MANIFESTO

Em defesa dos esportes femininos e da ciência da performance humana

MATRIA

Manifesto em defesa dos esportes femininos e da ciência da performance humana

AUTORIA

Claudia Feitosa-Santana e Thiago Lapolli Fiorenzano da Silveira.

No dia 13 de setembro de 2014, a comunidade esportiva foi abalada por um episódio que gerou intenso debate: Fallon Fox, atleta do sexo masculino, derrotou Tamikka Brents no evento Championship Fighting Alliance. A luta terminou de forma brutal: Tamikka sofreu uma concussão e fraturas no osso orbital do crânio, uma lesão rara até mesmo em confrontos entre dois homens (Correia, 2014). Tamikka Brents não era uma iniciante. Era uma atleta promissora, com 8 vitórias no MMA amador e 2 vitórias no profissional, e sonhava em se consolidar como estrela do esporte. Após o combate, declarou: "nunca me senti tão dominada em minha vida, e sou uma mulher forte" (Tatame, 2018). Sua fala não apenas expressa a dor da derrota, mas evidencia a discrepância de força física entre as duas categorias sexuais.

É importante ressaltar: Tamikka é do sexo feminino; Fallon Fox é do sexo masculino. A maioria acreditava que este caso serviria de alerta definitivo, mostrando que permitir que atletas do sexo masculino compitam contra mulheres seria não apenas injusto, mas perigoso e violento. Contudo, o episódio não foi tratado como deveria. Nos anos seguintes, outros casos semelhantes se multiplicaram. Atletas do sexo masculino com desempenho mediano ou irrelevante em categorias masculinas passaram a adotar a autodeclaração de gênero como estratégia para competir em categorias femininas, alcançando vantagens imediatas sobre mulheres que treinaram durante toda a vida dentro de condições muito distintas.

Este documento se propõe a apresentar uma síntese técnica sobre desempenho esportivo, demonstrando que a chamada "transição hormonal" não elimina as vantagens fisiológicas masculinas, como densidade óssea, envergadura, massa muscular e capacidade cardiorrespiratória. Ao contrário do que afirmam os grupos interessados, a ciência mostra que tais diferenças permanecem, mesmo após anos de tratamento para simular ser de outro sexo. O caso de Tamikka Brents não é um episódio isolado. É um alerta para a necessidade urgente de proteger a integridade física e a justiça esportiva nas categorias femininas.

Os dados a respeito da vantagem masculina sobre a feminina na performance esportiva

Um dos fatores que mais diferenciam homens e mulheres é a largura dos quadris, que é determinada pelo tamanho dos ossos da pelve, do fêmur, presença de musculatura e acúmulo de gordura local. Nas mulheres, essa estrutura é maior devido às ações dos hormônios femininos e predisposição para a gestação – mesmo mulheres que não podem engravidar possuem essas características devido a informações pré-determinadas geneticamente. Já nos homens a pelve é menos oval e mais estreita, possui mais inserções musculares e há um menor acúmulo de gordura, pois por não engravidar não precisa dessa proteção mecânica. Há ainda vantagens de performance para os homens devido ao tamanho do coração, pulmões, largura da traqueia, calibre de algumas artérias, força e potência muscular, altura, entre outros fatores (Manmmadhan, Chimkode, Banner, 2022; Harms, Rosenkranz, 2008; Hunter, Senefeld, 2024; Ogata, Hattori, Fukami, 2025; Dominelli, 2018; Santisteban e outros, 2022).

Tratamentos hormonais aplicados a atletas do sexo masculino não eliminam as diferenças estruturais adquiridas pela puberdade masculina, como altura, proporções ósseas e tamanho de órgãos internos. Estudos e declarações técnicas já reconheceram que a supressão de testosterona não apaga essas vantagens, que permanecem mesmo após anos de hormonioterapia (Stebbings et al., 2021). Essas e outras características fazem com que os homens alcancem um desempenho esportivo muito maior. Seus quadris mais estreitos, maior força, potência muscular, capacidade pulmonar e altura média permitem mais velocidade numa corrida e maior alcance num salto. Por isso que, por exemplo, a rede de vôlei masculina é mais alta. Na natação os homens conseguem mergulhar mais longe por conseguirem gerar um salto mais potente, precisando depois de menor esforço para chegarem à outra borda da piscina.

A diferença de desempenho entre homens e mulheres não se limita aos níveis de testosterona circulante. As terapias hormonais aplicadas em atletas do sexo masculino adultos com estrogênio e bloqueadores de testosterona não alteram a estrutura pélvica, o volume pulmonar ou a estatura já consolidados pela puberdade masculina, preservando vantagens físicas relevantes (Hilton & Lundberg, 2021; Stebbings et al., 2021; Hunter & Senefeld, 2024). Além disso, mesmo com supressão hormonal, os níveis de testosterona em atletas do sexo masculino permanecem frequentemente acima da faixa feminina típica (0,3–2,0 nmol/L), e os efeitos permanentes da testosterona sobre ossos, órgãos e musculatura não são revertidos, garantindo a manutenção de vantagens sobre as mulheres em esportes competitivos. Em corredores, estudos mostram que terapias hormonais em atletas do sexo masculino reduzem seu desempenho, mas mesmo após dois anos de terapia, ainda apresentam tempos de corrida significativamente mais rápidos do que as mulheres (Roberts, Smalley, Ahrendt, 2020). Essa manutenção de vantagens estruturais e fisiológicas foi confirmada por estudos experimentais e revisões sistemáticas (Roberts, Smalley, Ahrendt, 2020; Hilton & Lundberg, 2021; Clemente et al., 2025).

Estudos demonstram que, mesmo antes da puberdade, meninos de até 8 anos apresentam desempenho superior em atividades físicas como corrida, arremesso de peso, lançamento de dardo e salto em distância, quando comparados às meninas da mesma faixa etária. Por exemplo, em competições de elite, meninos de 8 anos superam as meninas em média em 4,7% no salto em distância, 19,3% no arremesso de peso e 32,6% no lançamento de dardo. Essas diferenças são atribuídas a fatores biológicos, incluindo a presença do cromossomo Y, que contém genes essenciais para o desenvolvimento físico masculino, como o gene SRY, responsável pela diferenciação sexual masculina (Brown, Shaw, Shaw, 2025). Em resposta a essas evidências, federações internacionais passaram a adotar políticas mais restritivas, como atletismo, boxe, natação, entre outros, que começaram a exigir o teste genético para a verificação do sexo feminino a fim de garantir segurança e justiça dentro da categoria feminina de esportes (CNN, 2025, World Boxing, 2025; The Guardian, 2025).

As mulheres e o direito ao esporte

Historicamente, a participação feminina em esportes foi severamente limitada, com mulheres sendo sistematicamente excluídas de competições e práticas esportivas formais sob pretextos de fragilidade física, preservação da "natureza feminina" ou questões de moralidade. No Brasil, o Decreto-Lei nº 3.199, de 1941, explicitamente proibia que mulheres praticassem atividades consideradas "incompatíveis com as condições de sua natureza", restrição que permaneceu vigente até a década de 1970 (Goellner, 2005). A entrada das mulheres no esporte competitivo é, portanto, uma conquista relativamente recente. No entanto, essa conquista é ameaçada por políticas que desconsideram as diferenças entre os sexos, forçando mulheres a competir em condições de desigualdade.

Como consequência, atletas femininas enfrentam maiores riscos de lesões, perda de bolsas esportivas, exclusão de competições internacionais, comprometendo seus sonhos e conquistas, além de sofrerem com constrangimentos, acusações de preconceito, perseguições e ameaças. A narrativa de que as diferenças sexuais seriam irrelevantes atua como um disfarce que coloca em risco a justiça e a segurança nos espaços esportivos originalmente criados para mulheres.

A Relatora Especial da ONU sobre violência contra mulheres e meninas, Reem Alsalem, destacou que a violência contra mulheres e meninas nos esportes é um problema sistêmico de direitos humanos, envolvendo formas físicas, econômicas, psicológicas e online, além de barreiras estruturais que incluem culturas esportivas dominadas por homens, sub-representação feminina em cargos de liderança, investimentos desiguais e estereótipos prejudiciais. Seu relatório revelou que políticas implementadas por federações internacionais e órgãos reguladores nacionais permitiram que atletas do sexo masculino competissem em categorias femininas, resultando na perda de oportunidades para competidoras femininas. Ela apresentou o dado até março de 2024, de mais de 600 atletas femininas que perderam quase 900 medalhas em mais de 400 competições em 29 esportes diferentes (ONU, 2024) em função da inserção de atletas do sexo masculino. Alsalem defendeu a criação de categorias abertas e a implementação de exames de sexo não invasivos,

confidenciais e simples, a fim de garantir inclusão, segurança, dignidade e justiça para as atletas femininas, além de combater a impunidade e promover a igualdade de gênero nos esportes.

Hoje enfrentamos uma nova forma de apagamento das mulheres no esporte: a imposição da ideia de que atletas do sexo masculino podem participar de categorias femininas com base apenas na "identidade de gênero" autodeclarada. Essa prática não apenas ignora evidências científicas amplamente documentadas sobre as diferenças fisiológicas entre os sexos, mas também fere diretamente os princípios fundamentais de justiça e equidade esportiva. Quando atletas do sexo masculino competem nas categorias femininas, violam o direito das mulheres a um espaço seguro, comprometem sua integridade física e psicológica, e desrespeitam a intimidade conquistada ao longo de décadas de luta por inclusão e igualdade. Chamar isso de "inclusão" é, na prática, ocultar uma exclusão: a exclusão das mulheres, justamente aquelas para quem essas categorias foram criadas.

Mulheres têm o direito de competir entre mulheres, sem a presença de homens. A existência de categorias femininas baseia-se na eliminação das vantagens fisiológicas masculinas, garantindo justiça, equidade e reconhecimento das conquistas femininas. Negar essa realidade é apagar o esforço histórico que permitiu às mulheres ocupar seu lugar no esporte e desvalorizar cada vitória conquistada com dedicação e talento.

Por isso, é essencial que todos os profissionais comprometidos com a justiça e a equidade assinem e divulguem este manifesto. Cada assinatura é mais do que um gesto simbólico: é um posicionamento firme em defesa do direito das mulheres e meninas de competir com segurança, dignidade e pleno reconhecimento de suas conquistas.

Assinar significa fortalecer uma causa que protege a integridade das atletas femininas e reafirma que o esporte deve ser justo, inclusivo e verdadeiramente equitativo.

Junte-se a nós e faça parte desta luta histórica pela justiça no esporte.

Sobre os autores

Claudia Feitosa-Santana é neurocientista com mestrado e doutorado pela USP e pós-doutoramento pela Universidade de Chicago. Pesquisadora e divulgadora científica. Autora do livro "Eu controlo como me sinto", pela Planeta (Paidós).

Thiago Lapolli Fiorenzano da Silveira é formado em Educação Física pela Claretiano e pós-graduado em Treinamento de Força. Estudante de Fisioterapia e monitor do Laboratório de Anatomia Humana na IES/FASC. Pesquisador na área de esportes divididos por sexo biológico. CREF: 025648-G/SC.

Referências

1 BROWN, G. A.; SHAW, B. S.; SHAW, I. Sex-based differences in shot put, javelin throw, and long jump in 8-and-under and 9-10-year-old athletes. European Journal of Sport Science, v. 25, n. 1, e12241, jan. 2025. DOI: https://doi.org/10.1002/ejsc.12241. Acesso em: 13 set. 2025.

2 CNN ESPORTES. Ligas universitárias dos EUA banem atletas transgênero. CNN Brasil, 2025. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/esportes/basquete/ligas-universitarias-dos-eua-banem-atletas-transgenero/. Acesso em: 11 set. 2025.

3 CORREIA, Bethe. Bethe opina sobre lutadora transexual: "Corpo não responde como mulher". Combate, 24 set. 2014. Disponível em: https://sportv.globo.com/site/combate/noticia/2014/09/bethe-opina-sobre-lutadora-transexual-corpo-nao-responde-como-mulher.html Acesso em: 19 set. 2025.

4 CLEMENTE, L. c.; GONZÁLEZ, M. m.; GARCÍA, P. c.; FONT, M. n.; GANDARILLAS, E. A.; BALAGUER, M. G.; ANTUÑANO, N. P. G. Transgender women and competitive sports: Considerations from Endocrinology. Endocrinol Diabetes Nutr (Engl Ed), v. 72, n. 4, 101539, abr. 2025. DOI: 10.1016/j.endien.2025.101539.

5 DOMINELLI, P. B. et al. Sex differences in large conducting airway anatomy. Journal of Applied Physiology (1985), v. 125, n. 3, p. 960-965, 2018. DOI: https://doi.org/10.1152/japplphysiol.00440.2018. Acesso em: 11 set. 2025.

6 GOELLNER, S. V. Mulheres e esporte: gênero e história. In: MELO, V. A.; FORTES, R. (Orgs.). História do esporte no Brasil: do Império aos dias atuais. Campinas: Autores Associados, 2005.

7 HARMS, C.; ROSENKRANZ, S. Sex differences in pulmonary function during exercise. Medicine and Science in Sports and Exercise, v. 40, p. 664-668, 2008. DOI: https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181621325. Acesso em: 11 set. 2025.

8 HILTON, E. N.; LUNDBERG, T. R. Transgender Women in the Female Category of Sport: Perspectives on Testosterone Suppression and Performance Advantage. Sports Med., v. 51, n. 2, p. 199-214, fev. 2021. DOI: 10.1007/s40279-020-01389-3. Erratum in: Sports Med., v. 51, n. 10, p. 2235, out. 2021. DOI: 10.1007/s40279-021-01480-3. Acesso em: 12 set. 2025.

9 HUNTER, S. K.; SENEFELD, J. W. Sex differences in human performance. Journal of Physiology, v. 602, n. 17, p. 4129-4156, set. 2024. DOI: https://doi.org/10.1113/JP284198. Acesso em: 14 set. 2025.

10 MANMMADHAN, T.; CHIMKODE, S. M.; BANNER, R. Diferenças de gênero no pico de fluxo expiratório e na capacidade vital cronometrada por espirometria computadorizada em estudantes de medicina. National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology, v. 12, n. 9, p. 1331-1334, 2022. DOI: https://doi.org/10.5455/njppp.2022.12.0101010012022. Acesso em: 14 set. 2025.

11 OGATA, T.; HATTORI, A.; FUKAMI, M. SHOX and sex difference in height: a hypothesis. Endocr J., v. 72, n. 1, p. 37-42, jan. 2025. DOI: 10.1507/endocrj.EJ24-0249. Acesso em: 11 set. 2025.

12 ONU. Violência contra mulheres e meninas no esporte: suas causas e consequências. Relatório da Relatora Especial sobre violência contra mulheres e meninas, suas causas e consequências, A/79/325, Assembleia Geral da ONU, 2024. Disponível em: https://www.ohchr.org/en/documents/thematic-reports/a79325-report-special-rapporteur-violence-against-women-and-girls-its. Acesso em: 12 set. 2025.

13 ROBERTS, T. A.; SMALLEY, J.; AHRENDT, D. Effect of gender affirming hormones on athletic performance in transwomen and transmen: implications for sporting organisations and legislators. British Journal of Sports Medicine, 2020. Advance online publication. DOI: https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102329. Acesso em: 11 set. 2025.

14 SANTISTEBAN, K.; LOVERING, A.; HALLIWILL, J.; MINSON, C. Sex differences in VO2max and the impact on endurance-exercise performance. International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 19, n. 4946, 2022. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph19094946. Acesso em: 11 set. 2025.

15 STEBBINGS, G. et al. The BASES Expert Statement on Eligibility for Sex Categories in Sport: Trans Athletes. In: BASES Conference 2021, 16–18 nov. 2021, Online. DOI: https://doi.org/10.1080/02640414.2021.1978748. Acesso em: 11 set. 2025.

16 TATAME ONLINE. Quem é Fallon Fox? Primeiro lutador de MMA transsexual. Disponível em: https://tatameonline.com.br/quem-e-fallon-fox-primeiro-lutador-de-mma-transsexual/. Acesso em: 11 set. 2025.

17 THE GUARDIAN. World Athletics mandates gene tests for female category eligibility. 30 jul. 2025. Disponível em: https://www.theguardian.com/sport/2025/jul/30/world-athletics-mandates-gene-tests-for-female-category-eligibility. Acesso em: 19 set. 2025.

18 WORLD BOXING. World Boxing Sex Eligibility Policy. 20 ago. 2025. Disponível em: https://worldboxing.org/wp-content/uploads/2025/08/World-Boxing-Sex-Eligibility-Policy_FINAL_20Aug25.pdf. Acesso em: 19 set. 2025.