

"Do armário à totalidade: um ensaio sobre luto, acolhimento e amor queer."

*"Quando o amor não tiver ego,
ele será prece." Osho*

Não se adoeece por amar “diferente”. Não se adoeece por existir num corpo que transborda as caixas que a sociedade desenhou.

Adoece-se porque o mundo fere antes que a gente aprenda a se defender. Adoece-se porque a mãe desvia o olhar, porque o pai não protege, porque a igreja que acolheu na infância agora condena. Adoece-se porque se cresce aprendendo que o que se sente é pecado, fase, confusão. E nesse solo duro, a alma se encolhe, gasta a energia que poderia ser amor em sobrevivência pura e crua.

Há lutos em corpos que a sociedade não chora. O luto da mãe que não acolheu — mesmo viva, respirando na sala ao lado, mas com os olhos que não enxergam mais a filha ou o filho inteiro. O luto do pai que não defendeu. O luto da infância que não pôde ser vivida, da adolescência roubada dentro de armários escuros. Esses lutos não cabem em caixões, mas pesam como lápides. E enquanto não forem nomeados, viram depressão, ansiedade, isolamento, automutilação, suicídio.

A realidade é clara: **o acolhimento familiar é a âncora mais firme**. Uma família que acolhe corta o risco de suicídio pela metade. Uma que rejeita, multiplica. Mas aqui é preciso parar e olhar com cuidado. A mãe que rejeita, o pai que expulsa — eles não nasceram assim. Eles também foram forjados por uma sociedade que insiste no binário, que ensina que o amor tem uma única forma legítima, que o “normal” é uma linha estreita e tudo que escapa é ameaça. Mas isso não é desculpa. Expulsar uma filha ou um filho de casa **é violência**, e *violência se nomeia*.

Mas é também um sintoma. O pai e a mãe não são o sistema — muitas vezes já vem lá “da fôrma”, de suas famílias originais, feridos. Eles aprenderam, antes dessa filha ou desse filho nascer, que o diferente dói, que o desviante envergonha, que **o amor que foge da norma é um fracasso parental**. Eles carregam essa ferida geracional e, sem saber, a passam adiante, vão perpetuando-a.

Por isso, mudar o olhar sobre a sociedade não é “passar pano”. É reconhecer que enquanto a sociedade continuar sendo normativa, enquanto continuarem acreditando que o binário é a única possibilidade de existência, enquanto a heterossexualidade for presumida, “compulsória” e o que não corresponder à essas normas exigir explicação — enquanto isso for a “verdade”, haverá mães e pais expulsando filhas, filhos e filhas. Não por maldade pura, mas porque **eles próprios nunca aprenderam que é possível outra forma de existir**.

A pergunta então não é só "**Como convencer essa mãe e esse pai a aceitarem sua filha ou seu filho**". É também: "**Como fazemos para que nenhuma mãe e nenhum pai precisem passar por possíveis lutos antes de aprender a AMAR INTEIRO?**"

"Como desmontamos a norma que adoece todo mundo?"

Há de se lembrar que mesmo nesse solo duro, algo "teima", insiste em florescer. Não apesar da dor, mas muitas vezes por causa dela – porque a alma, quando sofrida, descobre caminhos talvez nunca imaginados. E é aqui que a beleza também aparece, não como consolo barato, mas como prova viva de que a norma não venceu. Porque o **amor queer**, livre das amarras do que é "normativo, normal, ideal", inventa formas de amar que a tradição nem sonhou. Mais criativas. Mais honestas. Mais generosas, às vezes. A fluidez não é confusão — pode ser apenas uma relação mais livre com o gênero e o desejo.

O que a sociedade binária chama de "desvio", o **Self** chama de **totalidade**. Quem sobrevive ao armário, à rejeição, à descoberta solitária, desenvolve uma profundidade que a norma não conhece. As famílias escolhidas, tecidas com consciência e cuidado, têm uma qualidade alquímica: **transformam dor em laço, exclusão em pertencimento**. Essa beleza não apaga a violência – mas testemunha que, mesmo sob ela, **a vida insiste em ser criativa**.

É por isso que cuidar da saúde mental da população LGBTQIAPN+ é segurar os possíveis lutos com uma mão e, com a outra, apontar para o que ainda pode nascer. É dizer, no mesmo fôlego: *"Isso dói. E isso também é lindo."*

É saber que o **acolhimento familiar salva vidas** — mas que, na ausência dele uma sessão de terapia, uma amizade, uma professora ou professor, uma política pública que funcione, podem ajudar muito, quem sabe até serem o suficiente, para que aquela pessoa jovem não se apague antes de brilhar.

E para os pais, aqueles que amam, mas têm medo, que choram o "luto" pela filha e pelo filho que imaginaram - enquanto o real está ali, vivo, respirando à sua frente; a palavra é esta: *"Vocês não precisam entender de imediato todas as letras, desfilar em paradas do orgulho LGBT+, vocês não precisam saber tudo. Só precisam dizer, com a boca, com o corpo, com o coração e com a alma, sem hesitação: **"Você é meu filho, você é minha filha. Você é meu filhE. Eu te amo. Eu te acolho, eu não vou embora e estarei sempre contigo."***

Isso já é quase tudo. O resto o tempo faz, a vida faz, a alma faz — teimosa e bela, sempre querendo nascer, mesmo quando o mundo diz que não. E o resto, também, *a sociedade e o Estado podem e devem fazer — se tiverem coragem de olhar para o que sempre esteve ali, esperando por **acolhimento***.

Acolher uma filha, um filhe, um filho é um ato de amor, eu diria até que é quase "condição *sine qua non*" para quem exerce parentalidade. Mas desmontar a norma que ensinou os

pais, a família, as amigadas, a sociedade a rejeitarem — isso é um **ato coletivo de coragem**.

É urgente que tenhamos políticas públicas que criem escolas sem binarismos, postos de saúde que tenham conhecimento sobre o que é disforia de gênero sem patologizar, abrigos para pessoas jovens expulsas, leis que protejam e não que questionem. Passou da hora de termos uma **sociedade realmente inclusiva e respeitosa**. Não se trata de dar privilégios. Trata-se de reparar uma dívida histórica. Trata-se de dizer - em forma de serviço público, em forma de cuidado, em forma de **acolhimento familiar e social**: **"Você existe. Você importa. O mundo pode ser maior do que a dor que você conheceu."**

E aí, sim, a saúde mental da população LGBTQIAPN+ começa a ser cuidada na raiz — não só na emergência, mas na *possibilidade de florescer*.

E cuidar na raiz dói. Dói porque exige que mães e pais desaprendam o que a vida inteira lhes ensinou. Dói porque exige que o Estado pare de fingir que a norma é neutra. Dói porque exige que a sociedade olhe para os jovens que se matam e admita: **"Nós falhamos. Nós ensinamos o ódio. Nós calamos o amor."**

Mas também é bonito. É bonito ver uma mãe que rejeitava aprender a acolher. É bonito ver um pai que expulsou reaprender a abraçar. É bonito ver uma pessoa jovem que pensou em desistir encontrar, enfim, um lugar onde ela não precisa se esconder.

O acolhimento não apaga a ferida. Mas transforma a cicatriz em território de passagem.

Que a gente, como profissionais da psicologia, como profissionais da saúde, profissionais da educação, como mães, pais - como cidadãos e cidadãs, continue sendo essa ponte. E que a gente nunca, jamais, se acostume com a dor de quem só precisava ouvir: **"Você é minha filha, você é meu filho... você é meu filhe! Eu te amo. Eu não vou embora, você não vai embora! Respira. Sigamos juntas, eu estou aqui!"**

Karla de Siqueira

Psicóloga Clínica

Coordenadora da Psicologia Voluntária MPD/SP

CRP SP – 06/150220

CRP RS – 07/14036

Porto Alegre, 08/06/2026.