

# Todos os homens

Maria João Faustino · 22.05.2026

CULTURA · TECNOLOGIA · SOCIEDADE

*Homens, a manosfera diz-vos respeito a todos: é sobre vocês que falam os gurus da masculinidade. Nos palcos digitais, homens jovens reciclam discursos bolorentos, porque sabem que assim geram atenção. E atenção, no digital, gera lucro.*

---

Homens, a manosfera diz-vos respeito a todos: é sobre vocês que falam os gurus da masculinidade. São eles que dizem e ditam o que um homem deve ser, com pretensão de universalidade. Falam em vosso nome, em nome de *todos os homens*. São eles que falam diretamente aos vossos filhos, explorando as [inseguranças comuns](#) da [adolescência](#), a fome de pertença e de validação pelos pares. São eles que lucram com o medo: o medo de não estar à altura, o medo de falhar, o medo de outros homens, o medo das mulheres. O medo, (quase) sempre o medo, na origem do ódio e da dominação. A masculinidade não é exceção: o medo e a misoginia são duas faces de uma só moeda.

A manosfera é uma lupa da masculinidade, um ensaio clínico cujo laboratório são as redes sociais.

A [manosfera](#) não é uma entidade abstrata nem homogênea: é um universo fragmentado de redes, canais, influenciadores, grupos e pseudo-gurus masculinistas. A misoginia dá coesão ideológica à fragmentação; o algoritmo dá-lhe veículo. A manosfera é uma engrenagem algorítmicamente bem oleada: o conteúdo mais divisivo, disruptivo, explosivo e polarizador é premiado com partilhas — enfurecidas ou concordantes, no fim pouco importa: as visualizações engrossam, os conteúdos viralizam. A amoralidade algorítmica promove a imoralidade do discurso e o combustível da indignação.

Nos palcos digitais, homens jovens reciclam ideias velhas e discursos bolorentos, porque sabem que assim geram atenção — e atenção, no digital, gera lucro.

A manosfera é uma lupa da [masculinidade](#), um ensaio clínico cujo laboratório são as redes sociais. Não nos enganemos: o machismo já cá estava, estrutural, entranhado até aos ossos, nas famílias e nas igrejas, nas leis e nos costumes, na medicina, na história, nos mecanismos de poder. O ecossistema desregulado das redes e das plataformas digitais veio dar-lhe uma outra escala, uma nova arquitetura de significados, mas sobretudo uma nova fórmula de monetização. Nos palcos digitais, homens jovens reciclam ideias velhas e discursos bolorentos, porque sabem que assim geram atenção — e atenção, no digital, gera lucro.

*Coaches, gurus, profetas do novo-homem-velho, prontos a vender fórmulas e receitas sobre como vencer, como seduzir, como dominar. A manosfera é um esquema em pirâmide, como a investigadora [Ziyu Deng](#)*

bem notou: a cúpula dos vencedores-vendedores precisa de uma base alargada de insatisfeitos, sedentos de modelos e mapas de ação, de referências e códigos de virilidade. Muitos deles são muito jovens; muitos deles não procuram ativamente conteúdos misóginos. Muitos deles são permeáveis a alternativas. Todos deles *precisam* de alternativas.

Este é um apelo para que sejam vocais contra a misoginia em todas as esferas.

Por isso, homens, o meu apelo é para vocês. Para *todos os homens*. É tempo de agir, coletivamente. Precisamos que todos os homens que não se reveem nos papéis e nos discursos da mansferra sejam vocais. Se a mansferra fala por *todos os homens*, é necessário que todos os outros se posicionem; que compareçam e se comprometam, que desmontem as falácias dos discursos supremacistas.

As mulheres estão há demasiado tempo na dianteira da luta contra o sexismo e a misoginia. Estamos, quase sempre, quase sós. Sofremos a violência e ainda coordenamos a luta. São poucos os aliados – valiosos – que se juntam, mas este momento exige outra força e união.

Este é um apelo para que sejam vocais contra a misoginia em todas as esferas: nas redes, nas escolas, nas famílias, entre amigos. A desconstrução da masculinidade dominante faz-se também (ou sobretudo) fora dos palcos digitais. Não bastam outros discursos, faltam sobretudo outras práticas: como feminista, aprendi que os falsos aliados são tão perigosos como os falsos profetas da masculinidade. A luta contra o machismo faz-se nas nossas casas, camas e cozinhas. É nelas que se combate o medo e se constroem o cuidado e a liberdade. Só a liberdade de *todas as mulheres* permitirá que os homens sejam livres, livres entre iguais. Sim, *todos os homens*.

*Maria João Faustino é investigadora, CES-UC, doutorada em Psicologia pela Universidade de Auckland*