

# **O USO DE BANHEIROS PÚBLICOS PELAS PESSOAS TRANSGÊNERO E OS DESDOBRAMENTOS PARA A SAÚDE.**

**The use of public bathrooms by transgender people and the implications for health.**

**El uso de baños públicos por parte de personas transgénero y las implicaciones para la salud**

---

*Marcelo Limão Gonçalves – Universidade Federal de São Paulo  
Fabiana Tavolaro Maiorino -Universidade Paulista – Unip – Jundiaí/SP  
Thiago Gomes Marques - Universidade do Estado de São Paulo – USP – São Paulo/SP*

---

*Endereço para correspondência:  
limao@marcelolimaopsi.com.br*

**Autores:**  
**Esp. Marcelo Limão Gonçalves**  
*Universidade Federal de São Paulo – Unifesp – São Paulo/SP, Brasil*  
**Dra. Fabiana Tavolaro Maiorino**  
*Universidade Paulista – Unip – Jundiaí/SP, Brasil*  
**Ms. Thiago Gomes Marques**  
*Universidade do Estado de São Paulo – USP – São Paulo/SP, Brasil*

## **Resumo**

Apesar dos avanços garantidos por políticas públicas no Brasil em relação às pessoas transgênero, ainda não há uma lei específica que assegure o direito ao uso do banheiro de acordo com a identidade de gênero autodeclarada das pessoas transgênero, transexuais e travestis. Partindo deste contexto, esta pesquisa objetivou compreender, a partir de uma revisão bibliográfica, quais são os desdobramentos na saúde física e mental das pessoas transgênero, resultantes da sua relação com o uso de banheiros públicos. A pesquisa empregou metodologia qualitativa, do tipo exploratória e descritiva, com base na “metodologia para revisões de escopo” do Instituto Joanna Briggs. Conforme os resultados, foi possível identificar agravos em saúde física e mental, decorrentes da abertura ou restrição do uso de banheiros públicos por pessoas trans e/ou com variabilidade de gênero. Também foi possível confirmar a hipótese de que o preconceito, a discriminação e a exclusão de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero nos banheiros públicos estão na base dos agravos em saúde física e mental, seja pela evitação da circulação de seus corpos nestes espaços e consequente restrição do atendimento de suas necessidades biológicas de excreção, seja pela evitação do consumo de líquidos que proporcionam hidratação ideal para o próprio corpo, seja pelo sofrimento psicossocial resultante dos processos de exclusão.

**Palavras-chave:** Pessoas Transgênero; Identidade de Gênero; Banheiros Públicos; Saúde Física; Saúde Mental.

## **Abstract**

Despite the progress ensured by public policies in Brazil regarding transgender people, there is still no specific law that guarantees the right to use bathrooms according to the self-declared gender identity of transgender, transsexual, and travesti individuals. Based on this context, this research aimed to understand, through a literature review, the physical and mental health outcomes of transgender people resulting from their relationship with the use of public restrooms. The study used a qualitative, exploratory, and descriptive methodology, based on the “methodology for scoping reviews” from the Joanna Briggs Institute. According to the results, it was possible to identify physical and mental health impairments stemming from the restriction or allowance of access to public restrooms for transgender and/or gender-diverse people. The hypothesis was also confirmed that

prejudice, discrimination, and exclusion in public restrooms are key contributors to these health impairments—whether by avoiding the circulation of their bodies in these spaces and consequently restricting the fulfillment of their biological excretion needs, reducing fluid intake necessary for proper hydration, or suffering psychosocial distress due to exclusion processes.

**Keywords:** Transgender People; Gender Identity; Public Restrooms; Physical Health; Mental Health.

## **Resumen**

A pesar de los avances garantizados por políticas públicas en Brasil en relación con las personas transgénero, aún no existe una ley específica que asegure el derecho al uso del baño de acuerdo con la identidad de género autodeclarada de personas transgénero, transexuales y travestis. Partiendo de este contexto, esta investigación tuvo como objetivo comprender, a partir de una revisión bibliográfica, cuáles son los efectos en la salud física y mental de las personas transgénero derivados de su relación con el uso de baños públicos. La investigación empleó una metodología cualitativa, de tipo exploratoria y descriptiva, basada en la “metodología para revisiones de alcance” del Instituto Joanna Briggs. Según los resultados, fue posible identificar perjuicios en la salud física y mental, derivados de la apertura o restricción del uso de baños públicos por personas trans y/o con diversidad de género. También se confirmó la hipótesis de que el prejuicio, la discriminación y la exclusión de personas transgénero y/o con diversidad de género en los baños públicos son la base de estos perjuicios, ya sea por la evitación de circular con sus cuerpos en estos espacios y la consecuente restricción del cumplimiento de sus necesidades biológicas de excreción, ya sea por la evitación del consumo de líquidos que proporcionan hidratación adecuada, o por el sufrimiento psicosocial resultante de los procesos de exclusión.

**Palabras clave:** Personas Transgénero; Identidad de Género; Baños Públicos; Salud Física; Salud Mental.

## **Introdução**

Promover uma discussão a respeito do uso de banheiros públicos pela população transgênero pode causar algum estranhamento na medida em que este espaço é destinado,

meramente, para as funções fisiológicas de uma pessoa, ou seja, para uma ação ou ato individual. Entretanto, frequentar um banheiro público e coletivo constitui um “comportamento social”. Nesta perspectiva, são os aspectos culturais, sociais e jurídicos que determinam qual banheiro é de “homem” e qual banheiro é de “mulher”, impondo situações de constrangimento e discriminação a sujeitos transgêneros em suas experiências de uso destes espaços públicos. Inclusive, muitas vezes evitam frequentar banheiros públicos, acometendo sua saúde física e mental (GENERO & VIEIRA, 2019).

Ao pensar nos ambientes de banheiros públicos, estes seguem padrões binários e dicotômicos, ou seja, são espaços públicos que exigem a congruência entre o sexo designado ao nascimento e o gênero da pessoa, o que não ocorre nas pessoas com “incongruência de gênero”. De acordo com a nova versão da “Classificação Internacional de Doenças e demais condições de saúde” (CID-11),

a incongruência de gênero na adolescência e na idade adulta é caracterizada por uma incongruência marcante e persistente entre o gênero vivenciado de um indivíduo e o sexo atribuído, o que muitas vezes leva a um desejo de “transição”, a fim de viver e ser aceito como uma pessoa do gênero experienciado. (WHO, 2022, sem paginação, tradução realizada pelo(s) autor(es)).

Vale destacar uma atualização do tema e que reforça a justificativa desta revisão de escopo. Trata-se da “Nota técnica sobre direitos humanos e o direito dos banheiros”, publicada pela Associação Nacional de Travestis e Transexuais (ANTRA, 2023). Corroborando com os propósitos deste estudo,

É importante reconhecer que a utilização de banheiros públicos por pessoas trans e travestis de acordo com sua identidade e expressão de gênero não só respeita direitos fundamentais, como contribui para a promoção de sua saúde física e mental, se convertendo, portanto, em uma questão de saúde pública. (ANTRA, 2023, p. 9, grifos realizados pelos autores).

Esta entidade, que realiza pesquisas e publica os dossiês anuais sobre os assassinatos e violências contra pessoas trans brasileiras desde 2017, destaca que “os ataques contra pessoas trans, principalmente contra travestis e mulheres trans, durante o uso do banheiro tem sido a mais recorrente forma de violação dos direitos humanos contra essa parcela da população” (ANTRA, 2023, p. 4).

O objetivo geral desta pesquisa pretendeu compreender, a partir de uma revisão bibliográfica, quais são os desdobramentos na saúde física e mental das pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, resultantes da sua relação com o uso de banheiros públicos, em um país que ainda não possui uma política pública específica que assegure o direito de utilizar o banheiro de acordo com o gênero ao qual a pessoa se identifique. Os objetivos específicos envolvem identificar, nos periódicos de saúde, os impactos físicos e mentais resultantes das dificuldades que esta população refere em relação aos banheiros públicos; reconhecer quais são os comportamentos desta população para lidar com o preconceito e a discriminação em relação ao uso dos banheiros públicos; sintetizar as recomendações e apontamentos para os profissionais de saúde e equipes multiprofissionais, facilitando o acolhimento desta população, e; mitigar a lacuna de

evidências científicas neste campo, proporcionando um conteúdo para ser aplicado em futuras pesquisas e/ou contextos educativos.

## **Metodologia**

A pesquisa empregou uma metodologia qualitativa, do tipo exploratória e descritiva. De acordo com Minayo (2016), as pesquisas exploratórias são importantes, sobretudo em temas pouco investigados ou que sejam muito recentes. Para ela, “O apoio de revisões bibliográficas sobre os estudos já feitos ajuda a mapear as perguntas já elaboradas naquela área de conhecimento, permitindo identificar o que mais tem se enfatizado e o que tem sido pouco trabalhado” (MINAYO, 2016, p. 37). Como percurso metodológico esta pesquisa aplicou, mais especificamente, a metodologia denominada “revisão de escopo”, contida na “prática baseada em evidências”, a partir da “Metodologia para revisões de escopo” do Instituto Joanna Briggs (PETERS et al., 2015). Esta metodologia é particularmente útil quando se tem poucas evidências em uma área do conhecimento, a exemplo da lacuna de publicações ou revisões a respeito do uso de banheiros públicos por pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero e os impactos na saúde física e mental desta população. A este respeito, “As revisões de escopo são úteis para examinar evidências emergentes quando ainda não está claro quais outras questões mais específicas podem ser colocadas e abordadas de forma valiosa” (PETERS et al., 2015, p. 6, tradução realizada pelos autores).

Neste sentido, a escolha da revisão de escopo é indicada quando se deseja mapear os conceitos-chave de uma área de pesquisa, esclarecer definições de trabalho,

compreender o alcance de uma evidência, inclusive identificando lacunas de pesquisa para posteriores revisões sistemáticas.

O valor das revisões de escopo para a prática baseada em evidências é o exame de uma área mais ampla para identificar lacunas na base de conhecimento da pesquisa, esclarecer conceitos-chave e informar sobre os tipos de evidências que abordam e informam a prática no campo (PETERS et al., 2015, p. 7, tradução realizada pelos autores).

Para atingir os objetivos propostos, foi construída uma pergunta de pesquisa com o auxílio do acrônimo PCC: População, Conceito e Contexto (PETERS et al., 2015). De maneira mais detalhada, a categoria “População” envolve o conjunto das pessoas transgênero, transexuais, travestis, transmasculinos, não-binárias, agêneros, gênero fluido etc., em qualquer idade. A categoria “Conceito” reúne quaisquer impactos ou desdobramentos em termos de saúde, seja física ou mental. Por fim, a categoria “Contexto” se circunscreve aos banheiros de uso público e coletivo. A partir do uso do acrônimo PCC, buscou-se responder à seguinte questão norteadora: quais são os impactos na saúde física e/ou mental das pessoas transgênero, na sua relação com o uso de banheiros públicos?

Neste intuito, foi realizada uma busca preliminar por publicações científicas nas bases de dados Pubmed, LILACS e BVS Brasil. Como critérios de inclusão, as bases são do campo da “saúde”, com a opção aberta de busca “todo o texto”, período dos últimos 10 anos (2013-2023), utilizando-se os descritores em língua portuguesa, população em qualquer faixa etária, na seguinte estratégia de busca: ((transgênero OR transexual) AND

banheiro). Ressalta-se que apenas 2 publicações em língua portuguesa foram identificadas, na base LILACS.

Já utilizando-se dos descritores em língua inglesa, opção aberta de busca “todo o texto”, nas mesmas bases de dados e com a seguinte estratégia de busca: ((bathroom)) OR (restroom)) AND (transgender), foi possível identificar 78 resultados em inglês, 4 em português e 1 em espanhol. Todos foram objeto de investigação desta revisão de escopo.

Como critério de exclusão, desconsiderou-se as produções publicadas em revistas com classificação, na plataforma Sucupira, abaixo de B5, ou que tenham data de publicação fora do intervalo dos últimos 10 anos. Excluiu-se também as publicações que não fossem específicas para a população transgênero e pessoas não-binárias, tais como as que são compostas por experiências de orientação sexual diversa, quais sejam, pessoas LGB (lésbicas, gays e bissexuais). Outro critério de exclusão utilizado foi o de documentos que não estivessem disponíveis gratuitamente nas plataformas.

Após a realização das buscas nas bases Pubmed, LILACS e BVS Brasil, a partir das estratégias de busca anteriormente descritas, utilizou-se o software “Zotero” para organizar os resultados das buscas a fim de eliminar as publicações em duplicidade. Os artigos resultantes receberam uma leitura de resumo, para verificar se atendem aos critérios de inclusão e exclusão. Em seguida, realizou-se uma leitura total dos artigos, com o objetivo de determinar a amostra que será objeto de investigação e análise.

### **Procedimentos para análise de dados**

Realizou-se a análise dos documentos de acordo com a visão de Gunther (2006), ou seja, uma análise de conteúdo qualitativa, onde o objetivo principal será a

extração e o resumo das ideias principais, dispostas nos textos selecionados. Vale ressaltar que o procedimento seguiu todas as orientações propostas pela “metodologia para revisões de escopo” do Instituto Joanna Briggs (PETERS et al., 2015).

### **Extração de dados**

Após a primeira análise dos 83 documentos encontrados por meio da pesquisa que aplicou os descritores nas bases de dados, eliminou-se 21 documentos duplicados. A seguir realizou-se a exclusão de 40 publicações que, após a leitura do título e/ou resumo, não estavam relacionadas com o tema ou não atendiam aos critérios de inclusão/exclusão.

Assim, restaram 22 documentos para a realização da leitura completa. Nesta etapa, identificou-se ainda que 3 documentos não estavam disponíveis de forma gratuita. Após a leitura completa dos 19 documentos elegíveis, eliminou-se 12 deles pelo fato de que não apresentavam uma relação entre o uso dos banheiros públicos por pessoas transgênero e desdobramentos em saúde. Também foi eliminado um documento que apresentava a síntese de outra publicação que já compunha a amostra. Com isso, restaram 6 documentos entre os elegíveis para compor a amostra e receber a leitura completa, crítica e analítica do texto.

### **Resultados**

A partir da amostra, composta por 6 publicações, definiu-se 4 categorias para serem observadas, analisadas e discutidas em cada uma das publicações, após releitura detalhada. São elas: comportamentos dos sujeitos; agravos em saúde física; agravos em

saúde mental, e; recomendações para profissionais de saúde. A seguir, apresenta-se o detalhamento de cada uma delas.

### **Comportamentos dos sujeitos**

As minorias de gênero (pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero) são acometidas de um estresse adicional aos da vida cotidiana, resultante do preconceito, estigmatização e discriminação. Uma pesquisa com transgêneros e pessoas de gênero não conforme, no contexto urbano, revelou que 70% das pessoas entrevistadas já sofreram assédio verbal, agressão física e negação de acesso a banheiros públicos divididos por gênero (DUBOIS et al., 2017, p. 5).

Um dos comportamentos mais comuns entre pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero é o uso tardio do banheiro ou mesmo a abstenção do uso. Esta escolha resulta do sentimento de insegurança em frequentar espaços públicos destinados às necessidades fisiológicas ou cuidados de higiene pessoal. Pessoas transgênero “que são barradas de usar banheiros onde sentem segurança podem sentir que não têm escolha a não ser suprimir as necessidades corporais básicas” (SCHUSTER et al., 2016, p. 1, tradução realizada pelos autores). Mesmo cientes de que segurar a urina na bexiga faz mal à saúde, a outra opção, usar um banheiro público, é considerada mais arriscada, então evitam o uso (HARDACKER et al., 2019).

Outro comportamento entre pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, referido no estudo de Schuster et al. (2016), inclui evitar tomar líquidos durante o dia para que não sintam vontade de urinar. Além disso, é comum que esta população transite intencionalmente por certas áreas ou locais ou que, ainda, mudem a rota, tudo a

dependem da disponibilidade de banheiros públicos que possam acessar em segurança (HARDACKER et al., 2019).

Muitos comportamentos adaptativos são referidos pelas pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero nos banheiros públicos divididos por gênero. Isso envolve encontrar cabines com trancas, escolhas em urinar em pé ou sentado, a busca em dissimular o som da urina sendo expelida, dentro de uma cultura da micção, ou seja, o que se entende por barulhos ou comportamentos na micção de homens e mulheres (HARDACKER et al., 2019).

Os ambientes escolares ou de trabalho também impactam nos comportamentos desta população. A falta de oferta de banheiros que sejam inclusivos quanto ao gênero ao qual a pessoa se identifica, nas escolas e no trabalho, “resultou no abandono da escola ou na mudança de emprego de indivíduos transgêneros” (HARDACKER et al., 2019, p. 2, tradução realizada pelos autores).

Quando se trata de banheiros públicos do gênero masculino, os homens transgênero evitam envolver-se em comportamentos normativos femininos porque isso poderia aumentar o risco de não se passarem por homens. Não ficam arrumando o cabelo ou passando creme no rosto em frente ao espelho, por exemplo. É importante destacar que, para muitas pessoas transgênero, sobretudo as binárias, a escolha do banheiro é uma espécie de validação de gênero, ou seja, a decisão em usar o banheiro de sua escolha apoia sua personalidade (HARDACKER et al., 2019).

Becerra et al. (2021) acrescentam que a maior prevalência de abusos ou violência em banheiros públicos ocorre nos homens transgênero. Não por acaso, a maior

prevalência de ideação suicida e tentativas de suicídio impacta os transgêneros masculinos.

Entre toda a população trans, os que apresentam maior risco para o suicídio são os homens trans. Um estudo com adolescentes trans mostrou uma taxa de 14% de tentativas de suicídio, mas quando se observa somente a população de homens trans, a incidência sobe para 50,8% (LIMA & HERCOWITZ, 2021, p. 245).

O estudo de Murchison et al. (2019) demonstrou que os critérios restritivos para a utilização dos banheiros e vestiários, por si só, já podem operar efeitos negativos. Embora não se possa determinar se as próprias restrições afetaram a segurança dessas pessoas, parece que o uso de instalações para uma única pessoa (por exemplo, um banheiro para funcionários) pode não resolver totalmente os riscos associados às restrições. Segundo o estudo, “Encontramos evidências de um mecanismo potencial de vitimização fora dos banheiros e vestiários: as restrições aos banheiros e vestiários podem colocar os alunos em risco ao ‘revelá-los’ como transgêneros”. (MURCHISON et al., 2019, p. 7, tradução realizada pelos autores).

### **Agravos em saúde física**

Os principais acometimentos em saúde física de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, resultantes do adiamento no uso do banheiro ou da evitação do consumo de líquidos, podem incluir a desidratação, infecções do trato urinário ou renais, impactação fecal e hemorroidas. Na medida em que estão vulneráveis à violência física e

agressões em banheiros públicos, elas podem sofrer hematomas, ter ossos quebrados ou algo pior (SCHUSTER et al., 2016).

Na atualidade, praticamente nada se sabe sobre as experiências de saúde da bexiga de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero. A saúde da bexiga é pouco compreendida uma vez que os estudos se concentram na identificação, tratamento e patologia dos sintomas do trato urinário inferior (STUI), muito prevalentes em mulheres cisgêneros. Existe um aspecto de saúde do trato urinário inferior que envolve o pleno esvaziamento da bexiga na frequência necessária. Os STUI incluem problemas relacionados ao armazenamento e esvaziamento da urina, infecções do trato urinário (ITUs, ou seja, infecções da bexiga), incontinência urinária, bexiga hiperativa, esvaziamento incompleto, síndrome da dor na bexiga e cistite intersticial (HARDACKER et al., 2019). Inclusive, neste estudo inovador utilizando a técnica de grupos focais a respeito da saúde da bexiga desta população, “os pesquisadores descobriram, a partir de autorrelatos, que evitar banheiros públicos resultou em ‘bexigas mais fracas’” (HARDACKER et al., 2019, p. 2, tradução realizada pelos autores).

O estudo de Murchison et al. (2019) é particularmente interessante pois revelou como as restrições ao uso de banheiros públicos tem potencial para aumentar o risco de agressões ou violência sexual contra pessoas transgênero ou não binárias. As pessoas com restrições tinham uma probabilidade significativamente maior de sofrer violência sexual do que aquelas cujo uso das instalações não era restrito. Especificamente, meninos transgênero restringidos tiveram 1,26 vezes o risco ajustado de agressão sexual em comparação com meninos transgênero não restringidos. Jovens não binários restringidos tiveram 1,42 vezes o risco ajustado em comparação com jovens não binários sem

restrições. Já as meninas transgênero restringidas tiveram 2,49 vezes o risco ajustado em comparação com meninas transgênero não restringidas. (MURCHISON et al., 2019, p. 5, tradução realizada pelos autores).

Visto de outra forma, em uma escala de vulnerabilidade, as meninas transgênero que tiveram o uso do banheiro restringido são as que correm maior risco de violência sexual e agressões (>149%), seguidas das pessoas não binárias (>42%) e dos meninos transgênero (>26%).

O estudo de DuBois et al. (2017) se concentrou em analisar as taxas de cortisol no organismo de homens transgênero em processo de transição e comparou com níveis autorreferidos de três estressores específicos, sendo um deles referente ao uso de banheiros públicos. Conhecido como o “hormônio do estresse”, o cortisol é um importante participante do sistema hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA) e segue um ciclo circadiano. Sentir com mais intensidade um agente estressor eleva o nível de cortisol no organismo. Se isso ocorre em excesso, há impacto na saúde e no bem-estar da pessoa. No estudo os participantes coletaram, diariamente, 5 amostras: ao despertar, 30 minutos depois, no meio da manhã, no meio da tarde e antes de dormir. De acordo com as evidências deste estudo, o estresse relacionado aos banheiros públicos divididos por gênero previu maior cortisol ao despertar. Em uma escala *Likert* variando entre 0 (estresse muito baixo) e 10 (estresse muito alto), para cada aumento de uma unidade no estresse relacionado aos banheiros públicos divididos por gênero, os participantes tiveram uma leitura média de cortisol na amostra do despertar 34% maior. O estresse relacionado aos banheiros públicos divididos por gênero também previu uma queda mais acentuada ao despertar (DUBOIS et al., 2017).

Essas descobertas fornecem *insights* sobre as diversas maneiras de pensar os agentes estressores enfrentados por pessoas transgênero durante sua transição, incluindo os que podem impactar medidas de estresse biológico. De forma mais ampla, os resultados podem ser interpretados à luz da literatura clínica, demonstrando perfis hipercortisolêmicos em relação ao risco percebido de humilhação ou desrespeito e, conseqüentemente, podem levar a distúrbios de saúde (DUBOIS et al., 2017).

### **Agravos em saúde mental**

As conseqüências físicas e psicossociais da ansiedade e do medo crônicos têm sido associados às experiências de micção em pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero. O medo constante de assédio e violência ao utilizar banheiros públicos pode prejudicar a saúde mental, tendo em vista o aumento da ansiedade e da necessidade de mapeamento intenso dos ambientes. Isso gera comportamentos adaptativos excessivos e um sentimento de estar constantemente sendo lido e avaliado pelas pessoas ao redor (SCHUSTER et al., 2016; HARDACKER et al., 2019).

As falhas em se apresentar têm conseqüências mentais e físicas significativas, prejudicando potencialmente o senso de personalidade, a saúde mental e o próprio físico de uma pessoa, seja por meio de uma rotina excessiva ou de violência física por parte de terceiros (HARDACKER et al., 2019, p. 14, tradução realizada pelos autores).

Também foi observado que pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero vivenciam um estresse significativo relacionado ao estigma, violência e discriminação e

têm taxas desproporcionalmente altas de sofrimento, depressão e ansiedade (DUBOIS et al., 2017).

A ideação suicida ou propriamente as tentativas de suicídio em pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, relacionados ao uso de banheiros públicos, são um destaque na amostra de materiais analisados nesta revisão e apareceram em 3 estudos (DAVIES & KESSEL, 2017; HARDACKER et al., 2019; BECERRA et al., 2021). Negar o direito ao uso do banheiro de acordo com a identidade de gênero da pessoa aumenta a probabilidade de tentativa de suicídios. Inclusive, foi indicado que

aqueles a quem foi negado o acesso a um banheiro ou instalação escolar (na faculdade) tinham 1,3 vezes mais probabilidade de ter tentado o suicídio em algum momento, em comparação com aqueles a quem o acesso ao banheiro não foi negado” (HARDACKER et al., 2019, p. 2, tradução realizada pelos autores).

Em outro estudo, os pesquisadores dividiram pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero em dois grupos: um com pessoas que sofreram assédio/abuso ao utilizar banheiros públicos e outro que não referia ter sofrido. As tentativas de suicídio (50,8% vs. 35,8%) foram significativamente mais elevadas entre aqueles que sofreram assédio/abuso durante a utilização do banheiro público (BECERRA et al., 2021).

Além disso, adultos transgêneros que tiveram acesso negado a banheiros de acordo com a sua identidade de gênero enquanto estavam na faculdade tiveram taxas mais altas de tentativas de suicídio ao longo da vida (DAVIES & KESSEL, 2017). Estas descobertas sugerem que o acesso a banheiros públicos que afirmam a identidade de

gênero de um indivíduo pode ser visto como uma forma de prevenção secundária de transtornos de humor e de ansiedade para jovens transexuais.

### **Apontamentos para profissionais da saúde**

A área da medicina reúne, também, profissionais que não têm experiência em saúde de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero. Um estudo apontou haver muita resistência em profissionais da medicina no tratamento e cuidados com esta população. Alguns profissionais, inclusive, fazem declarações preconceituosas e abusivas (SCHUSTER et al., 2016). De outro lado, a comunidade de profissionais da saúde pode abordar melhor as necessidades de saúde para pessoas transgênero, ajudando a garantir que essas pessoas se sintam seguras ao procurar cuidados em saúde. Com esta ajuda, profissionais da saúde “podem promover resiliência diante do preconceito, expandindo nosso conhecimento sobre a melhor forma de promover saúde e bem-estar transgênero” (SCHUSTER et al., 2016, p. 3, tradução realizada pelos autores).

Um fator importante para profissionais da saúde ao atender pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero é ter em mente que esta população necessita de informação que seja qualificada e disponibilizada de forma pública. Assim, é necessário um processo educativo em saúde pública sobre as consequências da retenção de urina e os impactos em ansiedade nesta dinâmica entre armazenamento e esvaziamento da bexiga (HARDACKER et al., 2019).

Exemplos de possíveis intervenções incluem treinamento em competências culturais, capacitação dos aspectos singulares de saúde desta população, bem como a coordenação de uma colaboração cruzada entre os sistemas de saúde (pública e

privada). Também é imperativo avaliar a prevalência e as necessidades da comunidade transgênero, tais como as relacionadas com o abuso, assédio ou violência e a saúde mental, nas áreas de serviço dos hospitais, “bem como para garantir a implementação de programas específicos que tenham em conta as barreiras específicas enfrentadas por este grupo vulnerável” (BECERRA et al., 2021, p. 10, tradução realizada pelos autores).

Os pesquisadores Davies & Kessel (2017) destacam que permitir o livre acesso ao banheiro no gênero ao qual a pessoa se identifica é um fator de proteção secundário, com potencial para prevenir transtornos de ansiedade e/ou humor, tal como a depressão ou ideação suicida. Estas informações precisam ser disponibilizadas para as equipes de saúde.

Os pediatras devem estar atentos à alta prevalência de agressão sexual entre jovens transgênero e/ou com variabilidade de gênero, especialmente aqueles que foram submetidos a políticas restritivas na escola. Dessa forma, devem considerar a vitimização sexual como uma possível contribuição para sofrimento psicológico e comportamentos de risco à saúde nestes pacientes (MURCHISON et al., 2019).

De uma perspectiva preventiva, os pediatras são defensores fundamentais de pacientes transgênero e/ou não binários e seu papel pode incluir a capacitação dos funcionários da escola e o envio de declarações confirmando a necessidade do paciente expressar sua identidade de gênero. Com tais ações, “Essas comunicações podem enfatizar a importância do acesso seguro em banheiros e vestiários congruentes com a identidade de gênero de cada pessoa” (MURCHISON et al., 2019, p. 8, tradução realizada pelos autores).

Por fim, a amostra apresenta o estudo de DUBOIS et al. (2017) que destaca o quanto estas descobertas falam da importância de políticas antidiscriminatórias em relação às pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, bem como da necessidade do aumento de processos educativos com o objetivo de reduzir o estigma, o preconceito e a discriminação contra pessoas transgênero, a fim de melhorar a saúde deste grupo vulnerabilizado.

## **Discussão**

A nota técnica da ANTRA (2023) é um documento que permite iniciar uma discussão qualificada e com embasamento teórico-vivencial, sobretudo por ser produzida por pessoas com “lugar de fala” e com “qualificação acadêmica”. A ANTRA denuncia que os banheiros públicos operam um sistema de segregação e hierarquização de corpos, a partir da noção de “apartheid de gênero”:

O pânico moral criado em torno da utilização dos banheiros públicos de acordo com a identidade e expressão de gênero é um padrão de ação consolidado na organização de um verdadeiro apartheid de gênero que vulnerabiliza e invalida as identidades trans, reflexo da transfobia estrutural - perpetuada por pessoas cisgêneras - e que vem sendo instrumentalizada por setores que organizam em torno das ofensivas antigênero uma agenda anti-trans e causa sérias preocupações que não podem ser ignoradas. (ANTRA, 2023, p. 4).

Esta segregação aparece claramente nos estudos da amostra, na medida em que se observa os comportamentos das pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero. Essas minorias são acometidas de um estresse adicional aos que são normalmente experimentados na vida cotidiana, resultante do preconceito, estigmatização e discriminação de sua presença em banheiros públicos (SCHUSTER et al., 2016; DUBOIS et al., 2017; HARDACKER et al., 2019).

Para evitar ou aplacar o sofrimento, as pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero evitam tomar líquidos, postergam ou mesmo evitam urinar ou defecar enquanto estão na escola, no trabalho, nos momentos de lazer, inclusive modificando seus trajetos e deslocamentos. Estas pessoas não ignoram os riscos futuros para a saúde, resultantes de tais comportamentos, mas as escolhas obedecem a uma lógica que os faz sentir-se em segurança no referido momento (SCHUSTER et al., 2016; HARDACKER et al., 2019).

Os comportamentos evitativos e o sentimento de insegurança nos banheiros públicos são responsáveis, em grande medida, pela evasão escolar (HARDACKER et al., 2019). “A evasão escolar por pessoas trans acontecem de diversas formas, mas o banheiro é a mais aparente, pois inexistem pessoas que não precisam utilizá-lo” (FIGUEIREDO, 2021, p. 2525).

Outro aspecto quanto às pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero é a busca em reproduzir comportamentos que são lidos como sendo do gênero referido, em um esforço de ocultar quaisquer indícios de que a pessoa pertença ao gênero designado no nascimento (sexo biológico). Urinar ou defecar sem ficar se policiando a respeito dos barulhos produzidos ou da posição em pé ou sentado deve ser compreendido como um direito humano e não ser alvo de preconceito. A propósito, a própria Constituição Federal

brasileira de 1988, em seu artigo 1º, inciso III, garante “a dignidade da pessoa humana”, e no artigo 3º, inciso IV, assegura que a República Federativa do Brasil deve “promover o bem de todos, sem preconceitos de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação”, e no artigo 5º, inciso X, reafirma que “são invioláveis a intimidade, a vida privada, a honra e a imagem das pessoas” (BRASIL, 1988).

Importante destacar que é inaceitável que seja proposta a destinação de banheiros específicos ou de uso exclusivo para pessoas transgêneras. A análise do material demonstrou que oferecer um banheiro alternativo para as pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, tal como destinado às pessoas com deficiência ou alternativas similares, não apenas deixam de solucionar o problema como, em alguns casos, podem aumentar os riscos (MURCHISON et al\_2019).

Nesse sentido, um terceiro banheiro não seria uma boa solução e nem uma reivindicação das pessoas trans, representando o reforço de uma segregação que vem sendo denunciada ao longo desta nota. Por isso, é extremamente importante rediscutir a lógica de espaços segregados por gênero a partir da ótica que enfrente a regra trans excludente que está estabelecida. (ANTRA, 2023, p. 28).

Sobre os acometimentos em saúde física, foi possível encontrar na amostra alguns de ordem fisiológica, a exemplo de infecções do trato urinário, infecções renais, desidratação, impactação fecal e hemorroidas. Pode-se dizer que são resultado de comportamentos do indivíduo que, na busca de sua segurança, evitam usar os banheiros públicos. Também foram citados hematomas, ossos quebrados ou “algo pior”

(SCHUSTER et al., 2016, p. 1), resultantes de comportamentos violentos contra o indivíduo. Nestes casos, a base para o problema encontra-se na estigmatização, preconceito, discriminação e, mais que tudo, na exclusão e segregação de corpos que não seguem o padrão cis-hétero-normativo, desumanizando-os.

A pensadora, filósofa e teórica estadunidense Judith Butler, em seu livro “Problemas de gênero” (2019), desenvolve o conceito de “corpos abjetos” e discute como as normas de gênero são produzidas por meio da abjeção. Ela argumenta que os corpos abjetos são aqueles que não se enquadram nas normas de gênero, ou seja, são considerados indesejáveis, repugnantes, ou mesmo perigosos para a sociedade. São corpos que ameaçam a ordem social binária de gênero, que divide o mundo em homens e mulheres cisgêneros, sempre heterossexuais. Os corpos abjetos são, portanto, marginalizados, excluídos e até mesmo violentados. Segundo ela, “As imagens corporais que não se encaixam em nenhum desses gêneros ficam fora do humano, constituem a rigor o domínio do desumanizado e do abjeto” (BUTLER, 2019, pp. 193-194).

Outros acometimentos encontrados na amostra envolvem a “saúde da bexiga” e incluem as infecções da bexiga, incontinência urinária, bexiga hiperativa, esvaziamento incompleto, síndrome da dor na bexiga e cistite intersticial (HARDACKER et al., 2019). Novamente, ser considerado um corpo abjeto pela sociedade está na origem desses agravos.

Ainda em relação à fisiologia de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, como resultado do medo e da insegurança vivenciada em relação ao uso de banheiros públicos, um estudo mostrou que esta população apresenta níveis elevados de cortisol, gerando “hipercortisolemia”, ou seja, quando o nível deste hormônio excede as

quantidades típicas no organismo por um longo período (DUBOIS et al., 2017). Vale ressaltar que um dos mais importantes hormônios é o cortisol,

que ajuda o organismo a reduzir a inflamação, promover o funcionamento do sistema imunológico, participa do metabolismo de proteínas, gorduras, carboidratos, mantém os níveis de açúcar no sangue e regula os níveis de estresse [...] Quando a concentração de cortisol permanece elevada por um período prolongado de tempo, algumas funções corporais podem ter um impacto negativo na saúde da pessoa, deteriorando o metabolismo e desencadeando doenças como: fibromialgia, hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares e de saúde mental, entre muitas outras (TOBAR SOTO, 2022, p. 141, tradução realizada pelos autores).

Pensar na hipercortisolemia como resultado psicossomático do estresse nas minorias sexuais e de gênero remete ao conceito de “estresse de minorias” e estabelece uma ponte entre saúde física e saúde mental. Desenvolvido por Meyer (2003, apud CIASCA; HERCOWITZ; LOPES JUNIOR, 2021), o modelo de estresse de minorias propõe que grupos estigmatizados estão expostos a uma carga excessiva de fatores estressores em decorrência de sua orientação sexual ou identidade de gênero. Refere-se às tensões psicológicas e sociais enfrentadas por tais indivíduos. O modelo foi introduzido para explicar como as experiências de estigmatização, preconceito, discriminação e exclusão social afetam a saúde mental dessas pessoas. O fator orgânico responsável pelo agravamento da saúde é o excesso de cortisol (TOBAR SOTO, 2022).

Em termos de saúde mental, os artigos da amostra revelam que pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero referem altos níveis de sofrimento psíquico, medo, estresse, transtornos de humor, tais como ansiedade e depressão, além de autolesão não suicida (ALNS). A ideação suicida e as tentativas de suicídio aparecem em três documentos, alertando para os fatores de risco que a negação do direito ao uso dos banheiros públicos de acordo com a identidade de gênero da pessoa pode causar (DAVIES & KESSEL, 2017; HARDACKER et al., 2019; BECERRA et al., 2021). Estes dados apontam para a problemática relacionada às questões de saúde mental que implicam em envolvimento e atenção por parte dos mais diversos níveis de serviços de atendimento a esta população.

De outro lado, pode-se pensar que o acesso aos banheiros públicos, livre de constrangimentos ou impedimentos, é um importante fator de proteção da saúde mental, com grande potencial preventivo de transtornos de ansiedade e/ou de humor nesta população (DAVIES & KESSEL, 2017).

Vale destacar que esta revisão não se propôs apenas em rerepresentar os agravos em saúde mental das pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, em comparação com as pessoas hétero-cis-normativas. Buscou-se identificar nos estudos a comparação, dentro da própria população, como a negação ou impedimentos no uso de banheiros públicos pode acometer ainda mais a saúde mental destas pessoas. Assim, esta revisão de escopo revelou que pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero que tiveram o acesso ao banheiro público negado, ou referiram algum tipo de assédio ou violência neste contexto, apresentam uma taxa de tentativas de suicídio entre 30 e 41%

maiores, em comparação com a mesma população que referiu não ter tido impedimentos ou restrições no uso (HARDACKER et al., 2019; BECERRA et al., 2021).

Para se ter uma ideia de “grandeza”, estima-se que 40% da população transgênero já tentou o suicídio ao menos uma vez, contra 3% da população geral. Comparado às pessoas hétero-cis-normativas, lésbicas e gays tentam o suicídio cerca de 3 vezes mais, enquanto as bissexuais apresentam cerca de 7 vezes mais tentativas. Mesmo com esses números terríveis, as pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero tentam o suicídio cerca de 13 vezes mais que as pessoas hétero-cis-normativas (CIASCA; HERCOWITZ; LOPES JUNIOR, 2021).

Se a negação ou impedimento no uso de banheiros públicos pode aumentar em até 41% as tentativas de suicídio, pode-se inferir neste recorte que a taxa de tentativas de suicídio pode ser até 18 vezes maior na comparação com pessoas hétero-cis-normativas. Ademais, partindo-se da premissa de que a tentativa de suicídio é a maior expressão de um sofrimento insustentável, pode-se deduzir que os sofrimentos e sintomas que antecedem este ato extremo, tais como ansiedade, depressão, ALNS etc., também são maiores para as pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero que experienciaram impedimentos, assédios e violências nestes contextos, o que pode e precisa receber atenção em futuras pesquisas.

Com relação às orientações e apontamentos que se pode fazer para equipes multiprofissionais em saúde, um destaque é a insuficiência de disciplinas formativas nos cursos de formação profissional no campo da saúde em geral e, mais particularmente, na área da medicina (SCHUSTER et al., 2016). Os problemas relativos às pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero não são objeto de estudo e atenção

singularizados nos cursos de formação. Como resultado, muitos e muitas profissionais alegam “não ter preparo” para lidar com questões que, no limite, são questões fisiológicas sobre corpos humanos. Não há justificativa para algum impedimento, que não seja pautada por uma escolha preconceituosa e, conseqüentemente, discriminatória por parte deste ou desta profissional (CIASCA; HERCOWITZ; LOPES JUNIOR, 2021).

Se de um lado a falta de preparo de profissionais da saúde aparece como um importante fator de risco para pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, utilizar os conhecimentos em saúde sobre esta população de forma pedagógica e compartilhada nas equipes multiprofissionais pode operar como um fator de proteção potencialmente benéfico para a saúde física e mental.

Recomenda-se que a comunidade de profissionais da saúde apoie e valide a existência desta população de modo a proporcionar o ambiente o mais acolhedor e seguro possível (SCHUSTER et al., 2016) e disponibilize publicamente informações qualificadas de cuidados em saúde (HARDACKER et al., 2019). Somado a isso, é urgente a articulação entre saúde pública e privada, visando a criação de programas e ações em saúde que contemplem as barreiras e os desafios em saúde que são específicas desta população (BECERRA et al., 2021).

Especificamente quanto ao uso de banheiros públicos pelas pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, é importante que profissionais de saúde e equipes multiprofissionais tenham informações disponibilizadas sobre o impacto positivo na saúde mental a partir do livre acesso ao banheiro de acordo com o gênero que a pessoa se identifica, operando como um importante fator de proteção secundário e com potencial

para prevenir transtornos de ansiedade, depressão, ALNS, ideação suicida ou suicídio propriamente dito (DAVIES & KESSEL, 2017).

Quando se fala em crianças ou adolescentes, sobretudo pelo convívio no ambiente escolar, pediatras precisam ser informados a respeito da maior prevalência de vitimização (*bullying*) em relação a pessoas com variabilidade de gênero, muitas vezes após ser submetidos a políticas e regras restritivas do uso dos banheiros de acordo com o gênero autorreferido. Nestes casos as restrições ou regras excludentes podem estar na base do sofrimento psicológico e, conseqüente, da sintomatologia observada. É, portanto, papel da pediatria a orientação das equipes escolares bem como a produção de declarações que possam atestar as necessidades específicas desta população, sobretudo em poder expressar sua identidade de gênero livre de preconceitos ou discriminações. Isso inclui o uso dos banheiros de acordo com o gênero que a criança ou adolescente se identifique (MURCHISON et al., 2019).

Um destaque final é o reconhecimento da importância que políticas antidiscriminatórias possuem e da urgência para que sejam estabelecidas e implementadas, sobretudo com processos pedagógicos que contribuam para a redução do estigma, preconceito e discriminação de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero. Com isso, espera-se que a saúde física e mental desta população vulnerabilizada seja preservada (DUBOIS, 2017).

### **Considerações finais**

Esta revisão bibliográfica permitiu responder à pergunta de pesquisa norteadora, ou seja, foi possível, a partir da amostra, reconhecer e identificar os agravos em saúde física e mental decorrentes da abertura ou restrição do uso de banheiros públicos por pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero. Além disso, foi possível constatar que o preconceito, a discriminação e a exclusão de pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero no contexto de banheiros públicos estão na base dos agravos em saúde física e mental, seja pela evitação da circulação de seus corpos nestes espaços e consequente restrição do atendimento de suas necessidades biológicas de excreção, seja pela evitação do consumo de líquidos que proporcionam hidratação ideal para o próprio corpo, seja, ainda, pelo sofrimento psicossocial resultante dos processos de exclusão.

Por fim destaca-se que, a partir desta revisão de escopo, profissionais da saúde no geral e, mais particularmente, profissionais da saúde mental que compõem equipes multiprofissionais possam se sensibilizar para a importância da busca por informações qualificadas em relação às especificidades vividas por pessoas transgênero e/ou com variabilidade de gênero, sobretudo no livre acesso aos banheiros públicos de acordo com a identidade de gênero autorreferida. Mais que isso, poderão sensibilizar-se sobre como a impossibilidade ou a evitação de seu uso impactam diretamente na saúde física e mental desta população.

## **Referências**

ANTRA - Associação Nacional de Travestis e Transexuais. (2023). *Nota técnica sobre direitos humanos e o direito dos banheiros: Vencendo a narrativa do apartheid*

*de gênero que impede as pessoas transgêneras do acesso à cidadania no uso dos banheiros e demais espaços segregados por gênero. ANTRA.*

<https://antrabrasil.files.wordpress.com/2023/08/nota-tecnica-wc-antra-final.pdf>

Becerra, M. B., Ramos, S. R., Solares, C. A., Becerra, B. J., & Andazola, J. R. (2021).

Experiences of violence and mental health outcomes among Asian American transgender adults in the United States. *PLOS ONE*, 16(3), e0246880.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33662045/>

Brasil. (2016). *Constituição da República Federativa do Brasil*. Senado Federal.

[https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/518231/CF88\\_Livro\\_EC91\\_2016.pdf](https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/518231/CF88_Livro_EC91_2016.pdf)

Butler, J. (2019). *Problemas de gênero: Feminismo e subversão da identidade* (17ª ed.).

Civilização Brasileira.

Ciasca, S. V., Hercowitz, A., & Lopes Júnior, A. (2021). *Saúde LGBTQIA+: Práticas de cuidado transdisciplinar*. Manole.

Davies, R. D., & Kessel, B. (2017). Gender minority stress, depression, and anxiety in a transgender high school student. *The American Journal of Psychiatry*, 174(12), 1151–1152. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29191036/>

Dubois, L. Z., Powers, S. I., Everett, B. G., & Juster, R. P. (2017). Stigma and diurnal cortisol among transitioning transgender men. *Psychoneuroendocrinology*, 82, 59–66. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28511045/>

Figueiredo, C. I. A. (2021). Banheiro trans: O acesso e permanência de LGBTs na escola. *GT 06 Gênero, Sexualidade e Educação*.

<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/83413>

- Genero, I. K., & Vieira, T. R. (2019). A utilização de banheiros públicos ou de acesso ao público pela população trans. In T. R. Vieira (Org.), *Transgêneros*. Zakarewicz Editora.
- Günther, H. (2006). Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: Esta é a questão? *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 22(2), 201–210.  
<https://www.scielo.br/j/ptp/a/HMpC4d5cbXsdt6RqbrmZk3J/>
- Hardacker, C. T., Baccellieri, A., Mueller, E. R., Zhang, C., & Brubaker, L. (2019). Bladder health experiences, perceptions, and knowledge of sexual and gender minorities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17), 3170. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6747507/>
- Lima, M., & Hercowitz, A. (2021). Homens trans. In S. V. Ciasca, A. Hercowitz, & A. Lopes Júnior (Orgs.), *Saúde LGBTQIA+: Práticas de cuidado transdisciplinar* (pp. xx–xx). Manole.
- Minayo, M. C. S. (Org.). (2016). *Pesquisa social: Teoria, método e criatividade* (25<sup>a</sup> ed.). Vozes.
- Murchison, G. R., Agénor, M., Reisner, S. L., & Watson, R. J. (2019). School restroom and locker room restrictions and sexual assault risk among transgender youth. *Pediatrics*, 143(6), e20182902. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31061223/>
- Peters, M. D. J., Godfrey, C. M., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A. C., & Khalil, H. (2015). *The Joanna Briggs Institute reviewers' manual 2015: Methodology for JBI scoping reviews*. Joanna Briggs Institute. <https://reben.com.br/revista/wp-content/uploads/2020/10/Scoping.pdf>

Schuster, M. A., Reisner, S. L., & Onorato, S. E. (2016). Beyond bathrooms: Meeting the health needs of transgender people. *New England Journal of Medicine*,

375(2), 101–103. <https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMp1605912>

Tobar Soto, L. C. (2022). Hiperkortisolemia y estrés: Impacto en las funciones cognitivas. *Revista Científica UISRAEL*, 9(1), 139–157.

<https://revista.uisrael.edu.ec/index.php/rcui/article/view/497>

World Health Organization. (2022). *ICD-11 for mortality and morbidity statistics*.

<https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en>

*Submissão: novembro/2024*

*Última revisão: novembro/2024*

*Aceite final: dezembro/2024*