



**RUMO AO DESEJO: NARRATIVAS SOBRE PRÁTICAS, MOTIVAÇÕES
E SEXUALIDADES BDSM**

PAULO BISCAIA FRAZÃO RAMOS DA SILVA

Orientador de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA EVA DUARTE

Coorientador de Dissertação:

PROFESSOR DOUTOR DANIEL CARDOSO

Professor de Seminário de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA EVA DUARTE

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Especialidade em Psicologia Clínica

2024/2025

Dissertação de Mestrado para obtenção do grau de Mestre na área de especialização de Psicologia Clínica, realizada sob a orientação da Professora Doutora Eva Duarte e coorientação de Professor Doutor Daniel Cardoso, apresentada no ISPA – Instituto Universitário.

“In no other field of science have scientists been satisfied to accept the biologic notions of ancient jurists and theologians, or the analyses made by the mystics of two or three thousand years ago. Either the ancient philosophers were remarkably well-trained psychologists, or modern psychologists have contributed little in defining abnormal sexual behavior.”

- Alfred Kinsey

Agradecimentos

Antes de iniciar esta jornada não poderia ter antecipado o quanto a dúvida pesa quando a estrada se bifurca. Deixo o meu profundo agradecimento a todos aqueles que me ajudaram a escolher caminhos, que me trouxeram clareza e que me acompanharam durante este ano.

À professora Eva, por toda a sua dedicação e apoio. A sua vasta experiência, honestidade e confiança nas minhas capacidades foram decisivas e trouxeram-me a tranquilidade e convicção necessárias para chegar até aqui.

A professor Daniel, por facilitar a transcrição das entrevistas, pelo tempo dedicado a este empreendimento e por me ajudar a encontrar a clareza metodológica que um tema tão rico como este merece.

Aos meus colegas de seminário, por todo o companheirismo e entreatajuda que tornou este percurso mais leve.

Aos meus amigos, Afonso, Francisco, Joana e Diogo, por todos os anos de amizade e pelo encorajador interesse e entusiasmo que demonstraram perante este trabalho.

Aos meus pais, por todo o apoio que me deram durante este ano e todos os meus anos, pelo amparo, carinho, cuidado e encorajamento com que sei que posso sempre contar.

Às pessoas que participaram neste estudo, por tão gentilmente se terem disponibilizado a partilhar comigo um pedaço das suas vidas. Desejo apenas que este texto faça jus às vossas vivências que tanto me cativaram.

Obrigado a todos

Resumo

O estudo do BDSM, definido como um conjunto de práticas consentidas de *roleplay* de natureza física, psicológica e sexual, tem vindo a sofrer alterações profundas, focando-se progressivamente numa perspetiva não-patologizante destes fenómenos. Apesar deste crescente foco investigacional, várias questões mantêm-se em aberto, particularmente em relação às modificações que se operam nestas práticas ao longo do ciclo de vida. **Objetivo:** Assim, o presente estudo pretende aprofundar três temas distintos: as perceções das motivações que levam a estas práticas, o desenvolvimento das fantasias e atividades ao longo do ciclo de vida e as narrativas relativas a fatores facilitadores e inibidores de mudanças percebidas. **Método:** Foram realizadas entrevistas a nove praticantes de BDSM, com idades compreendidas entre os 25 e os 69 anos ($M = 44,11$; $DP = 14,4$), tendo estas sido posteriormente sujeitas a uma análise de conteúdo. **Resultados:** Os participantes destacaram um conjunto alargado de benefícios de natureza interpessoal e intrapessoal, abrangendo uma melhor comunicação, sensações de relaxamento e um maior grau de autoconhecimento. Destacou-se igualmente o papel do consentimento e da segurança na compreensão destas práticas e o papel preponderante que desempenham. As mudanças das práticas BDSM relatadas pelos participantes remeteram principalmente para a expansão do repertório de interesses ao longo do ciclo de vida e traduziram a forte influência das relações interpessoais neste processo. As crenças sobre a origem do interesse em BDSM relatadas refletiram o potencial para a ocorrência simultânea de narrativas essencialistas e construtivistas. **Conclusão:** Globalmente os resultados dão indicação do BDSM como um fenómeno heterogéneo, cuja modificação ao longo do ciclo de vida é profundamente influenciada por fatores interpessoais.

Palavras-Chave: BDSM; Kink; Ciclo de Vida; Investigação Qualitativa; Análise de Conteúdo

Abstract

The study of BDSM, a term defined as consensual role-playing practices of a physical, psychological and sexual nature, has been undergoing profound changes, progressively focusing more on a non-pathologizing perspective of these phenomena. Despite the increase in research regarding this subject several questions remain, especially in regard to the modifications that occur to these practices throughout the life cycle. **Objective:** Therefore, the present study endeavors to explore three distinct themes: perceptions of the benefits that motivate engagement in these practices, the development of BDSM fantasies and activities throughout the life cycle and narratives relating to facilitating and inhibiting factors of perceived changes. **Method:** Interviews with nine BDSM practitioners with ages ranging between 25 and 69 years ($M = 44.11$; $SD = 14.4$) were conducted, being later subjected to content analysis **Results:** Participants of this study highlighted a wide range of interpersonal and intrapersonal benefits, encompassing improved communication, feelings of relaxation, and a greater degree of self-knowledge. The role of consent and safety in these practices and their crucial role were also emphasized. Changes cited by participants in their BDSM practices mostly pertained to an increase of the amount of interests throughout the life cycle and particular importance was given to the influence of interpersonal relationships. The beliefs about the origin of BDSM interests reported in this study reflect the potential for the simultaneous occurrence of essentialist and constructivist narratives. **Conclusion:** Globally the results that were obtained indicate that BDSM practices are a diversified phenomenon, whose process of change is profoundly influence by interpersonal factors.

Keywords: BDSM; Kink; Life Cycle; Qualitative Research; Content Analysis

ÍNDICE

Enquadramento Teórico	1
O Presente Estudo.....	5
Metodologia	6
Participantes.....	6
Instrumentos.....	7
Procedimentos.....	8
Procedimentos de Análise.....	9
Resultados	9
Análise de Frequências.....	10
Caracterização das Práticas BDSM.....	10
Determinantes das Práticas BDSM.....	17
Mudanças Percebidas Relacionadas com BDSM.....	20
Fatores de Influência nas Mudanças Relacionadas com o BDSM.....	24
Crenças Sobre a Origem do Interesse em BDSM.....	32
Análise de Coocorrências.....	35
Cruzamento de Fatores de Influência e Mudanças Percebidas.....	35
Idade e Mudanças ao Longo do Ciclo de Vida.....	36
Implicações para a Prática Clínica.....	37
Limitações e Direções Para Estudos Futuros.....	38
Conclusão	39
Referências Bibliográficas	40

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo A – Tabela “Caracterização das Práticas BDSM” com UR de exemplo.....	52
Anexo B – Tabelas de Coocorrências.....	58
Anexo C - Revisão de Literatura Longa.....	61
Anexo D - Guião de Entrevista	90
Anexo E – Consentimento Informado.....	94
Anexo F – Questionário Sociodemográfico.....	95
Anexo G – Poster de Publicitação do Estudo.....	96

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1. <i>Caracterização demográfica dos participantes do estudo</i>	6
Tabela 2. <i>Número de unidades de registo por pré-categoria</i>	10
Tabela 3. <i>Número de UR e UE na pré-categoria A</i>	11
Tabela 4. <i>Número de UR e UE na pré-categoria B</i>	18
Tabela 5. <i>Número de UR e UE na pré-categoria C</i>	21
Tabela 6. <i>Número de UR e UE na pré-categoria D</i>	25
Tabela 7. <i>Número de UR e UE na pré-categoria E</i>	34
Tabela 8. <i>Coocorrências das categorias “Influência de Diferentes Tipos de Relação” e “Mudanças de Atitudes e Crenças”</i>	58
Tabela 9. <i>Coocorrências das categorias “Influência de Diferentes Tipos de Relação” e “Mudanças Relacionadas com as Práticas”</i>	58
Tabela 10. <i>Coocorrências das categorias “Influência de Diferentes Tipos de Relação” e “Mecanismos de Mudança em Contexto Relacional”</i>	59
Tabela 11. <i>Coocorrências das categorias “Idade” e “Acontecimentos Significativos Pessoais”</i>	59
Tabela 12. <i>Coocorrências das categorias “Idade” e “Estigma”</i>	60

Enquadramento Teórico

A sexualidade humana é profundamente complexa e heterogénea. Apesar de diversas práticas sexuais terem vindo a ser, ao longo da história, consideradas desviantes, os últimos anos têm sido marcados por uma maior consciência social das diversas expressões possíveis de erotismo e de sexualidade, abrangendo não só a identidade e atração sexual, como também os fenómenos denominados de BDSM (Simula, 2019). Esta sigla, termo corrente para estas práticas, é constituída por três díades distintas, sendo estas restrição física e dominação, disciplina e submissão, sadismo e masoquismo (do inglês *Bondage and Domination, Discipline and Submission, Sadism and Masochism*). Este é um termo geralmente utilizado para caracterizar um conjunto de práticas consentidas de *roleplay* de natureza física, psicológica e sexual que incluem uma troca de poder entre participantes (Holvoet et al., 2017; Neef et al., 2019; Simula, 2019). O termo “práticas” inclui fantasias, ou seja, imagens mentais de natureza sexual, e atividades, que implicam a execução destas fantasias (Costa, 2022).

Outros termos que surgem frequentemente na literatura científica são o de fetichismo e *kink*, que são por vezes utilizados como sinónimos de BDSM, no entanto a distinção dos mesmos permite uma maior exatidão metodológica. O conceito de fetichismo refere-se à excitação sexual perante uma parte do corpo não-genital ou perante um objeto inanimado (Kafka, 2010; Rees & Garcia, 2017). Por sua vez, *kink* é geralmente utilizado como um termo geral para descrever um conjunto abrangente de sexualidades não normativas e como adjetivo, na forma da palavra *kinky* (Faccio et al., 2020; Simula, 2019; Sprott et al., 2023; Wignall, 2022).

Geralmente praticantes de BDSM identificam-se com um papel ou papéis que derivam das dinâmicas de poder presentes nestas práticas (Brown et. al, 2020; Neef et. al, 2019), representando assim um reflexo da sua preferência. Os termos mais frequentemente utilizados incluem dominante, que se refere à pessoa que assume poder durante uma sessão,

ficando sob controlo (Neef et al, 2019), submisso, que consente a relegar controlo da cena ao dominante e *switch*, que se refere a alguém que transita entre ambos os papéis (Brown et al., 2020; Simula, 2019).

As causas da preferência por estas práticas foram historicamente associadas ao trauma (Freud, 1905/1981; Freud, 1924/1964; Money & Lamacz, 1989; Stoller, 1975) partindo de uma perspetiva patologizante que várias investigações têm vindo a refutar, não encontrando associações entre ambos estes fenómenos (Brown et al., 2020; Hillier, 2019; Richters et al., 2008; Roberts, 2020; Ten Brink et al., 2021). Deste modo, a literatura científica tem se vindo a centrar nas narrativas pessoais sobre o BDSM. Segundo Chase (2018) uma narrativa é uma forma particular de comunicação com o objetivo de construir uma versão do próprio, dos outros ou do mundo, agrupando experiências vividas de uma forma coerente e com significado, estabelecendo conexões de causalidade ou inter-relação entre as mesmas ao longo do tempo. Neste sentido, investigações anteriores têm vindo a organizar as narrativas sobre as origens das práticas BDSM entre narrativas essencialistas e narrativas construtivistas (Labrecque et al., 2021; Walker & Kuperberg, 2022; Yost & Hunter, 2012).

As narrativas essencialistas abrangem um conjunto de descrições diversas, geralmente com um foco maior na natureza imutável e inata destes interesses para o sujeito. Estas incluem narrativas que consideram o BDSM uma parte indissociável da identidade, descrições de que estes interesses sempre estiveram presentes, remontando à infância na forma de brincadeiras e fantasias ou mesmo crenças relacionadas com uma causa genética ou fisiológica (Labrecque et al, 2021; Yost & Hunter, 2012).

Por outro lado, as narrativas construtivistas incluem uma grande diversidade de explicações, sendo caracterizadas pela perceção subjetiva da relação direta entre um ou vários acontecimentos e o interesse em *kink* atual. Estes acontecimentos incluem a introdução de dinâmicas BDSM por um parceiro ou amigos, a descoberta de um *kink* através de pornografia,

filmes e livros (Walker & Kuperberg, 2022), castigos dos pais ao longo da infância (Labrecque et al, 2012), abuso sexual e outros tipos de maltratos na infância (Yost & Hunter, 2012) ou doença crónica e deficiência física (Labrecque et al, 2021; Tellier, 2017).

As narrativas sobre *kink*, tanto essencialistas como construtivistas, remetem para crenças relacionadas com o desenvolvimento da sexualidade. Este é complexo, sendo profundamente influenciado por fatores biológicos, sociais e psicológicos em interação entre si, modificando-se desde a infância até à terceira idade (Lamb & Plocha, 2014; Levay & Valente, 2006; Masters et al., 1995; O’Sullivan & Thompson, 2014; Sampaio, 2006; Schwartz et al., 2014).

Apesar de documentando, menos estudos focam-se nesta evolução em relação a práticas BDSM. Os relatos de um interesse precoce são vários e amplamente registados (Labrecque et al, 2021; Walker & Kuperberg, 2022). Apesar de não ser comum a todos os praticantes, muitos destes recordam-se de brincadeiras e jogos aos quais atribuem uma qualidade erótica, e os quais partilham características com os interesses atuais (Carlström, 2019; Labrecque et al., 2021).

Do mesmo modo, vários estudos indicam a presença de fantasias e atividades *kink* durante a puberdade e adolescência (Labrecque et al, 2021; Yost & Hunter, 2012). No estudo realizado por Coppens e colegas (2020) metade dos praticantes dizem ter tomado consciência do seu interesse em BDSM entre os 16 e os 25 anos, e de ter praticado atividades BDSM antes dos 26 anos, tendo outros estudos obtido dados semelhantes (Holvoet et al., 2017; Pascoal et al., 2015; Walker & Kuperberg, 2022). Adicionalmente, investigações centradas no estigma enfrentado por praticantes de BDSM tem vindo a demonstrar o seu impacto neste período, que parece ser demarcado por sensações de solidão e isolamento (Bezreh et al., 2012; Carlström, 2019). Estas por vezes podem dar lugar a sensações de alívio com a descoberta de que o interesse em BDSM é partilhado com outras pessoas, descoberta esta que se tornou

mais acessível com a proliferação da *internet* (Carlström, 2019; Maas et al., 2025; Macapagal et al., 2025).

Apesar da terceira idade ser pouco estudada na literatura sobre BDSM, Powell (2010) ao entrevistar praticantes mais velhos com décadas de experiência e envolvimento em BDSM, notou um alto nível de perícia e um conhecimento vasto sobre diversas práticas *kink* aprendidas ao longo da vida. Importa notar que o primeiro contacto com BDSM pode ocorrer nesta fase de vida, podendo ser motivado por novos parceiros, geralmente devido a divórcio ou viuvez, ou por vontade própria de explorar *kinks* previamente ignoradas devido a sensações de culpa (Ménard et al., 2015), sendo a terceira idade oportuna para reavaliar preferências sexuais (Ritter & Nowakowski, 2021).

Estes processos de desenvolvimento também podem implicar mudanças dos motivos para praticar BDSM. Estes são variados, existindo diversos benefícios retirados destas práticas. Destacam-se a subversão de normas sociais (Turley, 2024), o relaxamento, a exploração de diferentes papéis sociais (Hughes & Hammack, 2020), as propriedades terapêuticas sentidas, como catarse e um aumento do bem-estar subjetivo (Casalheira et al., 2021; Hammers, 2019; Turley, 2022), entre outros. O prazer sexual aparenta ser uma das motivações principais para estas práticas, servindo de pano de fundo para vários dos outros motivos mencionados (Labrecque et al., 2021). No entanto esta ligação tem vindo a ser matéria de debate científico (Faccio et al., 2020; Simula, 2019), práticas BDSM não pressupõem sexualidade, sendo que nem todos os praticantes retiram benefícios eróticos ou sexuais das mesmas (Sagarin et al., 2015).

As dinâmicas de poder são um elemento crucial para compreender as motivações para praticar BDSM. Labrecque e colegas (2021) relatam que a razão mais frequentemente dada para praticar BDSM é a troca de poder, tanto através de restrição de movimentos como também a administração ou receção de dor, e sujeitos dominantes e submissos retiram

benefícios particulares das posições hierárquicas que ocupam nestas dinâmicas (Turley, 2024; Turley et al., 2018).

Por outro lado, a dor pode por vezes ser o foco destas práticas. Apesar de alguns estudos sugerirem que a dor é percecionada como desagradável e um meio para atingir um fim, tal como reforçar dinâmicas de poder ou atingir estados alterados de consciência (Kamping et al., 2016; Pitagora, 2017) outros estudos indicam que estas sensações de dor são encaradas como prazerosas (Labrecque et al., 2021). Quando mediadas por excitação sexual, pode ocorrer uma redução da dor ou reconceptualização destas sensações negativas (Dunkley et al., 2019; Newmahr, 2010), existindo uma relação estreita entre sensações de dor e prazer a nível fisiológico (Al-Chalabi et al., 2023; Benarroch, 2012; Larva & Rantala, 2024; Mains, 1991). A capacidade de resistir e suportar a dor também pode ser sentida como uma fonte de orgulho e satisfação, podendo também ser uma demonstração de submissão, relacionando-se com dinâmicas de poder (Newmahr, 2011).

Estados alterados de consciência parecem também ser relevantes para alguns praticantes de BDSM (Labrecque et al., 2021; Mains, 1991). Estudos a investigar estes fenómenos têm vindo a encontrar associações fortes entre envolvimento em práticas BDSM e estados alterados de consciência prazerosos, tal como um aumento da capacidade de concentração (Ambler et al., 2017; Klement et al., 2017; Turley, 2022) e sensações de calma e paz (Turley 2022), existindo praticantes que atribuem características espirituais e religiosas às suas práticas BDSM (Beckmann, 2007; Carlström, 2021; Fennell, 2018; Turley, 2022).

O Presente Estudo

Tendo em conta a pluralidade de vivências ligadas à sexualidade e ao BDSM, e a escassez de investigações em Portugal que foquem o tema, este estudo tem como objetivo central descrever e explorar as narrativas individuais de fantasias e atividades BDSM/*Kink*. Mais concretamente, pretende-se compreender: a) as perceções dos motivos subjacentes a

estas práticas, através de um levantamento das suas características e dos benefícios que estas proporcionam; b) o desenvolvimento das fantasias e atividades ao longo do ciclo de vida, desde a primeira memória associada ao BDSM/*Kink* até ao momento presente; c) os fatores percecionados como influenciadores destas vivências, incluindo fatores facilitadores e inibidores. Tendo em conta o carácter exploratório deste estudo, será seguida uma abordagem qualitativa através da realização de entrevistas para permitir uma melhor compreensão das vivências relacionadas com o tema.

Métodos

Participantes

A amostra consiste em nove participantes, com idades compreendidas entre os 25 e os 69 anos ($M = 44,11$; $DP = 14,4$), dos quais quatro se identificam como sendo do género feminino e cinco do masculino (Tabela 1).

Tabela 1

Caracterização demográfica dos participantes do estudo

Participante	Idade	Género	Orientação Sexual	Habilitações Académicas
E1	69	M	Heterossexual	Doutoramento
E2	44	M	Heterossexual	Mestrado
E3	25	F	Bissexual	CTSP*
E4	29	M	Heterossexual	Licenciatura
E5	48	M	Heterossexual	Mestrado
E6	35	F	Bissexual	Pós Graduação
E7	55	M	Pansexual	Mestrado
E8	28	F	Bissexual	Licenciatura
E9	37	F	Bissexual	Mestrado

*Curso Técnico Superior Profissional

Instrumentos

Um guião de entrevista semi-estruturado foi construído com o intuito de compreender as experiências pessoais dos participantes. Este foi redigido a partir da literatura científica disponível sobre BDSM e *kink*, com consultoria de investigadores com experiência nesta área de investigação e psicólogos clínicos que trabalham com esta população. Este processo de consultoria é essencial para a relevância científica, cultural e linguística de instrumentos de investigação (Schick et al., 2014).

Devido ao teor profundamente subjetivo das experiências sexuais (Faccio et al., 2020; Gough & Lyons, 2016) a entrevista semiestruturada é particularmente apropriada para investigar este fenómeno complexo, sendo indicada para explorar perceções e opiniões em torno de um tema específico, sem excessiva rigidez (Ievy, 2022; Kallio et al., 2016). Assim e de acordo com os objetivos do estudo, três dimensões abrangentes de perguntas foram delineadas: a) Características das fantasias e atividades; b) Processos de mudança ao longo do tempo; c) Perceções sobre a origem do interesse em BDSM.

As perguntas incluídas na primeira dimensão foram concebidas de modo a compreender quais as fantasias e atividades de cada participante ao longo do tempo, incluindo questões sobre as primeiras memórias relacionadas com BDSM, as características prazerosas destas práticas, significados atribuídos e benefícios retirados das mesmas. Através da segunda dimensão procurou-se explorar o processo de mudança em si, ou seja, as perceções subjetivas dos fatores que influenciam mudanças nestas fantasias e atividades, tal como períodos de desenvolvimento, relações amorosas, contacto com alguma comunidade, e outros fatores de influência mencionados pelos participantes. Por último, os participantes foram questionados sobre as suas crenças em relação à origem do seu interesse em BDSM. Adicionalmente foi pedido no fim de cada entrevista que os participantes preenchessem um questionário

sociodemográfico (Anexo F) o qual visava recolher informação relativa à idade, género, orientação sexual e habilitações académicas dos mesmos, caracterizando assim a amostra.

Procedimentos

De modo a corresponder aos objetivos do estudo foram estabelecidos um conjunto de critérios de seleção, sendo requerido que a idade dos participantes fosse igual ou superior a 18 anos, que se considerassem praticantes de BDSM/*kink* de modo a garantir que as experiências relatadas se enquadram nos objetivos do estudo e que falassem a língua portuguesa, possibilitando assim a utilização do mesmo guião de entrevista para toda a amostra. De modo a recrutar participantes, diversos cartazes foram colocados em diferentes locais associados à sexualidade na região de Lisboa (Tal como *sexshops*, clubes BDSM, saunas nudistas e bares noturnos/espços culturais com eventos *kink* esporádicos) com o consentimento dos respetivos estabelecimentos. Adicionalmente foram feitas publicações em *websites* relacionados com BDSM e *kink*, constituindo assim uma amostragem não-probabilística por conveniência. Mais tarde alguns participantes disponibilizaram-se a facilitar o contacto com conhecidos que estivessem interessados em participar, resultando no recurso a uma amostragem não-probabilística por bola-de-neve.

As entrevistas foram marcadas por *email* após o preenchimento de um documento de consentimento informado e a apresentação de informações úteis quanto à logística inerente às entrevistas. Algumas das mesmas realizaram-se *online* através de diversas aplicações (*Zoom*, *Google Meet*) e outras presencialmente, tendo-se procedido à gravação de áudio das mesmas. A sua duração média foi de uma hora e dois minutos, tendo a mais curta durado 50 minutos e a mais longa uma hora e 20 minutos. Estas gravações foram transcritas, tendo se procedido à devida anonimização dos participantes, atribuindo pseudónimos e alterando qualquer informação que pudesse permitir identificação, sendo este passo seguido da eliminação das gravações originais.

Procedimentos de Análise

Após a transcrição das gravações procedeu-se à análise das mesmas através da técnica de análise de conteúdo como delineada por Laurence Bardin (1977/2022). Esta procedeu-se inicialmente pela leitura flutuante dos textos e a codificação segundo as dimensões estabelecidas : a) Características das fantasias e atividades; b) Processos de mudança ao longo do tempo; c) Perceções sobre a origem do interesse em BDSM.

Adicionalmente, respostas relacionadas com acontecimentos vivenciados pelos participantes foram codificadas de acordo com a fase de vida em que estes ocorreram, de modo a permitir a análise das diferenças nas experiências vividas de acordo com este construto. Após esta fase inicial de categorização e codificação que visava apenas uma análise de frequências, as transcrições foram transferidas para o programa informático *QualCoder* (Versão 3.6.) de modo a facilitar o processo de categorização e permitir a análise de coocorrências. O parágrafo, ou mais concretamente cada resposta a uma pergunta feita pelo entrevistador, foi considerado como uma unidade de registo (UR) padrão, à qual foram atribuídos os vários códigos correspondentes aos temas mencionados, permitindo assim a análise de coocorrências no discurso.

Resultados

Após a devida codificação das nove entrevistas foram obtidas 744 UR. Estas correspondem a conteúdos relacionados com as três dimensões pré-estabelecidas, tendo as mesmas sido subsequentemente divididas entre cinco pré-categorias de modo a facilitar a organização dos dados. A prevalência de UR incidiu mais frequentemente sobre as pré-categorias *Caracterização das Práticas BDSM e Fatores de Influência nas Mudanças Relacionadas com o BDSM* (Tabela 2).

Tabela 2*Número de unidades de registo por pré-categoria*

Pré-categorias	UR
A. Caracterização das Práticas BDSM	277
B. Determinantes das Práticas BDSM	73
C. Mudanças Percebidas Relacionadas com BDSM	81
D. Fatores de Influência nas Mudanças Relacionadas com o BDSM	294
E. Crenças sobre a origem do interesse em BDSM	19
Total de UR	744

A seguinte secção consiste na análise de frequências de cada uma das pré-categorias, analisando simultaneamente as unidades de registo (UR) e unidades de enumeração (UE) de modo a salientar os temas que se destacam quantitativamente, articulando os resultados com a literatura científica relevante. Esta será seguida pela análise de coocorrências entre categorias, procedendo à quantificação de sobreposições temáticas no discurso dos participantes e a respetiva discussão destes resultados.

Análise de Frequências

Caracterização das Práticas BDSM

A primeira pré-categoria é constituída por sete categorias e 49 subcategorias (Tabela 3). Foram incluídas nesta secção as respostas que remetem para as práticas relatadas, a identificação com papéis relacionados com BDSM e o modo como os participantes interagem em contextos comunitários. Devido à semelhança entre o conteúdo presente nos nomes das subcategorias e os exemplos correspondentes, uma versão resumida é apresentada abaixo, estando a versão completa da tabela incluída na secção dos anexos (Anexo A).

Tabela 3*Número de UR e UE na pré-categoria A*

Categories	Subcategorias	UR	UE
A.1. Envolvimento numa Comunidade BDSM (27 UR)	A.1.1. <i>Online</i>	9	5
	A.1.2. <i>Presencialmente</i>	18	6
A.2. Papéis Dominantes (8 UR)	A.2.1. <i>Brat Tamer</i>	1	1
	A.2.2. <i>Dominador/Dom</i>	4	3
	A.2.3. <i>Femdom</i>	1	1
	A.2.4. <i>Primal Hunter</i>	1	1
	A.2.5. <i>Sádico</i>	1	1
A.3. Papéis Submissos (15 UR)	A.3.1. <i>Babygirl</i>	1	1
	A.3.2. <i>Brat</i>	1	1
	A.3.3. <i>Masquista</i>	3	2
	A.3.4. <i>Rope Bunny</i>	2	1
	A.3.5. <i>Service Top</i>	1	1

	A.3.6. <i>Slave</i>	2	1
	A.3.7. Submisso/a	5	4
A.4. Papel <i>Switch</i>		7	3
A.5. Performatividade do Papel (4 UR)	A.5.1. Visando Aceitação Social	3	1
	A.5.2. Visando Encontrar Parceiro	1	1
A.6. Práticas BDSM (190 UR)	A.6.1. Açóites/<i>Spanking/Impact Play</i>	36	8
	A.6.2. Agulhas	2	2
	A.6.3. <i>Collaring</i>	5	1
	A.6.4. <i>Consensual Non-Consent/CNC</i>	11	5
	A.6.5. Controlo de Respiração/<i>Choking</i>	5	4
	A.6.6. <i>Cuckholding</i>	4	1
	A.6.7. Devotismo	1	1
	A.6.8. Dinâmica 24/7	6	3
	A.6.9. Dominação/Submissão	25	9
	A.6.10. Exibicionismo	3	2

A.6.11. Humilhação	2	1
A.6.12. <i>Knife Play</i>	4	1
A.6.13. <i>Orgasm Control</i>	2	1
A.6.14. <i>Pegging</i>	1	1
A.6.15. Pés	7	1
A.6.16. <i>Petplay</i>	9	2
A.6.17. Restrição Física/ <i>Shibari/Bondage</i>	26	6
A.6.18. Sadomasoquismo	16	4
A.6.19. Saliva	3	1
A.6.20. <i>Scarification</i>	2	1
A.6.21. Sexo Anal Doloroso	3	1
A.6.22. <i>Trampling</i>	2	1
A.6.23. Urina/Chuva Dourada	5	1
A.6.24. Vampirismo	3	1
A.6.25. Velas/ <i>Waxplay</i>	6	1
A.6.26. Voyeurismo	1	1

A.7. Práticas de Segurança	A.7.1. <i>Aftercare</i>	6	5
(26 UR)	A.7.2. Análise de Doenças Sexualmente Transmissíveis	1	1
	A.7.3. Comunicação de Limites	4	3
	A.7.4. Consentimento	8	5
	A.7.5. Contrato Escrito	2	2
	A.7.6. Palavra de Segurança/<i>Safeword</i>	5	4
Total de UR		277	

Em relação aos dados obtidos, foi possível observar que as práticas relatadas foram variadas e heterogêneas, entre as quais as mais frequentemente mencionadas foram *Spanking* (A.6.1.), *Restrição Física* (A.6.17.), *Sadomasoquismo* (A.6.18.) e *Consensual Non-Consent* (A.6.4.). Emergiu assim um reportório generalizado entre praticantes de BDSM nesta amostra, sendo o mesmo semelhante aos dados obtidos noutras investigações (Westlake & Mahan, 2025). A subcategoria *Dominação/Submissão* (A.6.9) também se destacou, sendo mencionada em simultâneo com várias práticas, tal como *Urina/Chuva Dourada* (A.6.23.), *Tramplng* (A.6.22.), *Restrição Física* (A.6.17.), *Spanking* (A.6.1.), *Pés* (A.6.15.), *Orgasm Control* (A.6.13.), *Petplay* (A.6.16.), *Cuckholding* (A.6.6.), *CNC* (A.6.4.), *Collaring* (A.6.3.) e *Humilhação* (A.6.11.), sendo importante lembrar a inclusão por alguns autores da importância da troca de poder como parte integrante da definição de BDSM (Holvoet et al., 2017; Neef et al., 2019) e da frequência com que este tema é mencionado como um foco central destas práticas em vários estudos (Crane & Ireland, 2022; Labrecque et al., 2021).

Neste sentido, os participantes mencionaram diversas vezes os papéis com os quais se identificavam, observando-se a identificação com papéis dominantes, submissos e *switch*, como previamente abordado na revisão de literatura (Simula, 2019). Adicionalmente surgiram outros papéis mais específicos, revelando uma multiplicidade de espaços simbólicos que é possível ocupar, mediante as atividades, parceiros e preferências pessoais, indo ao encontro da ideia de diversidade presente na literatura (Simula, 2019; Wignall & McCormack, 2017). Apesar de indicações prévias de que pessoas *switch* variam regularmente entre papéis submissos e dominantes (Bennett, 2024; Martinez, 2017) dois participantes *switch* relataram uma forte identificação com apenas um dos papéis, sendo esta devido à procura de aceitação social através de representações mais dominantes, ou devido à presença de fantasias dominantes e submissas com preferência exclusiva por atividades submissas, demonstrando a possibilidade de identificações simultâneas e a heterogeneidade das experiências identitárias.

Adicionalmente os participantes mencionaram várias práticas de segurança às quais recorrem no contexto das suas atividades. O consentimento, representado na sua forma abstrata pela subcategoria do mesmo nome e operacionalizada através de métodos específicos como a utilização de uma palavra de segurança, a redação de um contrato escrito ou a comunicação prévia de limites, representa um tema frequentemente mencionado. Estes dados remetem para a importância que a segurança representa para vários praticantes de BDSM (Bauer, 2020; Brown et al., 2020; Newhmar, 2011), sendo a obtenção de consentimento uma das características que define estas práticas (Holvoet et al., 2017; Neef et al., 2019).

O *Aftercare* (A.7.1.) foi frequentemente mencionado (6 UR), tendo sido realçado o seu papel crucial e imprescindível devido ao impacto emocional que certas atividades acarretam, podendo também desempenhar um papel contendor dos estados psicológicos despoletados pelas mesmas (Mercer, 2024; Newhmar, 2011). Segundo os participantes este impacto pode ser colmatado por esta prática de segurança, podendo variar na forma como decorre dependendo da familiaridade com o *play partner* e da necessidade suscitada pelas atividades, podendo envolver contacto físico, discussão conjunta dos momentos positivos e negativos da interação ou atividades de lazer em conjunto.

Por último seis dos participantes do estudo mencionaram envolvimento numa comunidade BDSM no passado ou atualmente. Os relatos deram indicação de que este envolvimento se inicia geralmente em formato *online*, com a subsequente participação em eventos esporádicos. Existem indicações prévias na literatura da importância do envolvimento comunitário na exploração dos desejos e interesses, tanto através da aceitação proveniente destes contextos como também das oportunidades para a experimentação que surgem nos mesmos (Carlström, 2019; Graham et al., 2015).

Determinantes das Práticas BDSM

Esta pré-categoria codifica os conteúdos que remetem para os benefícios associados a praticar atividades BDSM, estando também incluídas respostas que remetam para condições essenciais para que estes benefícios se verifiquem (Tabela 4).

Dentro da primeira categoria destacou-se em particular a menção por quatro participantes de que o BDSM permite uma melhor comunicação. Foi descrito que estas práticas, por pressuporem uma comunicação sobre limites, gostos pessoais e discussões prévias antes das atividades, contribuem para uma melhor comunicação ao longo do tempo, refletindo o carácter essencialmente intersubjetivo das práticas BDSM (Cardoso et al., 2023; Cutler et al., 2020).

Dentro da categoria *Benefícios Intrapessoais* (B.2.) foram mencionadas um conjunto alargado de vantagens, tendo-se destacado a subcategoria *Escapismo/Relaxamento* (B.2.2.) (8 UR). Os participantes localizaram a causa destes estados emocionais no ato de abdicar de controlo quando a desempenhar um papel submisso, contrastando assim com os praticantes que se identificam como dominadores e que frisam a concentração necessária nas atividades como a causa destes estados emocionais. A literatura existente já havia realçado as sensações de paz e calma descritas por alguns praticantes (Labrecque et al., 2021; Turley, 2022), no entanto estes dados sinalizam uma potencial diferença nos meios através dos quais diferentes praticantes de BDSM relaxam nestes contextos, dependendo do papel que representam ou com o qual se identificam. Foram também frisados outros benefícios, tal como o autoconhecimento proveniente da exploração das próprias preferências de práticas ou a sensação de autenticidade devido ao menor grau de tabu presente em contextos BDSM e a possibilidade de assumir características de personalidade mais dominantes.

Tabela 4

Número de UR e UE na pré-categoria B

Categorias	Subcategorias	UR	UE
B.1. Benefícios Interpessoais (13 UR)	B.1.1. Evitamento de Estagnação Relacional	1	1
	Ex: “Quando um casal se conhece acabam por chegar a um período em que se estagnam [...] Numa relação BDSM [...] o céu é o limite” (E5)		
	B.1.2. Maior Sentido de Conexão	4	2
	Ex: “Consegue-se uma conexão maior com o próprio e a energia do outro” (E2)		
	B.1.3. Melhor Comunicação	5	4
	Ex: “Facilita imenso a comunicação” (E5)		
	B.1.4. Sentido de Pertença e Comunidade	3	2
	Ex: “[O] aspeto comunitário [...] acaba por ser mais fácil uma pessoa formar comunidade e ter amigas” (E6)		
B.2. Benefícios Intrapessoais (17 UR)	B.2.1. Autoconhecimento	2	2
	Ex: “Promove muito, mais uma vez, o autoconhecimento, sem dúvida” (E9)		
	B.2.2. Escapismo/Relaxamento	8	5
	Ex: “Eu poder [...] não ter que tomar decisões e não ter que estar em controle.” (E8)		
	B.2.3. Estados de <i>Flow</i> e Aprendizagem	2	1
	Ex: “Acho que pelo aspeto técnico e meditativo da coisa “ (E6)		
	B.2.4. Maior Grau de Autenticidade	3	2

	Ex: “Uma pessoa consegue ser mais ela mesma, sem tantos filtros impostos pela sociedade” (E2)		
	B.2.5. Melhoria da Autoestima	1	1
	Ex: “Mexe na autoestima, porque quando eu consigo aguentar um <i>play</i> , sinto-me bem” (E3)		
	B.2.6. Sensação de Poder	1	1
	Ex: “Ter um certo poder na pessoa [...] essa reação interessa-me mais do que a prática em si” (E6)		
B.3. Benefícios Sexuais (22 UR)	B.3.1. Principalmente Sexual	14	4
	Ex: “Para mim o BDSM está muito ligado ao sexo, não concebo separar as coisas” (E1)		
	B.3.2. Secundariamente Sexual	7	4
	Ex: “Eu para mim o BDSM pode estar ligado à sexualidade ou pode não estar” (E5)		
	B.3.3. Sem Benefício Sexual	1	1
	Ex: “Eu pratico BDSM por causa da liberdade que me traz, não pelo sexo, lá está, eu não gosto de sexo” (E3)		
B.4. Condições necessárias para praticar BDSM (21 UR)	B.4.1. Bem-estar Psicológico	7	3
	Ex: “É essencial eu querer, estar bem psicologicamente e fisicamente, para me poder entregar ao momento” (E3)		
	B.4.2. Comunicação	7	4
	Ex: “A comunicação para mim acho que é a principal [...] característica que tem que existir” (E5)		
	B.4.3. Confiança no <i>Play Partner</i>	4	4
	Ex: “Tenho que ter confiança a 100% na pessoa com que estou a fazer” (E8)		
	B.4.4. Prazer do parceiro	3	1
	Ex: “Tenho que sentir o prazer da pessoa” (E1)		
Total de UR		73	

Em relação aos benefícios eróticos e sexuais retirados destas práticas, tal como referenciado na literatura científica (Faccio et al, 2020; Newmahr, 2011; Sagarin et al., 2015) verificou-se que apesar de cinco participantes terem frisado a centralidade dos mesmos, pelo menos quatro participantes descreveram que estes são secundários a outros benefícios obtidos. No mesmo âmbito uma participante afirmou não retirar benefícios sexuais destas práticas, sublinhando que a função das suas práticas sexuais é produzir dor, e que o envolvimento em BDSM proporciona outros benefícios.

Em relação às condições necessárias, Labrecque e colegas (2021) já haviam salientado a importância que praticantes de BDSM dão à confiança no parceiro, sendo este fator regularmente mencionado e associado à posição de vulnerabilidade que algumas práticas implicam, principalmente para quem representa um papel submisso. A comunicação, previamente discutida como um benefício, ressurge na forma de condição devido papel que os participantes atribuem à mesma na redução dos riscos associados a algumas das suas atividades. Também o bem-estar psicológico foi referido, tendo sido realçado o impacto que o stress e mal-estar advindos de acontecimentos de vida diversos pode ter na vontade de praticar BDSM e o impacto exacerbante que o envolvimento em certas atividades pode ter no mal-estar psicológico.

Mudanças Percebidas Relacionadas com BDSM

Nesta secção serão abordados os conteúdos que emergiram relativos às alterações que os participantes mencionaram em relação às suas práticas BDSM ao longo do ciclo de vida (Tabela 5).

Tabela 5*Número de UR e UE na pré-categoria C*

Categoria	Subcategoria	UR	UE
C.1. Mudança de Atitudes e Crenças (20 UR)	C.1.1. Redução da Culpabilidade em relação a BDSM Ex: “Eu ultrapassei bastante a culpabilidade em relação ao BDSM” (E1)	12	5
	C.1.2. Redução de Estereótipos de Género Ex: “Tenho desmistificado mais isso, do que é ser homem, da masculinidade” (E4)	2	1
	C.1.3. Redução de Tabu Sexual Ex: “Mostra uma forma que o prazer sexual, erótico, tem muitas formas e feitios” (E9)	6	3
C.2. Mudanças Relacionadas com as práticas (55 UR)	C.2.1. Aquisição de Nova Prática Ex: “Uma das coisas que experimentámos [...] foi tipo eu estar a dormir e começar algum tipo de interação sexual” (E8)	20	7
	C.2.2. Aumento da Diversidade de Práticas Ex: “As minhas práticas expandiram-se ao longo do tempo” (E2)	7	3
	C.2.3. Aumento do conforto perante uma prática Ex: “Essas experiências [...] fizeram sentir muito mais confortável [...] com a dominação” (E4)	6	2
	C.2.4. Aumento do conhecimento sobre práticas Ex: “Vou aprendendo alguma coisa também que eu não conhecia. Vou vendo o que as pessoas fazem, como é que fazem, isso obviamente há uma aprendizagem aí.” (E1)	5	3
	C.2.5. Aumento do tempo dedicado a práticas BDSM	1	1

	Ex: “Neste momento é uma fatia significativa da minha vida, mais do que antes sem dúvida.” (E6)		
	C.2.6. Cessação de Prática	4	3
	Ex: “Eu antes gostava de <i>break play</i> , de violação, mas com o tempo começou-se a tornar um <i>trigger</i> ” (E3)		
	C.2.7. Clarificação das Práticas preferidas	9	5
	Ex: “Achava que a parte de <i>power dynamics</i> não era para mim [...] Só depois é que me fui apercebendo, mas espera lá, isto aqui é o que eu tenho estado a fazer! (E6)		
	C.2.8. Redução de Excitação Sexual perante as práticas	1	1
	Ex: “Se fizesse isto, eu ficava logo louco para ter sexo. Eu agora já não é tanto assim.” (E1)		
	C.2.9. Redução da frequência de atividades	1	1
	Ex: “Depois a cada década há um decréscimo. Aos 40 anos, aos 50 e aos 60” (E1)		
	C.2.10. Sexualização Posterior de Práticas	1	1
	Ex: “Eu no início comecei, diria que talvez numa prática muito mais platónica [...] Neste momento já é encompassante de toda a relação e toda a sexualidade” (E6)		
C.3. Mudanças	C.3.1. Aumento das atividades realizadas como dominante	2	1
Relacionadas com o Papel	Ex: “[Houve] uma evolução para a parte mais sádica, porque eu a certa altura percebia que ela estaria disponível para isso também” (E1)		
(6 UR)	C.3.2. Maior Identificação com o Papel	1	1
	Ex: “Foi com ela que me tornei, vamos dizer, um <i>Dom</i> completo” (E4)		
	C.3.3. Mudança de Papel	3	2
	Ex: “Quando conheço a minha mulher isto [ser submisso] sai ao contrário, fico eu dominador” (E7)		
Total de UR		81	

Estas categorias podem ser agrupadas em três eixos, sendo que o primeiro engloba alterações que se verificaram em várias outras áreas da vida dos participantes para além do âmbito sexual. Os conteúdos na categoria *Mudanças de Atitudes e Crenças* (C.1.) realçam a capacidade geral do envolvimento nestas práticas reduzir um amplo conjunto de tabus e crenças através da interação e observação em contextos relacionais ou comunitários.

Em relação às mudanças relacionadas com as práticas contidas na segunda categoria, verifica-se em parte a asserção de que ao longo do ciclo de vida ocorre um aumento da quantidade de práticas preferidas (Brown et al., 2020; Powell, 2010; Santtila et al., 2002). Para a maioria dos participantes um conjunto restrito de práticas é considerado estável, estando presente desde o começo do interesse em BDSM e sendo posteriormente modificado através da expansão do repertório de práticas. No entanto esta não foi a única mudança observada, ocorrendo simultaneamente um processo de clarificação, em que práticas previamente conhecidas se tornam mais alinhadas com os objetivos que visam ou tornam-se mais “apuradas”, podendo representar uma variabilidade na utilização de novos instrumentos, a transformação das fantasias ao se tornarem em atividades, ou a compreensão de que algumas práticas são apenas preferidas como fantasias. Este fenómeno reflete-se linguisticamente na correção que alguns participantes fazem da pergunta relacionada com a mudança, preferindo termos como “Expansão” (E2), “Desenvolvimento” (E5), “Apuramento” (E8) e “Transformação” (E9).

Também o aumento do conforto reflete uma mudança que não se limita apenas a quais as práticas preferidas, mas que remete principalmente para a confiança construída progressivamente através da repetição das atividades e uma maior sensação de mestria, do mesmo modo que o aumento do conhecimento se refere à obtenção de novos dados teóricos sobre práticas BDSM e de segurança que já constam no repertório dos participantes. Ambas estas mudanças refletem o trabalho anterior de Newmahr (2010) em relação ao papel da

aquisição de competências técnicas dentro de comunidades BDSM, partilhando assim semelhanças com outras atividades de lazer.

No sentido oposto observou-se também que determinadas práticas deixam de fazer parte do repertório de alguns participantes, sendo que foram referidas ocasiões onde se verificou uma perda de interesse ou excitação sexual por algumas práticas, ou a cessação de certas atividades, não obstante a manutenção das fantasias associadas às mesmas.

Fatores de Influência nas Mudanças Relacionadas com o BDSM

Esta pré-categoria engloba os motivos que originaram as mudanças que os participantes percecionam ter ocorrido nas suas interações BDSM ao longo do tempo. Estes dados podem ser consultados na Tabela 6

Diversos acontecimentos significativos de relevo foram referidos, sendo que estes caracterizam etapas ou momentos que contribuem para a compreensão dos próprios participantes em relação ao desenvolvimento dos seus interesses atuais. A subcategoria *Descoberta do Interesse em BDSM* (D.1.2.) caracteriza o primeiro momento onde ocorre a consciência de um interesse por BDSM, podendo anteceder ou não o conhecimento do próprio termo, sendo este tido como positivo, apesar de por vezes caracterizado por alguma culpabilidade, marcando assim o início de um conjunto de acontecimentos posteriores.

A *Primeira Atividade BDSM* (D.1.4.) dos participantes também é recordada por toda a amostra, caracterizando um passo importante na aplicação de fantasias previamente existentes. Por outro lado a *Primeira Partilha do Interesse em BDSM* (D.1.5.) com outra pessoa é sinalizada apenas por alguns participantes, sendo associada a um momento positivo devido à aceitação e normalização com que foi recebida, ou igualmente como um momento de afirmação. O *Primeiro Contacto com uma Comunidade BDSM* (D.1.6.) também é recordado de forma positiva, representando por vezes um passo importante numa fase inicial de exploração, a afirmação de um interesse pré-existente ou a descoberta destas práticas.

Tabela 6*Número de UR e UE na pré-categoria D*

Categoria	Subcategoria	Componentes das Subcategorias	UR	UE
D.1. Acontecimentos Significativos Pessoais (66 UR)	D.1.1. Atividade a Sós		4	3
		Ex: “Amarrar-me a mim próprio, mas de maneira a conseguir soltar-me[...] confesso que brinquei bastante com isso” (E5)		
	D.1.2. Descoberta da existência de Práticas BDSM		7	4
		Ex: “O primeiro contacto [foi] o Fifty Shades of Grey” (E8)		
	D.1.3. Descoberta do Interesse em BDSM		17	9
	Ex: “Primeira memória que eu tenho foi de quando eu estava devia ter os meus 13, 11, 12 anos, por aí. E era de já gostar de <i>spanking</i> , e de <i>petplay</i> ” (E3)			
	D.1.4. Primeira Atividade BDSM		20	9
	Ex: “Quando tinha 20 anos, num envolvimento com uma pessoa em que tipo, sei lá, levei algumas palmas e assim e nunca tinha tido isso” (E8)			
	D.1.5. Primeira Partilha do Interesse em BDSM		4	3

	Ex: “Bem, eu tive uma, eu digo que é a minha irmã da faculdade e eu comecei a falar com ela destas coisas” (E3)		
	D.1.6. Primeiro Contacto com uma comunidade BDSM	5	4
	Ex: “Eu juntei-me, inscrevi-me no Fetlife e comecei a ir a reuniões e festas” (E1)		
	D.1.7. Revelação da não-Unicidade do interesse em BDSM	9	5
	Ex: “Lembro-me de na altura ter visto uma revista à venda no expositor com uma mulher amarrada [...] E aquilo de repente, acenderam-me algumas luzes do género[...] isto que tu sentes, não estás assim tão isolado” (E5)		
D.2. Acontecimentos Sociais Significativos (13 UR)	D.2.1. Emigração para fora de Portugal com perceção de redução de estigma	5	2
	Ex: “O ambiente é completamente diferente. Em Portugal eu sentia que de facto havia e há algum estigma” (E6)		
	D.2.2. Mudança do BDSM como Não-patológico em manuais nosológicos	3	1
	Ex: “Eu quando conheci o BDSM ele já era considerado uma coisa normal, [antes] era considerado um problema psicológico, por isso		

eu já não apanhei com isso. Já era considerado sexualidade” (E3)

D.2.3. Publicação do livro “50 Sombras de Grey”
(5 UR)

D.2.3.1. Aumento do Número de Praticantes Inexperientes

2 1

Ex: “De repente todos achavam que eram dominadores [...] só que não faziam ideia” (E4)

D.2.3.2. Redução do Tabu Societal

2 1

Ex: “Teve uma certa importância, na desconstrução do mito. Porque penso que o BDSM passou a ser encarado como algo muito mais normal” (E1)

D.2.3.3. Retrato Negativo do BDSM

1 1

Ex: “O que é que nos vemos no BDSM? O mainstream das 50 sombras de Grey, que é uma relação altamente abusiva” (E5)

D.3. Fatores Interpessoais
(166 UR)

D.3.1. Estigma
(39 UR)

D.3.1.1. Antecipado

22 8

Ex: “[No] meu contexto profissional é algo que pode tirar completamente a autoridade sobre as pessoas que eu lidero” (E5)

D.3.1.2. Internalizado

10 4

Ex: “Achava que não era bom da cabeça, que era um super tarado” (E7)

D.3.1.3. Experienciado Diretamente

2 2

	Ex: “Já falei com pessoas que sabem que eu pratico [...] e a reação não é salutar” (E7)		
	D.3.1.4. Experienciado Indiretamente	5	4
	Ex: “Quando se falava disso riam-se [...] um riso de troça, logo que, obviamente, e não me sentia nada confortável” (E1)		
D.3.2. Influência de Diferentes Tipos de Relação (91 UR)	D.3.2.1. Família	4	3
	Ex: “Foi uma delas [filha] que me falou do Fetlife” (E1)		
	D.3.2.2. Praticantes de BDSM	9	5
	Ex: “Conheci uma senhora no Facebook, que falou sobre os clubes de sexo” (E4)		
	D.3.2.3. Relação de Amizade	9	3
	Ex: “Se eu não tivesse conhecido esse amigo, eu nunca teria conhecido o BDSM.” (E3)		
	D.3.2.4. Relação de Intimidade	39	7
	Ex: “O novo <i>kink</i> que descobri agora com a minha namorada foi o dos castigos” (E4)		
	D.3.2.5. Relação Sexual	30	6
	Ex: “Havia uma rapariga que eu conhecia e tínhamos sexo os dois de vez em quando, descomprometido” (E1)		
D.3.3. Mecanismos de Mudança em Contexto Relacional (36 UR)	D.3.3.1. Aceitação	2	1
	Ex: “A minha avó não me julgou, até disse “Tenta fazer isto, tenta inovar!” (E3)		

	D.3.3.2. Esforço de Compatibilização de Interesses Discordantes	6	2
	Ex: “Ela não tem qualquer interesse, mas concede-me alguns momentos BDSM” (E1)		
	D.3.3.3. Experimentação Conjunta	16	7
	Ex: “Não foi uma coisa de “Agora estamos a praticar BDSM” [...] empiricamente aconteceu” (E2)		
	D.3.3.4. Introdução de Nova Prática	12	4
	Ex: “Nunca me tinha posto numa gaiola[...] Lá está, [ela] introduziu-me a isso” (E7)		
D.4. Fatores Intrapessoais (10 UR)	D.4.1. Idade	7	4
	Ex: “Antes dos meus 35 anos nunca me tinha aceitado sexualmente como hoje” (E9)		
	D.4.2. Mal-estar derivado de práticas específicas	3	2
	Ex: “Deixei de fazer [<i>break play</i>] porque já não me sentia bem em fazê-lo” (E3)		
D.5. Fontes de Informação (39 UR)	D.5.1. Filmes Não-pornográficos	2	2
	Ex: “Lembro-me de colecionar [...] trechos de filmes [...] que tinha cenas associadas de imobilização” (E5)		
	D.5.2. Livros Não-pornográficos	3	1

Ex: “Era um livro anarcofeminista [...] mas por alguma razão a autora referenciava <i>Shibari</i> ” (E6)		
D.5.3. Livros Pornográficos/Eróticos	3	1
Ex: “O Fifty Shades of Grey [...] diria que nessa altura eu lembro-me que isso era algo que já me excitava” (E8)		
D.5.4. Pesquisa na <i>Internet</i>	11	5
Ex: “Comecei a procurar sites e blogues que tinham a ver com BDSM, ver experiências relatadas” (E4)		
D.5.5. Pornografia <i>Online</i>	9	3
Ex: “Acho que a pornografia e os sites BDSM ajudam muito” (E7)		
D.5.6. Praticantes de BDSM	8	4
Ex: “Acho que tinha algumas preconceções [...] conhecendo mais o pessoal a minha perceção foi mudando” (E6)		
D.5.7. Revistas Pornográficas	3	1
Ex: “Fui à procura de [...] revistas de texto e que tinham efetivamente histórias pornográficas, algumas ligadas efetivamente ao BDSM” (E5)		
Total de UR	294	

Destaca-se igualmente a preponderância das relações interpessoais , com ênfase nas relações de intimidade (39 UR), que incluem todas as referências a um parceiro ou parceiros com que se mantém uma relação romântica, sendo seguidas de relações de natureza estritamente sexual ou direcionadas especificamente para o BDSM de forma recorrente. Estas representam a maior porção de relações com um impacto nas práticas, abrangendo um conjunto alargado de mudanças onde o diálogo, compatibilização e exploração conjunta de fantasias permeia as narrativas sobre as mudanças nas práticas BDSM, dando conta da sua centralidade.

Apesar das experiências positivas que emergiram desta análise, surgiram igualmente conteúdos relacionados com a experiência de estigma. Neste âmbito, investigação focada no impacto do estigma em praticantes de BDSM relata que este pode causar mal-estar psicológico (Bezreh et al., 2012, Brown, 2010; Cardoso et al., 2023; Crane, 2022), havendo evidencia empírica deste mesmo impacto noutros grupos minoritários (Drabish & Theeke, 2021; Hatzenbuehler et al., 2024). Entre os vários tipos de estigma mencionados pelos participantes destacou-se o *Estigma Antecipado* (D3.1.1.) (22 UR), sendo que este inclui menções que abrangem o medo de ser descoberto durante uma atividade a sós, o medo de rejeição de um parceiro após tomar conhecimento do interesse em BDSM, o receio de ser descredibilizado em contextos profissionais, a possibilidade de um parceiro retratar uma situação consensual como abuso à polícia e preocupações com o sistema de justiça relacionadas com a atribuição de guarda partilhada. A gestão destes receios passa pelo cuidado na revelação do interesse em BDSM a outras pessoas, restringindo-a a amigos próximos e parceiros, preferencialmente também envolvidos em práticas BDSM, estando estes dados alinhados com a literatura científica disponível (Bezreh et al., 2012; Brown, 2010; Cardoso et al., 2023),

Por outro lado os *Fatores Intrapessoais* (D.4.) (10 UR) são mencionados menos frequentemente, salientando-se a *Idade* (D.4.1.) (UR 7) que inclui conteúdos relativos à perspectiva de alguns participantes em relação ao impacto da passagem do tempo e da maturação ao longo do ciclo de vida. Este fator é atribuído a mudanças heterogêneas, como uma alteração das prioridades de vida com menor ênfase no BDSM, um menor grau de culpabilidade e mal-estar perante as práticas ou a redução do interesse em BDSM atribuída ao envelhecimento.

Os participantes do estudo também realçaram o impacto de diferentes *Fontes de Informação* (D.5.) nas mudanças que observaram ao longo do tempo nas suas práticas. Entre estas, o acesso à *internet*, na forma de pesquisas simples, blogues/redes sociais dedicadas ao BDSM e a pornografia *online* destacam-se como os meios de acesso a novos conhecimentos mais frequentes. Esta observação poderá justificar a utilização relativamente frequente da língua inglesa pelos participantes para se referirem às práticas, destacando a importância dos meios *online* na compreensão da sexualidade humana moderna, particularmente no que se relaciona a minorias sexuais e ao potencial de formar comunidades (Carlström, 2019; Döring, 2009; Wignall, 2023) e como meio de acesso a informação sobre estas práticas quando o contexto sociocultural não é propício à sua obtenção (Cardoso & Scarcelli, 2021). Esta influência é seguida pela obtenção de informação através do contacto com outros *Praticantes de BDSM* (D.5.6.)(8 UR), abrangendo a observação de atividades realizadas por outros em contextos presenciais e a partilha de experiências e ideias que se traduz num maior conhecimento sobre diversas práticas.

Crenças Sobre a Origem do Interesse em BDSM

Esta pré-categoria inclui todos os conteúdos que remetem para narrativas sobre a origem do interesse em BDSM. Deste modo a respetiva tabela (Tabela 7) baseia-se na categorização proposta por Yost e Hunter (2012) focada na distinção entre narrativas

essencialistas e construtivistas e nos contributos de Hughes e Hammack (2020) relativos às narrativas associadas a características de personalidade e de desconhecimento ou incerteza em relação à origem do interesse em BDSM.

Em relação aos resultados obtidos destacam-se como mais frequentes ambas as subcategorias relacionadas com uma *Origem Interna* (E.3.) (10 UR). Narrativas relacionadas com a natureza inata do interesse em BDSM variam entre si, oscilando entre perspetivas que consideram que este interesse é universal, narrativas centradas na natureza biológica ou evolucionária do mesmo ou que evocam o interesse em BDSM como uma qualidade presente desde o nascimento. Adicionalmente todas as referências a uma origem inata são feitas por participantes cujo interesse surgiu na infância ou adolescência, dado este congruente com outras investigações (Labrecque et al., 2021; Walker & Kuperberg, 2022; Yost & Hunter, 2012).

Apesar de literatura anterior apontar para o carácter mutuamente exclusivo de narrativas intrínsecas e extrínsecas (Yost & Hunter, 2012) as duas menções de uma origem externa relacionada com uma situação traumática foram associadas a uma origem inata, tendo os participantes frisado considerar que estes eventos desencadeiam predisposições inatas. Este resultado sugere assim a possibilidade de narrativas que remetem para o papel simultâneo de fatores internos e externos no desenvolvimento do interesse em BDSM.

Tabela 7*Número de UR e UE na pré-categoria E*

Categoria	Subcategoria	UR	UE
E.1. Origem Desconhecida		3	2
Ex: “Acho que interrogar-me a mim próprio[...] acho que nunca fiz” (E7)			
E.2. Origem Externa (6 UR)	E.2.1. Derivada de Compensação de modelos relacionais na Infância	1	1
Ex: “Os meus pais foram sempre bastante liberais [...] mas tinha se calhar muito mais regras ou controlo do que muitos amigos meus, portanto psicologicamente poderá vir por aí” (E2)			
	E.2.2. Derivada de Episódio Traumático	4	2
Ex: “Porque é que eu gosto do BDSM? Resposta simples, traumas. Os traumas levaram ao BDSM” (E3)			
	E.2.3. Por Exposição a Pornografia	1	1
Ex: “Se eu não tivesse tido tanto contacto com pornografia desde cedo se calhar eu não tinha tanto interesse... tipo em BDSM” (E8)			
E.3. Origem Interna (10 UR)	E.3.1. Inata	5	4
Ex: “Eu tenho um bocadinho a crença que a pessoa ou nasce com isto ou não” (E5)			
	E.3.2. Relacionada com Personalidade	5	2
Ex: “Acho que só no geral [faz] um <i>fit</i> muito bem com a minha personalidade” (E6)			
Total de UR		19	

Análise de Coocorrências

Apesar da análise de frequências permitir um conjunto de conclusões e fornecer dados relevantes para esta investigação, procurou-se aprofundar a compreensão das entrevistas através do cruzamento dos dados em tabelas de dupla entrada.

Cruzamento de Fatores de Influência e Mudanças Percebidas

Entre as subcategorias incluídas na pré-categoria D, destacou-se a subcategoria *Influência de Diferentes Tipos de Relação* (D.3.2.), em particular quando cruzada com as subcategorias *Mudanças de Atitudes e Crenças* e *Mudanças nas Práticas BDSM* (C.1.). Deste modo os dados obtidos estão representados na Tabela 8 e Tabela 9 respetivamente (Anexo B).

Em relação à primeira tabela, destacou-se o impacto de relações familiares e de amizade na subcategoria *Redução da Culpabilidade em Relação ao BDSM* (C.1.1.), dando indicação da ausência do envolvimento destas figuras em mudanças relacionadas com as práticas ou o papel. No entanto este impacto não lhes é exclusivo, tendo sido mencionada uma ocasião onde uma relação de intimidade teve o mesmo impacto. Como foi discutido anteriormente a culpabilidade e o estigma internalizado têm um impacto negativo no bem-estar psicológico (Bezreh et al., 2012, Brown, 2010; Crane, 2022) sendo importante compreender as figuras com maior impacto nesta redução.

Por sua vez a Tabela 9 (Anexo B) traduz a preponderância de relações de intimidade e de natureza sexual nas mudanças observadas ao longo do ciclo de vida dos participantes, incidindo particularmente sobre a aquisição de novas práticas introduzidas por estes parceiros. Ademais, o contacto com outros praticantes de BDSM tem um conjunto de influências nas práticas, aparentando centrar-se no aumento do conhecimento, na clarificação de práticas preferidas e aumento do conforto. Os participantes localizam principalmente esta influência na observação de atividades realizadas por outros praticantes em eventos BDSM ou através da discussão de conceitos e ideias, produzindo mudanças variadas.

Adicionando aos dados anteriormente descritos, foram também registados os mecanismos descritos pelos participantes que levaram a que as modificações ocorressem, estando estes incluídos na Tabela 10 (Anexo B). Destaca-se de imediato o papel da aceitação por parte de familiares e amigos, que em conjunto com os dados obtidos na Tabela 8 parece sugerir que a aceitação e não julgamento demonstrado em relação a práticas BDSM poderá ser o fator que leva a uma menor culpabilidade em relação às mesmas. As relações de intimidade parecem implicar uma maior necessidade de compatibilização, sendo expectável que, por não serem formadas com o intuito de pôr em prática fantasias e atividades BDSM específicas como o caso das relações de natureza sexual, que este fator apresente um maior impacto. Este é apenas mencionado em situações em que o parceiro não tem um interesse em práticas BDSM prévio, salientando indicações anteriores na literatura científica em relação aos desafios de ordem interpessoal que surgem quando ocorre um esforço de compatibilizar interesses discordantes (Cardoso et al., 2023):

Por sua vez também ocorre mais frequentemente a experimentação de novas atividades que interessam a ambos os participantes. Esta categoria distingue-se das restantes por incluir respostas onde ocorrem tentativas mútuas de realizar atividades, sendo por vezes estas atividades geradas dentro do próprio contexto relacional sem influência exterior à mesma e sentidas de uma forma natural e sem preconceções claras das práticas desejadas.

Idade e Mudanças ao Longo do Ciclo de Vida

Foi importante considerar neste estudo se diferentes vivências estariam associadas a diferentes fases de vida. Apesar das perguntas presentes no guião terem gerado poucas respostas diretamente relacionadas com este tema, a codificação posterior de diferentes eventos na vida dos participantes de acordo com o período em que ocorreram gerou os dados presentes na Tabela 11 (Anexo B).

É possível observar que apenas a descoberta do interesse em BDSM se verifica na infância, sendo os restantes acontecimentos localizados nas outras fases de vida. As fantasias relatadas durante este período são específicas e claras no seu conteúdo, traduzindo literatura anterior sobre as experiências sexuais características da infância (Lamb & Plocha, 2014; Masters et al, 1995). Apesar destas memórias serem frequentemente acompanhadas de culpabilidade, são identificadas pelos participantes como determinantes, estabelecendo as primeiras e mais duradouras fantasias, constituindo assim um repertório de práticas basilares.

É mais tarde na adolescência que ocorre uma maior diversidade de acontecimentos significativos. A experimentação a sós ocorre para alguns participantes, enquanto outros têm a sua primeira experiência de uma atividade com um parceiro, geralmente anterior à tomada de conhecimento de que estas atividades se enquadram no termo BDSM. Na adultícia observam-se com maior frequência acontecimentos significativos para a maior parte da amostra, abrangendo todas as subcategorias mencionadas.

O cruzamento da subcategoria “Estigma” com as diferentes fases de vida encontra-se na Tabela 12 (Anexo B). O estigma internalizado é o único que ocorre em todas as fases de vida, sendo o estigma antecipado mais característico da adolescência e adultícia, fenómeno este que poderá surgir posteriormente devido a uma maior consciência de consequências sociais que poderão advir destas práticas. Apesar de investigações anteriores sinalizarem a prevalência da culpabilidade e estigma para adolescentes interessados em BDSM (Bezreh et al., 2012; Carlström, 2019) este parece manter-se ao longo do ciclo de vida, sendo a maioria das menções de estigma referentes à adultícia.

Implicações para a Prática Clínica

Os resultados deste estudo apresentam algumas implicações para a prática clínica, fornecendo um conjunto de informações em relação a diversos temas. Os benefícios referenciados pelos participantes, particularmente no que toca às relações interpessoais e a

fatores intrapessoais, dão indicação do potencial papel destas práticas na manutenção e melhoria da saúde mental e do contributo geral para o bem-estar psicológico de vários praticantes, representando assim um recurso que deve ser tomado em conta em contextos psicoterapêuticos. Do mesmo modo, as experiências relatadas evidenciam a centralidade das competências interpessoais e emocionais necessárias para praticar BDSM, sendo importante a compreensão por parte de psicólogos do papel da comunicação neste fenómeno e do potencial da psicologia de contribuir para uma maior eficácia da mesma. No sentido oposto também é relevante salientar o impacto negativo do estigma, o qual é frequente nesta amostra e reflete um conjunto alargado de preocupações e receios, os quais podem levar à ocultação de aspetos relevantes para um processo terapêutico e representar uma barreira à formação de uma aliança terapêutica eficaz. Deste modo este estudo evidencia a importância dos psicólogos reconhecerem a alta prevalência do estigma, com particular destaque no estigma antecipado, procurando fomentar um ambiente seguro que permita a exploração livre destes temas.

Limitações e Direções para Estudos Futuros

As limitações que se salientam de forma mais imediata remetem para as características da amostra do presente estudo, nomeadamente na sua dimensão reduzida e a sua eventual baixa representatividade de praticantes de BDSM portugueses, tendo a amostra representado maioritariamente praticantes com habilitações académicas altas e cujo interesse e envolvimento no BDSM poderá ser maior do que para a restante população, justificando assim participar numa entrevista apenas sobre este tema. Adicionalmente, 43 contactos por e-mail foram realizados demonstrando interesse em participar, sendo que vários praticantes desistiram de participar no estudo devido a preocupações com a privacidade e a gravação das entrevistas, tendo a sua participação potencialmente refletido uma maior prevalência do tema do estigma antecipado que se sobressaiu não obstante este eventual viés.

No que toca a estudos futuros, várias questões ficam em aberto em relação aos temas abordados nesta investigação. Apesar de ter sido possível determinar um grande conjunto de benefícios, práticas e experiências, os dados obtidos não são de algum modo representativos da totalidade de respostas possíveis. Deste modo consideramos relevante explorar estes temas através de modos de investigação quantitativos, possivelmente utilizando os dados obtidos na presente investigação para influenciar a recolha de dados sobre os temas centrais desta investigação: benefícios retirados, mudanças percebidas, os fatores que as influenciam e crenças sobre a origem do interesse em BDSM.

Conclusão

Tendo este estudo como objetivo caracterizar as práticas BDSM, as mudanças que ocorrem em relação às mesmas ao longo do ciclo de vida e as crenças sobre as origens destes interesses, foi possível observar uma grande heterogeneidade entre participantes. Os trajetos percorridos são distintos a vários níveis: a ordem em que os acontecimentos se desenrolam, os momentos da vida em que acontecem e os significados atribuídos por cada um. É sobre o ato de escolher direções que nos procurámos debruçar, sobre as jornadas que cada um fez que levaram às suas fantasias e atividades atuais, e os fatores que as impulsionaram e inibiram, estando certamente no futuro de cada participante trilhos por percorrer.

O percurso feito pelos participantes não se inicia com um objetivo claro e cristalizado. Guiados pelo desejo de realizar fantasias antigas ou simplesmente motivados pela curiosidade, iniciam-se numa jornada onde o inesperado tem um papel central, onde a aprendizagem e o erro são imprescindíveis, e onde apesar do estigma e dissabores que por vezes se intrometem, estes dão lugar a algo fundamental na vida de cada um: o BDSM.

Referências

- Al-Chalabi, M., Reddy, V., & Gupta, S. (2023). *Neuroanatomy, Spinothalamic Tract*. PubMed; StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK507824/>
- Ambler, J. K., Lee, E. M., Klement, K. R., Loewald, T., Comber, E. M., Hanson, S. A., Cutler, B., Cutler, N., & Sagarin, B. J. (2017). Consensual BDSM facilitates role-specific altered states of consciousness: A preliminary study. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 4(1), 75–91. <https://doi.org/10.1037/cns0000097>
- Bardin, L. (1977/2022). *Análise de Conteúdo* (Ed. Rev.). Edições 70.
- Bauer, R. (2020). Queering consent: Negotiating critical consent in les-bi-trans-queer BDSM contexts. *Sexualities*, 24(5-6), 767-783. <https://doi.org/10.1177/1363460720973902>
- Beckmann, A. (2007). The ‘bodily practices’ of consensual ‘SM,’ spirituality and ‘transcendence’. In D. Langdrige, & M. Barker (Eds.), *Safe, sane, and consensual: Contemporary perspectives on sadomasochism* (pp. 104–124). Palgrave Macmillan.
- Benarroch, E. (2012). Endogenous opioid systems: Current concepts and clinical correlations. *Neurology*, 79(8), 807-814. <https://doi.org/10.1212/WNL.0b013e3182662098>
- Bennett, T. (2024). “Switch it up”: A qualitative analysis of BDSM switches. *Sexualities*. <https://doi.org/10.1177/13634607241305967>
- Bezreh, T., Weinberg, T. S., & Edgar, T. (2012). BDSM Disclosure and Stigma Management: Identifying Opportunities for Sex Education. *American Journal of Sexuality Education*, 7(1), 37–61. <https://doi.org/10.1080/15546128.2012.650984>
- Brown, A., Barker, E. D. & Rahman, Q. (2020). A Systematic Scoping Review of the Prevalence, Etiological, Psychological, and Interpersonal Factors Associated with

BDSM. *The Journal of Sex Research*, 57(6), 781–811.

<https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1665619>

Brown, T. (2010). “If Someone Finds Out You’re a Perv:” The Experience and Management of Stigma In the BDSM Subculture. [Master’s Thesis, Ohio University].

http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc_num=ohiou1279225927

Cardoso, D., Pascoal, P. M., & Quaresma, R. (2023). Navigating dissonant desires: Kink (in)compatibility in romantic relationships. In B. L. Simula, R. Bauer, & L. Wignall (Eds), *The Power of BDSM: Play, Communities, and Consent in the 21st Century* (pp. 117–138). Oxford University Press.

<http://dx.doi.org/10.1093/oso/9780197658598.003.0007>

Cardoso, D., & Scarcelli, C. M. (2021). Breaking the silence: Young people, sex information and the internet in Italy and Portugal. In C. M. Scarcelli, D. Chronaki, S. D. Vuyst, & S. V. Baselga (Eds), *Gender and sexuality in the European media: Exploring different contexts through conceptualizations of age* (pp. 41–57). Routledge.

<https://doi.org/10.4324/9780367808792-101>

Carlström, C. (2019). BDSM, becoming and the flows of desire. *Culture, Health & Sexuality*, 21(4), 404–415. <https://doi.org/10.1080/13691058.2018.1485969>

Carlström, C. (2021). Spiritual experiences and altered states of consciousness – Parallels between BDSM and Christianity. *Sexualities*, 24(5-6), 749-

766. <https://doi.org/10.1177/1363460720964035>

Cascalheira, C. J., Ijebor, E. E., Salkowitz, Y., Hitter, T. L., & Boyce, A. (2021). Curative kink: survivors of early abuse transform trauma through BDSM. *Sexual and Relationship Therapy*, 38(3), 353–383.

<https://doi.org/10.1080/14681994.2021.1937599>

- Chase, S. (2018). Narrative Inquiry: Toward Theoretical and Methodological Maturity. In N. Denzin & Y. Lincoln (Eds) *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (5^a Ed.) (pp. 546-560). SAGE Publications.
- Coppens, V., Ten Brink, S., Huys, W., Fransen, E., & Morrens, M. (2020). A Survey on BDSM-related Activities: BDSM Experience Correlates with Age of First Exposure, Interest Profile, and Role Identity. *The Journal of Sex Research*, 57(1), 129–136.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1558437>
- Costa, R. M. (2022). Sexual Fantasies. In T. Shackelford (Ed.), *The Cambridge Handbook of Evolutionary Perspectives on Sexual Psychology* (pp. 209–240). Cambridge University Press.
- Crane, P. R. (2022). *Moderation effects of identity centrality and belongingness on internalized stigma and distress among BDSM practitioners*. [Doctoral Dissertation, Texas Tech University]. <https://hdl.handle.net/2346/89223>
- Crane, P. R., & Ireland, M. E. (2022). Dominants, Submissives, and Bottom-up Text Analysis: Exploring BDSM Roles Through Romantic and Erotic Narratives. *The Journal of Sex Research*, 60(4), 452–462. <https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2111400>
- Cutler, B., Lee, E., Cutler, E., Sagarin, B. (2020). Partner Selection, Power Dynamics, and Mutual Care Giving in Long-term Self-Defined BDSM Couples. *Journal of Positive Sexuality*, 6(2), 86-114.
- Döring, N. (2009). The Internet's impact on sexuality: A critical review of 15 years of research. *Computers in Human Behavior*, 25, 1089-1101.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.04.003>

- Drabish, K., & Theeke, L. A. (2021). Health Impact of Stigma, Discrimination, Prejudice, and Bias Experienced by Transgender People: A Systematic Review of Quantitative Studies. *Issues in Mental Health Nursing*, 43(2), 111–118.
<https://doi.org/10.1080/01612840.2021.1961330>
- Dunkley, C. R., Henshaw, C. D., Henshaw, S. K., & Brotto, L. A. (2019). Physical Pain as Pleasure: A Theoretical Perspective. *The Journal of Sex Research*, 57(4), 421–437.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1605328>
- Faccio, E., Sarigu, D. & Iudici, A. (2020) What is it Like to Be a BDSM Player? The Role of Sexuality and Erotization of Power in the BDSM Experience. *Sexuality & Culture*, 24, 1641–1652. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09703-x>
- Fennell, J. (2018). “It’s All About the Journey”: Skepticism and Spirituality in the BDSM Subculture. *Sociological Forum*, 33(4), 1045-1067. <https://doi.org/10.1111/socf.12460>
- Freud, S. (1905/1981) *Three Essays on the Theory of Sexuality*. The Hogarth Press Limited.
- Freud, S. (1924/1964). The Economic Problem in Masochism. In J. Strachey (Ed.) *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (pp. 157-170). The Hogarth Press.
- Graham, B. C., Butler, S. E., McGraw, R., Cannes, S. M., & Smith, J. (2015). Member Perspectives on the Role of BDSM Communities. *The Journal of Sex Research*, 53(8), 895–909. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1067758>
- Gough, B. & Lyons, A. (2016) The Future of Qualitative Research in Psychology: Accentuating the Positive. *Integrative Psychological and Behavioral Science*. 50, 234–243. <https://doi.org/10.1007/s12124-015-9320-8>

- Hammers, C. (2019). Reworking Trauma through BDSM. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 44(2), 491–514. <https://doi.org/10.1086/699370>
- Hansen-Brown, A. A., & Jefferson, S. E. (2022). Perceptions of and stigma toward BDSM practitioners. *Current Psychology*, 42. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03112-z>
- Hatzenbuehler, M. L., Lattanner, M. R., McKetta, S., & Pachankis, J. E. (2024). Structural stigma and LGBTQ+ health: a narrative review of quantitative studies. *The Lancet Public Health*, 9(2), 109–127. [https://doi.org/10.1016/s2468-2667\(23\)00312-2](https://doi.org/10.1016/s2468-2667(23)00312-2)
- Hillier, K. (2019). *The Impact of Childhood Trauma and Personality on Kinkiness in Adulthood*. [Doctoral Dissertation, Walden University].
<https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/6579>
- Holvoet, L., Huys, W., Coppens, V., Seeuws, J., Goethals, K. & Morrens, M. (2017). Fifty Shades of Belgian Gray: The Prevalence of BDSM-Related Fantasies and Activities in the General Population. *The Journal of Sexual Medicine*.
<https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2017.07.003>
- Hughes, S. D., & Hammack, P. L. (2020). Narratives of the Origins of Kinky Sexual Desire Held by Users of a Kink-Oriented Social Networking Website. *The Journal of Sex Research*, 59(3), 360–371. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1840495>
- Ivey, G. (2022). Interpreting hidden meaning in qualitative research interview data: opportunities and challenges. *Qualitative Research in Psychology*, 20(1), 21–51.
<https://doi.org/10.1080/14780887.2022.2067509>
- Kafka, M. P. (2010). The DSM Diagnostic Criteria for Fetishism. *Archives of Sexual Behavior*, 39, 357–362. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9558-7>

- Kallio, H., Pietilä, A., Johnson, M. & Docent, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal of Advanced Nursing*, 72(12), 2954-2965. <https://doi.org/10.1111/jan.13031>
- Kamping, S., Andoh, J., Bomba, I. C., Diers, M., Diesch, E. & Flor, H. (2016). Contextual modulation of pain in masochists. *Pain*, 157(2), 445–455. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000000390>
- King, N. (1994). The Qualitative Research Interview. In Cassell, C. & Symon, G. *Qualitative Methods in Organizational Research: A practical guide* (pp. 14–36). Sage Publications.
- Klement, K., Lee, E., Ambler, J., Hanson, S., Comber, E., Wietting, D., Wagner, M., Burns, V., Cutler, B., Cutler, N., Reid, E. & Sagarin, B. (2017). Extreme rituals in a BDSM context: the physiological and psychological effects of the ‘Dance of Souls’. *Culture, Health & Sexuality*, 19(4), 453-469. <http://dx.doi.org/10.1080/13691058.2016.1234648>
- Labrecque, F., Potz, A., Larouche, E. & Joyal, C. (2021). What is so appealing about being spanked, flogged, dominated, or restrained? Answers from practitioners of Sexual Masochism/Submission. *The Journal of Sex Research*, 58(4), 409-423. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1767025>
- Lamb, S. & Plocha, A. (2014). Sexuality in Childhood. In D. Tolman & L. Diamond (Eds.) *APA Handbook of Sexuality and Psychology* (pp. 415 – 432). American Psychological Association.
- Larva, M. A. & Rantala, M.J. (2024). An Evolutionary Psychological Approach Toward BDSM Interest and Behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 53, 2253–2267. <https://doi.org/10.1007/s10508-024-02881-x>

- Levay, S. & Valente, S. (2006) *Human Sexuality* (2^a Ed.). Sinauer Associates, Inc.
- Maas, M., Wright, P., Rothman, E., Nelson, K., Weigle, P. & Herbenick, D. (2025). Pornography Use During Adolescence: The Current State of Knowledge and Recommendations. In D. Christakis & L. Hale (Eds.) *Handbook of Children and Screens: Digital Media, Development, and Well-Being from Birth Through Adolescence*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-69362-5>
- Macapagal, K., Wongsomboon, V., Gordon, J., Nelson, K. & Widman, L. (2025). Online Sexual Communication and Partner Seeking Among Adolescents. In D. Christakis & L. Hale (Eds.) *Handbook of Children and Screens: Digital Media, Development, and Well-Being from Birth Through Adolescence*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-69362-5>
- Mains, G. (1991). The molecular anatomy of leather. In Thompson, M. (Ed.), *Leatherfolk: Radical Sex, People, Politics and Practice* (pp. 38 – 43). Alyson Publications, Inc.
- Martinez, K. (2017). BDSM Role Fluidity: A Mixed-Methods Approach to Investigating Switches Within Dominant/Submissive Binaries. *Journal of Homosexuality*, 65(10), 1299–1324. <https://doi.org/10.1080/00918369.2017.1374062>
- Marujo, C., Cardoso, D., & Oliveira, A. (2024). Sexual fluidity, BDSM and gender: An exploratory study on Portuguese BDSM practitioners. *Sexuality & Culture*. <https://doi.org/10.1007/s12119-023-10159-y>
- Masters, W., Johnson, V. & Kolodny, R. (1995). *Human Sexuality* (5^a Ed.). Longman.
- Ménard, A. D., Kleinplatz, P. J., Rosen, L., Lawless, S., Paradis, N., Campbell, M., & Huber, J. D. (2015). Individual and relational contributors to optimal sexual experiences in older men and women. *Sexual and Relationship Therapy*, 30(1), 78–93. <https://doi.org/10.1080/14681994.2014.931689>

- Mercer, K. H. (2024). How was That for You?: Gender, Aftercare and Impression Management in BDSM. *The Journal of Sex Research*, 1-11.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2024.2410338>
- Money, J. & Lamacz, M. (1989) *Vandalized Lovemaps: Paraphilic Outcome of Seven Cases in Pediatric Sexology*. Prometheus Books.
- Moser, C. (2023). Differentiating sexual violence from BDSM. *The Journal of Sexual Medicine*, 20(10), 1233–1234. <https://doi.org/10.1093/jsxmed/qdad114>
- Neef, N., Coppens, V., Huys, W. & Morrens, M. (2019). Bondage-Discipline, Dominance-Submission and Sadomasochism (BDSM) From an Integrative Biopsychosocial Perspective: A Systematic Review. *Sexual Medicine*, 7(2), 129-144. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2019.02.002>
- Newmahr, S. (2010). Rethinking Kink: Sadomasochism as Serious Leisure. *Qualitative Sociology*, 33, 313-331. <https://doi.org/10.1007/s11133-010-9158-9>
- Newmahr, S. (2011). *Playing on the Edge: Sadomasochism, Risk, and Intimacy*. Indiana University Press.
- O’Sullivan, L. F. & Thompson, A. E. (2014). Sexuality in Adolescence. In D. Tolman & L. Diamond (Eds.) *APA Handbook of Sexuality and Psychology* (pp. 433– 486). American Psychological Association.
- Pascoal, P. M., Cardoso, D. & Henriques, R. (2015). Sexual Satisfaction and Distress in Sexual Functioning in a Sample of the BDSM Community: A Comparison Study Between BDSM and Non-BDSM Contexts. *The Journal of Sexual Medicine*, 12(4), 1052–1061. <https://doi.org/10.1111/jsm.12835>

- Pitagora, D. (2017). No Pain, No Gain?: Therapeutic and Relational Benefits of Subspace in BDSM contexts. *Journal of Positive Sexuality*, 3(3), 44-54.
<https://doi.org/10.51681/1.332>
- Powell, R. D. (2010). *Bondage and discipline, domination and submission, sado-masochism (BDSM): Partnerships, couples, and health outcomes* [Doctoral dissertation, University of Southern California].
<https://www.proquest.com/openview/d90e99b58c9fa2c28e901ddf775d438b/1?pq-origsite=gscholar&cbl=187>
- Rees, G., & Garcia, J. R. (2017). An investigation into the solitary and interpersonal aspects of sexual object fetishism: a mixed-methods approach. *Psychology & Sexuality*, 8(4), 252–267. <https://doi.org/10.1080/19419899.2017.1383301>
- Richters, J., de Visser, R., Rissel, C., Grulich, A. & Smith, A. (2008) Demographic and Psychosocial Features of Participants in Bondage and Discipline, “Sadomasochism” or Dominance and Submission (BDSM): Data from a National Survey. *The Journal of Sexual Medicine*, 5(7), 1660–1668. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2008.00795.x>
- Ritter, L. & Nowakowski, A. (2021). *Sexual Deviance in Health and Aging: Uncovering Later Life Intimacy*. Lexington Books.
- Roberts, A. T. (2020). *The Relation Between Psychopathology and Unconventional Relationships*. [Undergraduate Honor Thesis, University of Central Florida].
<https://stars.library.ucf.edu/honorstheses/752>
- Rogak, H. M. E., & Connor, J. J. (2017). Practice of consensual BDSM and relationship satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy*, 33(4), 454–469.
<https://doi.org/10.1080/14681994.2017.1419560>

- Rubinsky, V. (2018). "Sometimes It's Easier to Type Things Than to Say Them": Technology in BDSM Sexual Partner Communication. *Sexuality & Culture*, 22(4), 1412–1431. <https://doi.org/10.1007/s12119-018-9534-2>
- Sagarin, B. J., Lee, E. M., & Klement, K. R. (2015). Sadomasochism without sex? Exploring the parallels between BDSM and extreme rituals. *Journal of Positive Sexuality*, 1. <https://doi.org/10.51681/1.132>.
- Sampaio, D. (2006). *Lavrar o Mar: Um novo olhar sobre o relacionamento entre pais e filhos*. Editorial Caminho.
- Santtila, P., Sandnabba, N. K., Alison, L., & Nordling, N. (2002). Investigating the underlying structure in sadomasochistically oriented behavior. *Archives of sexual behavior*, 31(2), 185–196. <https://doi.org/10.1023/a:1014791220495>
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The Age of Adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223–228. [https://doi.org/10.1016/s2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/s2352-4642(18)30022-1)
- Schwartz, P., Diefendorf, S. & McGlynn-Wright, A. (2014). Sexuality in Aging. In D. Tolman & L. Diamond (Eds.) *APA Handbook of Sexuality and Psychology* (pp. 523– 551). American Psychological Association.
- Simula, B. (2019) Pleasure, power and pain: A review of the literature on the experiences of BDSM Participants. *Sociology Compass*, 13. <https://doi.org/10.1111/soc4.12668>
- Sprott, R. A., Herbitter, C., Grant, P., Moser, C., & Kleinplatz, P. J. (2023). Clinical Guidelines for Working with Clients Involved in Kink. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 49(8), 978–995. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2023.2232801>
- Stoller, R. (1975). *Perversion: The Erotic Form of Hatred*. Karnac Books.

Strizzi, J. M., Øverup, C. S., Ciprić, A., Hald, G. M., & Træen, B. (2021). BDSM: Does it Hurt or Help Sexual Satisfaction, Relationship Satisfaction, and Relationship Closeness? *The Journal of Sex Research*, *59*(2), 248–257.

<https://doi.org/10.1080/00224499.2021.1950116>

Ten Brink, S. T., Coppens, V., Huys, W. & Morrens, M. (2021). The Psychology of Kink: a Survey Study into the Relationships of Trauma and Attachment Style with BDSM Interests. *Sexuality Research and Social Policy*, *18*, 1–12.

<https://doi.org/10.1007/s13178-020-00438-w>

Turley, E. L. (2022). ‘I feel so much better in myself’: Exploring meaningful non-erotic outcomes of BDSM participation. *Sexualities*, *27*(1-2), 154-

170. <https://doi.org/10.1177/13634607211056879>

Turley, E. L. (2024). Unperverting the perverse: Sacrificing transgression for normalised acceptance in the BDSM subculture. *Sexualities*, *27*(4), 979-

997. <https://doi.org/10.1177/13634607221132727>

Turley, E. L., King, N., & Monro, S. (2018). ‘You want to be swept up in it all’: illuminating the erotic in BDSM. *Psychology & Sexuality*, *9*(2), 148–160.

<https://doi.org/10.1080/19419899.2018.1448297>

Walker, A. & Kuperberg, A. (2022). Pathways and Patterns of Entrance into BDSM. *Archive of Sexual Behavior*, *51*, 1045–1062. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02154-x>

Westlake, B., & Mahan, I. (2025). An International Survey of BDSM Practitioner Demographics: The Evolution of Purpose for, Participation in, and Engagement with, Kink Activities. *The Journal of Sex Research*, *62*(3), 341–359.

<https://doi.org/10.1080/00224499.2023.2273266>

- Wignall, L. (2022). *Kinky in the digital age: Gay men's subcultures and social identities*. Oxford University Press.
- Wignall, L. (2023). The Role of the Internet in Research on BDSM. In B. Simula, R. Bauer, and L. Wignall (Eds), *The Power of BDSM: Play, Communities, and Consent in the 21st Century* (pp. 42 -53). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197658598.003.0003>
- Wignall, L., & McCormack, M. (2017). An Exploratory Study of a New Kink Activity: "Pup Play". *Archives of Sexual Behavior*, 46(3), 801–811. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0636-8>
- Wright, S. (2014). Kinky parents and child custody: The effect of the DSM-5 differentiation between the paraphilias and paraphilic disorders. *Archives of Sexual Behavior*, 43(7), 1257-1258.
- Wright, S. (2018). De-Pathologization of Consensual BDSM. *The Journal of Sexual Medicine*, 15(5), 622–624. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2018.02.018>
- Yost, M. R. & Hunter, L. E. (2012). BDSM practitioners' understandings of their initial attraction to BDSM sexuality: essentialist and constructionist narratives. *Psychology & Sexuality*, 3(3), 244–259. <https://doi.org/10.1080/19419899.2012.700028>

ANEXOS

Anexo A – Tabela 3 com exemplos de UR

Categorias	Subcategorias	UR	UE
A.1. Envolvimento numa Comunidade BDSM (27 UR)	A.1.1. Online Ex: “Eu entrei nos grupos do <i>Discord</i> e também conheci muita gente [...] ligada ao meio” (E2)	9	5
	A.1.2. Presencialmente Ex: “Cheguei a ir a um <i>munch</i> , [...] já fui a algumas festas” (E3)	18	6
	A.2. Papéis Dominantes (8 UR)	A.2.1. Brat Tamer Ex: “Sou <i>Brat Tamer</i> ” (E2)	1
	A.2.2. Dominador/Dom Ex: “Agora identifico-me como dominador” (E4)	4	3
	A.2.3. Femdom Ex: “Sim, [identifico-me como] <i>Femdom</i> ” (E6)	1	1
	A.2.4. Primal Hunter Ex: “Sou <i>Primal Hunter</i> ” (E2)	1	1
	A.2.5. Sádico Ex: “Sou sádico” (E2)	1	1
A.3. Papéis Submissos (15 UR)	A.3.1. Babygirl	1	1

Ex: “[Estou no papel de] <i>Babygirl</i> ” (E9)			
A.3.2. <i>Brat</i>		1	1
Ex: “[Sou] o que se chama uma <i>Brat</i> ” (E9)			
A.3.3. Masoquista		3	2
Ex: “Sou mais masoquista” (E3)			
A.3.4. <i>Rope Bunny</i>		2	1
Ex: “O que a gente chama de <i>Rope Bunny</i> [...] eu diria que estou nesse [papel]” (E9)			
A.3.5. <i>Service Top</i>		1	1
Ex: “Não consigo ser dominador, mas <i>service top</i> consigo ser” (E5)			
A.3.6. <i>Slave</i>		2	1
Ex: “Submissa, não... mais tipo <i>slave</i> , <i>I guess</i> ? Mas pronto, [é] mais num papel submisso” (E8)			
A.3.7. Submisso/a		5	4
Ex: “Sou submisso” (E5)			
A.4. Papel <i>Switch</i>		7	3
Ex: “Eu sou <i>switch</i> ” (E7)			
A.5. Performatividade do Papel (4 UR)	A.5.1. Visando Aceitação Social	3	1
	Ex: “Inicialmente assumi-me como <i>switch</i> no Fetlife, mas depois mudei para dominador [...] acho que é muito mais bem aceite do que um homem submisso” (E1)		
	A.5.2. Visando Encontrar Parceiro	1	1

	Ex: “Um <i>switch</i> não arranja facilmente uma submissa [...] As mulheres submissas não vão querer ser dominadas por ele” (E1)		
A.6. Práticas BDSM (190 UR)	A.6.1. Açoites/<i>Spanking/Impact Play</i>	36	8
	Ex: “O meu maior interesse é o <i>spanking</i> ” (E1)		
	A.6.2. Agulhas	2	2
	Ex: “Agulhas é uma coisa que [a minha esposa] gosta muito” (E5)		
	A.6.3. <i>Collaring</i>	5	1
	Ex: “Dei-lhe um colar com o meu nome, que era suposto ele usar sempre [...] Que é na prática [...]o que se chama de <i>Collaring</i> ” (E6)		
	A.6.4. <i>Consensual Non-Consent/CNC</i>	11	5
	Ex: “Ganhei um certo <i>kink</i> pelo CNC, porque antes a dominação que eu tinha era tudo super falado. No CNC é um bocado mais subentendido” (E4)		
	A.6.5. Controlo de Respiração/<i>Choking</i>	5	4
	Ex: “ <i>Choking</i> , também gosto dessa” (E3)		
	A.6.6. <i>Cuckholding</i>	4	1
	Ex: “Gostei tanto da parte de ter estado com o casal no qual o homem só ficou a ver que também comecei a contactar outros casais” (E4)		
	A.6.7. Devotismo	1	1
	Ex: “ <i>Devotee</i> é uma pessoa que gosta de pessoas deficientes [...] Tenho[-lhes] uma atração muito grande” (E3)		
	A.6.8. Dinâmica 24/7	6	3

Ex: “Tenho uma relação <i>soft</i> 24/7, ou seja, temos um conjunto de protocolos” (E5)		
A.6.9. Dominação/Submissão	25	9
Ex: “A [minha] maior fantasia é realizar as fantasias da outra pessoa” (E5)		
A.6.10. Exibicionismo	3	2
Ex: “Continuo a gostar de uma cena de sexo com o público” (E8)		
A.6.11. Humilhação	2	1
Ex: “É uma junção de ser forçada com ser humilhada, [é] isto o meu interesse” (E8)		
A.6.12. Knife Play	4	1
Ex: “Eu gosto de <i>knife play</i> ” (E3)		
A.6.13. Orgasm Control	2	1
Ex: “Algo que eu também sempre tive presente muito nas minhas relações [...] era a questão do <i>Orgasm Control</i> ” (E6)		
A.6.14. Pegging	1	1
Ex: “ <i>Pegging</i> , fazemos isso” (E1)		
A.6.15. Pés	7	1
Ex: “Desde quando era miúdo era os pés, ainda hoje em dia sou admirador” (E7)		
A.6.16. Petplay	9	2
Ex: “É mais virado para o <i>petplay</i> , eu gosto muito de fazer de gato e eu sempre fantasiei em beber água de uma taça, comer de uma taça” (E3)		
A.6.17. Restrição Física/Shibari/Bondage	26	6

Ex: “Ser restringida, de não me poder mexer [...] de todas as <i>kinks</i> , é aquela que mais me fascina” (E8)		
A.6.18. Sadomasoquismo	16	4
Ex: “Gostava da dor. É uma coisa que eu por acaso aprecio bastante, é da dor.” (E3)		
A.6.19. Saliva	3	1
Ex: “Vi na <i>internet</i> , um homem abre boca e a mulher do alto, cospe, deixa cair, dentro da boca dele, ele engole, depois [pensei], epa isto é giro!” (E1)		
A.6.20. <i>Scarification</i>	2	1
Ex: “Uma fantasia muito forte que eu tinha é que a minha esposa me marcasse com o ferro em brasa, como pertencendo a ela” (E1)		
A.6.21. Sexo Anal Doloroso	3	1
Ex: “O sexo anal dói e isso causa-me... dá-me um prazer enorme” (E1)		
A.6.22. <i>Tramplng</i>	2	1
Ex: “[Algo] que eu também tenho feito bastante é <i>Tramplng</i> ” (E6)		
A.6.23. Urina/Chuva Dourada	5	1
Ex: “Beber a urina de outra pessoa para mim é um sacrificio [...] mas eu faço aquilo pelo que simboliza, não é? Porque muitas vezes pode simbolizar precisamente submissão e entrega da minha parte ao parceiro.” (E7)		
A.6.24. Vampirismo	3	1
Ex: “Eu gosto de vampirismo, até conheço uma pessoa que me deixa beber o sangue dela.” (E3)		
A.6.25. <i>Velas/Waxplay</i>	6	1

	Ex: “Velas, era uma coisa que eu já fazia desde criança, brincar com velas. Só mais tarde é que percebi que isso pode ser colocado num contexto sexual, e ser bastante divertido” (E3)		
	A.6.26. Voyeurismo	1	1
	Ex: “Gosto muito de <i>threesomes</i> e gosto de observar. Gosto mais de ouvir as pessoas a ter relações sexuais do que propriamente ver” (E3)		
A.7. Práticas de Segurança (26 UR)	A.7.1. Aftercare	6	5
	Ex: “O <i>Aftercare</i> é extremamente importante porque [...] tu tens todo um conjunto de emoção, de reação” (E9)		
	A.7.2. Análise de Doenças Sexualmente Transmissíveis	1	1
	Ex: “A pessoa faz exames por isso esta tudo bem.” (E3)		
	A.7.3. Comunicação de Limites	4	3
	Ex: “Ter noção dos teus limites, saber o que é que tu estás de acordo com, o que é que não estás de acordo” (E4)		
	A.7.4. Consentimento	8	5
	Ex: “Há duas regras básicas do BDSM: uma é consensual, e outra é não pôr em risco a saúde de nenhum dos intervenientes” (E1)		
	A.7.5. Contrato Escrito	2	2
	Ex: “Temos um contrato, em que tem um conjunto de artigos de algo que discutimos e concordamos os dois” (E5)		
	A.7.6. Palavra de Segurança/<i>Safeword</i>	5	4
	Ex: “Praticar CNC tem que ser pessoas com que tenhas uma palavra de segurança” (E4)		
Total de UR		277	

Anexo B - Tabelas de coocorrências

Tabela 8

Coocorrências das categorias “Influência de diferentes tipos de relação” e “Mudanças de Atitudes e Crenças”

	Família	Praticantes de BDSM	Relação de Amizade	Relação de Intimidade	Relação Sexual
Redução da Culpabilidade em relação a BDSM	1		1	1	
Redução de Estereótipos de Género					1
Redução de Tabu Sexual		1			

Tabela 9

Coocorrências das categorias “Influência de diferentes tipos de relação” e “Mudanças Relacionadas com Práticas”

	Praticantes de BDSM	Relação de Intimidade	Relação Sexual
Aquisição de Novas Práticas	0	7	7
Aumento da Diversidade de Práticas	1	1	3
Aumento do Conforto	2	0	2
Aumento do Conhecimento	1	0	0
Aumento do Tempo dedicado	0	1	0
Cessaçao de Prática	0	0	1
Clarificação de Práticas Preferidas	1	2	0
Sexualização Posterior	0	1	0

Tabela 10

Coocorrências das categorias “Influência de diferentes tipos de relação” e “Mecanismos de Mudança em contexto Relacional”

	Família	Praticantes de BDSM	Relação de Amizade	Relação de Intimidade	Relação Sexual
Aceitação	1		1		
Compatibilização de Interesses Discordantes				6	
Experimentação Conjunta		2		10	3
Introdução de Nova Prática				6	6

Tabela 11

Coocorrências das categorias “Idade” e “Acontecimentos Pessoais Significativos”

	Infância (0-9)	Adolescência (10-18)	Adulcência (19-65)
Atividade a Sós		2	1
Descoberta da existência de Práticas BDSM		1	3
Descoberta do interesse em BDSM	3	3	3
Primeira Atividade BDSM		2	7
Primeira Partilha do Interesse em BDSM		1	2
Primeiro Contacto com uma comunidade BDSM			3
Revelação da não unicidade do Interesse em BDSM		1	3

Tabela 12*Coocorrências das categorias “Idade” e “Estigma”*

	Infância (0-9)	Adolescência (10-18)	Adulícia (19-65)
Estigma Internalizado	2	1	5
Estigma Antecipado		2	3
Estigma Experienciado Indiretamente			2
Estigma Experienciado Diretamente			2

Anexo C – Revisão de Literatura Longa

1. Definições, Prevalências e outros Dados Sobre o BDSM

BDSM, sigla constituída por três díades distintas (*Bondage and Domination, Discipline and Submission, Sadism and Masochism*) é um termo geralmente utilizado para caracterizar um conjunto de práticas consentidas de *roleplay* de natureza física, psicológica e sexual que incluem uma troca de poder entre participantes (Holvoet et al., 2017; Neef et al., 2019). Nesta troca de poder todos os envolvidos consentem com as atividades a decorrer, havendo uma discussão prévia de limites em que participantes chegam a um consenso sobre o que será ou não permitido durante a atividade (Simula, 2019). Existe também a possibilidade de utilizar uma palavra ou gesto previamente combinados (*safeword*) de modo a retirar o consentimento durante a atividade (Brown et al., 2020).

Estas práticas não incluem apenas atividades, mas também fantasias. Segundo Costa (2022) fantasias sexuais referem-se a imagens mentais de atividade sexual com componentes emocionais que apelam ao fantasiador. Por sua vez, atividades sexuais são executadas, podendo ser versões completas ou incompletas das fantasias devido aos constrangimentos de limitações físicas e sociais (Costa, 2022).

Várias comunidades têm-se desenvolvido em torno destas práticas, desenvolvendo uma subcultura e linguagem própria, tal como o exemplo previamente dado de *safeword*. Outros termos incluem *play*, utilizado como verbo para descrever atividades BDSM entre duas ou mais pessoas, o termo *scene* (ou cena) que pode dizer respeito tanto a uma comunidade local BDSM ou a um momento onde *play* ocorre (Newmahr, 2010; Simula, 2019), o termo *dungeon*, que se refere a um espaço partilhado em comunidade, de natureza pública ou semipública, onde atividades BDSM ou relacionadas ocorrem (Simula, 2019) e o

termo *headspace*, utilizado para descrever estados alterados de consciência provenientes de praticar BDSM (Hughes & Hammack, 2020).

Outros conceitos importantes de definir são o de fetichismo, parafilia e *kink*. Apesar de estes serem por vezes utilizados como sinónimos, as suas definições tem sido alvo de diversas controvérsias (Kafka, 2010; Moser & Kleinplatz, 2020). Geralmente o conceito de fetichismo refere-se à excitação sexual perante uma parte do corpo não-genital (também definido como parcialismo (APA, 1994)) ou perante um objeto inanimado (Kafka, 2010; Rees & Garcia, 2017). Por sua vez parafilias geralmente referem-se a qualquer interesse sexual não normativo (ou normofílico), tal como estimulação genital ou carícias preparatória consentidas com parceiros humanos fenotipicamente normais e fisicamente adultos (APA, 2013). Este termo traça a sua etimologia ao grego, sendo constituída por “para”, ou seja “fora de algo” e “filia”, ou seja “amar”, podendo assim ser traduzido como “Amar algo fora da norma” (Wiederman, 2003). Outra forma de definir parafilias mantem a noção de interesses não normativos, mas centra esta noção na discordância com a cultura dominante em vez de um conjunto pré-definido de comportamentos considerados “normativos” (Moser & Kleinplatz, 2020). Este termo carrega conotações patologizantes, tendo entrado em uso como substituto do termo médico “perversão sexual” para descrever práticas BDSM e fetichistas consideradas perturbações psicológicas (APA, 1994; Moser & Kleinplatz, 2020).

Por último, *kink* tem um significado semelhante ao de parafilia e é por vezes utilizado como um sinónimo de BDSM (Larva & Rantala, 2024; Wignall & McCormack, 2017). No entanto, quando utilizado como termo distinto é geralmente definido como a combinação de BDSM e fetichismo (Faccio et al., 2020; Sprott et al., 2023; Wignall, 2022), servindo como um termo geral para descrever um conjunto abrangente de sexualidades não normativas e como adjetivo, na forma da palavra *kinky* (Simula, 2019).

Geralmente praticantes de BDSM identificam-se com um ou mais termos que se referem a diferentes papéis ocupados, podendo ser encarados como uma parte indissociável da identidade ou como um papel representado durante um momento particular. (Simula, 2019) e variam de termos mais gerais para mais específicos. Termos mais gerais incluem dominante, que se refere à pessoa que assume poder durante o *play*, ficando sob controlo da cena (Neef et al, 2019); submisso, que consente a relegar controlo da cena ao dominante e *switch*, que se refere a alguém que transita entre dominante e submisso, dependendo dos contextos, parceiros de *play* e desejo num momento em particular (Brown et al., 2020; Simula, 2019). Os termos particulares referem-se a identidades mais restritas, geralmente associadas a atividades específicas ou subcomunidades, não deixando, no entanto, de pertencer às categorias acima mencionadas. Alguns exemplos incluem os termos *little e big, puppy e handler*, entre outros (Simula, 2019).

Os dados relativos às prevalências destas práticas são variados, sendo dependentes do modo como BDSM e *kink* são definidos, e de como os questionários são fraseados (Larva & Rantala, 2024; Schuerwegen et al., 2023). Existe uma tendência para que estudos que perguntem por atividades específicas obtenham percentagens mais elevadas do que aqueles que apenas referem a identificação com o termo BDSM (Brewer et al., 2023; Neef et al., 2019). Deste modo, Richters e colegas (2014) relatam que 2% dos participantes do seu estudo praticou BDSM nos últimos 12 meses, enquanto no estudo de Holvoet et al. (2017) esta percentagem sobe para 46.8% de participantes que praticaram pelo menos uma vez uma atividade considerada BDSM pelos investigadores, tendo sido encontradas percentagens semelhantes noutros estudos (Coppens et al., 2020; Paarnio et al., 2023).

Em relação à população portuguesa, apesar de diversos estudos e dissertações terem como foco a comunidade BDSM, muitas destas tem vindo a optar por métodos qualitativos de entrevista (Macedo, 2018; Mota, 2011) ou por comparações entre grupos de controlo e

experimentais com dimensão semelhante (Abreu, 2017; Pascoal et al., 2015). No entanto, no estudo de Vilhena e colegas (2025) 99,7% dos participantes já tinham fantasiado sobre BDSM, e 99,4% já tinha praticado pelo menos uma atividade relacionada. No entanto importa notar que apenas 3,5% considera-se parte de uma comunidade BDSM.

2. **(Des)Patologização**

Várias destas práticas têm vindo a ser estudadas utilizando o termo sadomasoquismo, estudo este que desempenhou uma função central no estigma que têm vindo a enfrentar até à atualidade (Simula, 2019). Existe uma associação estreita das mesmas com a psicopatologia, em particular em diversos manuais nosológicos onde sadismo e masoquismo constavam como doenças mentais, sendo denominadas de perturbações parafilicas (APA, 1994; Kleinplatz & Moser, 2005). Também o estudo do BDSM teve uma origem na psicologia forense, em particular com estudos de caso de ofensores sexuais (Lin, 2017), gerando uma associação com a criminalidade com impacto legal em praticantes, com particular incidência em casos de disputa de guarda parental (Wright, 2014; Wright, 2018). Existem também múltiplos casos registados de condenações com tempo de prisão ou pena suspensa relacionados com a prática consensual de BDSM, tal como os julgamentos de *Spanner* (White, 2006) e o caso de Marvin Samuels (Bennet, 2013). A despatologização levada a cabo nos últimos anos, iniciada por novas investigações no final do século passado e organizações e movimentos sociais tal como o *ReviseF65* e a *National Coalition for Sexual Freedom* (Ribeiro, 2012; Wright, 2018) levou à revisão das patologias listadas na categoria das perturbações parafilicas tanto pela APA (2013) com o lançamento do DSM-5, como também pela OMS com o CID-11 (Bennett, 2013; Lin, 2017). Deste modo, foram reenquadrados os critérios de forma que o consentimento ocupe um lugar central na distinção entre psicopatologia e normalidade, e entre práticas BDSM e atos criminosos (Moser, 2023; Wright, 2018).

Como consequência desta despatologização, o trabalho investigacional no século XXI sofreu alterações profundas. Segundo Simula (2019) investigações atuais tem tendencialmente como princípios a natureza não patológica destas práticas, que estas são distintas de abuso devido ao consentimento presente e que BDSM é um fenómeno social complexo, e não um fenómeno médico ou psiquiátrico.

3. Etiologia do BDSM

3.1. Experiências Traumáticas na Infância

Tal como mencionado anteriormente as práticas BDSM foram, desde o final do século XIX e durante o século XX, interpretadas sob uma lente patologizante (Labrecque et al., 2021). Diversos investigadores centraram o seu trabalho em estudos de caso, a partir das suas observações em populações clínicas com diversas perturbações (Brown et al., 2020) considerando que as práticas BDSM serviam o propósito de obter alívio do mal-estar psicológico decorrente de conflitos intrapsíquicos (Taylor & Ussher, 2001).

Deste modo, o trauma na infância era muitas vezes considerado a origem destes conflitos, partindo do pressuposto de que o desenvolvimento da personalidade e do erotismo até à vida adulta era alterado devido à ocorrência de abuso sexual na infância e outros tipos de maltratos, originando a procura de modos de relação e de sexualidade que fossem um reflexo ou reprodução das mesmas (Freud, 1905/1981; Freud, 1924/1964; Money & Lamacz, 1989; Stoller, 1975).

Estudos empíricos recentes tiveram dificuldade em corroborar estes dados: Apesar de alguns estudos terem detetado uma maior probabilidade de praticantes de BDSM terem sofrido de abuso sexual na infância ou outros tipos de maltratos na infância (Abrams et al., 2022; Nordling, 2000) outros contrariam esta hipóteses, não encontrando correlações entre ambos estes fenómenos (Hillier, 2019; Richters et al., 2008; Roberts, 2020; Ten Brink et al.,

2021). Importa sublinhar que todas as investigações acima mencionadas consideraram que uma grande maioria dos praticantes de BDSM não têm um historial de abuso sexual na infância, existindo também a possibilidade de que os dados que indicam uma relação entre abuso sexual na infância e BDSM podem ser um reflexo de uma maior disponibilidade por parte destes praticantes em falar sobre experiências sexuais traumáticas (Neef et al., 2019).

Ainda é difícil retirar conclusões definitivas sobre a relação entre BDSM e abuso sexual na infância. As práticas BDSM são encaradas tanto como a incapacidade de libertação de traumas passados, com efeitos negativos para praticantes (Van der Kolk, 1989), como também uma reencenação que permite processar estes eventos, tendo possíveis efeitos terapêuticos (Cascalheira et al., 2021; Gewirtz-Meydan et al., 2024; Hammers, 2019).

3.2. Narrativas Pessoais sobre BDSM

Outra forma de compreender este fenómeno é através da investigação de narrativas pessoais sobre práticas BDSM. Segundo Chase (2018) uma narrativa é uma forma particular de comunicação com o objetivo de construir de uma versão do próprio, dos outros ou do mundo, agrupando experiências vividas de uma forma coerente e com significado, estabelecendo conexões de causalidade ou inter-relação entre as mesmas ao longo do tempo. Esta é de uma natureza profundamente subjetiva, dependendo da interpretação do sujeito em relação às memórias da sua experiência vivida, que é influenciada pelo sentido presente de identidade (Spinelli, 1998).

As narrativas pessoais são profundamente influenciadas por narrativas sociais ou institucionais (Chase, 2018) que estabelecem quais as características de uma narrativa convincente (como no caso de culturas ocidentais, onde a linearidade e causalidade são particularmente valorizadas) e fornecem modelos para a constituição de narrativas pessoais (Hammack & Cohler, 2009). Este processo aplica-se também a narrativas sobre a sexualidade,

em que os indivíduos partem do seu contexto cultural particular para descrever a sua própria experiência (Hughes & Hammack, 2020).

Neste sentido, as narrativas sobre as origens de práticas BDSM podem ser organizadas como narrativas essencialistas (intrínsecas) e narrativas construtivistas (extrínsecas).

O conceito de narrativas essencialistas abrange um conjunto de descrições diversas, geralmente com um foco maior na natureza imutável e inata destes interesses para o sujeito. Estas incluem narrativas que consideram BDSM uma parte indissociável da identidade, descrições de que estes interesses sempre estiveram presentes, remontando à infância na forma de brincadeiras e fantasias ou mesmo crenças de que existe uma causa genética ou fisiológica que não está sobre o controlo destes praticantes (Labrecque et al, 2021; Yost & Hunter, 2012).

Este tipo de narrativas pode servir um propósito funcional de proteção contra o preconceito, em particular em situações onde uma maioria, com o objetivo de marginalizar uma minoria, nega a existência dessa identidade minoritária (como por exemplo no caso da comunidade LGBTQ+) (Morton & Postmes, 2009). Através de uma narrativa sobre o carácter inato de uma prática, grupos que são alvo de preconceito podem proteger-se de tentativas de modificação no sentido de uma maior normatividade (Hacking, 1995).

Por outro lado, narrativas construtivistas incluem uma grande diversidade de explicações, sendo caracterizadas pela perceção subjetiva da relação direta entre um ou vários acontecimentos e o seu interesse em *kink* atual. Estes acontecimentos incluem a introdução de dinâmicas BDSM por um parceiro/a ou amigos, a descoberta de um *kink* através da pornografia ou outros tipos de media como filmes e livros (Walker & Kuperberg, 2022), castigos dos pais ao longo da infância (Labreque et al, 2021), abuso sexual e outros tipos de maltratos na infância (Yost & Hunter, 2012) ou mesmo doença crónica/deficiência física,

com um processo subsequente de transformação do impacto da dor, através da sua resignificação, acompanhado pela sensação recuperação de controlo e de gestão de dor (Labrecque et al, 2021; Tellier, 2017).

Por último, um tipo menos frequente de narrativa observado na literatura é o de essencialismo socializado (ou intrínseca com realização tardia). Este tipo de narrativas tem como características a crença de que houve um evento específico determinante para desenvolver interesse em BDSM como nas narrativas construtivistas, mas distingue-se pela crença destes praticantes de que este interesse já existia mas ainda não se tinha expressado, seja isso por negação proveniente de sentimentos de culpa ou pela sensação ao começar a praticar BDSM que este é integrado de uma forma intuitiva e natural (Labrecque et al, 2021; Yost & Hunter, 2012).

Adicionalmente, Hughes e Hammack (2020) acrescentam a esta classificação duas categorias adicionais para além das delineadas por Yost e Hunter (2012). A primeira é a negação, que inclui todas as narrativas que desafiam ou questionam ideias relacionadas com as origens do interesse em BDSM, tanto da sua existência como também da importância ou possibilidade de saber o que originou estas práticas. Outras respostas incluídas nesta categoria salientam a crença de que todos os seres humanos têm interesses não normativos, não existindo distinção entre pessoas *kinky* e não-*kinky*. A segunda categoria remete para a identidade, incluindo narrativas que enquadram o interesse em praticar BDSM como um resultado de certas características de personalidade, tal como um gosto inato pela aventura ou curiosidade, ou como um modo de encontrar relaxamento como qualquer outro *hobby*, ocupar e explorar papéis distintos dos ocupados no dia-a-dia, ou mesmo como uma questão de gosto pessoal.

Apesar de existirem desvantagens metodológicas relacionadas com a investigação de narrativas, tal como a fiabilidade da memória e a reinterpretação de eventos passados segundo crenças e identidade atual (de Graaf & Rademakers, 2011; Spinelli, 1998; Yost & Hunter, 2012) não deixa de ser relevante uma exploração deste modo subjetivo de recolha de informação. Na medida em que as narrativas podem não ser consideradas o método privilegiado para obter dados factuais e inabaláveis sobre o passado do sujeito, este método destaca-se pela capacidade de capturar a subjetividade. Citando Faccio e colegas (2020), o erótico é conceptual, florescendo a partir de abstrações, imagens e símbolos. Imagens e pensamentos eróticos dão forma a sentimentos, sensações e experiências primordiais, sendo subjetivos por natureza.

4. Sexualidade e BDSM ao Longo da Vida

O desenvolvimento sexual humano é complexo, sendo profundamente influenciado por fatores biológicos, sociais e psicológicos em interação entre si. Apesar de historicamente a sexualidade ter sido conceptualizada como tendo início na puberdade e o seu fim na terceira idade, uma maior atenção tem sido dada a outras fases de vida, tal como a infância e a velhice (Lamb & Plocha, 2014; Schwartz et al., 2014). Também no caso particular de práticas BDSM, pouco tem sido escrito sobre como estas variam em diferentes fases de vida, excetuando as indicações de alguns estudos de que praticantes de *kink* tem tendência a explorar e adotar mais práticas e fantasias ao longo da vida (Brown et al., 2020; Powell, 2010; Santtila et al., 2002).

4.1. Sexualidade Infantil

É cada vez mais claro à luz da literatura atual que desde o momento da fecundação e da vida intrauterina que existem fatores, tanto biológicos como sociais, de grande influência neste desenvolvimento, e comportamentos que permitem falar de uma sexualidade infantil. (Levey e Valente, 2006; Masters et al., 1995). Esta ideia, apresentada pela primeira vez por

Freud (1905/1981) no começo do séc. XX mantém-se controversa (Masters et al., 1995). Segundo de Graaf e Rademaker (2011), há uma tendência para privilegiar o estudo de abuso sexual na infância, menosprezando o desenvolvimento sexual normal que ocorre nesta fase. De acordo com os autores, este constitui o foco de apenas 1% das publicações relacionadas com os termos “crianças” e “sexualidade” em diversos motores de pesquisa.

Apesar desta relutância científica em estudar a sexualidade infantil, há dados apontam para a existência desde os períodos mais precoces. A ocorrência de ereções pré-natais tem vindo a ser documentada (Langfeldt, 1981; Martinson, 1976) tal como sinais de ativação sexual, como ereção genital decorrente da amamentação e de outros modos de proximidade física nos primeiros meses de vida (Masters et al, 1995). Estas reações reflexo decorrentes dos sistemas fisiológicos presentes podem envolver a autoestimulação genital, constituindo um dos vários comportamentos de exploração do próprio corpo (Levay & Valente, 2006; Masters et al, 1995).

Com a integração em creches e com convívio com outras crianças, pelos quatro e cinco anos esta curiosidade sobre o corpo e as diversas zonas erógenas torna-se partilhada, fazendo parte de diversas brincadeiras, nomeadamente aos médicos ou às famílias, ou mesmo com bonecos (Lamb & Plocha, 2014; Masters et al, 1995). Estes jogos também podem ter uma qualidade erótica intensa sem nenhum envolvimento genital, dependendo apenas da imaginação (Lamb & Plocha, 2014).

É importante notar que as atitudes dos pais em relação a estes comportamentos, que podem variar entre compreensão, apreensão e desconforto ou eventual repreensão influenciam o modo como a própria criança poderá vir a encarar a sua sexualidade na vida adulta (Levay & Valente, 2006; Masters et al., 1995). Também estas atitudes parentais perante as expressões

de sexualidade infantil são culturalmente determinadas, havendo ampla literatura antropológica que descreve atitudes distintas entre várias culturas (Lamb e Polcha, 2014).

Como já mencionado a propósito das narrativas intrínsecas sobre a origem do interesse em BDSM, os relatos de um interesse precoce são vários e amplamente registrados, podendo ser relativos a idades tão precoces como os 4 anos de idade (Labrecque et al, 2021; Walker & Kuperberg, 2022). Muitos destes relacionam-se com brincadeiras recordadas por praticantes, nomeadamente de “Índios e *Cowboys*”, que geralmente envolve atar ou ser atado e outros tipos de jogos que são recordados como eróticos e que informam a percepção dos próprios praticantes sobre o que consideram sexual na vida adulta (Carlström, 2019; Labrecque et al., 2021).

4.2. Adolescência

A puberdade é marcada por um conjunto de mudanças particularmente importantes para a sexualidade, tal como o desenvolvimento das glândulas adrenais e a produção de testosterona, que contribuem para um aumento de comportamentos sexuais (O’Sullivan & Thompson, 2014). O corpo dos adolescentes desenvolve-se, apresentando maior heterogeneidade entre os sexos e conseqüentemente uma maior consciência de atração sexual, tanto dos outros como a causada pelo próprio nos mesmos (O’Sullivan & Thompson, 2014; Sampaio, 2006). Deste modo, este período é caracterizado pela exploração e integração de fantasias e desejos sexuais (Masters et al., 1995; Sampaio, 2006).

Muito pouco foi escrito sobre BDSM na adolescência, no entanto vários estudos indicam a presença de fantasias e atividades *kink* neste período (Labrecque et al, 2021; Yost & Hunter, 2012). Segundo Coppens e colegas (2020) metade dos praticantes dizem tomar consciência do seu interesse em BDSM entre os 16 e os 25 anos, e entre 41% a 58% relata ter praticado atividades BDSM antes dos 26 anos. Segundo Walker & Kuperberg (2022) estes

fenómenos são ainda mais precoces, sendo a idade média para a primeira vez que se praticou BDSM 21 anos e para primeira vez que se fantasiou sobre BDSM 15 anos.

Estudos centrados no estigma enfrentado por praticantes de BDSM tem vindo a demonstrar o impacto na adolescência, que parece ser demarcada por sensações de solidão e isolamento para vários praticantes, acompanhadas por pensamentos de que há algo de “errado” com o próprio (Bezreh et al., 2012; Carlström, 2019). Estas vivências muitas vezes geram sensações de alívio com a descoberta de que o interesse em BDSM é partilhado com outras pessoas, descoberta esta que se tornou mais acessível com a *internet* (Carlström, 2019), que se tem vindo a tornar um meio comum para adolescentes explorarem a sexualidade e encontrarem parceiros sexuais. (Maas et al., 2025; Macapagal et al., 2025).

4.3. Terceira Idade

A sexualidade na terceira idade tem vindo a ser negligenciada pela comunidade científica (Schwartz et al., 2014). Apesar de haver uma redução na frequência e interesse em atividade sexual nesta faixa etária, várias pessoas mantem-se sexualmente ativas (Masters et al., 1995; Schwartz et al., 2014), sendo a manutenção de atividade sexual importante para a saúde física e o bem-estar relacional e psicológico neste período (Ritter & Nowakowski, 2021; Shen & Liu, 2023; Træen et al., 2023)

Apesar de esta fase de vida ser pouco estudada na literatura sobre BDSM, Powell (2010) ao entrevistar praticantes mais velhos com décadas de experiência e envolvimento na cena de BDSM, notou um foco maior destes praticantes no respeito e etiqueta entre submissos e dominantes, dando uma menor importância a *safewords*. Este grupo também demonstrou um alto nível de perícia, pelo seu conhecimento vasto sobre diversas práticas aprendido ao longo da vida e pelas suas coleções extensas de objetos relacionados com *kink*.

Importa notar que também o primeiro contacto com BDSM pode ocorrer nesta fase de vida, podendo ser motivado por novos parceiros (geralmente devido a divórcio ou viuvez) ou por vontade própria de explorar *kinks* previamente ignoradas devido a sensações de culpa (Ménard et al, 2015), sendo a terceira idade oportuna para reavaliar preferências sexuais (Ritter & Nowakowski, 2021) não só pelo tempo disponibilizado pela reforma como também a maior facilidade em obter informação sobre diversas práticas sexuais atualmente, nomeadamente através de grupos BDSM, tanto presencialmente como *online* (Ritter & Nowakowski, 2021).

Motivos Subjacentes a práticas BDSM

Os motivos para praticar BDSM são variados, existindo diversos benefícios retirados destas práticas, que incluem a subversão de normas sociais (Turley, 2024), o relaxamento, a exploração de diferentes papéis sociais (Hughes & Hammack, 2020), as propriedades terapêuticas sentidas, como catarse e um aumento do bem-estar subjetivo (Casalheira et al., 2021; Hammers, 2019; Turley, 2022), entre outros. Apesar de não ser possível construir uma lista exaustiva dos motivos pelos quais BDSM é praticado, descrevo abaixo aqueles que são mais comuns. Muitos destes motivos ocorrem em simultâneo, influenciando-se mutuamente (Dunkley et al., 2019), com vários praticantes a referir dois ou mais dos mesmos (Labrecque et al, 2021).

Apesar da sexualidade ser considerada por muitos a característica principal das práticas BDSM, esta ligação tem vindo a ser matéria de debate científico (Faccio et al., 2020; Simula, 2019). Práticas BDSM não pressupõem sexualidade, sendo que nem todos os praticantes tiram benefícios eróticos ou sexuais destas práticas (Sagarin et al., 2015): Por exemplo, sujeitos assexuais podem praticar BDSM, e atingir o orgasmo é frequentemente secundário ou irrelevante em relação aos objetivos de uma sessão de *play* (Faccio et al., 2020;

Newmahr, 2011) levantando questões sobre a validade de conceptualizar BDSM como uma prática estritamente sexual.

As dinâmicas de poder são um elemento crucial para compreender as motivações para praticar BDSM. Labrecque e colegas (2021) relatam que a razão mais frequentemente dada para praticar BDSM é a troca de poder, tanto através de restrição de movimentos como também a administração ou receção de dor. Num estudo que pedia aos participantes para escrever histórias eróticas, dinâmicas de poder surgiam frequentemente (Crane & Ireland, 2022). Praticantes submissos dão particular valor a abdicar de poder, pela desresponsabilização que implica, pelas qualidades eróticas que lhe atribuem, pelas emoções contraditórias que BDSM permite explorar e pela capacidade de serem surpreendidos pelas escolhas do dominante (Turley, 2024; Turley et al., 2018). Para praticantes dominantes, o controlo sobre o outro e sobre os atos praticados, com obediência do submisso são as maiores fontes de erotismo. (Turley et al., 2018).

A dor em si pode por vezes ser o foco destas práticas. Apesar de alguns estudos sugerirem que a dor é percebida como desagradável e um meio para atingir um fim, tal como dinâmicas de poder ou estados alterados de consciência (Kamping et al, 2016; Pitagora, 2017) outros autores relatam que estas sensações de dor são encaradas como prazerosas por si mesmas (Labrecque et al, 2021). Quando mediadas por excitação sexual, que resulta numa redução da dor ou na reconceptualização destas sensações negativas (Dunkley et al., 2019; Newmahr, 2010) que é em parte devido a vários processos biológicos e estruturas anatómicas, tal como o trato espinotalâmico, responsável pela transmissão de informação sensorial desde a pele até ao tálamo, nomeadamente dor, temperatura e toque (Al-Chalabi et al., 2023). Este trato, para além de estar associado à dor, também aparenta estar associado à capacidade de atingir o orgasmo (Larva & Rantala, 2024). Também a produção endógena de opioides partilha esta dualidade, surgindo como resposta à sensação de dor, visando a sua redução, mas

também como sistema de prazer (Benarroch, 2012) podendo produzir um efeito de euforia (Larva & Rantala, 2024; Mains, 1991). A capacidade de resistir e suportar a dor também pode ser sentida como uma fonte de orgulho e satisfação, podendo também ser uma demonstração de submissão, relacionando-se com dinâmicas de poder (Newmahr, 2011).

Estados alterados de consciência, tal como as sensações previamente descritas de euforia decorrentes destas práticas (Mains, 1991) parecem ser relevantes para alguns praticantes de BDSM (Labrecque et al., 2021). A existência de termos específicos utilizados por praticantes para descrever este fenómeno elucidam a importância dada a estes estados alterados de consciência, que incluem o previamente referido *headspace* (Hughes & Hammack, 2022) com as subcategorias *subspace* e *topspace*, dependendo se estes estados advêm de ser submisso ou dominante, respetivamente (Newmahr, 2010). Estudos a investigar estes fenómenos tem vindo a encontrar associações fortes entre envolvimento em práticas BDSM e estados alterados de consciência prazerosos, tal como um aumento da capacidade de concentração (Ambler et al, 2017; Klement et al, 2017; Turley, 2022) e sensações de calma e paz (Turley 2022). No estudo de Turley (2022) uma participante compara estas experiências com aquelas sentidas ao ir à igreja. Esta conexão não é surpreendente, havendo participantes que atribuem características espirituais e religiosas às suas práticas BDSM (Beckmann, 2007; Carlström, 2021; Fennell, 2018).

O Presente Estudo

Tendo em conta a pluralidade de vivências ligadas à sexualidade e ao BDSM, e a escassez de investigações em Portugal que foquem o tema, este estudo tem como objetivo central descrever e explorar as narrativas individuais de fantasias e atividades BDSM/*Kink*. Mais concretamente, pretende-se compreender: a) os motivos subjacentes a estas práticas, através de um levantamento das suas características e dos benefícios que estas proporcionam;

b) o desenvolvimento das fantasias e atividades ao longo do ciclo de vida, desde a primeira memória associada ao BDSM/*Kink* até ao momento presente; c) os fatores que influenciam estas vivências, incluindo fatores facilitadores e inibidores. Tendo em conta o carácter exploratório deste estudo, será seguida uma abordagem qualitativa através da realização de entrevistas para permitir uma melhor compreensão das vivências relacionadas com o tema.

Referências

- Abrams, M., Chronos, A. & Milisavljevic Grdinic, M. (2022). Childhood abuse and sadomasochism: New Insights. *Sexologies*, 31, 240-259.
<https://doi.org/10.1016/j.sexol.2021.10.004>
- Abreu, S. (2017). *Bdsm: No Limiar do Consentimento Sexual*. [Masters Thesis, Universidade Fernando Pessoa]. <http://hdl.handle.net/10284/6026>
- Al-Chalabi, M., Reddy, V., & Gupta, S. (2023b, August 14). *Neuroanatomy, Spinothalamic Tract*. PubMed; StatPearls Publishing.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK507824/>
- Ambler, J. K., Lee, E. M., Klement, K. R., Loewald, T., Comber, E. M., Hanson, S. A., Cutler, B., Cutler, N., & Sagarin, B. J. (2017). Consensual BDSM facilitates role-specific altered states of consciousness: A preliminary study. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 4(1), 75–91. <https://doi.org/10.1037/cns0000097>
- American Psychiatric Association (1994). *DSM - IV Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais- 4ª Edição*. Climepsi Editores.
- American Psychiatric Association (2013). *DSM-5 Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. Climepsi Editores.

- Beckmann, A. (2007). The 'bodily practices' of consensual 'SM,' spirituality and 'transcendence'. In D. Langdridge, & M. Barker (Eds.), *Safe, sane, and consensual: Contemporary perspectives on sadomasochism* (pp. 104–124). Palgrave Macmillan.
- Benarroch, E. (2012). Endogenous opioid systems: Current concepts and clinical correlations. *Neurology*, 79(8), 807-814. <https://doi.org/10.1212/WNL.0b013e3182662098>
- Bennett, T. (2013). *Sadomasochism under the Human Rights (Sexual Conduct) Act 1994*. <https://classic.austlii.edu.au/au/journals/SydLawRw/2013/22.pdf>
- Bezreh, T., Weinberg, T. S., & Edgar, T. (2012). BDSM Disclosure and Stigma Management: Identifying Opportunities for Sex Education. *American Journal of Sexuality Education*, 7(1), 37–61. <https://doi.org/10.1080/15546128.2012.650984>
- Botta, D., Nimbi, F., Tripodi, F., Silvaggi, M. & Simonelli, C. (2019). Are Role and Gender Related to Sexual Function and Satisfaction in Men and Women Practicing BDSM?. *The Journal of Sexual Medicine*, 16(3), 463-473. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2019.01.001>
- Brewer, N. Q., Thomas, K. A., & Guadalupe-Diaz, X. (2023). “It’s Their Consent You Have to Wait For”: Intimate Partner Violence and BDSM Among Gender and Sexual Minority Youth. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(1-2), 35-58. <https://doi.org/10.1177/08862605231193445>
- Brown, A., Barker, E. D. & Rahman, Q. (2020). A Systematic Scoping Review of the Prevalence, Etiological, Psychological, and Interpersonal Factors Associated with BDSM. *The Journal of Sex Research*, 57(6), 781–811. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1665619>

- Carlström, C. (2019). BDSM, becoming and the flows of desire. *Culture, Health & Sexuality*, 21(4), 404–415. <https://doi.org/10.1080/13691058.2018.1485969>
- Carlström, C. (2021). Spiritual experiences and altered states of consciousness – Parallels between BDSM and Christianity. *Sexualities*, 24(5-6), 749-766. <https://doi.org/10.1177/1363460720964035>
- Cascalheira, C. J., Ijebor, E. E., Salkowitz, Y., Hitter, T. L., & Boyce, A. (2021). Curative kink: survivors of early abuse transform trauma through BDSM. *Sexual and Relationship Therapy*, 38(3), 353–383. <https://doi.org/10.1080/14681994.2021.1937599>
- Cesur, E. & Sancak, B. (2024) Evaluation of Sexual Behavior and Sexual Functions of BDSM Practitioners: A Controlled Study. *Archives of Neuropsychiatry*, 61, 148–153. <https://doi.org/10.29399/npa.28527>
- Chase, S. (2018). Narrative Inquiry: Toward Theoretical and Methodological Maturity. In N. Denzin & Y. Lincoln (Eds) *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (5^a Ed.) (pp. 546-560). SAGE Publications.
- Connolly, P. H. (2006). Psychological Functioning of Bondage/Domination/Sado-Masochism (BDSM) Practitioners. *Journal of Psychology & Human Sexuality*, 18(1), 79–120. https://doi.org/10.1300/J056v18n01_05
- Coppens, V., Ten Brink, S., Huys, W., Fransen, E., & Morrens, M. (2020). A Survey on BDSM-related Activities: BDSM Experience Correlates with Age of First Exposure, Interest Profile, and Role Identity. *The Journal of Sex Research*, 57(1), 129–136. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1558437>

- Costa, R. M. (2022). Sexual Fantasies. In T. Shackelford (Ed.), *The Cambridge Handbook of Evolutionary Perspectives on Sexual Psychology* (pp. 209–240). Cambridge University Press.
- Crane, P. R., & Ireland, M. E. (2022). Dominants, Submissives, and Bottom-up Text Analysis: Exploring BDSM Roles Through Romantic and Erotic Narratives. *The Journal of Sex Research*, 60(4), 452–462. <https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2111400>
- de Graaf, H. & Rademakers, J. (2011). The Psychological Measurement of Childhood Sexual Development in Western Societies: Methodological Challenges. *Journal of Sex Research*, 48(2-3), 118–129. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.555929>
- Dunkley, C. R., Henshaw, C. D., Henshaw, S. K., & Brotto, L. A. (2019). Physical Pain as Pleasure: A Theoretical Perspective. *The Journal of Sex Research*, 57(4), 421–437. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1605328>
- Faccio, E., Sarigu, D. & Iudici, A. (2020) What is it Like to Be a BDSM Player? The Role of Sexuality and Erotization of Power in the BDSM Experience. *Sexuality & Culture*, 24, 1641–1652. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09703-x>
- Fennell, J. (2018). “It’s All About the Journey”: Skepticism and Spirituality in the BDSM Subculture. *Sociological Forum*, 33(4), 1045-1067. <https://doi.org/10.1111/socf.12460>
- Freud, S. (1905/1981) *Three Essays on the Theory of Sexuality*. The Hogarth Press Limited.
- Freud, S. (1924/1964). The Economic Problem in Masochism. In J. Strachey (Ed.) *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (pp. 157-170). The Hogarth Press.
- Gewirtz-Meydan, A., Godbout, N., Canivet, C., Peleg-Sagy, T., & Lafortune, D. (2024). The Complex Interplay between BDSM and Childhood Sexual Abuse: A Form of

- Repetition and Dissociation or a Path Toward Processing and Healing? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 50(5), 583–594. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2024.2332775>
- Hacking, I. (1995). The looping effects of human kinds. In D. Sperber, D. Premack & A.J. Premack (Eds.), *Causal cognition: A multi-disciplinary approach* (pp. 351–394). Clarendon Press.
- Hammers, C. (2019). Reworking Trauma through BDSM. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 44(2), 491–514. <https://doi.org/10.1086/699370>
- Hammack, P. & B. Cohler (2009). Narrative Engagement and Stories of Sexual Identity: An Interdisciplinary Approach to the Study of Sexual Lives. In P. Hammack & B. Cohler (Eds) *The Story of Sexual Identity: Narrative Perspectives on the Gay and Lesbian Life Course* (pp. 3 - 22). Oxford University Press.
- Hillier, K. (2019). *The Impact of Childhood Trauma and Personality on Kinkiness in Adulthood*. [Doctoral Dissertation, Walden University].
<https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/6579>
- Holvoet, L., Huys, W., Coppens, V., Seeuws, J., Goethals, K. & Morrens, M. (2017). Fifty Shades of Belgian Gray: The Prevalence of BDSM-Related Fantasies and Activities in the General Population. *The Journal of Sexual Medicine*.
<https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2017.07.003>
- Hughes, S. D., & Hammack, P. L. (2020). Narratives of the Origins of Kinky Sexual Desire Held by Users of a Kink-Oriented Social Networking Website. *The Journal of Sex Research*, 59(3), 360–371. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1840495>
- Kafka, M. P. (2010). The DSM Diagnostic Criteria for Fetishism. *Archives of Sexual Behavior*, 39, 357–362. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9558-7>

- Kamping, S., Andoh, J., Bomba, I. C., Diers, M., Diesch, E. & Flor, H. (2016). Contextual modulation of pain in masochists. *Pain*, 157(2), 445–455. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000000390>
- Kleinplatz, P. & Moser, C. (2005). Is S/M pathological?. *Lesbian and Gay Psychology Review*, 6(3), 255–260. <https://doi.org/10.53841/bpslg.2005.6.3.255>
- Klement, K., Lee, E., Ambler, J., Hanson, S., Comber, E., Wietting, D., Wagner, M., Burns, V., Cutler, B., Cutler, N., Reid, E. & Sagarin, B. (2017). Extreme rituals in a BDSM context: the physiological and psychological effects of the ‘Dance of Souls’. *Culture, Health & Sexuality*, 19(4), 453-469. <http://dx.doi.org/10.1080/13691058.2016.1234648>
- Labrecque, F., Potz, A., Larouche, E. & Joyal, C. (2021). What is so appealing about being spanked, flogged, dominated, or restrained? Answers from practitioners of Sexual Masochism/Submission. *The Journal of Sex Research*, 58(4), 409-423. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1767025>
- Lamb, S. & Plocha, A. (2014). Sexuality in Childhood. In D. Tolman & L. Diamond (Eds.) *APA Handbook of Sexuality and Psychology* (pp. 415 – 432). American Psychological Association.
- Langfeldt, A. (1981). Sexual Development in Children. In M. Cook & K. Howells (Eds.) *Adult Sexual Interest in Children*. Academic Press.
- Larva, M. A. & Rantala, M.J. (2024). An Evolutionary Psychological Approach Toward BDSM Interest and Behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 53, 2253–2267. <https://doi.org/10.1007/s10508-024-02881-x>
- Levay, S. & Valente, S. (2006) *Human Sexuality* (2^a Ed.). Sinauer Associates, Inc.

- Lin, K. (2017). The medicalization and demedicalization of kink: Shifting contexts of sexual politics. *Sexualities*, 20(3), 302-323. <https://doi.org/10.1177/1363460716651420>
- Maas, M., Wright, P., Rothman, E., Nelson, K., Weigle, P. & Herbenick, D. (2025). Pornography Use During Adolescence: The Current State of Knowledge and Recommendations. In D. Christakis & L. Hale (Eds.) *Handbook of Children and Screens: Digital Media, Development, and Well-Being from Birth Through Adolescence*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-69362-5>
- Macapagal, K., Wongsomboon, V., Gordon, J., Nelson, K. & Widman, L. (2025). Online Sexual Communication and Partner Seeking Among Adolescents. In D. Christakis & L. Hale (Eds.) *Handbook of Children and Screens: Digital Media, Development, and Well-Being from Birth Through Adolescence*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-69362-5>
- Macedo, F. (2018). *Discursos e Percursos de Praticantes de BDSM: Contributos para uma leitura despatologizante*. (Publication No. 29403433) [Masters Thesis, Universidade Fernando Pessoa]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Mains, G. (1991). The molecular anatomy of leather. In Thompson, M. (Ed.), *Leatherfolk: Radical Sex, People, Politics and Practice* (pp. 38 – 43). Alyson Publications, Inc.
- Martinson, F. M. (1976). Eroticism in infancy and childhood. *The Journal of Sex Research*, 12(4), 251–262. <https://doi.org/10.1080/00224497609550945>
- Masters, W., Johnson, V. & Kolodny, R. (1995). *Human Sexuality* (5^a Ed.). Longman.
- Ménard, A. D., Kleinplatz, P. J., Rosen, L., Lawless, S., Paradis, N., Campbell, M., & Huber, J. D. (2015). Individual and relational contributors to optimal sexual experiences in

- older men and women. *Sexual and Relationship Therapy*, 30(1), 78–93. <https://doi.org/10.1080/14681994.2014.931689>
- Money, J. & Lamacz, M. (1989) *Vandalized Lovemaps: Paraphilic Outcome of Seven Cases in Pediatric Sexology*. Prometheus Books.
- Morton, T. A., & Postmes, T. (2009). When Differences Become Essential: Minority Essentialism in Response to Majority Treatment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 656-668. <https://doi.org/10.1177/0146167208331254>
- Moser, C. (2023). Differentiating sexual violence from BDSM. *The Journal of Sexual Medicine*, 20(10), 1233–1234. <https://doi.org/10.1093/jsxmed/qdad114>
- Moser, C. & Kleinplatz, P. J. (2020). Conceptualization, History, and Future of the Paraphilias. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 379-399. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095548>
- Mota, A. (2011). *Para além da dor: fantasias de prazer, poder e entrega: um estudo sobre bondage e disciplina, dominação e submissão e sadomasoquismo*. [Masters Thesis, Universidade do Porto]. Repositório Aberto. <https://hdl.handle.net/10216/112620>
- Neef, N., Coppens, V., Huys, W. & Morrens, M. (2019). Bondage-Discipline, Dominance-Submission and Sadomasochism (BDSM) From an Integrative Biopsychosocial Perspective: A Systematic Review. *Sexual Medicine*, 7(2), 129-144. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2019.02.002>
- Newmahr, S. (2010). Rethinking Kink: Sadomasochism as Serious Leisure. *Qualitative Sociology*, 33, 313-331. <https://doi.org/10.1007/s11133-010-9158-9>
- Newmahr, S. (2011). *Playing on the Edge: Sadomasochism, Risk, and Intimacy*. Indiana University Press.

- Nordling, N., Sandnabba, N. K., & Santtila, P. (2000). The prevalence and effects of self-reported childhood sexual abuse among sadomasochistically oriented males and females. *Journal of Child Sexual Abuse*, 9, 53–63.
https://doi.org/10.1300/J070v09n01_04
- O’Sullivan, L. F. & Thompson, A. E. (2014). Sexuality in Adolescence. In D. Tolman & L. Diamond (Eds.) *APA Handbook of Sexuality and Psychology* (pp. 433– 486). American Psychological Association.
- Paarnio, M., Sandman, N., Källström, M., Johansson, A., & Jern, P. (2023). The Prevalence of BDSM in Finland and the Association between BDSM Interest and Personality Traits. *Journal of Sex Research*, 60(4), 443–451.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2021.2015745>
- Pascoal, P. M., Cardoso, D. & Henriques, R. (2015). Sexual Satisfaction and Distress in Sexual Functioning in a Sample of the BDSM Community: A Comparison Study Between BDSM and Non-BDSM Contexts. *The Journal of Sexual Medicine*, 12(4), 1052–1061. <https://doi.org/10.1111/jsm.12835>
- Pitagora, D. (2017). No Pain, No Gain?: Therapeutic and Relational Benefits of Subspace in BDSM contexts. *Journal of Positive Sexuality*, 3(3), 44-54.
<https://doi.org/10.51681/1.332>
- Powell, R. D. (2010). *Bondage and discipline, domination and submission, sado-masochism (BDSM): Partnerships, couples, and health outcomes* [Doctoral dissertation, University of Southern California].
<https://www.proquest.com/openview/d90e99b58c9fa2c28e901ddf775d438b/1?pq-origsite=gscholar&cbl=187>

- Rees, G., & Garcia, J. R. (2017). An investigation into the solitary and interpersonal aspects of sexual object fetishism: a mixed-methods approach. *Psychology & Sexuality, 8*(4), 252–267. <https://doi.org/10.1080/19419899.2017.1383301>
- Ribeiro, A. (2012, 29 Setembro). BDSM: falta educar a sociedade para vencer o estigma. *Público*. <https://www.publico.pt/2012/09/29/p3/noticia/bdsm-falta-educar-a-sociedade-para-vencer-o-estigma-1814551>
- Richters, J., de Visser, R., Rissel, C., Grulich, A. & Smith, A. (2008) Demographic and Psychosocial Features of Participants in Bondage and Discipline, “Sadomasochism” or Dominance and Submission (BDSM): Data from a National Survey. *The Journal of Sexual Medicine, 5*(7), 1660–1668. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2008.00795.x>
- Richters, J., de Visser, R., Badcock, P. B., Smith, A. M., Rissel, C., Simpson, J. M., & Grulich, A. E. (2014). Masturbation, paying for sex, and other sexual activities: the Second Australian Study of Health and Relationships. *Sexual health, 11*(5), 461–471. <https://doi.org/10.1071/SH14116>
- Ritter, L. & Nowakowski, A. (2021). *Sexual Deviance in Health and Aging: Uncovering Later Life Intimacy*. Lexington Books.
- Roberts, A. T. (2020). *The Relation Between Psychopathology and Unconventional Relationships*. [Undergraduate Honor Thesis, University of Central Florida]. <https://stars.library.ucf.edu/honorsthesis/752>
- Sagarin, B. J., Lee, E. M., & Klement, K. R. (2015). Sadomasochism without sex? Exploring the parallels between BDSM and extreme rituals. *Journal of Positive Sexuality, 1*. <https://doi.org/10.51681/1.132>.

- Sampaio, D. (2006). *Lavrar o Mar: Um novo olhar sobre o relacionamento entre pais e filhos*. Editorial Caminho.
- Santtila, P., Sandnabba, N. K., Alison, L., & Nordling, N. (2002). Investigating the underlying structure in sadomasochistically oriented behavior. *Archives of sexual behavior*, *31*(2), 185–196. <https://doi.org/10.1023/a:1014791220495>
- Schuerwegen, A., Huys, W., Wuyts, E., Goethals, K., Coppens, V., Davis, J. M., Tarleton, H., Sagarin, B. & Morrens, M. (2023). BDSM in North America, Europe, and Oceania: A Large-Scale International Survey Gauging BDSM Interests and Activities. *The Journal of Sex Research*, *61*(9), 1389–1399. <https://doi.org/10.1080/00224499.2023.2241451>
- Schwartz, P., Diefendorf, S. & McGlynn-Wright, A. (2014). Sexuality in Aging. In D. Tolman & L. Diamond (Eds.) *APA Handbook of Sexuality and Psychology* (pp. 523– 551). American Psychological Association.
- Simula, B. (2019) Pleasure, power and pain: A review of the literature on the experiences of BDSM Participants. *Sociology Compass*, *13*. <https://doi.org/10.1111/soc4.12668>
- Shen, S. & Liu, H. (2023). Is Sex Good for Your Brain? A National Longitudinal Study on Sexuality and Cognitive Function among Older Adults in the United States. *The Journal of Sex Research*, *60*(9), 1345-1355. <https://doi.org/10.1080/00224499.2023.2238257>
- Spinelli, E. (1998) Constructing the past: an existential-phenomenological analysis. *The European Journal of Psychotherapy, Counselling and Health*, *1*(3), 395 - 404. <https://doi.org/10.1080/13642539808400527>

- Sprott, R. A., Herbitter, C., Grant, P., Moser, C., & Kleinplatz, P. J. (2023). Clinical Guidelines for Working with Clients Involved in Kink. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 49(8), 978–995. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2023.2232801>
- Stoller, R. (1975). *Perversion: The Erotic Form of Hatred*. Karnac Books.
- Taylor, G. W. & Ussher, J. M. (2001). Making Sense of S&M: A Discourse Analytic Account. *Sexualities*, 4(3), 293-314. <https://doi.org/10.1177/136346001004003002>
- Tellier, S. (2017). Advancing the Discourse: Disability and BDSM. *Sexuality and Disability*, 35, 485–493. <https://doi.org/10.1007/s11195-017-9504-x>
- Ten Brink, S. T., Coppens, V., Huys, W. & Morrens, M. (2021). The Psychology of Kink: a Survey Study into the Relationships of Trauma and Attachment Style with BDSM Interests. *Sexuality Research and Social Policy*, 18, 1–12. <https://doi.org/10.1007/s13178-020-00438-w>
- Træen, B., Hansen, T & Štulhofer, A. (2023). Silencing the sexual self and relational and individual well-being in later life: a gendered analysis of North versus South Europe. *Sexual and Relationship Therapy*, 38(4), 622-637. <https://doi.org/10.1080/14681994.2021.1883579>
- Turley, E. L. (2022). ‘I feel so much better in myself’: Exploring meaningful non-erotic outcomes of BDSM participation. *Sexualities*, 27(1-2), 154-170. <https://doi.org/10.1177/13634607211056879>
- Turley, E. L. (2024). Unperverting the perverse: Sacrificing transgression for normalised acceptance in the BDSM subculture. *Sexualities*, 27(4), 979-997. <https://doi.org/10.1177/13634607221132727>

- Turley, E. L., King, N., & Monro, S. (2018). 'You want to be swept up in it all': illuminating the erotic in BDSM. *Psychology & Sexuality*, 9(2), 148–160.
<https://doi.org/10.1080/19419899.2018.1448297>
- van der Kolk, B. A. (1989). The compulsion to repeat the trauma. Re-enactment, revictimization, and masochism. *The Psychiatric Clinics of North America*, 12(2), 389–411. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2664732/>
- Vilhena, I., Martins, M., Cardoso, D., & Duarte, E. (2025). Construction and Validation of a Questionnaire on Kinky and BDSM Fantasies and Activities in Portuguese Adults. *The Journal of Sex Research*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/00224499.2025.2518527>
- Walker, A. & Kuperberg, A. (2022). Pathways and Patterns of Entrance into BDSM. *Archive of Sexual Behavior*, 51, 1045–1062. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02154-x>
- Wiederman, M. W. (2003). Paraphilia and Fetishism. *The Family Journal*, 11(3), 315-321. <https://doi.org/10.1177/1066480703252663>
- Wignall, L. (2022). *Kinky in the digital age: Gay men's subcultures and social identities*. Oxford University Press.
- Wignall, L., & McCormack, M. (2017). An Exploratory Study of a New Kink Activity: "Pup Play". *Archives of Sexual Behavior*, 46(3), 801–811. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0636-8>
- Wismeijer, A. A. & van Assen, M. A. (2013). Psychological characteristics of BDSM practitioners. *The Journal of Sexual Medicine*, 10(8), 1943–1952.
<https://doi.org/10.1111/jsm.12192>

White, C. (2006). The Spanner Trials and the Changing Law on Sadomasochism in the UK. *Journal of Homosexuality*, 50(2–3), 167–187.

https://doi.org/10.1300/J082v50n02_08

Wright, S. (2014). Kinky parents and child custody: The effect of the DSM-5 differentiation between the paraphilias and paraphilic disorders. *Archives of Sexual Behavior*, 43(7), 1257-1258. <https://doi.org/10.1007/s10508-013-0250-6>

Wright, S. (2018). De-Pathologization of Consensual BDSM. *The Journal of Sexual Medicine*, 15(5), 622–624. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2018.02.018>

Yost, M. R. & Hunter, L. E. (2012). BDSM practitioners' understandings of their initial attraction to BDSM sexuality: essentialist and constructionist narratives. *Psychology & Sexuality*, 3(3), 244–259. <https://doi.org/10.1080/19419899.2012.700028>

Anexo D – Guião de Entrevista

I. Gostaria de falar um pouco consigo sobre sexualidade e BDSM e fazer-lhe algumas perguntas sobre a sua experiência pessoal. Se considerar que há alguma questão à qual prefira não responder, basta dizer-me e avançamos para outro tema. Há algo que gostaria de me perguntar antes de prosseguirmos? Alguma dúvida que tenha?

I. Todas as pessoas passam por etapas diferentes da sua vida, algumas em que a parte sexual é mais intensa e outras menos. E, às vezes, as pessoas só se apercebem da importância ou significado de um determinado momento depois de o terem vivido.

Q. Qual é a primeira memória que tem de algo que, hoje em dia, associe ao BDSM ou fetichismo? Na altura, estabeleceu logo essa ligação?

- Que emoções associa a estas memórias?
- Sente que houve mudanças na forma como olhou para elas ao longo da sua vida?
- Porque é que sente que foi nessa altura a sua primeira memória e não noutra fase?

Q. Mais tarde, lembra-se de qual foi a primeira vez que ouviu falar de alguma coisa relacionada explicitamente com BDSM / *kink* /fetichismo? Qual foi a sua reação?

Q. Na altura, ficou com interesse em experimentar aquilo que viu, ou algo semelhante?

- Se SIM, esse interesse já vinha de trás? Lembra-se de antes disso ter tido fantasias sobre BDSM/*kink*? Quais? Em que contextos? Como é que isso @ fazia sentir?
- Se NÃO, como é que se sentiu? Porque é que sente que não lhe interessou?

Q. Estivemos a falar um pouco da sua primeira memória num sentido muito geral. Queria perguntar-lhe também se se recorda de quando percebeu que os seus interesses eram partilhados por outras pessoas. lembra-se do contexto e de quando aconteceu? Como é que se sentiu?

- Caso a pessoa estivesse a sós: Que pensamentos é que lhe ocorreram?
- Caso tenha sido alguém a introduzir o tema; Que tipo de relação tinha com esta pessoa? Como é que se sentia em relação a ele/a? Como é que foi a conversa sobre este assunto? Sentiu-se esclarecido?

I. Falou-me um pouco sobre estas primeiras fantasias BDSM, mas gostava de saber um pouco sobre pô-las em prática. Há pessoas que experimentam sozinhas uma primeira vez, enquanto outras fazem-no com um parceiro ou descobrem o seu interesse em BDSM ou *kinks* com o mesmo.

Q. Recorda-se da primeira vez que praticou BDSM? Podia-me falar um pouco sobre esse momento?

I. Para algumas pessoas, as suas fantasias sexuais e práticas mudam com frequência, enquanto para outras estes são mais estáveis.

Q. Falou-me um pouco sobre estas primeiras memórias que associa a BDSM, mas gostava de saber, se algo mudou a seguir a este primeiro momento(s)?

- Se SIM; O que é que mudou?
- Quando é que estas mudanças ocorreram?
- Porque é que sente que mudaram?

Q. Como é que interagia com BDSM no dia-a-dia?

Q. A forma como a sexualidade e o erotismo são vivenciados depende, muitas vezes, da idade da pessoa e da fase de vida pela qual está a passar. Sentiu estas diferenças? Como é que ficar mais velho impactou a forma como integra BDSM na sua vida?

Q. Houve períodos da sua vida, em particular, onde sinta que o BDSM desempenhou um papel mais ou menos importante?

I. Algumas pessoas experienciam as suas *kinks* de forma mais privada ou a sós, enquanto outras têm mais tendência a fazê-lo com outras pessoas, seja isso pela *internet*, em relacionamentos ou em espaços específicos.

Q. Sente que outras pessoas tiveram um impacto nestas mudanças?

- Se SIM: Quem é que teve este impacto? Como é que se sentia em relação a ele/a?
- Se NÃO: Que outros fatores é que sente que influenciaram estas mudanças?

Q. Sente que o estigma que existe em relação a BDSM teve um impacto em si? De que forma?

- Houve algum momento onde este tenha tido mais impacto?

I. Temos estado a falar um pouco sobre os seus *kinks* e vivências ao longo do tempo, mas gostava de saber um pouco sobre estas agora, nos últimos tempos

Q. Quais são as suas *kinks*? Identifica-se com ou prefere algum papel?

Q. Costuma ter oportunidade de pôr as suas fantasias em prática?

- Se SIM, Quais? Em que contextos? Com quem?
- Se NÃO, Gostaria de os praticar?

Q. Qual ou quais consideraria serem os elementos mais importantes para si nas atividades que prefere?

- Considera sensações físicas importantes?
 - Considera dor importante? De que forma?
 - Considera outras sensações físicas importantes? De que forma?

- Considera dinâmicas de poder importantes? De que forma?

Q. Que características é que são essenciais para que as suas práticas de BDSM sejam prazerosas/satisfatórias?

Q. Que elementos é que teriam o efeito oposto?

Q. Que coisas positivas é que retira de praticar BDSM?

Q. Que papel é que BDSM e *kink* desempenham para si neste momento?

Q. Considera que BDSM é sexual para si?

I. Algumas pessoas que têm interesse em BDSM pensam sobre o porquê de o terem, e outras não tanto.

Q. Já pensou sobre este assunto? Tem alguma ideia acerca de onde vem o seu interesse por BDSM/*Kink*?

Q. Considera que esta explicação também se aplica a si?

I. Agradeço-lhe a sua participação nesta entrevista, julgo já não tenho mais perguntas para si.

Antes de dar a entrevista por concluída, gostaria de saber se há algo mais que gostaria de dizer ou algo mais que gostaria de abordar que ainda não foi abordado?

I. Obrigado pela sua participação.

Anexo E – Consentimento Informado



Consentimento Informado

Este estudo está a ser realizado no âmbito da Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica no ISPA-Instituto Universitário, pelo discente Paulo Frazão Silva, sob a orientação da Professora Doutora Eva Duarte. Esta investigação tem como objetivo compreender vivências ligadas à sexualidade, em particular em relação ao BDSM, *kink* e outras sexualidades alternativas. A participação neste estudo implica a realização de uma entrevista, que será gravada em áudio.

A sua participação é totalmente voluntária, pelo que tem o direito de desistir do estudo a qualquer momento. Pode igualmente recusar responder a perguntas específicas e/ou interromper a sua participação.

A sua entrevista será utilizada apenas para os propósitos deste estudo. Todos os dados recolhidos serão confidenciais e anónimos, sendo armazenados em local seguro e apenas acessíveis pelo discente. As informações recolhidas não irão incluir quaisquer dados que permitam a sua identificação.

Confirmo que li e compreendi as informações fornecidas acima, que tenho 18 anos ou mais, nacionalidade portuguesa, compreendo a língua portuguesa, que a minha decisão de participar é inteiramente voluntária e que consinto em participar neste estudo.

Assinatura, _____, Data ___/___/___

Anexo F – Ficha Dados Sociodemográficos



Dados Sociodemográficos

Qual é a sua idade? <hr/> <hr/>
Qual é o seu género? <hr/>
Quais são os seus pronomes? <hr/> <hr/>
Qual é a sua orientação sexual? <hr/>
Quais são as suas habilitações académicas? <hr/> <hr/>
Encontra-se em algum relacionamento romântico e/ou sexual? <hr/>
Se sim, que tipo de relacionamento? <hr/> <hr/> <hr/>

Anexo G – Poster de Publicitação do Estudo

BDSM

Gostaríamos de ter a sua colaboração nesta investigação sobre vivências pessoais de *kink*, BDSM e outras sexualidades alternativas

Se estiver interessado em partilhar as suas vivências e ser entrevistado, ou se apenas quiser saber mais sobre este projeto, faça scan do código abaixo!

Se têm mais de 18 anos

Faça scan deste código!

Ispa
Instituto
Universitário

Foto e cerâmica por Pedro Lobo
@_p.lobo_