

Sentinelas do medo

Se a misoginia disseminada no ambiente digital pode contribuir para o adoecimento psíquico de meninos e jovens, alimentando o ressentimento contra as mulheres, elas também sofrem consequências severas com a expansão da machosfera. Além de serem colocadas em posição de inferioridade e terem seus direitos constantemente questionados, muitas mulheres enfrentam impactos na saúde mental ao serem expostas a esse tipo de conteúdo, que reforça a hostilidade, a objetificação e a violência de gênero no ambiente virtual.

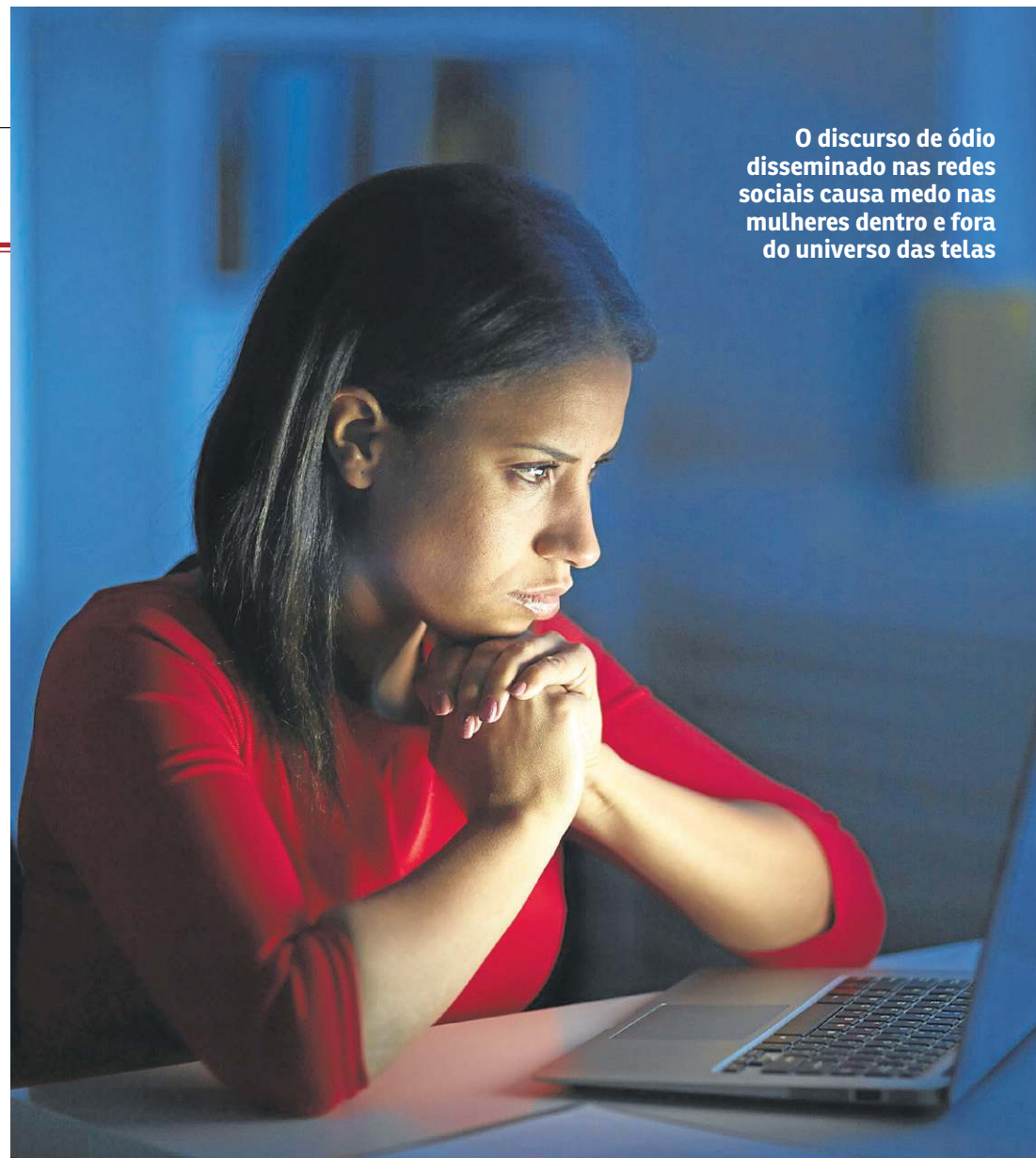
A psicóloga infantojuvenil Juliana Paim explica que comunidades virtuais que disseminam discursos machistas e misóginos, reforçando crenças de superioridade masculina e de hostilidade contra as mulheres, simplificam a complexidade das relações humanas e dificultam o amadurecimento emocional dos adolescentes.

“Quando pensamos que o adolescente que cresce sob esse tipo de influência será um adulto que se relacionará com mulheres, é inevitável a preocupação com os prejuízos emocionais e as crenças distorcidas sobre os relacionamentos que ele pode carregar para a vida adulta”, alerta. De acordo com ela, ensinar os adolescentes a lidar com frustrações, rejeições e emoções difíceis também é uma forma de prevenir a violência de gênero e, até mesmo, casos de feminicídio no futuro.

Segundo levantamento da SaferNet, as denúncias de misoginia na internet cresceram 224% no Brasil em 2025. Em 2024, foram registrados 2.686 casos de violência ou discriminação contra mulheres. No ano seguinte, o número saltou para 8.728 registros.

O avanço se reflete na experiência de milhões de brasileiras. A Pesquisa Nacional de Violência contra a Mulher, realizada pelo DataSenado e pela Nexus em novembro de 2025, em parceria com o Observatório da Mulher contra a Violência do Senado Federal, revela que 8,8 milhões de mulheres — o equivalente a 10% da população feminina com 16 anos ou mais — sofreram algum tipo de violência digital nos 12 meses anteriores ao levantamento.

Entre as agressões mais relatadas, estão o envio recorrente de mensagens ofensivas ou ameaçadoras, que atingiu cerca de 4,8 milhões de mulheres (5% da



Magnific

O discurso de ódio disseminado nas redes sociais causa medo nas mulheres dentro e fora do universo das telas

população feminina). Também aparecem a invasão de contas e dispositivos pessoais e a disseminação de mentiras sobre vítimas nas redes sociais, ambas relatadas por 4% das mulheres.

Enquanto esses discursos encontram espaço entre parte dos jovens homens, mulheres relatam que a expansão dessas ideias nas redes sociais aumenta a sensação de insegurança também fora do ambiente virtual. O temor não está apenas no conteúdo publicado, mas na dúvida sobre até que ponto essas crenças podem influenciar comportamentos no cotidiano.

A psicóloga clínica Laynara Paiva explica que a exposição contínua a conteúdos que banalizam a violência, sexualizam os corpos femininos ou naturalizam a inferiorização das mulheres pode alterar a percepção de segurança e pertencimento. “Muitas passam a sentir que a violência pode acontecer a qualquer momento e em qualquer lugar.”

Temor constante

A psicóloga relata que, em sua clínica, observa um aumento da vigilância constante, da desconfiança e da necessidade de monitorar riscos. “A sensação subjetiva é de que o ambiente se torna menos previsível e

menos seguro, o que impacta diretamente a qualidade de vida e o bem-estar emocional”, destaca.

“Ver esse tipo de conteúdo circulando nas redes sociais me deixa muito descrente. Eu acreditava genuinamente que a sociedade não poderia retroceder dessa forma, mas a exposição constante a discursos de ódio e à normalização da violência contra as mulheres é assustadora”, declara Elisabeth (nome fictício), 25 anos, moradora de Brasília.

Ao ser questionada se o crescimento de discursos misóginos no ambiente on-line aumenta a sensação de ameaça das mulheres também fora da internet, Elisabeth afirma que o medo está relacionado à forma como esses grupos passam a enxergar e tratar as mulheres. “Quando você vê homens falando de mulheres de uma forma tão desumana, tratando a violência como algo banal ou até defendendo esses comportamentos, isso realmente assusta. Se uma pessoa consegue falar abertamente sobre esse tipo de pensamento, o medo de que ela transforme isso em uma atitude concreta existe.”

Alice (nome fictício), 19, moradora do Guará, afirma que o contato com conteúdos relacionados à “machosfera” aumentou sua sensação de insegurança e medo diante dos desafios de ser mulher na sociedade. “Comecei a me afastar e a evitar desenvolver relações