outros, levando a comparações prejudiciais. Além disso, a pornografia e os media convencionais tendem a mostrar corpos femininos que correspondem a um ideal estético restrito – magros, com pele clara e sem imperfeições – o que pode aumentar a pressão sobre as mulheres para se conformarem a esses padrões inatingíveis. Aubrey e colegas (2021) indicam que, para algumas mulheres, a exposição à pornografia pode estar associada a níveis mais elevados de insatisfação corporal entre as mulheres, uma vez que elas se comparam com as atrizes pornográficas e podem sentir que os seus corpos e comportamentos não correspondem ao que é esperado, o que pode gerar insegurança nas suas vidas sexuais e íntimas. Um estudo que também deve ser problematizado pela imagem que veicula por não considerar que há evidentemente nuances na recepção e mais uma vez, reforça a pornografia como único media interveniente, o que é manifestamente insuficiente. Contudo esta sugestão ao não tomar em consideração as múltiplas nuances da recepção de qualquer conteúdo mediático falha em entender o papel ativo dos atores sociais que consomem estes produtos mediáticos e igualmente isolam a pornografia heteronormativa como a única fonte destas representações, o que é claramente reducionista em termos explicativos. Autoras como Attwood (2006) e Comella (2014), argumentam que a pornografia e outras representações sexualizadas nos media não precisam ser exclusivamente objetificantes ou prejudiciais. Attwood, por exemplo, sugere que a pornografia pode ser uma ferramenta de exploração e autoexpressão sexual para algumas mulheres, proporcionando-lhes uma plataforma para desafiar normas sociais e desenvolver uma relação mais positiva com o próprio corpo e sexualidade. Esta abordagem sublinha que, para muitas mulheres, o envolvimento com a pornografia pode ser uma escolha deliberada que reflete a sua autonomia e desejo de autoexpressão, ao contrário da visão de submissão passiva.

Além disso, Gill (2008) argumenta que a cultura pós-feminista nos media mainstream reconfigura a sexualidade feminina como uma expressão de poder e agência, sugerindo que a imagem da mulher sexualizada não é intrinsecamente subordinada, mas pode representar uma mulher no controlo da sua sexualidade. Essas perspetivas propõem que o consumo e a criação

de pornografia podem, para algumas pessoas, afastar-se dos estereótipos de género tradicionais e permitir uma interação mais livre e afirmativa com a própria sexualidade, desafiando a ideia de que a pornografia reforça apenas expectativas irrealistas e prejudiciais.

A educação sexual em muitos contextos tem sido criticada por ser insuficiente e centrada em tópicos técnicos, como a prevenção de doenças e gravidez, com pouca ênfase em temas relacionados ao prazer, consentimento, e a diversidade da experiência sexual feminina. Estudos como o de Santelli et al. (2017) enfatizam que uma educação sexual mais inclusiva, que discuta não apenas os aspetos biológicos da sexualidade, mas também os relacionamentos, a comunicação e o prazer sexual, pode contribuir para o desenvolvimento de atitudes mais saudáveis em relação ao sexo e à sexualidade. O foco excessivo nas necessidades e experiências masculinas na educação sexual tradicional ignora importantes aspetos da sexualidade feminina, como o ciclo menstrual, a variação nas preferências e nas experiências de prazer, e a violência no namoro, temas que são essenciais para uma compreensão equilibrada da sexualidade. Fine e McClelland (2006) sugerem que a educação sexual deve ser reestruturada para incluir uma abordagem mais feminista, onde o consentimento e o prazer feminino sejam centrais para o currículo, de modo a capacitar as mulheres a conhecerem e explorarem a sua sexualidade de maneira saudável e informada.

O feminismo tem sido fundamental para desafiar a ideia de que a sexualidade feminina deve ser controlada ou moldada pelos desejos masculinos. Adrienne Rich (1980), ao discutir o conceito de "heterossexualidade compulsória", argumenta que o feminismo é essencial para desconstruir as normas patriarcais que limitam a agência das mulheres sobre os seus próprios corpos. Adicionalmente, estudos sugerem que as mulheres que se identificam com o feminismo tendem a relatar maiores níveis de satisfação sexual e uma maior sensação de controle sobre as suas vidas sexuais. O feminismo pode promover uma visão mais positiva da sexualidade feminina, encorajando as mulheres a explorar as suas próprias preferências e a sentir-se confortáveis em expressar os seus desejos (Schick et al., 2010).



## CAPÍTULO 4

### **Discussão**

Após a análise das entrevistas, surgiram questões centrais sobre a representação das mulheres nos media, o impacto das normas sociais sobre a autoimagem e sexualidade feminina, e os desafios que o movimento feminista enfrenta atualmente. As participantes apresentaram perspectivas diferentes no que concerne às temáticas apresentadas. Por um lado, foi explicado que muitas celebridades, atualmente, gostam de se expor nos media por forma a se empoderarem e contrariarem as normas tradicionais das mulheres nos media. Por outro lado, também expuseram que a exposição da mulher nos media é muito sexualidade e tem uma conotação objetificante que desfaz todo o empoderamento e a emancipação que as mulheres procuram ter. As participantes criticaram a falta de diversidade nos media, mesmo com a introdução de quotas de inclusão, destacando a contínua hegemonia dos padrões de beleza tradicionais, como corpos magros, brancos e ocidentais. Isso perpetua um ideal estético que marginaliza outras expressões de corpo, etnia e género, impactando negativamente a autoestima das mulheres que não se encaixam nesse perfil. Além disso, foi discutido o impacto da pornografia, que cria expectativas irreais sobre a sexualidade, reforçando o prazer masculino em detrimento do feminino, e a necessidade de uma educação sexual mais abrangente. Nesta temática, algumas participantes também apresentaram a perspectiva de a visualização da pornografia ser benéfica para usufruto próprio e mesmo com parceiros aquando de consentimento. O feminismo foi visto como uma ferramenta crucial de empoderamento para desafiar essas normas patriarcais e para promover uma visão mais libertadora da sexualidade e do corpo feminino.

Estas descobertas são significativas porque sublinham a forma como o feminismo contribui diretamente para a autodeterminação das mulheres em relação à sua sexualidade, desafiando os padrões tradicionais que confinam as mulheres a papéis submissos e a ideais de beleza rígidos. A percepção das participantes de que a pornografia e os media impõem expectativas irrealistas e sexualizadas revela uma desconexão entre as normas impostas e a realidade das suas experiências sexuais. Além disso, também demonstra eu a liberdade sexual passa por se permitirem a conhecer as diferentes peças de media que podem usar para usufruto próprio. Além disso, a falta de uma educação sexual adequada contribui para perpetuar essas visões distorcidas, reforçando a necessidade de uma reformulação mais inclusiva e igualitária da educação sexual.

Por outro lado, durante as entrevistas esperava-se que as participantes mencionassem mais elementos da sexualidade feminina como o direito ao corpo, o orgasmo e o prazer, algo que não foi mencionado durante as entrevistas.

Os resultados deste estudo revelam preocupações das participantes sobre a representação limitada e muitas vezes sexualizada das mulheres nos media, bem como os efeitos dessa representação na autoimagem e nas percepções de género, o que está em consonância com a literatura existente. Autores como Sastre (2014) e Jackson-Lowman (2013) identificam nos media uma tendência para representar corpos femininos idealizados e homogêneos, com pouca diversidade racial ou corporal, reforçando ideais conservadores de feminilidade que marginalizam corpos fora desses padrões. Além disso, os resultados destacam o impacto da sexualização nas representações mediáticas, que, segundo Dines (2010) e Hatton e Trautner (2011), objetifica as mulheres e reforça estereótipos de género ao priorizar o prazer masculino. Esses achados confirmam também estudos como o de Fardouly e colaboradores (2015), que mostram como a exposição a conteúdos sexualizados e idealizados nas redes sociais contribui para a insatisfação corporal e a auto-objetificação, especialmente entre mulheres jovens.

Por outro lado, algumas participantes consideraram que a expressão sexual nos media pode ser uma ferramenta de empoderamento, permitindo que mulheres desafiadoras explorem a sua sexualidade e reivindiquem controlo sobre a sua imagem. Essa visão encontra apoio em autores como Attwood (2006) e Comella (2014), que sugerem que a sexualização nos media pode servir como uma forma de autoexpressão e agência feminina, dependendo da receção e do contexto. Além disso, Gill (2008) argumenta que a cultura pós-feminista nos media permite que as mulheres redefinam o seu papel, apresentando a imagem sexualizada não necessariamente como submissão, mas como uma expressão de autonomia e poder.

Portanto, os resultados deste estudo corroboram a literatura existente sobre as representações limitantes e sexualizadas das mulheres nos media, enquanto refletem discussões mais recentes que defendem o potencial empoderador dessas representações para algumas mulheres.

Com base nas conclusões deste estudo, a questão de investigação “Como é que a identificação como feministas e a autodeterminação das mulheres implica numa melhor sexualidade das mulheres?” pode ser confirmada. As entrevistadas destacaram que a identificação como feministas lhes permitiu desafiar normas tradicionais, promovendo uma autodeterminação que se traduz numa exploração mais consciente, livre e empoderada da sua sexualidade. O feminismo ajudou as mulheres a reivindicar o direito de explorar e definir os seus próprios limites e desejos, levando a uma sexualidade mais autêntica e realizada.

Uma das limitações deste estudo foi a falta de diversidade na amostra, composta majoritariamente por mulheres brancas. Isso pode ter limitado a exploração de como diferentes interseccionalidades (como raça, classe ou orientação sexual) afetam a autodeterminação e a sexualidade. Outra limitação importante foi a falta de referências explícitas ao orgasmo feminino e ao direito das mulheres sobre os seus próprios corpos, que são centrais nas discussões sobre empoderamento sexual. Embora o feminismo tenha sido visto como uma ferramenta de libertação sexual, uma análise mais detalhada sobre o prazer e o orgasmo poderia ter fornecido uma visão mais completa da autodeterminação sexual. Por último, uma limitação a apontar foi a resposta tardia por parte da Comissão de Ética. A primeira submissão dos formulários necessários para dar início ao processo foram submetidas a dezanove de fevereiro de 2024, e o parecer final foi apresentado cinco meses depois, a cinco de julho de 2024, atrasando o processo das entrevistas e posterior análise de dados. Acredito que, com uma resposta mais célere, poderia obter e analisar a informação de forma mais completa e detalhada.

Um resultado surpreendente foi a ausência de menções significativas a formas alternativas de pornografia, como a pornografia feminista ou queer, que têm desafiado as normas tradicionais e promovido uma representação mais inclusiva da sexualidade. Isso pode refletir a falta de exposição das participantes a essas alternativas, dado que a pornografia heteronormativa mainstream continua a dominar o mercado e a influenciar as percepções sociais sobre a sexualidade. A ausência de uma análise mais aprofundada sobre o orgasmo feminino e o direito ao corpo também foi inesperada, dado que esses são temas centrais nas discussões feministas sobre sexualidade.

Futuras pesquisas devem incluir uma amostra mais diversificada em termos de raça, orientação sexual e identidade de gênero, para explorar como diferentes identidades afetam a experiência sexual e o empoderamento das mulheres. Outra área de pesquisa importante seria aprofundar o impacto da pornografia feminista ou queer como alternativa à pornografia mainstream, examinando se essas formas mais inclusivas de representação têm um efeito positivo na percepção do corpo e do prazer. Além disso, seria benéfico investigar a inclusão de uma abordagem interseccional nos grupos feministas, de modo a garantir que temas como a sexualidade e o prazer feminino sejam discutidos de forma mais inclusiva e representativa.

Estas sugestões podem contribuir para uma compreensão mais ampla e aprofundada do impacto dos media, da pornografia e da educação sexual na sexualidade das mulheres, ajudando a promover uma mudança positiva e mais inclusiva na sociedade.



## Referências Bibliográficas

- Allen, A. (2018). *The Power of Feminist Theory: Domination, Resistance, Solidarity*. Westview Press.
- Attwood, F. (2006). Sexed up: Theorizing the sexualization of culture. *Sexualities*, 9(1), 77-94.
- Aubrey, J. S., Dajches, L., & Terán, L. (2021). Media as a source of sexual socialization for emerging adults. *Sexuality in emerging adulthood*, 312-332.
- Banaszak, L. A. (1996). *Why movements succeed or fail: Opportunity, culture, and the struggle for woman suffrage* (Vol. 52). Princeton University Press.
- Banaszak, L. A., Beckwith, K., & Rucht, D. (2003). *Women's Movements Facing the Reconfigured State*. Cambridge University Press.
- Bartky, S. L. (2015). *Femininity and Domination: Studies in the Phenomenology of Oppression*. Routledge.
- Bartley, P. (2012). *Emmeline Pankhurst*. Routledge.
- Beauvoir, S. (1949). *Le Deuxième Sexe*. Librairie Gallimard.
- Botting, E. H. (2012). *Family feuds: Wollstonecraft, Burke, and Rousseau on the transformation of the family*. State University of New York Press.
- Bridges, A. J., Wosnitzer, R., Scharrer, E., Sun, C., & Liberman, R. (2010). Aggression and sexual behavior in best-selling pornography videos: A content analysis update. *Violence Against Women*, 16(10), 1065-1085.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: a practical guide*. SAGE Publications.
- Brundage, J. A. (1987). *Law, sex, and Christian society in medieval Europe*. University of Chicago Press.
- Butler, J. (1990) *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. Routledge.
- Cahill, A. J. (2012). *Overcoming objectification: A carnal ethics*. Routledge.
- Chodorow, N. J. (2014). Gender, relation, and difference in psychoanalytic perspective. In *Feminist social thought* (pp. 7-20). Routledge.
- Christine Anderson, M. (2018). Eleanor Flexner: Civil Rights and Feminist Activism and Writing. *Generations of Women Historians: Within and Beyond the Academy*, 195-216.
- Collins, P. H. (1990). Black feminist thought in the matrix of domination. *Black feminist thought: Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment*, 138(1990), 221-238.
- Collins, P. H. (1998). Intersections of race, class, gender, and nation: Some implications for Black family studies. *Journal of comparative family studies*, 29(1), 27-36.
- Comella, L. (2014). Studying porn cultures. *Porn Studies*, 1(1-2), 64-70..
- Connell, R. W. (2001). Studying men and masculinity. *Resources for feminist research*, 43-57.
- Crenshaw, K. W. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. *University of Chicago legal forum*, 139-168.
- Crenshaw, K. W. (1995). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Critical race theory: The key writings that formed the movement*, 357-383.
- Dines, G. (2010). *Pornland: How Porn Has Hijacked Our Sexuality*. Beacon Press.
- Duncan, S. (1994). Theorising differences in patriarchy. *Environment and Planning A*, 26(8), 1177-1194.
- Dworkin, A. (1981). *Pornography: Men Possessing Women*. Women's Press.
- Evans, S. (2010). *Tidal wave: How women changed America at century's end*. Simon and Schuster.

- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image, 13*, 38-45.
- Ferree, M. M., & Tripp, A. M. (Eds.). (2006). *Global feminism: Transnational women's activism, organizing, and human rights*. NYU Press.
- Fine, M., & McClelland, S. I. (2006). Sexuality education and desire: Still missing after all these years. *Harvard Educational Review, 76*(3), 297-338.
- Firestone, S. (1970). *The Dialectic of Sex: The Case for Feminist Revolution*. William Morrow and Company.
- Fileborn, B., & Loney-Howes, R. (2019). #MeToo and the politics of social change. Springer Nature.
- Foucault, M. (1976). La volonté de savoir. Histoire de la sexualité I. *Graal*.
- Friedan, B. (1963). *The Feminine Mystique*. W.W. Norton.
- Gill, R. (2007). Postfeminist media culture: Elements of a sensibility. *European journal of cultural studies, 10*(2), 147-166.
- Gill, R. (2008). Empowerment/sexism: Figuring female sexual agency in contemporary advertising. *Feminism & psychology, 18*(1), 35-60.
- Gill, R. (2007). *Gender and the Media*. Polity.
- Goffman, E. (1979). *Gender Advertisements*. Harper & Row.
- Grewal, I. (1999). 'Women's rights as human rights': Feminist practices, global feminism, and human rights regimes in transnationality. *Citizenship studies, 3*(3), 337-354.
- Hatton, E., & Trautner, M. N. (2011). Equal opportunity objectification? The sexualization of men and women on the cover of Rolling Stone. *Sexuality & Culture, 15*, 256-278.
- Jackson-Lowman, H. (2013). An analysis of the impact of Eurocentric concepts of beauty on the lives of African American women. *African American women: Living at the crossroads of race, gender, class, and culture*, 155-172.
- Karras, R. M. (1990). Holy harlots: Prostitute saints in medieval legend. *Journal of the History of Sexuality, 1*(1), 3-32.
- Kilbourne, J. (2000). *Can't buy my love: How advertising changes the way we think and feel*. Simon and Schuster.
- Kipnis, L. (1998). *Bound and gagged: Pornography and the politics of fantasy in America*. Duke University Press.
- Kitzinger, J. (1995). Qualitative research: introducing focus groups. *Bmj, 311*(7000), 299-302.
- Levine, M. P., & Piran, N. (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders. *Body image, 1*(1), 57-70.
- Liss, M., Erchull, M. J., & Ramsey, L. R. (2011). Empowering or oppressing? Development and exploration of the Enjoyment of Sexualization Scale. *Personality and social psychology bulletin, 37*(1), 55-68.
- Lorde, A. (1984). *Sister Outsider: Essays and Speeches*. Crossing Press.
- Maines, R. (2001). *The technology of orgasm: "Hysteria," the vibrator, and women's sexual satisfaction* (Vol. 24). JHU Press.
- Morgan, D. L. (1996). *Focus groups as qualitative research*. Sage publications.
- Mulvey, L. (1975). Visual pleasure and narrative cinema. *Screen, 16*(3), 6-18.
- Ng, E. (2013). A "post-gay" era? Media gaystreaming, homonormativity, and the politics of LGBT integration. *Communication, Culture & Critique, 6*(2), 258-283.

- Offen, K. (1988). Defining feminism: A comparative historical approach. *Signs: Journal of women in culture and society*, 14(1), 119-157.
- Oliveira, J. M. (2009). Uma escolha que seja sua - uma abordagem feminista ao debate sobre IVG em Portugal. *Tese de doutoramento em Psicologia Social. Lisboa: ISCTE*
- Oliveira, J.M. (2017) *Desobediências de Género*. Editora Devires.
- Petchesky, R. P. (1984). *Abortion and woman's choice: the state, sexuality and reproductive freedom*. Verso Books.
- Rampton, M. (2015). Four waves of feminism. *Pacific University Oregon*, 25, 1-10.
- Rich, A. (2007). Compulsory heterosexuality and lesbian existence. In *Culture, society and sexuality* (pp. 225-252). Routledge.
- Rupp, L. J. (1992). Eleanor Flexner's "Century of Struggle": Women's History and the Women's Movement. *NWSA Journal*, 4(2), 157-169.
- Ryan, B. (2013). *Feminism and the women's movement: Dynamics of change in social movement ideology and activism*. Routledge.
- Santelli, J. S., Kantor, L. M., Grilo, S. A., Speizer, I. S., Lindberg, L. D., Heitel, J., ... & Ott, M. A. (2017). Abstinence-only-until-marriage: An updated review of US policies and programs and their impact. *Journal of Adolescent Health*, 61(3), 273-280.
- Sastre, A. (2014). Towards a radical body positive: Reading the online "body positive movement". *Feminist Media Studies*, 14(6), 929-943.
- Schick, V. R., Calabrese, S. K., Rima, B. N., & Zucker, A. N. (2010). Genital appearance satisfaction: Implications for women's genital image self-consciousness, sexual esteem, sexual satisfaction, and sexual risk. *Psychology of Women Quarterly*, 34(3), 394-404.
- Sun, C., Bridges, A., Johnson, J. A., & Ezzell, M. B. (2014). Pornography and the male sexual script: An analysis of consumption and sexual relations. *Archives of Sexual Behavior*, 43(4), 689-701.
- Tavares, M. (2011). *Feminismo - Percursos e Desafios*. Lisboa: Texto
- Taylor, B. (2003). Mary Wollstonecraft and the Feminist Imagination. *Cambridge UP*.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2014). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630-643.
- Vickery, A. (1998). *The Gentleman's Daughter: Women's Lives in Georgian England*. Yale University Press.
- Ward, L. M., & Friedman, K. (2006). Using TV as a guide: Associations between television viewing and adolescents' sexual attitudes and behavior. *Journal of research on adolescence*, 16(1), 133-156.
- Wilkinson, S. (1998). Focus groups in feminist research: Power, interaction, and the co-construction of meaning. *In Women's studies international forum*, 21 (1), 111-125. Pergamon.
- Wollstonecraft, M. (2016). Vindication of the Rights of Woman. In *Democracy: a reader* (pp. 297-306). Columbia University Press.
- Zacharis, J. C. (1971). Emmeline Pankhurst: An English Suffragette Influences America. *Communications Monographs*, 38(3), 198-206.