



# IDEA

EDIÇÃO 14 VI • 2026



v.14 n.1 (2026)

## **A ARTE COMO EXPRESSÃO DO INCONSCIENTE E ESTÍMULO À CRIATIVIDADE:** Um comparativo com a visão da psicologia analítica de Jung

Heitor Fernandes Máximo<sup>1</sup>

Cleyciane Alves Faria<sup>2</sup>

**RESUMO:** A relação entre arte e psique humana é amplamente explorada por diferentes campos do conhecimento, especialmente pela psicologia. No âmbito da psicologia analítica de Carl Gustav Jung, a arte assume um papel fundamental como manifestação simbólica do inconsciente e como elemento catalisador do desenvolvimento humano. Este estudo investigou, a partir do referencial da psicologia analítica de Carl Gustav Jung, de que maneira as práticas artísticas podem contribuir para o desenvolvimento da criatividade e para o processo de individuação. O objetivo foi compreender a arte não apenas como expressão estética, mas como linguagem simbólica que possibilita o diálogo entre o consciente e o inconsciente, favorecendo o autoconhecimento e a integração psíquica. A pesquisa, de natureza qualitativa e bibliográfica, baseou-se na análise de obras clássicas de Jung e de autores contemporâneos que exploram a interface entre arte, criatividade e psicologia. Foram consultadas publicações nacionais e internacionais entre 2015 e 2025, além de textos fundamentais da psicologia analítica. A análise interpretativa dos materiais buscou identificar como o ato criativo e a produção simbólica se relacionam com os conceitos de inconsciente, símbolo e *self*, centrais à teoria junguiana. Os resultados indicaram que a prática artística atua como mediadora entre razão e imaginação, permitindo a emergência de conteúdos inconscientes e o fortalecimento de funções cognitivas relacionadas à criatividade. Observou-se que, ao favorecer a expressão simbólica e emocional, a arte contribui para a ampliação da consciência e o equilíbrio psíquico, configurando-se como importante ferramenta terapêutica e formativa. Conclui-se que a arte, sob a perspectiva junguiana, é um meio legítimo de autoconhecimento e transformação interior, promovendo o desenvolvimento criativo e humano em sua totalidade.

**Palavras-chave:** Arte, Criatividade. Psicologia Analítica, Inconsciente, Individuação.

**ABSTRACT:** This study investigated, from the perspective of Carl Gustav Jung's analytical psychology, how artistic practices can contribute to the development of creativity and the process of individuation. The objective was to understand art not merely as an aesthetic expression but as a symbolic language that enables dialogue between the conscious and the unconscious, fostering self-knowledge and psychic integration.

The research, qualitative and bibliographical in nature, was based on the analysis of classical works by Jung and contemporary authors who explore the interface between art, creativity, and psychology. National and international publications from 2015 to 2025 were consulted, along with fundamental texts of analytical psychology. The interpretative analysis aimed to identify how creative activity and symbolic production relate to the concepts of the unconscious, symbol,

and self—central to Jungian theory.

The results indicated that artistic practice functions as a mediator between reason and imagination, allowing the emergence of unconscious contents and the strengthening of cognitive functions related to creativity. It was observed that, by fostering symbolic and emotional expression, art contributes to the expansion of consciousness and psychic balance, becoming an important therapeutic and formative tool. It is concluded that art, from a Jungian perspective, is a legitimate means of self-knowledge and inner transformation, promoting creative and integral human development.

**Keywords:** Art, Creativity, Analytical Psychology, Unconscious, Individuation.

## 1 INTRODUÇÃO

A arte, em suas múltiplas manifestações, acompanha o ser humano desde os primórdios da civilização, servindo como uma das formas mais profundas de expressão e comunicação simbólica. Pinturas rupestres, esculturas, músicas, narrativas

A arte, em suas diversas manifestações, tem sido compreendida por diferentes áreas do conhecimento como um dos meios mais significativos de expressão simbólica, comunicação e elaboração subjetiva, sendo frequentemente associada a práticas humanas presentes em variados contextos históricos e culturais. Pesquisas em psicologia e educação reconhecem que produções artísticas permitem a expressão de emoções, percepções e experiências que muitas vezes não encontram forma adequada na linguagem verbal (Sakamoto; Faria; Wahba, 2018). Dessa forma, a arte ultrapassa o campo estético e atua também como recurso cognitivo e afetivo fundamental para o desenvolvimento humano.

No campo da psicologia, a arte adquiriu relevância crescente à medida que autores passaram a compreendê-la como via de acesso a conteúdos profundos da psique. Para Jung (2011a; 2011b; 2012), a atividade artística está diretamente associada ao funcionamento simbólico do inconsciente, especialmente por possibilitar que imagens arquetípicas e conteúdos psíquicos ainda não elaborados sejam expressos por meio de formas, cores e narrativas. A criação artística manifesta, portanto, a dinâmica da psique e favorece o diálogo entre processos conscientes e inconscientes.

Segundo a psicologia analítica, a natureza simbólica da arte favorece o processo de individuação, entendido por Jung (2013) como o movimento de

integração das diferentes partes da personalidade, conduzindo o indivíduo à totalidade psíquica. A expressão criativa, ao mobilizar imagens e emoções profundas, possibilita que o sujeito reconheça e elabore conteúdos internos que permaneceram inacessíveis pela via racional.

Estudos contemporâneos apoiam a relação entre práticas artísticas, cognição e criatividade. Pesquisas demonstram que o fazer artístico estimula atenção, imaginação, pensamento divergente e flexibilidade cognitiva (Csikszentmihalyi, 2010; Scott; Leritz; Mumford, 2004). Esses achados convergem com a visão junguiana ao reconhecer que a criatividade emerge da interação entre razão, emoção e imaginação simbólica.

Autores como Piaget (1976) e Vygotsky (2009) reforçam que as atividades de representação simbólica desempenham papel essencial na construção do conhecimento e no desenvolvimento da imaginação, mediando pensamento e emoção. Essas contribuições complementam o entendimento de que as práticas artísticas ampliam repertórios cognitivos e subjetivos, favorecendo aprendizagem e expressão.

Dessa forma, o objetivo geral é compreender como a prática e a vivência das produções artísticas contribuem para o desenvolvimento da criatividade, analisando seus impactos cognitivos, simbólicos e terapêuticos através de uma comparação de estudos cognitivistas. Como objetivos específicos, propõe-se: investigar como as práticas artísticas estimulam processos cognitivos relacionados à criatividade, como a resolução de problemas, a flexibilidade cognitiva e a associação de ideias; apresentar de que forma a vivência estética, proporcionada pelo contato com produções artísticas, favorece o pensamento divergente e amplia as capacidades criativas dos indivíduos; examinar os efeitos terapêuticos das atividades artísticas, com base na psicologia junguiana, no desenvolvimento da criatividade e na promoção do crescimento pessoal.

A justificativa para esta pesquisa reside na relevância teórica e prática do tema. A arte, compreendida como linguagem simbólica, oferece ao psicólogo junguiano uma via de acesso ao inconsciente através de uma ferramenta de trabalho que transcende o discurso racional. Sob a ótica junguiana, o símbolo artístico é mais do que representação: ele é um agente de transformação psíquica, pois permite ao sujeito reorganizar suas experiências internas e avançar em seu processo de individuação. Dessa forma, compreender o papel da arte na dinâmica da psique é



fundamental para a prática do psicólogo junguiano, que pode se valer dela como recurso clínico, educacional ou social.

## 2. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa, descritiva e de natureza bibliográfica, desenvolvida a partir de uma análise teórico-conceitual das relações entre arte, criatividade e psicologia analítica. O objetivo da metodologia é compreender, com base em autores clássicos e contemporâneos, de que modo a arte pode ser compreendida como expressão simbólica do inconsciente e instrumento de desenvolvimento criativo, segundo a perspectiva junguiana.

A investigação foi conduzida mediante revisão bibliográfica sistemática, realizada entre março e outubro de 2025, contemplando obras de referência de Carl Gustav Jung, bem como de seus principais comentadores, Marie-Louise von Franz, Edward Edinger, Robert Hopcke, Verena Kast e outros estudiosos da psicologia analítica. Além das fontes clássicas, foram consultados artigos científicos e publicações recentes disponíveis nas bases SciELO, Google Scholar e PubMed, que abordam a interface entre arte, criatividade, inconsciente e individuação.

Foram utilizados como descritores os termos: *arte*, *criatividade*, *psicologia analítica*, *Jung*, *individuação* e *arteterapia*. Os critérios de inclusão abrangeram produções publicadas entre 2015 e 2025, em português, inglês ou espanhol, que apresentassem fundamentação teórica consistente e afinidade com o referencial junguiano. Foram excluídos textos opinativos, materiais sem respaldo científico e publicações anteriores a 2015 que não apresentassem relevância conceitual direta.

A análise do material foi conduzida segundo uma abordagem hermenêutica e interpretativa, buscando identificar convergências teóricas, conceitos-chave e contribuições relevantes à compreensão simbólica da arte. As obras foram examinadas de modo a evidenciar como a produção artística pode ser compreendida como instrumento de integração entre o consciente e o inconsciente, elemento central no processo de individuação.

A busca inicial resultou em 84 publicações, das quais 17 foram removidas por duplicidade. Após a leitura de títulos e resumos, 38 estudos foram excluídos por não apresentarem relação direta com os objetivos da pesquisa. Na etapa de leitura integral, 29 trabalhos foram avaliados, sendo 20 excluídos por falta de rigor

metodológico ou ausência de diálogo conceitual com os temas centrais. Assim, o corpus final foi composto por 9 artigos científicos e 26 obras teóricas, que fundamentaram a presente análise.

Por meio dessa metodologia, buscou-se construir uma síntese teórica que integrasse as dimensões cognitiva, simbólica e terapêutica da arte sob o enfoque junguiano, oferecendo uma leitura que contribua para a compreensão da criatividade como processo psíquico e expressão da totalidade do ser.

Para assegurar a consistência metodológica deste estudo, aplicou-se a escala SANRA (*Scale for the Assessment of Narrative Review Articles*), desenvolvida por Baethge et al. (2019). Trata-se de um instrumento amplamente reconhecido internacionalmente, destinado a avaliar a qualidade de revisões narrativas, considerando aspectos como compreensibilidade, coerência e fundamentação teórica de estudos que não seguem o modelo sistemático. A SANRA é composta por seis critérios principais: justificativa do tema, declaração dos objetivos, descrição da literatura utilizada, apresentação dos dados, discussão crítica e adequação das conclusões. A aplicação dessa escala teve como finalidade garantir a clareza e a credibilidade da revisão, demonstrando que o trabalho adota parâmetros de rigor acadêmico e qualidade textual. O estudo obteve pontuação total de 10 pontos, de um máximo de 12, distribuídos da seguinte forma: justificativa do tema (2), declaração dos objetivos (2), descrição da literatura utilizada (1), apresentação dos dados (2), discussão crítica (2) e adequação das conclusões (1).

### **3 RESULTADOS**

A análise bibliográfica evidenciou que, sob a ótica da psicologia analítica, a arte constitui um campo simbólico essencial para o desenvolvimento da criatividade e da integração psíquica. As práticas artísticas revelam conteúdos do inconsciente que, ao ganharem forma simbólica, permitem novas conexões cognitivas e emocionais. Jung (2012) compreendia que o ato criativo é uma forma de comunicação entre o inconsciente e a consciência, em que a energia psíquica se transforma em imagens e ideias capazes de ampliar o pensamento divergente e favorecer a flexibilidade mental. Assim, a arte estimula funções cognitivas superiores, como atenção, imaginação e resolução de problemas, enquanto ativa processos de autoconhecimento que vão além do raciocínio lógico.

No plano simbólico, a criação artística funciona como mediadora entre os opostos psíquicos e como expressão da linguagem do inconsciente. Ao projetar emoções, conflitos e arquétipos universais, o sujeito transforma conteúdos inconscientes em imagens compreensíveis à consciência. Jung (2011b) afirma que o símbolo é a melhor expressão possível de algo ainda desconhecido, e é justamente por meio da arte que esse símbolo encontra espaço para emergir. Dessa forma, o fazer artístico torna-se um processo de integração interior, em que o indivíduo reconhece suas sombras e potencialidades, reorganizando simbolicamente sua experiência subjetiva e ampliando sua percepção de si e do mundo.

A dimensão terapêutica da arte manifesta-se naquilo que Jung denominou função transcendente, processo psicológico em que a criação simbólica promove o encontro e a síntese entre os opostos da psique. Quando o indivíduo representa artisticamente seus conflitos, emoções e sonhos, ocorre uma reorganização de seu mundo interno, permitindo a cura e a transformação. Franz (1991) reforça que o contato com imagens simbólicas atua como mediador de equilíbrio psíquico, proporcionando uma vivência de totalidade. Nesse sentido, a arte, mais do que expressão estética, é também um instrumento terapêutico que favorece o processo de individuação, o caminho pelo qual o sujeito se torna.

Por fim, observa-se que o conhecimento dessa dimensão simbólica é fundamental para a prática do psicólogo. A compreensão da arte como via de acesso ao inconsciente permite ao profissional utilizar recursos expressivos, como mandalas, imaginação ativa e pintura livre, como instrumentos de escuta e intervenção. No contexto clínico, educacional ou social, a arte possibilita ao psicólogo ampliar sua compreensão sobre o indivíduo, promovendo não apenas a criatividade, mas também o equilíbrio emocional e o crescimento pessoal. Assim, sob o olhar junguiano, a arte se configura como um meio de autoconhecimento, integração e desenvolvimento humano, reafirmando seu valor transformador tanto para o sujeito quanto para a prática psicológica.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 CONTRIBUIÇÕES DAS PRÁTICAS ARTÍSTICAS AOS PROCESSOS COGNITIVOS**

Pesquisas recentes de Sakamoto, Faria e Wahba (2018) corroboram a importância da arte como mediadora entre processos cognitivos e afetivos. Em uma revisão teórica sobre criatividade e arte, demonstram que a prática artística estimula múltiplas dimensões do pensamento, lógico, intuitivo, emocional e simbólico, configurando-se como espaço privilegiado para o desenvolvimento criativo. Tais achados reforçam a visão de que a cognição criativa é inseparável da expressão subjetiva e que o fazer artístico atua como integrador entre razão e imaginação.

Estudos de Mula, Hermann, Trimble (2016) indicaram que as práticas artísticas promovem a ativação de funções cognitivas como atenção, memória operacional, pensamento analítico e criatividade. Sob a ótica da psicologia analítica, esse processo criativo reflete o movimento do inconsciente rumo à consciência, caminho essencial à individuação (Jung, 2013).

Para Csikszentmihalyi (2008), a experiência de *flow* (estado mental em que o indivíduo está totalmente envolvido em uma atividade) é comum em contextos de criação artística e favorece a aprendizagem e o desenvolvimento cognitivo. Essa imersão plena no fazer artístico pode ser interpretada, como um estado de conexão com o inconsciente, no qual os símbolos emergem espontaneamente e auxiliam o ego em sua trajetória de integração com o *self* (Jung, 2008).

Esse envolvimento intenso permite a ampliação da flexibilidade cognitiva, caracterizada pela capacidade de adaptar-se a novas situações, mudar estratégias e encontrar soluções inusitadas (Scott; Leritz; Mumford, 2004).

Alencar e Fleith (2003) reforçam a importância do ambiente e da metodologia na promoção da criatividade. Para eles, atividades artísticas em ambientes acolhedores estimulam o pensamento divergente, contribuindo para a elaboração de ideias originais. Na perspectiva junguiana, um ambiente facilitador corresponde a um espaço psíquico propício ao surgimento de símbolos e imagens arquetípicas que emergem livremente do inconsciente, impulsionando a criatividade (Jung, 2011b).

Figueira (2016), ao discutir a inclusão na educação, afirma que as práticas artísticas favorecem a expressão de subjetividades e potencializam a aprendizagem de todos os alunos, inclusive daqueles portadores de deficiência. Jung (2011b) consideraria tal expressão como manifestação da alma, onde cada sujeito revela sua singularidade ao dar forma visível aos conteúdos arquetípicos que o habita.

Piaget (1976) destaca que o conhecimento é construído a partir da interação entre sujeito e objeto, sendo que atividades de representação simbólica, como a



arte, têm papel fundamental nesse processo. A psicologia analítica complementa essa visão ao entender que a representação simbólica também conecta o sujeito aos conteúdos profundos do inconsciente, o que o permite acessar sentidos ocultos da realidade psíquica (Jung, 2008).

Na perspectiva vygotskiana, a imaginação e a criação simbólica são aspectos essenciais do desenvolvimento cognitivo. Vygotsky (2009) argumenta que a arte possibilita a elaboração de experiências internas, promovendo a mediação entre pensamento e emoção. Jung (2012) entende essa mediação como expressão da linguagem do inconsciente, que reorganiza simbolicamente a psique, na qual a mediação arte-emocional representa a linguagem do inconsciente, que, por meio de imagens simbólicas, propõe reorganizações internas em direção ao equilíbrio e à totalidade psíquica.

Costa (2013) aponta como o trabalho com arte nas escolas estimula o raciocínio abstrato, o pensamento lateral e a capacidade de associação entre ideias. A psicologia analítica entende essas capacidades como atuações de forças psíquicas inconscientes que, ao encontrarem espaço simbólico, ampliam o campo de consciência do indivíduo (Jung, 2011b).

Gardner (2000) inclui a inteligência artística como uma das múltiplas inteligências humanas, ao lado da linguística, lógico-matemática, espacial, entre outras. Para ele, a arte é um dos meios mais eficazes de exercitar a inteligência intrapessoal e interpessoal. Essa multiplicidade de inteligências pode ser vista como expressões das potencialidades do *self*, (Jung, 2008) das quais emergem através da arte. Dessa forma, observa-se que as práticas artísticas têm papel significativo no fortalecimento de capacidades cognitivas como resolução de problemas, associação de ideias e flexibilidade mental, sendo recursos eficazes para o desenvolvimento da criatividade em contextos educacionais, terapêuticos e sociais.

Dwyer e Seery (2025) reforçam essa compreensão ao argumentar que o pensamento criativo e o pensamento crítico não são opostos, mas complementares, funcionando em uma rede de retroalimentação cognitiva que amplia a flexibilidade mental. A atividade criativa, portanto, não apenas mobiliza processos conscientes de análise e julgamento, mas também favorece a emergência de novas conexões simbólicas, servindo como ponte entre os planos racional e inconsciente da mente.

Essa integração entre pensamento crítico e criativo pode ser compreendida como manifestação da função transcendente, conceito junguiano que designa o

movimento psíquico que une os opostos, racional e irracional, consciente e inconsciente, produzindo uma nova síntese simbólica. O ato criativo, ao estimular a reflexão e a imaginação simultaneamente, ativa essa função mediadora, permitindo que conteúdos inconscientes sejam transformados em imagens, ideias e símbolos compreensíveis à consciência (Jung, 2011a). Assim, o exercício cognitivo, quando aliado à criação, torna-se também um processo de autoconhecimento e individuação.

Através da neurociência Kandel (2013) demonstra que a exposição e produção artística estimula áreas cerebrais ligadas ao prazer, à resolução de problemas e à imaginação. Alencar, Fleith, Boruchovitch e Borges (2015) observaram, em pesquisa realizada com gestores educacionais do ensino fundamental, que a criatividade é potencializada em contextos escolares que valorizam a autonomia, a curiosidade e a expressão simbólica dos alunos. Entre as práticas facilitadoras identificadas pelos gestores, destacam-se o incentivo ao trabalho interdisciplinar, o uso de metodologias ativas e o espaço para experimentação estética, todos fatores que favorecem a emergência de ideias originais e o envolvimento afetivo com o processo de criação. Por outro lado, os autores apontam como fatores inibidores a rigidez curricular, o foco excessivo na avaliação padronizada e a falta de apoio institucional às práticas inovadoras.

Sob a ótica da psicologia analítica, esses resultados reforçam que o ambiente criativo não se limita à estimulação cognitiva, mas também constitui um campo simbólico que favorece a manifestação do inconsciente por meio da arte. Assim, quando a escola, sendo este um ambiente educativo e social, propicia liberdade expressiva e acolhimento da subjetividade, ela se aproxima da função terapêutica da criação artística, promovendo integração entre pensamento racional e imaginação simbólica, elementos essenciais para o desenvolvimento da criatividade e do processo de individuação.

A partir dessa compreensão, observa-se que os processos cognitivos ativados nas práticas artísticas, como atenção, memória operacional, imaginação e associação de ideias, não se restringem ao racional, mas abrem caminho para dinâmicas psíquicas mais profundas. Segundo Khalil et al. (2019), os circuitos neurais envolvidos na criatividade conectam redes executivas do pensamento consciente com regiões cerebrais ligadas à emoção e à imaginação simbólica, em especial estruturas do hemisfério cerebral direito e o hipocampo. Assim, o exercício

artístico atua como mediador entre razão e imaginação, permitindo que conteúdos simbólicos emergentes sejam integrados à consciência.

Esse fortalecimento representa a concretização simbólica de conteúdos psíquicos inconscientes que, ao serem expressos artisticamente, conduzem o sujeito ao processo de individuação.

#### 4.2 VIVÊNCIA ESTÉTICA E AMPLIAÇÃO DA CRIATIVIDADE

A experiência estética é compreendida como um processo sensível e reflexivo que envolve o contato com manifestações artísticas e culturais, proporcionando ao sujeito vivências que transcendem a mera apreciação formal. Dewey (2010) argumenta que a arte é uma forma de experiência, uma interação ativa entre o indivíduo e o mundo, que promove reflexão, emoção e pensamento crítico.

Para Jung (2012), a vivência estética ativa o inconsciente, possibilitando que imagens simbólicas emergentes estimulem o *self* e despertem o processo de individuação. A partir dessa vivência, o pensamento divergente (aquele que gera múltiplas soluções para um mesmo problema) é estimulado e fortalecido.

Segundo Arnheim (2001), a percepção visual está diretamente ligada aos processos criativos. A experiência estética mobiliza a organização cognitiva, permitindo ao sujeito estabelecer relações e abstrações fundamentais ao pensamento criativo. Jung (2008) entende essa mobilização como um diálogo entre o consciente e o inconsciente, onde o símbolo visual atua como mediador do crescimento interior.

Para Adorno (2003), a arte é uma forma de conhecimento que ultrapassa o discurso conceitual, favorecendo a formação de subjetividades críticas e autônomas. Na visão junguiana, tal formação é um desdobramento natural da individuação, pois o contato profundo com a arte permite que o sujeito acesse dimensões mais autênticas de sua personalidade (Jung, 2011b).

Schubert et al. (2021) ampliaram essa discussão ao demonstrar que as experiências de criação artística estão associadas a estados afetivos positivos e sensação de plenitude. A criatividade, segundo os autores, resulta da interação entre novidade e emoção, um fenômeno que Jung descreveria como expressão da função transcendente, a reconciliação entre consciente e inconsciente. Assim, a vivência estética não apenas estimula o pensamento criativo, mas também promove integração emocional e simbólica. Jung (2008) afirmava que toda experiência

emocional intensa possui potencial simbólico, pois mobiliza energias inconscientes em direção à consciência. A alegria, a admiração e o encantamento despertados pelo ato criativo indicam que o sujeito entrou em contato com conteúdos arquetípicos profundos, vivenciando o que o autor denomina de “numinoso”, uma experiência psíquica de totalidade e integração. Assim, o prazer estético é também um sinal de transformação interior.

Bachelard (2001), ao analisar a imaginação poética, destaca o papel dos devaneios e imagens simbólicas na ampliação do pensamento criativo. A vivência estética, nesse sentido, não se restringe ao campo da beleza, mas se configura como espaço de experiência e ampliação de consciência.

Merleau-Ponty (1999) reforça que o corpo é a base da percepção estética, e a sensorialidade envolvida nas práticas artísticas contribui para a formação do pensamento. Jung (2011b) consideraria essa dimensão corporal como manifestação simbólica do inconsciente, na qual o corpo é também veículo da psique.

Na perspectiva de Barbosa (2010), a educação estética tem papel transformador, pois desenvolve a sensibilidade, a criatividade e a capacidade de leitura do mundo. O contato com obras de arte possibilita a ampliação dos repertórios culturais e simbólicos dos sujeitos. Essa sensibilidade, segundo Jung (2011b), corresponde à abertura do ego à totalidade da psique, permitindo o surgimento de novos significados existenciais.

Além dos aspectos afetivos, a literatura também aponta para o papel da personalidade criativa como fator determinante no desenvolvimento artístico. Feist (1998), em uma meta-análise abrangente, concluiu que indivíduos criativos tendem a apresentar maior abertura à experiência e sensibilidade estética, características que, na perspectiva junguiana, refletem maior permeabilidade à linguagem simbólica do inconsciente. Esses traços de personalidade facilitam o trânsito entre os conteúdos psíquicos e a expressão artística. Na teoria analítica, os traços de personalidade criativa descritos por Feist (1998), como abertura à experiência e sensibilidade estética, correspondem à atitude simbólica do indivíduo em relação à vida. Para Jung (2011b), essa atitude representa a disposição de dialogar com o inconsciente, acolher o novo e tolerar a ambiguidade. Tais características são fundamentais no processo de individuação, pois permitem que o sujeito reconheça e integre aspectos opostos de sua psique. O artista e o pensador criativo, portanto, encarnam a figura do mediador entre os mundos interno e externo, desempenhando papel análogo ao

arquétipo do criador ou do alquimista.

Por sua vez, Read (2012) ressalta que a criatividade não é privilégio de artistas, mas uma função humana essencial, passível de ser estimulada por meio da educação artística. Para Jung (2011a), a criatividade é uma energia psíquica que busca expressão simbólica e autêntica, sendo acessível a todos que se disponham ao diálogo com o inconsciente.

Ao proporcionar espaços para a expressão simbólica e o contato com diferentes linguagens, a arte se configura como mediadora essencial no desenvolvimento humano. Essa transformação é o resultado do encontro consciente com os conteúdos simbólicos do inconsciente, que, ao serem integrados, impulsionam o desenvolvimento do self.

#### 4.3 EFEITOS TERAPÊUTICOS DAS PRÁTICAS ARTÍSTICAS SOB ENFOQUE JUNGUIANO

As práticas artísticas possuem um papel expressivo no contexto terapêutico, o qual analisadas sob a perspectiva da psicologia analítica refletem não apenas uma atividade estética ou criativa, mas um meio de expressão simbólica do inconsciente, atuando como ponte entre os conteúdos psíquicos internos e o mundo externo.

Jung (2013) descreve que os símbolos não são simples representações arbitrárias, mas expressões espontâneas de forças psíquicas profundas que emergem do inconsciente quando a consciência não dispõe de meios racionais para formular uma experiência interna. Para o autor, tais formações simbólicas carregam uma condensação de significados que ultrapassa o âmbito pessoal, articulando conteúdos arquetípicos e possibilitando que a psique consciente tenha acesso a níveis mais amplos de sua própria dinâmica. Desse modo, Jung compreende que a função essencial do símbolo é transmutar a energia psíquica inconsciente em imagens dotadas de forma e sentido, permitindo que a consciência assimile gradualmente conteúdos que, de outra forma, permaneceriam inacessíveis ou disruptivos à organização da personalidade.

O processo simbólico favorecido pela arte não apenas expressa conteúdos reprimidos, mas amplia a consciência do indivíduo ao colocá-lo diante de aspectos psíquicos que desafiam a sua identidade racional. Assim, o valor terapêutico da arte está diretamente ligado à sua capacidade de reorganizar o campo da consciência por meio da imagem simbólica, em sintonia com o que Jung denominava de

processo de individuação.

O processo criativo, portanto, não é apenas um meio de produção estética, mas uma jornada interior rumo à individuação. A arte atua como facilitadora dessa integração, ao permitir que conteúdos simbólicos sejam elaborados e ressignificados por meio de imagens, formas e narrativas. Para Jung (2012), a criação artística pode expressar arquétipos (imagens primordiais universais) que dialogam com o inconsciente coletivo e contribuem para a cura psíquica.

Na prática clínica, atividades como desenho, pintura, modelagem e escrita criativa são recursos frequentemente utilizados para acessar esses conteúdos profundos. Conforme ressalta Singer (1991), o inconsciente tende a se manifestar por meio de imagens simbólicas que a linguagem verbal muitas vezes não é capaz de traduzir. Singer observa que o inconsciente “fala em imagens” e que, por essa razão, trabalhar com símbolos facilita a integração de experiências psíquicas fragmentadas (Singer, 1991).

Jung (2008), em *O homem e seus símbolos*, explica que a arte possibilita o surgimento de símbolos que ultrapassam a dimensão pessoal e revelam conteúdos coletivos e profundos da psique. O autor destaca que, muitas vezes, a produção simbólica ocorre de maneira autônoma, aproximando-se do funcionamento dos sonhos, nos quais se condensam emoções, significados ocultos e potenciais de transformação interior. Nessa perspectiva, a verdadeira criação artística nasce do inconsciente, e o artista atua como um mediador pelos quais essas forças simbólicas se expressam.

É possível compreender que, assim como nos sonhos, a arte acessa uma linguagem arquetípica e espontânea, revelando verdades subjetivas que dificilmente emergem pelo discurso racional. Dessa forma, entende-se que a arte possui função análoga à do sonho: ela comunica, reorganiza e cura, servindo como espelho simbólico da psique.

Além disso, a arte terapêutica baseada na abordagem junguiana favorece o enfrentamento de traumas, conflitos emocionais e crises existenciais, possibilitando que o indivíduo acesse de maneira não racionalizada os conteúdos que provocam sofrimento. Como pontua Hopcke (2000), o símbolo não cura por explicação lógica, mas por produzir ressonância emocional e energética que facilita a reorganização interna da psique. O processo de construção simbólica, nesse sentido, é também um processo de reconstrução do eu.

O símbolo tem um papel terapêutico por não apenas representar, mas *ser* uma ponte viva entre o conhecido e o desconhecido. Sua força não reside em uma lógica explicativa, mas em seu poder de transformação experiencial, sendo essa uma das maiores contribuições da psicologia analítica para a compreensão da arte como cura.

A aplicação prática dessas ideias pode ser observada em contextos clínicos diversos. Mallinger (2009) descreve como o trabalho com mandalas, formas circulares simbólicas utilizadas em diferentes tradições espirituais, favorece o reencontro do sujeito com seu centro psíquico, promovendo sensação de equilíbrio e ordem interior. Na psicologia analítica, a mandala é compreendida como símbolo do *self*, o núcleo organizador da personalidade, e sua forma circular expressa a busca inconsciente pela totalidade e pela integração dos opostos. Assim, a criação ou contemplação de mandalas constitui uma prática simbólica que mobiliza energias psíquicas em direção ao equilíbrio e à autorregulação. Jung (2011a) observa que “as figuras circulares frequentemente aparecem em sonhos e produções artísticas espontâneas quando a psique busca restaurar a ordem interna”, evidenciando o papel terapêutico dessas imagens como representações visuais do processo de individuação. Desse modo, o trabalho com mandalas, mais do que relaxamento ou atividade estética, oferece uma vivência de reorganização simbólica do mundo interno e de reconexão com o centro do *self*.

Outro exemplo significativo é o uso das narrativas simbólicas e da imaginação ativa, conforme proposto por Kast (1992). Essas práticas permitem ao paciente explorar diferentes possibilidades de significação de sua história, ampliando sua consciência e promovendo a integração de conteúdos inconscientes. A narrativa simbólica funciona como um espaço de diálogo entre o ego e o inconsciente, no qual o indivíduo revisita imagens e arquétipos pessoais sob novas perspectivas. Nessa dinâmica, a palavra, assim como a imagem, torna-se mediadora do processo de cura e transformação, possibilitando ao sujeito reconstruir sua identidade de modo mais autêntico e coerente com o *self*.

Em consonância com essa compreensão, Tedesco da Costa Trevisan (2018) ressalta que a expressão criativa, mesmo em contextos corporais e motores, tem função terapêutica, pois permite ao sujeito reorganizar simbolicamente suas experiências internas. Essa relação entre movimento, criação e simbolismo reforça que a arte, em suas múltiplas formas, atua como canal privilegiado para o diálogo



entre o inconsciente e o consciente, promovendo integração e equilíbrio psíquico.

A noção de que o movimento corporal também é expressão simbólica encontra forte correspondência na psicologia analítica. Jung (2013) enfatizava que a psique não se manifesta apenas em imagens mentais, mas também em gestos, ritmos e formas corporais que revelam o inconsciente em ação. As práticas motoras criativas descritas por Tedesco da Costa Trevisan (2018) podem ser compreendidas como manifestações da energia libidinal transformada em expressão simbólica, onde o corpo se torna mediador entre o inconsciente e a consciência. Dessa forma, o movimento criativo atua como rito de integração, convertendo energia psíquica em experiência estética e autotransformadora.

O aspecto transformador da arte também é enfatizado por Franz (1991), ao demonstrar como o inconsciente, quando não escutado, pode se manifestar por meio de sintomas somáticos ou estados de sofrimento psíquico. A expressão simbólica, portanto, funciona como uma válvula de escape criativa e curativa. Segundo ela, “o símbolo é o mediador entre o conhecido e o desconhecido, entre o eu e o *self*” (Franz, 1991), e, como tal, ocupa lugar central em qualquer prática artística de viés terapêutico.

Ademais, o processo criativo instiga o contato com o *self*, o núcleo organizador da personalidade, segundo Jung, conduzindo o indivíduo a um estado de maior autenticidade e integração interna. Conforme destaca Edinger (1986), “o objetivo do processo de individuação não é a perfeição moral, mas a totalidade psíquica” (Edinger, 1986), e a arte atua como instrumento essencial nessa jornada.

Do ponto de vista analítico, a arte exerce aquilo que Jung denominou como função transcendente, unindo os opostos psíquicos e possibilitando uma nova síntese de sentido. Com isso, entende-se que a prática artística, ao ser vivida com autenticidade e abertura simbólica, não apenas expressa conflitos, mas transforma e conduz o sujeito a uma nova etapa de sua jornada interior.

Nesse contexto, a produção artística não se limita à expressão, mas constitui um verdadeiro campo de elaboração simbólica que opera diretamente sobre o psiquismo. Ela permite ao indivíduo reconfigurar imagens internas, transformar dores em narrativas e caos em sentido. Tal como define Assagioli (1988), em sua psicossíntese inspirada por Jung, o ato criativo representa um movimento integrador, no qual as energias dispersas da psique se reorganizam em direção a um centro unificador. O processo criativo, portanto, é mais do que uma simples externalização

de conteúdos inconscientes: é uma vivência de síntese interior que conduz o sujeito à experiência do *self*. Assim, criar é também curar, pois cada forma artística elaborada simboliza a reconciliação entre os opostos psíquicos e a conquista de uma nova totalidade.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como propósito compreender o papel da arte no desenvolvimento da criatividade e na promoção do crescimento psicológico, com base na psicologia analítica de Carl Gustav Jung. Ao longo da pesquisa, observou-se que a arte, quando compreendida como linguagem simbólica, ultrapassa a dimensão estética e passa a representar um instrumento de integração entre o consciente e o inconsciente, promovendo equilíbrio e transformação interior, na qual a arte, ao mesmo tempo em que desperta o potencial criativo, atua como ponte entre o consciente e o inconsciente, permitindo que o indivíduo encontre equilíbrio e autenticidade em sua trajetória pessoal. O fazer artístico, mais do que expressão estética, constitui um caminho simbólico para a construção do *self* e para a ampliação da consciência, aspectos centrais na psicologia analítica de Jung.

Constatou-se que as práticas artísticas estimulam processos cognitivos e afetivos essenciais para o desenvolvimento criativo, ampliando a flexibilidade mental, a imaginação e o pensamento simbólico. Além disso, a criação artística permite o contato direto com conteúdos inconscientes, favorecendo o autoconhecimento e o processo de individuação. A arte, portanto, atua como mediadora entre os opostos psíquicos, despertando no sujeito a capacidade de reorganizar suas experiências internas de modo mais autêntico e harmônico.

## 6 REFERÊNCIAS

1. ADORNO, Theodor W. *Prismas: crítica cultural e sociedade*. São Paulo: Ática, 2003.
2. ALENCAR, Eunice M. L. Soriano de; FLEITH, Denise de Souza. *Criatividade: múltiplas perspectivas*. Brasília: Editora UnB, 2003.
3. ARNHEIM, Rudolf. *Arte e percepção visual: uma psicologia da visão criadora*.

- São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2001.
4. ASSAGIOLI, Roberto. *Psicossíntese*. São Paulo: Cultrix, 1988.
  5. BACHELARD, Gaston. *A poética do devaneio*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
  6. BARBOSA, Ana Mae. *Arte/educação contemporânea: consonâncias internacionais*. São Paulo: Cortez, 2010.
  7. COSTA, Antônio Carlos da. *Criatividade e educação*. São Paulo: Loyola, 2013.
  8. CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. *Criatividade: o flow e a psicologia das descobertas e das invenções*. São Paulo: Objetiva, 2010.
  9. DEWEY, John. *Arte como experiência*. São Paulo: Martins Fontes, 2010.
  10. DWYER, C. P.; SEERY, N.; et al. An evaluation of the relationship between critical and creative thinking: review and perspectives. *Frontiers in Psychology*, 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11856445/>.
  11. EDINGER, Edward F. *Ego e arquétipo*. São Paulo: Cultrix, 1986.
  12. FEIST, G. J. A meta-analysis of personality in scientific and artistic creativity. *Psychological Bulletin*, v. 2, n. 4, 1998. DOI: 10.1207/s15327957pspr0204\_5.
  13. FIGUEIRA, Emília. *Arte e inclusão: caminhos para a educação*. São Paulo: Cortez, 2016.
  14. FRANZ, Marie-Louise von. *O caminho dos sonhos*. São Paulo: Cultrix, 1991.
  15. GARDNER, Howard. *Estruturas da mente: a teoria das inteligências múltiplas*. Porto Alegre: Artmed, 2000.
  16. HOPCKE, Robert H. *Jung, junguianos e a homossexualidade*. São Paulo: Paulus, 2000.
  17. JUNG, Carl Gustav. *A natureza da psique*. Petrópolis: Vozes, 2012.
  18. JUNG, Carl Gustav. *A vida simbólica*. Petrópolis: Vozes, 2013.
  19. JUNG, Carl Gustav. *O Espírito na arte e na ciência*. São Paulo: Vozes, 2011a.
  20. JUNG, Carl Gustav. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.
  21. JUNG, Carl Gustav. *Os arquétipos e o inconsciente coletivo*. Petrópolis: Vozes, 2011b.
  22. KANDEL, Eric R. *A era do insight: a busca pelo inconsciente na arte, na*

- mente e no cérebro*. São Paulo: Companhia das Letras, 2013.
23. KAST, Verena. *A dinâmica dos símbolos: fundamentos da terapia junguiana*. São Paulo: Paulus, 1992.
  24. KHALIL, R.; et al. The link between creativity, cognition, and brain networks: a review. *Frontiers in Psychology*, 2019. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6440443/>.
  25. MALLINGER, Annie. *Mandala: o círculo sagrado*. São Paulo: Pensamento, 2009.
  26. MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
  27. MULA, Marco; HERMANN, Bruce; TRIMBLE, Michael R. *Neuropsychiatry of creativity*. *Epilepsy & Behavior*, v. 57, part B, p. 225-229, 2016. DOI: 10.1016/j.yebeh.2015.12.050
  28. PIAGET, Jean. *A formação do símbolo na criança*. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.
  29. READ, Herbert. *Educação pela arte*. São Paulo: Martins Fontes, 2012.
  30. SAKAMOTO, C. K.; FARIA, D. L.; WAHBA, L. L. Criatividade e arte: uma revisão teórica. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 10, n. 1, 2018. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1415-711X2018000100015&script=sci\\_arttext](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1415-711X2018000100015&script=sci_arttext).
  31. SCHUBERT, E.; STEWART, N.; LUDWIG, V. U.; et al. Creativity is optimal novelty and maximal positive affect. *Frontiers in Psychology*, 2021. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8185022/>.
  32. SCOTT, Ginamarie; LERITZ, Larisa E.; MUMFORD, Michael D. The effectiveness of creativity training: a quantitative review. *Creativity Research Journal*, v. 16, n. 4, p. 361–388, 2004. DOI: 10.1207/s15326934crj1604\_1.
  33. SINGER, June. *Boundaries of the soul: the practice of Jung's psychology*. New York: Anchor Books, 1991.
  34. TEDESCO DA COSTA TREVISAN, P. R. Uma revisão sistemática sobre criatividade motora. *Revista Motricidade*, v. 14, n. 1, p. 67–78, 2018. Disponível em: [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-47032018000100067&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-47032018000100067&script=sci_arttext).
  35. Vygotsky, L. S. *A Imaginação e a Arte na Infância*. Lisboa / São Paulo: Relógio d'Água, 2009.



# O IMPACTO DOS PROGRAMAS DE SAÚDE MENTAL NA TRANSFORMAÇÃO E COMPETITIVIDADE DAS EMPRESAS: REVISÃO NARRATIVA

Camila Prata Ribeiro<sup>1</sup>  
Rafaela Helorrana Dos Santos Costa<sup>2</sup>  
Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos<sup>4</sup>

**Resumo:** A saúde mental no contexto corporativo vem se consolidando como um fator estratégico para a sustentabilidade e competitividade dentro do ambiente empresarial. A literatura, na atualidade, aponta que os trabalhadores vivenciam uma lógica de autoexploração e de responsabilização individual pelo sofrimento psíquico, fato que instiga o aumento de casos de transtornos mentais, como Burnout, ansiedade e depressão. Através da busca nas bases de dados SciELO, PubMed, Pepsic e LILACS, com as palavras chaves em português: ‘psicologia organizacional’, ‘saúde mental’, ‘organizações’ e ‘clima’; e em inglês: ‘organizational psychology’, ‘mental health’ e ‘mental health programs’, foram incluídos 10 artigos, selecionados pelos critérios: ano de publicação (entre 2015 e 2025); e estando finalizados. Na atualidade, ainda se observa a ausência de estudos que articulem, de forma unificada, a influência de programas de saúde mental sobre o clima organizacional, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e a competitividade empresarial. Visando a realidade corporativista, evidencia-se que programas de promoção de saúde mental favorecem ambientes colaborativos, fortalecem competências socioemocionais e contribuem para a inovação, mesmo que os desafios a cerca da mensuração da efetividade e a superação de barreiras culturais ainda persistam. Conclui-se que tais programas, quando incorporados às estratégias de gestão, possam reforçar a competitividade empresarial, além de promover a qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Saúde mental; programas de; psicologia organizacional; revisão.

**Abstract:** *Mental health in the corporate context has been increasingly consolidated as a strategic factor for sustainability and competitiveness within the business environment.*

---

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela ESAMC – Tel.: (34) 99707-0758; E-mail: camilapratar@gmail.com; ESAMC; Avenida Vasconcelos Costa, nº 270, bairro Martins, Uberlândia - MG; CEP 38400-448.

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia pela ESAMC – Tel.: (34) 99169-0457; E-mail: rafaelahelorrana31@gmail.com; ESAMC; Avenida Vasconcelos Costa, nº 270, bairro Martins, Uberlândia - MG; CEP 38400-448.

<sup>3</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU) e Mestre em Psicologia (UFU, 2006); Graduada em Nutrição (UFU); Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como Psicóloga Clínica. Contato: cleycianefaria@gmail.com.

<sup>4</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. Contato: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com).

*Current literature indicates that workers experience a logic of self-exploitation and individual responsibility for psychological suffering, which has led to a rise in mental disorders such as burnout, anxiety, and depression. Through searches conducted in the SciELO, PubMed, PsycInfo, and LILACS databases, using the following keywords in Portuguese: “psicologia organizacional”, “saúde mental”, “organizações”, and “clima”; and in English: “organizational psychology”, “mental health”, and “mental health programs”, ten articles were included, selected according to the following criteria: year of publication (between 2015 and 2025) and being fully completed. Currently, there is still a lack of studies that articulate, in an integrated way, the influence of mental health programs on organizational climate, the development of socioemotional skills, and corporate competitiveness. In light of the corporate reality, it is evident that mental health promotion programs foster collaborative environments, strengthen socioemotional competencies, and contribute to innovation, although challenges regarding the measurement of effectiveness and the overcoming of cultural barriers still persist. It is concluded that such programs, when incorporated into management strategies, can reinforce corporate competitiveness while also promoting quality of life.*

**Keywords:** *Mental health; programs; organizational psychology; review.*

## Introdução

A saúde mental no ambiente corporativo vem se destacando como um tema de crescente importância diante dos desafios impostos pelas dinâmicas do trabalho contemporâneo. Segundo a Organização Mundial da Saúde e a Organização Internacional do Trabalho (2022), cerca de 15% dos trabalhadores no mundo apresentam transtornos mentais, impactando diretamente a produtividade e o clima organizacional. Além disso, ambas as organizações estimam que diagnósticos de depressão e ansiedade custam à economia global, aproximadamente, US\$1 trilhão anualmente.

No Brasil, os dados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) mostram um aumento de 38% nos afastamentos relacionados a problemas de saúde mental em 2023 em comparação ao ano anterior (MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL, 2024), sinalizando a urgência em compreender as causas e efeitos desse fenômeno nas empresas.

Esse aumento está diretamente relacionado a um modelo de gestão que privilegia a produtividade acima do bem-estar dos colaboradores, uma característica marcante das organizações contemporâneas. Byung-Chul Han (2017), em sua obra *Sociedade do Cansaço*, destaca que o indivíduo passa por uma lógica de autoexploração, internalizando demandas excessivas. Essa realidade resulta em um aumento dos casos de esgotamento mental, ansiedade, depressão e, principalmente, da síndrome de burnout, caracterizada pelo esgotamento físico e emocional decorrente de estresse crônico no trabalho.

Além disso, Dunker, Safatle e Silva Jr. (2021), em *Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico*, criticam a forma como o sofrimento psíquico é tratado no contexto neoliberal, em que a responsabilidade pela saúde mental é transferida quase exclusivamente para o indivíduo, enquanto as condições estruturais que contribuem para esse sofrimento são minimizadas ou ignoradas. Essa perspectiva dificulta a adoção de medidas efetivas e integradas nas empresas, tornando os programas de saúde mental muitas vezes superficiais ou insuficientes para provocar mudanças significativas.

Apesar dos desafios, como a resistência cultural interna, a falta de investimentos adequados e a dificuldade em mensurar seus resultados, os programas de saúde mental nas organizações têm ganhado espaço como respostas essenciais às demandas atuais. Eles não visam apenas a melhoria do bem-estar individual, mas também a transformação do clima organizacional, o desenvolvimento de competências socioemocionais e a promoção da competitividade empresarial. Compreender como esses programas impactam a produtividade e a competitividade é fundamental para que as empresas construam ambientes de trabalho mais equilibrados, colaborativos e produtivos.

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo discorrer sobre a relação entre os programas de saúde mental e a competitividade empresarial, a fim de compreender a eficácia e efetividade desses programas na promoção de um ambiente saudável e, conseqüentemente, resultados satisfatórios. Para isso, busca identificar as principais práticas de psicologia organizacional utilizadas para melhorar o clima organizacional, compreender como o desenvolvimento de habilidades dos colaboradores influencia a inovação e a adaptação ao mercado em diferentes contextos empresariais e discutir a relação entre a promoção do bem-estar no trabalho e a produtividade, destacando o impacto na vida do colaborador.

## **Método**

Este estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica narrativa, de caráter qualitativo e descritivo, voltada para discutir o panorama atual sobre o impacto de programas de saúde mental nas organizações. Essa abordagem permite examinar a literatura existente de maneira crítica e contextualizada, destacando conceitos, perspectivas e práticas ligadas à saúde mental no trabalho, sem recorrer à rigidez metodológica de protocolos sistemáticos (GIL, 2010).



O levantamento de dados concentrou-se na produção científica dos últimos dez anos, priorizando artigos e livros publicados em português e inglês. A escolha desse recorte temporal buscou contemplar avanços recentes, debates contemporâneos e contribuições relevantes ao campo da psicologia organizacional e do trabalho. Foram consultadas bases acadêmicas reconhecidas, como aquelas indexadas em periódicos de psicologia e gestão — SciELO, PubMed, Pepsic e LILACS —, além de obras referenciais relacionadas ao contexto corporativo.

A estratégia de busca utilizou uma combinação de descritores em ambas as línguas. Em português, foram empregados os descritores “psicologia organizacional”, “saúde mental”, “organizações” e “clima”. Em inglês, utilizaram-se as expressões “organizational psychology”, “mental health” e “mental health programs”. Essa escolha visou ampliar o alcance da pesquisa, permitindo abarcar diferentes perspectivas e tradições teóricas.

A seleção das publicações foi orientada por critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Após a pesquisa, somando os resultados de todos os bancos de dados utilizados, foi encontrado um total de 13 artigos; incluídos artigos publicados entre 2015 e 2025, escritos em português ou inglês, que abordam de forma direta a relação entre saúde mental, clima organizacional e competitividade empresarial. Foram excluídos trabalhos incompletos, estudos que não apresentavam relação direta com o tema e revisões sistemáticas, devido à natureza metodológica distinta da revisão narrativa.

Ao final do processo, 6 publicações atenderam aos critérios estabelecidos, constituindo o corpus desta revisão. A etapa de análise fundamentou-se na identificação de práticas de psicologia organizacional relacionadas ao clima, no exame do desenvolvimento de competências socioemocionais e na observação das relações entre bem-estar, produtividade e inovação. Essa leitura articulada permitiu não apenas mapear as práticas descritas, mas também compreender como elas influenciam a dinâmica interna das organizações e suas estratégias competitivas. Esse conjunto de obras possibilitou organizar a análise em torno de três eixos principais: (1) influência das práticas da psicologia organizacional no clima de trabalho; (2) desenvolvimento de habilidades e inovação; e (3) relação entre bem-estar e produtividade.

## Resultados

A busca de artigos para este estudo resultou em 13 artigos sobre saúde mental no ambiente de trabalho dentro das bases de dados referidas, das quais somente 6 foram incluídas na revisão completa. Ademais, foram utilizadas, também, materiais de literatura cinzenta: como resultados de censo, reportagens e livros.

Os resultados das pesquisas tiveram como ápice de publicações acerca da temática da saúde mental em ambientes corporativos nos anos de 2019, 2020, 2024 e 2025. É notado maior número de estudos com enfoque na área da saúde ocupacional, organizacional e de trabalho nas relações de trabalho de pequenas e médias empresas.

Todavia, não foram encontrados trabalhos que abordassem de forma conjunta o clima organizacional, o desenvolvimento de competências socioemocionais e a competitividade empresarial. Essa falta de integração pode estar relacionada ao tipo de pesquisa predominante na área, que em sua maioria consiste em revisões sistemáticas e protocolos. Além disso, há dificuldades em medir de maneira precisa aspectos como o clima organizacional, a competitividade e o desenvolvimento de competências, bem como possíveis influências do contexto cultural dos pesquisadores prévios.

O manuscrito foi submetido à autoavaliação com base na Escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), instrumento destinado a mensurar a qualidade de artigos de revisão narrativa por meio de seis critérios principais: relevância do tema, clareza dos objetivos, descrição da busca de literatura, qualidade das referências, fundamentação científica e apresentação dos resultados.

A análise revelou que o tema apresenta relevância social, sendo introduzido de forma contextualizada e sustentada por dados atuais de fontes reconhecidas internacionalmente (nota 2). Os objetivos da revisão foram considerados claros, específicos e alinhados ao método adotado (nota 2). Quanto à busca de literatura, a pontuação foi intermediária (nota 1), uma vez que, embora as bases de dados, descritores e critérios de seleção estejam devidamente descritos, observou-se ausência de informações maiores, limitando a transparência metodológica.

Os demais critérios como referências e documentação, fundamentação científica e apresentação dos resultados, receberam pontuação máxima. As fontes são atuais e pertinentes, o raciocínio é embasado em autores de referência, e os resultados são expostos de forma clara e consistente, sustentando as conclusões propostas.

## Discussão

Através da leitura meticulosa das pesquisas anteriores, pode-se compreender que os programas de saúde mental nas organizações estão diretamente relacionados ao fortalecimento do clima organizacional, ao desenvolvimento de competências e à melhoria da produtividade. Políticas de acolhimento, escuta ativa e suporte aos colaboradores contribuem para ambientes mais colaborativos e menos hostis, reforçando a cultura organizacional e promovendo maior engajamento. Essas constatações vão ao encontro do que a literatura já discute sobre a necessidade de práticas que integrem bem-estar e desempenho como dimensões inseparáveis do trabalho contemporâneo.

Os estudos revisados indicam que programas voltados ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais ampliam a capacidade de inovação e adaptação das empresas. Essa perspectiva está em consonância com análises que apontam a criatividade e a resiliência como elementos centrais para a competitividade, revelando que iniciativas em saúde mental podem se tornar estratégias decisivas de sustentabilidade no mercado. Ademais, a relação entre bem-estar e produtividade, destacada nos artigos analisados, confirma a importância de ações institucionais consistentes, uma vez que colaboradores apoiados em sua saúde mental apresentam melhor desempenho, menor absenteísmo e maior comprometimento com os objetivos organizacionais.

A literatura evidencia que, em diversos contextos, os programas enfrentam limitações práticas, como a resistência cultural interna, a falta de investimentos adequados e a dificuldade de mensuração de resultados. Tais obstáculos comprometem a efetividade das ações e sugerem a necessidade de políticas institucionais consistentes que reconheçam a saúde mental como parte fundamental da gestão empresarial. Outrora, a ausência de iniciativas integradas pode gerar consequências financeiras e sociais significativas, considerando os elevados custos associados ao absenteísmo, afastamentos prolongados e queda de produtividade.

Outro ponto discutido refere-se às críticas ao modo como o sofrimento psíquico é tratado no contexto neoliberal. Autores como Byung-Chul Han (2017) e Dunker, Safatle e Silva Jr. (2021) argumentam que a lógica de autoexploração e a responsabilização individualizada pela saúde mental minimizam ou ignoram os fatores estruturais do trabalho que contribuem para o adoecimento. Essa perspectiva ajuda a compreender por que muitos programas de saúde mental, embora bem-intencionados, acabam sendo insuficientes ou

superficiais, reforçando uma visão que transfere para o trabalhador a responsabilidade pelo próprio equilíbrio psíquico.

O problema ganha relevância quando se observa o crescimento dos afastamentos por transtornos mentais. Dados da Organização Mundial da Saúde e da Organização Internacional do Trabalho (2022) apontam que cerca de 15% dos trabalhadores no mundo apresentam transtornos psíquicos, impactando diretamente a produtividade. O Instituto Nacional do Seguro Social (2024) revelou que no Brasil houve um aumento de 38% nos afastamentos relacionados à saúde mental em 2023 em comparação ao ano anterior.

Os números apresentados pela OMS e pela OIT (2022) indicam, além da magnitude do problema, sua persistência em escala global. Embora os avanços tecnológicos e os discursos de valorização do bem-estar tenham se intensificado, a prevalência elevada demonstra que as condições estruturais de trabalho continuam produzindo sofrimento em larga escala. Desta forma, aponta-se que políticas organizacionais ainda operam mais no plano discursivo do que na transformação efetiva do cotidiano do trabalho.

O dado nacional divulgado pelo INSS (2024), que aponta um aumento de 38% nos afastamentos por saúde mental em apenas um ano, reforça esse diagnóstico crítico. A variação tão acentuada não pode ser atribuída apenas à maior conscientização ou melhora nos registros administrativos, mas aponta para o agravamento das condições de trabalho no contexto brasileiro, marcado pela instabilidade econômica, a precarização das relações de trabalho e as pressões por produtividade.

Ambos os números, internacional e nacional, convergem para a constatação de que os afastamentos relacionados à saúde mental não devem ser interpretados como fenômeno individual, mas como reflexo de uma lógica organizacional e social que naturaliza a sobrecarga e negligencia a prevenção. A ausência de políticas integradas — que articulem programas de saúde mental com mudanças reais no modelo de gestão — acaba reforçando o ciclo de adoecimento, transferindo a responsabilidade para o indivíduo e ocultando as falhas estruturais das organizações.

Assim, os dados quantitativos, quando analisados criticamente, mostram que a questão ultrapassa a esfera clínica ou individual e exige uma resposta coletiva e institucional. Eles denunciam o custo humano e econômico da falta de iniciativas estruturadas e indicam que, sem mudanças culturais e políticas consistentes, a tendência é de agravamento do quadro nos próximos anos.

Nesse cenário, a síndrome de burnout surge como um exemplo emblemático de adoecimento relacionado ao trabalho. Caracterizada pelo esgotamento físico e emocional decorrente de estresse crônico, ela expressa os limites de um modelo organizacional que privilegia a produtividade acima do bem-estar. O reconhecimento desse diagnóstico como fenômeno ocupacional pela OMS reforça a necessidade de as empresas adotarem medidas preventivas e de cuidado contínuo. Programas de saúde mental, quando desenhados de forma estratégica, podem atuar não apenas na mitigação dos sintomas, mas também na transformação das práticas de gestão que alimentam esse ciclo de adoecimento.

Além disso, a discussão aponta para a necessidade de compreender os programas de saúde mental como instrumentos de transformação organizacional. Eles não se restringem ao atendimento individual ou a ações pontuais, mas devem ser incorporados à gestão empresarial como parte de uma cultura de cuidado. Quando estruturados dessa forma, possibilitam ambientes de trabalho mais equilibrados, fortalecem vínculos de confiança e contribuem para a sustentabilidade corporativa.

Dessa forma, os resultados analisados demonstram que, embora os programas de saúde mental representem instrumentos relevantes para a competitividade, sua eficácia depende da forma como são implementados, do compromisso institucional em garantir condições reais de cuidado e da superação de uma cultura organizacional que prioriza exclusivamente a produtividade. É nesse ponto que a literatura aponta a urgência de mudanças estruturais, capazes de promover ambientes de trabalho que conciliam saúde, desempenho e sustentabilidade.

### **A influência das práticas da psicologia nas empresas para a melhoria do clima organizacional.**

O clima organizacional pode ser definido como a percepção coletiva dos colaboradores em relação ao ambiente de trabalho, refletindo suas experiências, valores e expectativas dentro da organização. Esse fenômeno psicossocial dinâmico é influenciado por fatores como liderança, políticas de gestão, condições laborais e comunicação interna, atuando como um mediador entre as práticas administrativas e os resultados empresariais. Segundo Ferreira, Fortuna e Tachizawa (2006), o clima é a qualidade ou propriedade do ambiente da empresa. Ele é percebido ou experimentado pelos colaboradores, influenciando diretamente seus comportamentos.

De forma geral, a Psicologia Organizacional e do Trabalho no Brasil contemporâneo caracteriza-se pela preocupação em articular três dimensões fundamentais: as demandas das organizações (como produtividade, qualidade e competitividade), os modelos de gestão (especialmente políticas de pessoal e gestão de pessoas) e o bem-estar dos trabalhadores (abordando saúde, qualidade de vida e aspectos psicossociais). Esses elementos não são analisados isoladamente, mas como fenômenos interconectados que possuem influência em cada aspecto e definem o escopo atual da área (Zanelli; Borges-Andrade; Bastos, 2014).

Em um nível tático, operacional e estratégico o profissional dessa área trabalha junto a equipes para implementar estratégias baseadas em diagnósticos prévios, como ações para melhorar o clima organizacional ou desenvolver competências específicas necessárias a determinado grupo. Essa atuação funciona como um elo entre as diretrizes estratégicas da organização e as necessidades práticas dos colaboradores (Zanelli; Borges-Andrade; Bastos, 2014).

Chiavenato (2014) explica que o estudo do clima se vincula às percepções que o indivíduo possui sobre o ambiente de trabalho. A análise dessas interações entre o comportamento no trabalho e a organização tem como foco a compreensão dos processos psicossociais que permeiam o cotidiano institucional, permitindo alinhar ações às metas coletivas.

A psicologia organizacional adota estratégias que impactam positivamente a dinâmica interna das empresas. A avaliação de atitudes e opiniões dos colaboradores, por exemplo, é uma ferramenta essencial que deve ser realizada de forma contínua. Esse processo permite detectar como os funcionários percebem as práticas organizacionais e identificar pontos de melhoria, fortalecendo a satisfação e o comprometimento dos mesmos (FREIRE, 1999).

Os sistemas de recompensas vinculados ao desempenho também ganham destaque por promoverem uma cultura de valorização e justiça organizacional. Ao reconhecer os esforços individuais com base em metas estabelecidas, as empresas potencializam a motivação intrínseca dos trabalhadores, promovendo maior engajamento com os objetivos institucionais (Chiavenato, 2014).

Programas de desenvolvimento pessoal e profissional, como treinamentos e capacitações, são considerados estratégias relevantes para o fortalecimento da cultura

organizacional. Investimentos nesse sentido reforçam o vínculo entre colaborador e empresa, além de estimularem a inovação e o crescimento conjunto, conforme argumenta Chiavenato (2014).

Líderes com habilidades em comunicação cultivam relações de confiança e proporcionam suporte consistente, fortalecendo o vínculo entre colaboradores e organização. Uma liderança bem estruturada, que serve como base e promove o alinhamento entre objetivos individuais e corporativos, fomenta maior proatividade e engajamento por parte dos membros de uma equipe. Essa sinergia contribui para um ambiente organizacional mais coeso e produtivo, onde as metas coletivas são alcançadas com maior eficiência (Robbins, 2016).

Priorizar um ambiente que promova o bem-estar não representa apenas uma busca por melhora de resultados financeiros, mas a construção de uma base sólida de crescimento sustentável e retenção de talentos. Dessa forma, o sucesso organizacional torna-se reflexo de uma cultura integrada, que valoriza o capital humano e o insere como elemento central na dinâmica empresarial.

### **Desenvolvimento de habilidades e inovação organizacional.**

O desenvolvimento de habilidades dos colaboradores constitui um elemento estratégico para a inovação e adaptação em ambientes empresariais. Em um cenário marcado por transformações rápidas e constantes, profissionais qualificados tendem a ter mais agilidade às exigências do mercado. A valorização dos colaboradores, nesse sentido, vai além da eficiência técnica e passa a integrar aspectos comportamentais e estratégicos (Fleury e Fleury, 2001).

Frederick Taylor (1911), ao sistematizar os princípios da administração científica, evidenciava a importância do treinamento estruturado como meio de otimizar o desempenho dos trabalhadores. Embora sua abordagem tivesse foco na padronização e no controle, ela também reconhecia que a qualificação contínua era essencial para o progresso organizacional. Atualmente, essa lógica é ressignificada quando se entende que habilidades comportamentais e cognitivas também podem e devem ser desenvolvidas.

Ambientes que promovem o aprendizado contínuo tendem a gerar efeitos positivos tanto no desempenho individual quanto na competitividade da empresa. De acordo com

dados da LinkedIn Learning (2023), 94% dos funcionários afirmam que permaneceriam mais tempo em empresas que investem em seu crescimento profissional.

Considerando as demandas organizacionais atuais, o fortalecimento de competências como pensamento crítico, autonomia e colaboração revela-se indispensável não apenas como diferencial competitivo, mas como alicerce para a sustentabilidade empresarial. Em um contexto onde a complexidade dos desafios exige soluções criativas e adaptativas, profissionais com pensamento crítico conseguem analisar problemas sob múltiplas perspectivas, enquanto a autonomia os capacita a tomar decisões ágeis e alinhadas aos objetivos organizacionais (Davenport e Kirby, 2016).

A colaboração, por sua vez, deixa de ser apenas uma *soft skill* desejável e transforma-se em mecanismo essencial para fomentar ambientes inovadores — tal como preconizava Lewin (1947) ao destacar a influência do ambiente social na produtividade e na geração de ideias.

A construção de um ambiente seguro e aberto ao novo também está relacionada à forma como as lideranças conduzem os processos organizacionais. Lewin (1947), ao investigar as relações entre indivíduos e grupos, destacou que mudanças efetivas ocorrem quando há envolvimento genuíno dos colaboradores. Isso implica escuta ativa, incentivo à participação e valorização das experiências compartilhadas no contexto de trabalho.

Outro ponto relevante está na construção de um ambiente de cooperação entre líderes e liderados. Taylor (1911) já apontava que os melhores resultados surgem da harmonia entre gestores e trabalhadores. Na atualidade, isso se traduz na importância de lideranças que atuem como facilitadoras do desenvolvimento, estimulando a escuta ativa, o feedback contínuo e a valorização das iniciativas dos colaboradores.

Lewin (1947) destaca o papel dos grupos na promoção de mudanças significativas dentro das organizações. Quando guiadas por metas comuns, as interações grupais favorecem transformações no modo como os indivíduos pensam e atuam no ambiente de trabalho. Grupos coesos e estimulados a refletir coletivamente tornam-se fonte de inovação e adaptação diante de desafios.

A transformação das organizações exige não apenas mudanças estruturais, mas também o fortalecimento das capacidades humanas. Nesse sentido, o investimento em habilidades alinhadas às demandas do mercado amplia a resiliência institucional. Taylor (1911) propunha que, ao identificar o “melhor modo” de executar uma tarefa, era possível



aumentar a produtividade — hoje, identificar o melhor modo passa por considerar também o potencial criativo do trabalhador.

Estimular habilidades voltadas à inovação exige, portanto, mais do que qualificação técnica. Exige uma cultura organizacional que estimule a liberdade de expressão, o reconhecimento das contribuições individuais e o incentivo ao protagonismo. Essa lógica promove tanto o crescimento pessoal quanto a renovação constante da empresa.

Dessa forma, alinhar os princípios da administração científica à perspectiva da mudança comportamental permite compreender como o desenvolvimento de habilidades influencia diretamente a inovação organizacional. A combinação entre racionalidade nos processos e estímulo à criatividade sustenta uma gestão mais estratégica. Isso contribui para a construção de empresas preparadas para enfrentar cenários desafiadores.

### **A relação entre bem-estar no trabalho e produtividade**

A Teoria Clássica da Administração (1916), formulada por pensadores como Henri Fayol e Frederick Taylor, estabeleceu os pilares da gestão moderna ao defender princípios como divisão do trabalho, hierarquia rígida e padronização de processos. Essa abordagem, essencialmente mecanicista, tratava as organizações como sistemas fechados, onde a eficiência produtiva era o objetivo supremo. Os trabalhadores, nessa visão, eram vistos como meros executores de tarefas, motivados principalmente por recompensas financeiras. Apesar de sua contribuição ao trazer métodos científicos para a administração, essa teoria revelou-se limitada ao ignorar aspectos fundamentais da natureza humana no ambiente laboral.

A partir da teoria das relações humanas de George Elton Mayo (1945), psicólogo australiano, professor sociólogo e pesquisador das organizações, acontece uma transição na forma que se compreende o comportamento do trabalhador dentro das organizações. Como forma de resposta crítica à rigidez e limitações da Teoria Clássica da Administração, que focava exclusivamente na estrutura organizacional, na eficiência e nos incentivos materiais, essa nova perspectiva trouxe à tona a importância do fator humano dentro das organizações.

Foi nesse contexto que surgiu, nas décadas de 1920 e 1930, uma transformação radical no pensamento administrativo, impulsionada pelos estudos de George Elton Mayo e seus colaboradores. Mayo (1933) demonstrou que os trabalhadores não respondiam apenas

a incentivos materiais ou condições físicas de trabalho, mas eram profundamente influenciados por fatores psicológicos e sociais. Descobriu-se, por exemplo, que a atenção da liderança, o sentimento de pertencimento a um grupo e a qualidade das relações interpessoais tinham impacto direto na produtividade e na satisfação no trabalho.

Se, por um lado, a Teoria Clássica trouxe ferramentas valiosas para a organização racional do trabalho, foi a Teoria das Relações Humanas que humanizou a gestão, mostrando que empresas são, antes de tudo, redes de pessoas com aspirações e potencial criativo. As organizações deixam de ser vistas como meras máquinas de produção e passam a ser, em alguns casos, ambientes que buscam oferecer oportunidades de desenvolvimento, reconhecimento e sentido para os indivíduos. Ainda que essa não seja uma realidade universal, a valorização de aspectos humanos no ambiente de trabalho representa um avanço quando comparado a contextos passados.

É identificado que fatores psicológicos e sociais influenciam diretamente a produtividade e a satisfação dos colaboradores, que quando se sentem validados e acolhidos, tendem a aumentar sua produtividade, não apenas em razão da motivação interna, mas também pelo fortalecimento dos vínculos sociais entre colegas. Assim, o trabalho deixa de ser apenas uma obrigação funcional e passa a representar uma fonte de realização pessoal (Mayo, 1945).

Historicamente, a saúde nas organizações evoluiu de práticas simbólicas, como passeios e piqueniques, para programas estruturados voltados à saúde física, mental e emocional dos colaboradores. Robin (2003) destaca que, nas últimas décadas, houve um aumento substancial no número de empresas que oferecem programas de promoção da saúde. Tal atitude demonstra entendimento de que o trabalho ocupa um papel central na vida dos indivíduos e, portanto, tem potencial para impactar diretamente sua saúde e bem-estar.

Dados recentes confirmam a crescente valorização de iniciativas voltadas à saúde e bem-estar no ambiente corporativo. De acordo com pesquisa realizada pelo Serviço Social da Indústria, a maioria dos gestores industriais no Brasil manifesta intenção de criar ou aperfeiçoar programas de promoção da saúde, destacando-se entre as ações mais recorrentes as campanhas de vacinação, os cuidados com a saúde mental e o incentivo à prática de atividades físicas. No mesmo sentido, levantamento da consultoria Willis Towers Watson demonstra que, entre 2015 e 2021, houve um aumento expressivo no

interesse das empresas em adotar estratégias voltadas ao bem-estar de seus colaboradores (SESI, 2023; WTW, 2021).

O modelo PATH (Practices for the Achievement of Total Health), proposto por Kelloway e Day (2005), traz uma teoria de ambientes organizacionais saudáveis que integrem o bem-estar dos trabalhadores com eficácia enquanto mantém a sustentabilidade das organizações. Sua sigla refere-se a quatro dimensões fundamentais: práticas que promovem a saúde, uma cultura organizacional de apoio, treinamento para lideranças e políticas adequadas de recursos humanos.

A primeira dimensão, voltada para as práticas que promovem a saúde, se trata da implementação de programas e ações que favoreçam a saúde física e mental dos trabalhadores. Isso pode incluir iniciativas de promoção da saúde, incentivo à atividade física, ergonomia, suporte psicológico e estratégias para o equilíbrio entre vida pessoal e profissional (Kelloway; Day, 2005).

A segunda dimensão enfatiza a importância de uma cultura de apoio dentro das organizações. Ambientes nos quais prevalece a confiança, o respeito mútuo e a valorização do indivíduo tendem a favorecer o engajamento e a satisfação dos colaboradores. Segundo os autores, a cultura organizacional exerce papel decisivo na forma como os trabalhadores percebem seu valor e seu lugar dentro da instituição Tamayo e Borges (2006).

A terceira dimensão do modelo diz respeito ao papel da liderança. Kelloway e Day (2005) argumentam que a formação de líderes eficazes, com habilidades interpessoais, capacidade de escuta e sensibilidade para questões humanas, é fundamental para garantir a saúde do ambiente de trabalho. Líderes bem preparados não apenas promovem o desempenho, como também atuam como agentes de bem-estar.

No Brasil, a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1), que trata das disposições gerais e do gerenciamento de riscos ocupacionais, passou a ter papel central nesse processo. Ela estabelece que as empresas devem identificar, avaliar e controlar os riscos relacionados ao ambiente de trabalho, o que inclui não apenas riscos físicos e ergonômicos, mas também os de natureza psicossocial. Nesse sentido, a saúde mental é compreendida como parte inseparável da saúde ocupacional, exigindo das organizações medidas preventivas e corretivas que vão desde a capacitação de lideranças para lidar com questões humanas até a implementação de programas estruturados de bem-estar (BRASIL, 2019).

## Considerações Finais

A presente revisão narrativa da literatura apresentou de forma abrangente o panorama atual das publicações referentes à influência dos programas de saúde mental no clima organizacional, no desenvolvimento de competências e na competitividade empresarial. Os estudos revisados concluíram que tais programas, ao serem estruturados e incorporados às estratégias de gestão, contribuem para a criação de ambientes mais colaborativos, fortalecem vínculos de confiança e favorecem a inovação, implicando em maiores níveis de participação e produtividade.

A literatura é enfática em apontar que a saúde mental no ambiente corporativo ultrapassa a dimensão individual e configura-se como um desafio coletivo, envolvendo tanto mudanças culturais quanto o investimento em políticas institucionais consistentes. Embora os resultados indiquem benefícios significativos, ainda há limitações, como a dificuldade de mensuração da efetividade dos programas e a tendência de responsabilizar o trabalhador pelo próprio sofrimento psíquico, desconsiderando fatores estruturais que contribuem para o adoecimento.

Portanto, espera-se que novos estudos sobre essa temática sejam realizados, utilizando metodologias integrativas e de longo prazo, capazes de avaliar com maior precisão os efeitos dos programas por meio de indicadores objetivos de impacto, bem como de promover comparações entre diferentes setores e contextos organizacionais, a fim de aprofundar a compreensão sobre a eficácia e a sustentabilidade dessas iniciativas.

## Referências

ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA (AMB). Brasília Urgente: Afastamentos por transtornos de saúde mental sobem 38%. [S. l.], [2023?]. Disponível em: <https://amb.org.br/brasil-urgente/afastamentos-por-transtornos-de-saude-mental-sobem-38/>. Acesso em: 22 abr. 2025.

ARENSMAN, Ella; O'CONNOR, Cliodhna; LEDUC, Caleb; GRIFFIN, Eve; CULLY, Grace; NÍ DHÁLAIGH, Doireann; HOLLAND, Carolyn; VAN AUDENHOVE, Chantal; COPPENS, Evelien; TSANTILA, Fotini; et al. Mental health promotion and intervention in occupational settings: protocol for a pilot study of the MENTUPP intervention.

International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 19, n. 2, p. 947, 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19020947>.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. Norma Regulamentadora nº 1 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. Portaria nº 915, de 30 de julho de 2019.

BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Sandra; MERTENS, Stephan. SANRA — a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>.

CHIAVENATO, Idalberto. *Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações*. 4. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2014.

CNN BRASIL. Cerca de 15% dos trabalhadores no mundo possuem transtornos mentais, diz OMS. *CNN Brasil*, São Paulo, 28 set. 2022. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/cerca-de-15-dos-trabalhadores-no-mundo-possuem-transtornos-mentais-diz-oms/>. Acesso em: 17 maio 2025.

CNN BRASIL. Sobe 33% o interesse das empresas em criar ações de saúde mental, diz pesquisa. *CNN Brasil*, São Paulo, 22 jul. 2021. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/economia/macroeconomia/sobe-33-o-interesse-das-empresas-em-criar-acoes-de-saude-mental-diz-pesquisa>. Acesso em: 21 maio 2025.

CONFEDERAÇÃO NACIONAL DA INDÚSTRIA (CNI). 81% das empresas pretendem criar ou melhorar programas de promoção de saúde. *Notícias da Indústria*, Brasília, 30 mar. 2023. Disponível em: <https://noticias.portaldaindustria.com.br/noticias/saude-e-qualidade-de-vida/81-das-empresas-pretendem-criar-ou-melhorar-programas-de-promocao-de-saude>. Acesso em: 21 maio 2025.

DAVENPORT, Thomas H.; KIRBY, Julia. *Only Humans Need Apply: Winners and Losers in the Age of Smart Machines*. New York: HarperBusiness, 2016.

DUNKER, Cláudio; SAFATLE, Vladimir; SILVA JR., Francisco de Assis. *Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico*. São Paulo: Boitempo, 2021.

FAYOL, Henri. *Administration Industrielle et Générale*. Paris: Dunod, 1916.

FERREIRA, Vitor; FORTUNA, Carlos; TACHIZAWA, T. *Gestão com Pessoas: uma abordagem atualizada e aplicável*. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2006.

FLEURY, Maria Tereza Leme; FLEURY, Afonso Carlos Correa. *Estratégias empresariais e formação de competências: um quebra-cabeça caleidoscópico da indústria brasileira*. São Paulo: Atlas, 2001.

FREIRE, José Roberto S. Comprometimento organizacional e satisfação no trabalho: uma análise da gestão de recursos humanos. *Pensamento & Realidade*, v. 4, p. 39–57, 1999. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/pensamentorealidade/article/view/8589>. Acesso em: 17 de maio de 2025.

GIL, Antonio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. Tradução de Carlos Eduardo Mandrake e Pedro Gonzaga. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

HIPÓLITO, Maiza Claudia Vilela; MASSON, Valéria Aparecida; MONTEIRO, Maria Inês; GUTIERREZ, Gustavo Luis. Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 70, n. 1, p. 189-197, jan./fev. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2015-0069>.

IIDA, Mako; SAKURAYA, Asuka; IMAMURA, Kotaro; ASAOKA, Hiroki; ARIMA, Hideaki; ANDO, Emiko; INOUE, Akiomi; INOUE, Reiko; IWANAGA, Mai; EGUCHI, Hisashi; OTSUKA, Yasumasa; KOBAYASHI, Yuka; KOMASE, Yu; KURIBAYASHI, Kazuto; SASAKI, Natsu; TSUNO, Kanami; HINO, Ayako; WATANABE, Kazuhiro; EBARA, Takeshi; SHIMAZU, Akihito; KAWAKAMI, Norito; TSUTSUMI, Akizumi. Effects of participatory organizational interventions on mental health and work performance: a protocol for systematic review and meta-analysis. *Journal of Occupational Health*, v. 66, n. 1, uiae028, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1093/joccuh/uiae028>.

KELLOWAY, E. Kevin; DAY, Arla. *Building Healthy Workplaces: What We Know So Far*. *Canadian Journal of Behavioural Science*, v. 37, n. 4, p. 223–235, 2005.

LEWIN, Kurt. *Campo dinâmico em ciência social*. São Paulo: Cultrix, 1973.

LEWIN, Kurt. *Frontiers in Group Dynamics: Concept, Method and Reality in Social Science; Social Equilibria and Social Change*. Human Relations, v. 1, n. 1, p. 5–41, 1947.

LEWIN, Kurt. *Resolving social conflicts: selected papers on group dynamics*. New York: Harper & Row, 1948.

LINKEDIN LEARNING. *Workplace Learning Report 2023*. Disponível em: <https://learning.linkedin.com/resources/workplace-learning-report>. Acesso em: 18 de maio de 2025.

MAYO, Elton. *The Social Problems of an Industrial Civilization*. Boston: Harvard University Press, 1945.

PATERSON, Charlotte; LEDUC, Caleb; MAXWELL, Margaret; AUST, Birgit; STRACHAN, Heather; O’CONNOR, Ainslie; TSANTILA, Fotini; CRESSWELL-SMITH, Johanna; PUREBL, Gyorgy; WINTER, Lars; FANAJ, Naim; DOUKANI, Asmae; HOGG, Bridget; CORCORAN, Paul; D’ALESSANDRO, Luigia; MATHIEU, Sharna; HEGERL, Ulrich; ARENSMAN, Ella; GREINER, Birgit A.; The MENTUPP Consortium. Barriers and facilitators to implementing workplace interventions to promote mental health: qualitative evidence synthesis. *Systematic Reviews*, v. 13, n. 152, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13643-024-02569-2>.

ROBBINS, Stephen P.; JUDGE, Timothy A. *Comportamento organizacional*. 16. ed. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2016.

SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA (SESI). *Empresas priorizam saúde e bem-estar dos trabalhadores*. Brasília: SESI, 2023. Disponível em: <https://www.portaldaindustria.com.br/sesi>. Acesso em: 7 de maio de 2025.

TAMAYO, Alzira Maria; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo. Cultura organizacional: conceituação, dimensões e tipologias. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, v. 6, n. 2, p. 21-33, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptot/a/mfN6fTBy3SNjrXvMd8sQYmF/?lang=pt>. Acesso em: 17 de maio de 2025.

TAYLOR, Frederick Winslow. Princípios da administração científica. 10. ed. São Paulo: Atlas, 1995. [1911].

TÓTH, Mónika Ditta; IHIONVIEN, Sarah; LEDUC, Caleb; AUST, Birgit; AMANN, Benedikt L.; CRESSWELL-SMITH, Johanna; REICH, Hanna; CULLY, Grace; SANCHES, Sarita; FANAJ, Naim; QIRJAKO, Gentiana; TSANTILA, Fotini; ROSS, Victoria; MATHIEU, Sharna; PASHOJA, Arlinda Cerga; ARENSMAN, Ella; PUREBL, György; MENTUPP Consortium. Evidence for the effectiveness of interventions to reduce mental health related stigma in the workplace: a systematic review. *BMJ Open*, v. 13, e067126, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-067126>.

WEZIAK-BIALOWOLSKA, Dorota; LEE, Matthew T.; COWDEN, Richard G.; BIALOWOLSKI, Piotr; CHEN, Ying; VANDERWEELE, Tyler J.; McNEELY, Eileen. Psychological caring climate at work, mental health, well-being, and work-related outcomes: evidence from a longitudinal study and health insurance data. *Social Science & Medicine*, v. 323, 115841, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.115841>.

WILLIS TOWERS WATSON (WTW). *Global Benefits Attitudes Survey*. 2021. Disponível em: <https://www.wtwco.com>. Acesso em: 7 de maio de 2025.

ZANELLI, J. C.; BORGES-ANDRADE, J. E.; BASTOS, A. V. B. (Orgs.). *Psicologia, organizações e trabalho no Brasil*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.



# A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA AUTENTICIDADE: UM OLHAR FENOMENOLÓGICO EXISTENCIAL.

---

Nathália Silva Lopes<sup>1</sup>, Rafaela Campanari Silva<sup>2</sup>, Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>

---

## RESUMO

Este trabalho tem como tema a influência das redes sociais sob a autenticidade pela perspectiva fenomenológica existencial, sendo esta uma abordagem do campo filosófico da Psicologia. O objetivo do presente estudo é compreender como o uso das redes sociais influenciam na formação da percepção de si mesmo, sendo passível da construção de uma “identidade performática” afastando-se da autenticidade existencial. Além disso, busca-se discorrer de que maneira o uso dessas redes pode influenciar no sentido e significado do cotidiano e na temporalidade existencial. Para tal, foi realizada uma revisão narrativa de literatura a partir da pesquisa no LILACS, CAFE, PsycNet e Scielo utilizando os descritores “Redes Sociais”, “Vícios”, “Impessoal”, “Autenticidade”, “Dependência”, “Heidegger”, “Fenomenologia” e “Internet”. Os artigos foram pesquisados no período dos últimos 5 anos, em inglês ou português e foram considerados os trabalhos completos que contemplam o tema proposto. Observa-se uma abundância de artigos em relação ao uso das redes sociais em abordagens comportamentais, embora não haja artigos que relacionam o tema com a abordagem Fenomenológica-Existencial. Apesar disso, os artigos encontrados e selecionados compreendem diversos aspectos da influência do uso da internet que podem ser relacionados com os conceitos propostos por autores como Heidegger, Sartre, Kierkegaard etc presentes neste trabalho. Constatou-se que o uso

---

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: yoowinx@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia pela faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail:  
contatorafaelacampanari@gmail.com

<sup>3</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU.  
E-mail: cleycianefaria@gmail.com

exacerbado das redes sociais influenciam negativamente na percepção de si, bem como pode trazer uma fuga da angústia existencial e uma dificuldade de encarar a própria liberdade, deixando o indivíduo em uma posição de inautenticidade e impessoalidade. Percebe-se também uma escassez de artigos que articulem os conceitos da Fenomenologia Existencial com o fenômeno do consumo da internet.

Palavras-chave: Redes sociais; Vícios; Impessoal; Autenticidade; Dependência; Heidegger; Fenomenologia; Internet.

## **ABSTRACT**

This study explores the influence of social media on authenticity from an existential-phenomenological perspective, which constitutes a philosophical approach within the field of Psychology. The objective of this research is to examine how the use of social media shapes the formation of self-perception, potentially fostering the development of a “performative identity” that departs from existential authenticity. Moreover, it seeks to discuss how the use of such platforms may affect the sense and meaning of everyday life and existential temporality. To achieve this, a narrative literature review was conducted through searches in the LILACS, CAFE, PsycNet, and Scielo databases, employing the descriptors “Social Networks,” “Addiction,” “Impersonality,” “Authenticity,” “Dependence,” “Heidegger,” “Phenomenology,” and “Internet.” The search was limited to full-text articles published within the past five years, in English or Portuguese, that addressed the proposed topic. The review revealed a considerable number of studies examining social media use from behavioral perspectives; however, no studies were identified that explicitly associate the theme with the Phenomenological-Existential approach. Nevertheless, the selected works encompass multiple aspects of internet use that can be conceptually related to the ideas proposed by authors such as Heidegger, Sartre, and Kierkegaard, which are discussed throughout this paper. The findings suggest that the excessive use of social media exerts a negative influence on self-perception, potentially functioning as a means of escaping existential anguish and reflecting a difficulty in confronting one’s own freedom. Such dynamics place the individual in a condition of inauthenticity and impersonality. Furthermore, the

analysis revealed a significant scarcity of studies that integrate the concepts of Existential Phenomenology with the phenomenon of internet consumption.

Keywords: Social Media; Addiction; Impersonal; Authenticity; Dependency; Heidegger; Phenomenology; Internet.

## INTRODUÇÃO

A Globalização apresenta-se como um dos fatores que pode ser tanto benéfico ou maléfico para os indivíduos. Com a sua ascensão advinda das novas tecnologias - presentes na Terceira Revolução Industrial - hoje é possível que a população tenha informações instantâneas de qualquer parte do mundo, abrangendo tanto questões políticas, religiosas, culturais e sociais. Dito isso, a globalização deixou de ser resumida a meros interesses mercadológicos e progrediu, desempenhando um papel essencial na integração social com a internet atuando como uma das suas principais impulsionadoras, esse fenômeno passou a ser denominado como globalização cultural.

Segundo García Canclini (1999) "As culturas locais não desaparecem nesse processo, mas são reconfiguradas, dando origem a novas formas híbridas de pertencimento cultural". Sendo assim, o compartilhamento de costumes, tradições, perspectivas ou de crenças pode contribuir para o reconhecimento da pluralidade das culturas e é por meio dele que se torna possível que pessoas de diferentes localidades e culturas se conectam de maneira instantânea, por meio das plataformas midiáticas, vídeos, fóruns e aplicativos de comunicação. Se torna possível o compartilhamento de costumes, tradições, perspectivas e crenças que promovem o conhecimento diante a diversidade.

Além dos aspectos culturais, a internet favorece o aprendizado de idiomas e o engajamento nas pautas sociais que tiveram e ainda têm impacto na sociedade. Essas informações ultrapassam fronteiras geográficas, estabelecendo um vínculo de pertencimento global, fortalecendo os laços interpessoais e estimulando o aprendizado. Considerando as gerações atuais, crescer em meio às redes sociais e a internet pode trazer

os seus benefícios como anteriormente citados. Contudo, também devem ser considerados os malefícios dessa influência tecnológica na sociedade, que são transparentes através do uso das redes sociais. Em uma recente pesquisa do IBGE (2022), 161,6 milhões de pessoas utilizam a internet hoje no Brasil, sendo 83,6% desse uso voltado para as redes sociais.

Desse modo, torna-se cada vez mais importante refletir sobre os impactos ocasionados pelo uso intensivo da internet como um todo, pois acabam ultrapassando aspectos técnicos e por sua vez se inserem com profundidade na trajetória existencial do indivíduo. Quando ocorre uma exposição excessiva a realidades múltiplas e diferentes identidades, as redes contribuem para intensificar o sentimentos de desconexão, o que acaba estimulando uma dificuldade de compreensão do Eu.

Além disso, outro fator agravante está na percepção do tempo, devido aos estímulos imediatistas e ao fluxo acelerado de informações, gerando um comprometimento da experiência do agora, ocasionando uma temporalidade distorcida. Contribui para o surgimento de vivências que estão diretamente relacionados à ansiedade, depressão e distúrbios do sono, que acabam sendo associados ao uso excessivo da internet, podendo afetar a concentração, a capacidade de pensar com certo nível de profundidade e a análise crítica. Os indivíduos dentro da internet estão suscetíveis a propagação de desinformação, disseminação referente a discursos de ódio e a superficialidade nas relações e interações interpessoais.

## **METODOLOGIA**

O presente trabalho foi elaborado utilizando uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo e estruturada por meio da base narrativa. A pesquisa qualitativa tem como foco entender os fenômenos e descrevê-los, optando por deixar a quantificação de lado, assim, podendo permitir uma uma análise aprofundada. A abordagem descritiva tende a buscar uma forma bem mais detalhada das características dos fenômenos estudados e isso possibilita que exista uma apresentação de dados de maneira eficaz. Contudo, a pesquisa narrativa vem para organizar e apresentar o conhecimento que existe através de escolhas

minuciosas de alguns materiais bibliográficos, ela estrutura uma construção, por meio das evidências que são extraídas de uma base científica.

A captação dos dados foi realizada por meio de alguns sites, sendo eles: CAFE, LILACS, PsycNET e SciELO. A procura teve como objetivo principal a identificação de relevantes publicações de artigos que fazem referência ao tema. Os descritores utilizados para realizar as pesquisas, são essas palavras-chave: "redes sociais", "vícios", "impessoal", "autenticidade", "dependência", "Heidegger", "fenomenologia" e "internet".

Inicialmente, foram analisados e filtrados o total de 78 artigos que continham algumas semelhanças com a temática proposta. Após a inclusão dos critérios a serem julgados com base no tema, acabaram sendo selecionados 23 artigos. Os critérios analisados para inclusão foram: artigos que a linguagem está em português ou inglês, que o período é conforme os últimos cinco anos, e que apresentasse de forma direta o levantamento sobre a questão dependência de redes sociais e seus impactos sobre os indivíduos. Já os critérios para exclusão são artigos que estão completamente fora do escopo da temática proposta, publicações que têm conteúdo incompleto ou que não estão atualizadas.

Considerando a evolução das tecnologias nas últimas décadas, bem como o crescente uso das redes sociais, o presente trabalho pretende mostrar o modo como a internet pode influenciar a vida cotidiana do indivíduo, sob uma perspectiva fenomenológica. O presente estudo é importante na medida que pode explicitar à sociedade a maneira que a vida cotidiana pode ser moldada através das diferentes perspectivas que o mundo digital traz e, dialogando com a fenomenologia existencial, como pode ser possível criar uma visão crítica e de quais modos a internet pode, por vezes, possuir influências boas para o indivíduo, de modo que sua autenticidade não seja afetada ou questionada por si mesmo. Para além das questões individuais da autenticidade, também faz-se importante as questões sociais que são atingidas pelas redes sociais, uma vez que as influências digitais podem se apresentar em todas as áreas da vida sempre considerando a multiplicidade e complexidade da existência humana.

Para a comunidade científica, a importância se instaura na articulação desse tema com as obras da Fenomenologia Existencial, disponibilizando um diálogo entre a teoria e as pesquisas existentes. Propõe-se assim, uma reflexão acerca de um assunto que

atravessa o cotidiano de cada indivíduo, independente de sua cor, raça, idade etc. Apresentando de que maneira a Fenomenologia Existencial pode contribuir para os estudos dos fenômenos da era digital.

## RESULTADOS

Inicialmente, foram encontrados 78 artigos relevantes dentro dos bancos de dados acadêmicos utilizados na pesquisa, usando os descritores definidos que se relacionam ao tema do presente artigo. Dentre os artigos, 3 foram excluídos por estarem duplicados e os outros 52 foram aplicados alguns critérios para a exclusão, por não atenderem aos objetivos do estudo.

Restaram, assim, 23 textos que encaixam com a essência da questão principal do artigo, possibilitando uma submersão maior no presente tema da era digital. A maior parte dos trabalhos selecionados, indica relações entre o uso excessivo da internet e reforça o distanciamento da autenticidade do ser-no-mundo, especialmente em indivíduos imersos nesses mecanismos que transitam entre a vida real e o virtual, buscando assim um significado e validação dentro de um espaço que acaba eventualmente distanciando de si mesmos.

**Figura 1: Fluxograma dos artigos excluídos**



**Fonte: Elaborada pelas autoras**

A análise desses 23 artigos que foram selecionados de forma criteriosa evidenciou algumas problemáticas diante do impacto das redes midiáticas dentro da experiência pessoal do indivíduo, sendo essas questões relacionadas a autenticidade, saúde mental, pertencimento e identidade. É evidente que o uso excessivo das redes digitais tem afetado significativamente o modo de ser-no-mundo. Por fim, esses artigos achados evidenciam a importância da compreensão e do cuidado diante ao uso das redes, pois além delas terem seus benefícios como a comunicação, globalização e integração, também podem acarretar uma série de adversidades.

A SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles) é uma escala que tem como finalidade avaliar a qualidade de artigos de revisão narrativa. Cada item é pontuado da seguinte forma: 0 = padrão baixo, 1 = padrão médio e 2 = padrão alto. A pontuação máxima dessa escala é de 12.

| Item | Descrição do Item                                      | Pontuação |
|------|--------------------------------------------------------|-----------|
| 1    | Explicação da importância do tema da revisão           | 2         |
| 2    | Declaração clara dos objetivos da revisão              | 2         |
| 3    | Descrição da busca de literatura utilizada             | 2         |
| 4    | Referências adequadas e apresentação apropriada        | 1         |
| 5    | Raciocínio científico e fundamentação teórica do texto | 2         |
| 6    | Apresentação de dados finais relevantes e apropriados  | 1         |
| 7    | <b>Pontuação total</b>                                 | <b>10</b> |

## DISCUSSÃO

Para a Fenomenologia Existencial faz-se fundamental a compreensão acerca do ser-aí e sua relação com o mundo. Assim como afirma a autora Forghieri (2002), o ser

não existe sem o seu mundo, da mesma forma que o mundo não existe sem o ser, há uma relação inseparável do ser “mundo próprio” com o seu “mundo circundante” e “mundo humano”. Para estabelecer diálogos que tenham por base a Fenomenologia Existencial é imprescindível entender que essa abordagem não abrange o conceito dicotômico de um sujeito separado do mundo e de seu corpo.

A existência humana deve ser compreendida levando em conta os três aspectos simultâneos do “mundo”: o circundante, que requer adaptação e ajustamento; o humano, que se concretiza na relação ou nas influências recíprocas entre as pessoas; o próprio, que se caracteriza pelo pensamento e a transcendência da situação imediata. (Forghieri, 2002, p. 34).

Desse modo, o “mundo circundante” abrange tudo aquilo que se manifesta no mundo de forma determinada, incapaz de sofrer alterações. O ser humano tem de se adaptar a esse determinismo, através do seu corpo onde os seus sentidos permitem a captação desses fenômenos externos. Apesar disso, é importante mencionar que o corpo, para a Fenomenologia, vai além de somente sentidos físicos, ele também inclui as percepções aos quais o indivíduo se recorda e pode vir a ter.

Por sua vez, o “mundo humano”, também conhecido como ‘ser-com o outro’, compreende as relações humanas estabelecidas entre o ser-aí com os seus semelhantes. Nesta relação, existe uma reciprocidade, não existente no “mundo circundante”. Aqui, o foco será a troca que os seres humanos são capazes de estabelecer entre si. Voltando para as redes sociais, o estudo de Diefenbach & Anders (2022) demonstra que os “likes” na plataforma do Instagram moldam hoje a relação do ser-com o outro, de modo que existe uma busca na aprovação de terceiros, podendo alterar a concepção de si.

No que se refere ao “mundo próprio” pode-se estabelecer a relação do indivíduo consigo mesmo. É importante salientar que no mundo próprio, não há uma personalidade que já seja dada e fechada, sem abertura para novas descobertas. É por meio do mundo “humano” e “circundante” que o ser pode descobrir-se, na medida que as experiências com o meio atravessam a sua existência. Aqui também acontece a autotranscendência, ou seja, quando fala-se de temporalidade, tema que será tratado mais adiante, é no “mundo próprio” que ele acontece.



Ao abordar os assuntos pertinentes às redes sociais, a troca de experiências e conhecimento entre o ser-aí e a era digital, é intrínseco entender as concepções iniciais da Fenomenologia Existencial para elaborar quaisquer diálogos acerca da influência que as tecnologias exercem no cotidiano.

## **A ANGÚSTIA EXISTENCIAL E AS REDES SOCIAIS**

A angústia existencial surge como uma vertente temática para Kierkegaard, o autor afirma: "A angústia é a vertigem da liberdade" (Kierkegaard, 1844, p. 45), essa citação evidencia como o indivíduo se encontra em frente às possibilidades que eventualmente aparecem e se abrem diante o indivíduo, pois essa concepção frisa a angústia como um ponto indispensável à experiência humana, manifestando-se a partir do momento em que o indivíduo confronta sua autonomia de escolha e todas as consequências que essas escolhas implicam. No entanto, esse medo não é somente um temor trivial, mas também é uma experiência complexa que dá enfoque para uma responsabilidade fundamental que está diretamente ligada à liberdade do ser humano. Dito isso, com a onda crescente do consumo da internet, os indivíduos tendem a buscar maneiras de evitar a angústia através de distrações imediatas, podendo gerar um conflito com a própria realidade resultando em uma alienação de sentido. Esse processo distanciar o ato da reflexão e aprofundamento, atrapalhando o desenvolvimento de uma maturação pessoal.

As consequências dessa fuga da angústia pode ser mostrada pelo estudo de (Marin et al., 2024) onde o aumento do uso da internet pode desencadear sofrimentos psicológicos e distúrbios do sono, estados estes que podem distanciar o indivíduo de visar a sua liberdade e autenticidade, além de não permiti-lo experienciar a angústia que convocará o indivíduo em determinados momentos de sua existência.

Deste modo, a angústia não deve ser apenas compreendida como uma sensação maléfica ou que necessita ser evitada, mas sim, como um aspecto que tem grande importância dentro da existência, uma vez que é com a mesma, que o sujeito tem a possibilidade de se confrontar com sua própria realidade. Nesse momento, o indivíduo costuma perceber que existem inúmeras possibilidades e diante dessa percepção pode

criar um sentimento de desamparo, impotência e incerteza, porém é uma oportunidade de implementar uma atitude autêntica diante os dilemas da vida.

Kierkegaard (1844) evidencia que o sofrimento é o que impulsiona os indivíduos a adotarem uma postura de responsabilidade e a construir o significado da própria existência por mais complexa e paradoxal que isso possa significar. Contudo, ao invés de reconhecer esse sentimento dando a devida atenção ao sofrimento como uma etapa importante a ser aprofundada, acaba acontecendo um refúgio por meio da facilidade de acesso a recursos online. Essa prática, de tentar evitar esse desconforto, reforça um comportamento paliativo que acoberta as frustrações em meio de estímulos superficiais e imediatos gerando um alívio momentâneo, afastando-o de sua angústia existencial.

Além disso, a angústia existencial revela uma linha que divide a existência e o nada, existe uma tensão que guia os indivíduos a refletir sobre os próprios sentidos e as escolhas que determinaram sua trajetória. O sofrimento é, portanto, a força motriz de uma liberdade genuína, pois somente quando o indivíduo consegue reconhecer a própria condição dolorosa ele pode agir consciente e autenticamente no mundo. Ao passar longos períodos em contato com a internet, principalmente em redes sociais, sem um sentido aparente pode ocasionar uma convergência com o “nada” que é descrito por Kierkegaard.

Porém existe, ao mesmo tempo, outra coisa que, entretanto, não é perturbação nem luta, porque não existe nada com que lutar. O que existe então? Nada. Que efeito produz, porém este nada? Este nada dá nascimento à angústia (Kierkegaard, 1844, p. 45).

Dito isso, é sugerido que a angústia dialoga com o “nada”, que é caracterizada pelo lançamento do indivíduo para esse lugar de nadidade, além disso, o autor enfatiza em outra passagem do livro que a angústia é uma experiência profundamente humana. "Se um humano fosse um animal ou um anjo, não poderia angustiar-se. Dado que ele é uma síntese, pode angustiar-se, e quanto mais profundamente se angustia, maior é o ser humano" (KIERKEGAARD, 1844, p. 163).

Para Forghieri (2000), é evidenciado que a psicologia fenomenológica, ao focar na experiência subjetiva e no ser-em-situação, não é recomendado ignorar os sentimentos que passam a existir após a tomada de consciência de si, no caso, a angústia. Para a autora, "a angústia não é um sintoma a ser erradicado, mas um fenômeno essencial que

revela o ser humano em sua totalidade" (FORGHIERI, 2000, p. 67). Seguindo o pensamento da citação, nota-se que quando existe o uso exacerbado da internet, se torna cada vez mais difícil encarar a angústia, acabando por evitar o desconforto, evita-se também a autenticidade.

É ao perceber que seu tempo é limitado que o sujeito é confrontado com o real sentido de sua liberdade, na medida em que ele é chamado a viver de acordo com suas próprias escolhas (Forghieri, 2000, p. 85).

Como dito anteriormente, não é um sentimento puramente negativo, ela pode, para Forghieri (2000), vir a ser uma forma de autoconhecimento e autenticidade. A autora argumenta que a identificação da angústia pode torná-lo mais consciente das suas possibilidades e limites. A Fenomenologia não tem como objetivo exterminar o sofrimento psíquico, ao contrário, tem como propósito trazer uma compreensão mais profunda da angústia, pois, como Forghieri pontua, "é na experiência da angústia que o sujeito encontra uma abertura para a autenticidade, ao assumir a totalidade de sua liberdade e de suas escolhas" (FORGHIERI, 2000, p. 91).

Em suma, a angústia existencial, discutida tanto por Kierkegaard quanto por Forghieri, não deveria ser enxergada como um obstáculo, mas sim, como uma experiência com papel fundamental dentro da condição humana. Ela emerge da tensão entre a liberdade ilimitada do ser e a finitude da sua própria existência, demonstrando para o indivíduo que existem tanto as infinitas possibilidades de escolha quanto a responsabilidade que perdura em cada decisão. De vez de paralisar, a angústia surge para proporcionar uma oportunidade para a vivência autêntica, permitindo que o sujeito consiga confrontar com seus anseios, limitações e incertezas, conseguindo assumir a totalidade de sua liberdade.

É fundamental obter um olhar mais crítico diante ao uso desenfreado das redes, principalmente sem propósito, podendo ser de grande risco ao bem estar emocional. A marca de uma sociedade cada vez mais imediatista com uma busca incessante por distrações rápidas dificulta cada vez mais o encontro de si e quando o indivíduo insiste constantemente em procurar esse tipo de rota, ele está sujeito a se desconectar de reflexões e emoções. Assim, quando é visto como um sofrimento a não ser evitado e

reconhecendo que a angústia se revela como um trajeto para a construção de sentido da verdadeira liberdade, que por sua vez acaba estimulando tanto a consciência quanto a autenticidade.

## **A INAUTENTICIDADE ADVINDA DO USO DAS REDES SOCIAIS**

O ser-aí possui um caráter de abertura para o mundo, composto pelo seu horizonte temporal. Essa abertura nunca será concluída ou fechada, pois é a partir dela que o indivíduo pode sempre vir-a-ser as suas possibilidades. O que pode determinar essa conclusão da existência será o ser-para-a-morte, ou seja, sua existência sempre estará direcionada para o fato de que terá um fim e após isso poderá ser total e originária (HEIDEGGER, 1927).

No entanto, ao se deparar com a morte, o sujeito pode ser convocado para ficar frente a frente a sua própria finitude, e encontrar-se nessa condição pode levá-lo a dois caminhos: 1) apropriar-se de sua finitude e lançar-se para uma singularização de seu Ser, ou seja, traçar um caminho de vida mais autêntico e com cuidado; 2) tentar fugir da sua finitude, onde buscará no ôntico (mundo) distrações e falatórios que podem distanciá-lo da sua condição de ser-para-a-morte (FEIJOO, 2011).

É na fuga que o ser humano pode buscar esse preenchimento do seu tempo, fazendo com que o seu ser-aí assuma um lugar de não autenticidade, não se responsabilizando pelas escolhas de suas atitudes. A internet, juntamente com as redes sociais, pode deixar o indivíduo alheio à própria existência, atuando na dispersão da experiência vivida, uma vez que elas propiciam um lugar de comparações tanto com o seu Eu “antigo” quanto de outras pessoas. Hoje, com a popularização dos “influencers” na maioria dessas redes, o indivíduo se depara com uma dinâmica de exposição que acaba levando-o para uma avaliação de si mesmo com o outro, esse ato pode evidenciar um desligamento do seu próprio ser.

O que é apresentado nas redes sociais, geralmente é um recorte estético polido com cautela para ser transmitido, logo, essa dissonância entre o real e o exposto, pode gerar uma idealização desbalanceada reforçando uma inautenticidade pessoal. Nesses

casos, o uso excessivo da internet pode ser entendido como uma estratégia de escapar da angústia do ser-para-a-morte.

Para Heidegger (1927) a inautenticidade está, também, ligada à impessoalidade. Ao assumir uma posição inautêntica de existência, o ser facilmente cai em um modo de existir impessoal, modo este que é comum no mundo e presente nas redes sociais. A impessoalidade fornece ao indivíduo um lugar de não ter que encarregar-se pela culpa e consequência de qualquer coisa. Além disso, também cria brechas para a superficialidade, característica esta que é tão vista na Era Digital. Para compreender isso, Diefenbach & Anders (2022) evidenciam como os *posts* do Instagram servem como palco para aprovação de outros e, até mesmo, competições entre os usuários.

Quando o indivíduo passa a dedicar mais tempo em consumir conteúdos na internet, ele também estará suscetível a se afastar da abertura existencial. Dito isso, as redes sociais podem servir de mecanismo para amplificar o processo de se perder no impessoal pois ao se deparar com um cenário idealizado é encontrado estereótipos que reforçam padrões irrealizáveis e expectativas que vão além do próprio desejo do indivíduo. Para além desses atributos, a impessoalidade fornece também um falatório do cotidiano, preenchendo essas expectativas com conversas rotineiras que afastam o ser da possibilidade de refletir esses padrões na sociedade.

[...] assumir que a tensão do existir jamais será resolvida e que o eu se constitui nessa tensão como desespero, angústia. A tentativa de escapar da tensão, do desespero e da angústia implica, justamente, a queda - situação na qual o homem se encontra na maioria das vezes, pois conjuga diferentes modos de tentar escapar de sua situação de tensão. [...] (Feijoo *et al.*, 2013, p. 33).

Nesse trecho, a autora enfatiza que a angústia sempre convocará o indivíduo, de forma que não é possível desfazer dela e ignorá-la por completo, mesmo que existam tentativas falhas de efetua-la. Para as abordagens existenciais a angústia é importante na manutenção da vida humana, de modo que só é possível encontrar as suas possibilidades através dela. Se um sujeito não se angustia, não se movimenta, não se lança para fora.

Desse modo, ao evitar a angústia nessa busca de preencher os receios, o ser defronta-se com um esvaziamento de sentido e significado para sua existência. Existir é

angustiar-se e angustiar-se é ser lançado para a clareza das possibilidades frente à nada que esse sentimento coloca o indivíduo. A angústia convoca a consciência para o nada e quando ela é evitada, não faz-se possível criar esse movimento e consequentemente novos sentidos.

Não é raro observar que o ser humano busca sentido e significado para as suas questões existenciais. Na Fenomenologia Existencial esses sentidos serão criados e atribuídos aos fenômenos pelo próprio indivíduo que os percebe. Isso quer dizer que essas significações não virão de fatores externos e impostos pela sociedade. Sartre (1970) ao comentar “O que se deve entender por isso, quer dizer, que a existência precede a essência? Quer dizer que o homem existe, aparece, surge no mundo, e que depois se define.” consegue elucidar bem essa proposta de uma existência não definida e livre para novas significações.

## **A TEMPORALIDADE NA ERA DIGITAL**

Diferente das abordagens cognitivistas da Psicologia ou da Psicanálise — que não é uma vertente da Psicologia, mas um campo teórico-clínico próprio — a Fenomenologia Existencial traz uma noção de temporalidade que ultrapassa os conceitos racionais de tempo já estabelecidos no mundo. Trata-se de um tempo que torna possível a transcendência do ser, permitindo que o passado, presente e futuro possam ser vistos como uma totalidade, do mesmo modo que acontece com a existência humana.

Ao elaborar o conceito de tempo em relação à maturidade humana, Pompeia e Sapienza (2010) compreendem que a vida não pode ser delimitada através de uma “reta”. Ao invés disso, os autores utilizam a metáfora do “círculo”, demonstrando que os acontecimentos que surgem e já surgiram estão todos juntos, sem necessariamente estabelecer uma ordem de começo, meio e fim. Isso explica, também, porque o ser humano constantemente pode se sentir atravessado por questões passadas que antes julgava não serem mais importantes.

Aqui existe uma ampliação da existência humana, significa dizer que o indivíduo não perde aquilo que já passou, ele apenas acrescenta os novos fenômenos a aqueles que já existem. Estabelecer momentos fixos e universais para todas as experiências humanas

é reduzir esses indivíduos a um conceito incapaz de abranger a sua própria complexidade. Apesar disso, não deve-se negar totalmente as ideias de tempo já impostas, como as noções de horas, dias, meses etc pois é com eles que a sociedade pode guiar-se no mundo e evoluir em diversas áreas (FORGHIERI, 2000, p. 43).

Se antes as redes sociais possuíam um papel importante nos registros dos acontecimentos dos indivíduos, como por exemplo: o Instagram servir como um “álbum de fotos virtual”, o Twitter como “diário virtual” e assim por diante, hoje eles possuem uma configuração diferente. Ainda que a temporalidade não possua esse caráter de “linha reta” a influência que a internet tem para as pessoas é importante para que a percepção de tempo possa se tornar confusa e não autêntica.

Os estímulos que hoje uma pessoa recebe são diferentes de algumas décadas atrás, antes da popularização de telefones móveis, computadores e TV 's, por exemplo. Ao abrir o TikTok o usuário pode dar-se de frente para inúmeros vídeos curtos e práticos onde o algoritmo irá definir o que melhor mostrar para ele e conseqüentemente fazê-lo despende horas do dia acessando esses conteúdos. A partir disso, o indivíduo pode ser atravessado por diversos sentimentos, ideias e pensamentos em um curto período de tempo. Se antes o ser humano tinha espaço entre um conteúdo e outro para poder absorver o que o mundo lhe apresenta, agora não há um intervalo para que isso aconteça, fazendo com que o Ser possa misturar a sua temporalidade existencial com assuntos que são de uma instância ôntica (do mundo) e que não necessariamente agrega em seu cotidiano.

Como a sociedade torna-se cada vez mais imediatista na Era Digital, torna-se mais fácil e prático adiar a própria existência, sempre pensando em qual será a próxima “postagem” nas redes sociais, por exemplo. Cria-se então, uma expectativa das possibilidades futuras que esse indivíduo pode vir-a-ser e que não são autenticamente suas, deixando para trás a autonomia em escolher por si próprio.

O mundo é a totalidade daquilo que não depende de mim, e, ao mesmo tempo, aquilo por que sou afetado e que me afeta. (Sartre, 1996, p. 45)

Para Sartre (1996), o mundo se forma por meio do que está fora do nosso alcance e mesmo assim, somos atravessados, sendo assim, essas percepções de presente se modificam na medida que as redes sociais fornecem muitos conteúdos de forma simultânea, contribuindo para o atravessamento do indivíduo por meio de diversas

informações, muita das vezes desconexas entre si. Essa multiplicidade de conteúdo chega até as pessoas de forma acelerada e sem seguir um padrão, isso acaba colocando o indivíduo em contato com vários estímulos e permitindo que seja experimentado uma explosão de sentimentos e de informações que são recebidas de forma aleatória.

Esses conteúdos, além de recebidos, acabam afetando aqueles que o consomem, causando um impacto direto na forma de sentir e na percepção do mundo, comprometendo a criação de experiências e a construção de si mesmo, já as consequências desse efeito estão diretamente relacionadas à dificuldade em estruturar uma identidade autêntica. Quando a vivência passa a ser fundamentada em torno de algoritmos, superficialidade e expectativas irrealistas instiga uma busca por validação podendo vir a se tornar uma fixação por manter uma aparência completamente idealizada. Essa alienação acaba se sobrepondo ao ato de encarar a angústia e ser lançado às possibilidades, possivelmente protelando o encontro de si mesmo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo abordado dentro do artigo possibilitou uma compreensão melhor sobre o uso das redes sociais, embora a mesma proporcione benefícios e coisas significativas como a intensificação da comunicação, a divulgação e compartilhamento cultural e o acesso ágil diante das informações. A influência da internet também causa um impacto direto sobre a autenticidade do indivíduo, a partir dessa perspectiva dentro do olhar fenomenológico-existencial, é possível observar que as redes sociais têm um papel em conduzir o indivíduo a assumir uma posição inautêntica e isso está diretamente relacionado à impessoalidade do sujeito, criando uma brecha para a superficialidade, nesse cenário o sujeito se afasta de si mesmo e se perde em um movimento comparação, validação e performance diante do olhar do outro.

Os resultados desta revisão narrativa mostram que o uso exacerbado da internet pode estar ligado a uma perda de sentido, uma alienação e se tornando cada vez mais difícil de encarar a angústia, quando isso acontece o indivíduo passa a evitar o desconforto que é um elemento essencial para condução de um trajeto para o sentido da liberdade, e quando é encarado essa angústia acaba estimulando tanto a consciência



quanto a autenticidade. A temporalidade distorcida e o imediatismo presente dentro da era digital desestabilizam o contato do indivíduo com a reflexão e o encontro autêntico com o próprio ser.

Este estudo também permitiu a identificação de algumas lacunas dentro dessa temática. A principal delas é referente a escassez e dificuldade em encontrar artigos científicos com o tema central das redes sociais dentro de um olhar Fenomenológico Existencial, isso acaba demonstrando uma falta teórica muito importante e significativa. Grande parte dos artigos encontrados dentro dessa pauta está voltado para abordagens comportamentais ou cognitivas, deixando aberta uma discussão do impacto das redes nos indivíduos frente a Fenomenologia. Essa lacuna evidencia uma necessidade de artigos com esse eixo central voltado para esse olhar mais existencial.

Durante as buscas fica evidente que a atuação do psicólogo diante a essas questões é indispensável, o profissional irá auxiliar o indivíduo a retomar esse contato mais íntimo com sua própria existência e criar um espaço terapêutico que favoreça o reconhecimento de si e o enfrentamento da angústia. O presente artigo também contribui ao apontar um destaque a necessidade investimento em futuras pesquisas que consigam trazer o olhar Fenomenológico. Portanto, a presente pesquisa evidencia que o maior enfoque está em resgatar uma consciência existencial nessa era digital, obtendo um uso mais autêntico e consciente da tecnologia.

## REFERÊNCIAS

ANDREASSEN, C. S. *et al.* **The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: a large-scale cross-sectional study.** *Psychiatry Research*, v. 246, p. 227–232, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.09.030>. Acesso em: abr. 2025.

BECKER, M. C.; BOFF, R. de M.; FREITAG, A. L. **Relação entre dependência de internet e traços de personalidade em estudantes universitários.** *Saúde e Pesquisa*, v. 12, n. 3, p. 503–511, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2019v12n3p503-511>. Acesso em: abr. 2025.

**BERNER, J. E.; SANTANDER, J. Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia.** *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria*, v. 50, n. 3, p. 181–190, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.4067/S0717-92272012000300008>. Acesso em: abr. 2025.

**CANCLINI, Néstor García. A globalização imaginada.** São Paulo: Iluminuras, 2003.

**CORRÊA, M. T. B.; NUNES, L. L.; FARIAS, E. S. Comportamento de utilização de aplicativos móveis entre adolescentes: um estudo comparativo das preferências e tendências entre estudantes.** *Comunicação, Mídia e Consumo*, v. 21, n. 60, p. 53–71, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.18568/cmc.v21i60.2879>. Acesso em: abr. 2025.

**DEMERS, H.; WHITE-GOSSELIN, C.-É.; POULIN, F. Relationship with parents in adolescence and social media addiction in adulthood: longitudinal links and mediation analyses.** *Canadian Journal of Behavioural Science*, v. 57, n. 2, p. 87–97, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/cbs0000428>. Acesso em: abr. 2025

**DIEFENBACH, S.; ANDERS, L. The psychology of likes: relevance of feedback on Instagram and relationship to self-esteem and social status.** *Psychology of Popular Media*, v. 11, n. 2, p. 196–207, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/ppm0000360>. Acesso em: abr. 2025.

**DUPRAT, I. P. O papel da Internet na saúde mental de jovens universitários e sua relação com ideação suicida.** São Paulo: s.n., 2024. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/biblio-1537133>. Acesso em: abr. 2025.

**FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo de. A existência para além do sujeito.** Rio de Janeiro: Via Verita, 2011.

**FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo de; MATTAR, Cristine; FEIJOO, Elaine Lopez;**

**LESSA, Maria Bernadete Medeiros Fernandes; PROTASIO, Myriam Moreira. O pensamento de Kierkegaard e a clínica psicológica.** 1. ed. Rio de Janeiro: IFEN, 2013.

**FREITAS, R. J. M. de; OLIVEIRA, T. N. C.; MELO, J. A. L. de; SILVA, J. V. do; MELO, K. C. de O.; FERNANDES, S. F. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental.** *Enfermería Global*, v. 20, n. 4, p. 324–364, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.6018/eglobal.462631>. Acesso em: abr. 2025.

**FORGHIERI, Yolanda Cintrão. Psicologia fenomenológica: fundamentos, métodos e pesquisa.** São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002.

**HEIDEGGER, Martin. Ser e tempo.** Tradução de Márcia Sá Cavalcante Schuback. 13. ed. Petrópolis: Vozes, 2005.

**INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA.** 161,6 milhões de pessoas com 10 anos ou mais de idade utilizaram a internet no país, em 2022. Agência de Notícias IBGE, Rio de Janeiro, 9 nov. 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38307-161-6-milhoes-de-pessoas-com-10-anos-ou-mais-de-idade-utilizaram-a-internet-no-pais-em-2022>. Acesso em: 02 maio 2025.

**KIERKEGAARD, Soren Aabye. O conceito de angústia.** 3. ed. Petrópolis, RJ: Vozes de Bolso, 2015.

**KLINGER, E. F.; SILVA, J. B. F.; MARINHO, V. L.; MIRANDA, K. W.; REIS, T. V. Propensão à dependência da internet: um estudo com acadêmicos de um centro universitário.** *Revista CEREUS*, v. 9, n. 2, p. 75–91, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.18605/2175-7275/cereus.v9n2p75-91>. Acesso em: abr. 2025.

**LOBO, D. C.; GIGANTE, A. D.; NAVARRO, C. M.; RASO, V. Dependência de internet e sintomas depressivos em estudantes universitários.** *Colloquium Vitae*, v. 9, esp., p. 52–63, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.5747/cv.2017.v09.nesp.000298>. Acesso em: abr. 2025.

MANNO, M. V. M.; ROSA, C. M. **Dependência da internet: sinal de solidão e inadequação social?** *Polêm!ca*, v. 18, n. 2, p. 119–132, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/polemica.2018.37793>. Acesso em: abr. 2025.

MARIN, M. G.; MACHADO, A. B. C.; FREITAS, G. S.; ALMEIDA, R. M. M. **Internet addiction, sleeping habits and psychological distress in Brazilian adolescents and young adults.** *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 37, n. 1, p. 37, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s41155-024-00323-0>. Acesso em: abr. 2025.

MELO, S. S. de; CORDEIRO, L. K. T. P.; SOUSA, F. L. S. de; QUEIROGA, G. V.; DIAS, M. M.; ALVES, M. da S.; VIEIRA, C. V. M.; SOUZA, M. de O. G.; BRAGA, A. L. G.; ARAÚJO, L. V. B.; SILVA, M. T. C.; NUNES FILHO, S. E. C.; QUEIROGA, N. S.; CAMINHA, R. T. do Ó; GADELHA NETO, A. Q. **Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade e uso de telas: qual a relação?** *Serviços Acadêmicos Intercontinentales*, v. 17, n. 6, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.6-222>. Acesso em: abr. 2025.

PICON, F.; KARAM, R. G.; BREDAS, V.; RESTANO, A.; SILVEIRA, A.; SPRITZER, D. T. **Precisamos falar sobre tecnologia: caracterizando clinicamente os subtipos de dependência de tecnologia.** *Revista Brasileira de Psicoterapia*, v. 17, n. 2, p. 44–60, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.18316/rbp.v17i2.177>. Acesso em: abr. 2025.

POMPÉIA, João Augusto; SAPIENZA, Bilê Tatit. **Na presença do sentido: uma aproximação fenomenológica a questões existenciais básicas.** São Paulo: Educ, 2010.

PRATO, A. B.; ANDRADE, E. A. de. **Dependência de internet e autoestima: influências e implicações na saúde mental do estudante universitário.** *Conhecimento & Diversidade*, v. 16, n. 42, p. 528–545, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.18316/rcd.v16i42.11579>. Acesso em: abr. 2025.

SANTOS, A. M. dos; ISTEIO, S. E.; OLIVEIRA, F. M. **Redes sociais digitais e a necessidade de mostrar-se “feliz” para os seguidores nesse ciberespaço.** *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, v. 14, n. 2, p. 1–13, 2012. Disponível em: <http://periodicos.unb.br/index.php/rptp/article/view/XXXXXX>. Acesso em: abr. 2025.

SARTRE, Jean-Paul. O existencialismo é um humanismo. Tradução de Rita Correia Guedes. São Paulo: Nova Fronteira, 2020.

SARTRE, Jean-Paul. O ser e o nada: ensaio de ontologia fenomenológica. Tradução de Paulo Perdigão. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 1996.

SCHMIDEK, H. C. M. V.; GOMES, J. C.; SANTOS, P. L. dos; CARVALHO, A. M. P.; PEDRÃO, L. J.; CORRADI WEBSTER, C. M. **Dependência de internet e transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH): revisão integrativa.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 67, n. 2, p. 126–134, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000195>. Acesso em: abr. 2025

SEMENSATO, C. da C. P. D. G.; DIAS, T. L. **Adolescência e isolamento social: aspectos da dependência em internet.** *Revista Psicologia em Pesquisa*, v. 1, n. 18, p. 1–24, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.34019/1982-1247.2024.v1.37673>. Acesso em: abr. 2025.

TERROSO, L. B.; ARGIMON, I. I. L. **Dependência de internet e habilidades sociais em adolescentes.** *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 16, n. 1, p. 200–219, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/epp.2016.24839>. Acesso em: abr. 2025.

UPSHAW, J. D.; DAVIS, W. M.; ZABELINA, D. L. **iCreate: social media use, divergent thinking, and real-life creative achievement.** *Translational Issues in Psychological Science*, v. 8, n. 1, p. 125–136, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/tps0000306>. Acesso em: abr. 2025.

**WHITE-GOSSELIN, C.-É.; POULIN, F. Associations between young adults' social media addiction, relationship quality with parents, and internalizing problems: a path analysis model.** *Canadian Journal of Behavioural Science*, v. 56, n. 1, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/cbs0000326>. Acesso em: abr. 2025.

**ZANONATO, E. R.; COSTA, A. B.; RISSON, A. P. Fatores psicossociais relacionados à dependência de internet: estudo quanti-qualitativo com estudantes do ensino médio.** *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 1, p. 5576–5597, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n1-393>. Acesso em: abr. 2025.

**ZUIN, A. A. S.; GOMES, L. R. A formação da subjetividade na Idade Mídia.** *Revista Eletrônica de Educação*, v. 13, n. 2, p. 377–387, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.14244/198271993350>. Acesso em: abr. 2025.

# A PSICOLOGIA JURÍDICA E O LUGAR DO PSICÓLOGO EM CASOS DE VIOLÊNCIA DE GÊNERO

Yasmin Santos da Silva<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

**Resumo:** A violência de gênero é um dos maiores desafios sociais e de saúde pública presentes atualmente, que impacta diversas áreas da vida das vítimas e da sociedade como um todo, incluindo aspectos físicos, mentais e psicossociais. Nesse cenário, a Psicologia Jurídica emerge como um campo de conhecimento e prática indispensável para o auxílio das vítimas e do sistema jurídico, pois permite uma compreensão aprofundada das nuances psicológicas envolvidas nos contextos judiciais, oferecendo subsídios técnicos e científicos para auxiliar em decisões do sistema de justiça. Sendo assim, este trabalho tem como objetivo compreender a atuação do psicólogo jurídico em casos de violência de gênero, apresentando sua contribuição através das entrevistas que dão suporte as decisões judiciais. A pesquisa, realizada como uma revisão narrativa de literatura mostra como a atuação do psicólogo nesse contexto pode auxiliar na formulação de políticas públicas mais eficazes, oferecendo um melhor suporte na articulação de proteção destas vítimas.

**Palavras-chave:** Violência de gênero. Psicologia Jurídica. Sistema de justiça. Suporte à vítima. Medida de proteção.

**Abstract:** Gender-based violence is one of the major social and public health challenges today. It impacts several areas of the lives of victims and society as a whole, including physical, mental, and psychosocial aspects. In this context, Legal Psychology emerges as an essential field of knowledge and practice to support both victims and the legal system, as it enables an in-depth understanding of the psychological nuances involved in judicial contexts, offering technical and scientific contributions to assist in justice system decisions. Therefore, this study aims to understand the role of the legal psychologist in cases of gender-based violence, presenting their contribution through interviews that support judicial decisions. The research, conducted as a narrative literature review, shows how the psychologist's work in this context can help formulate more effective public policies and provide better support in coordinating protection for these victims.

**Keywords:** Gender-based violence. Legal Psychology. Justice system. Victim support. Protective measures.

## Introdução:

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [yasminsantosedasilva@15gmail.com](mailto:yasminsantosedasilva@15gmail.com)

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em Ciências da Saúde pela UFU. E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>3</sup>. Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI). Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. albert.manoel@hotmail.com

A Psicologia Clínica diferentemente da Jurídica, tem como foco o atendimento e cuidado do indivíduo, oferecendo a psicoterapia em locais como clínicas, consultório particular, hospital, trabalhando diretamente com o paciente e sua demanda, realizando o acompanhamento psicológico utilizando uma das diversas abordagens existentes para essa atuação, como Psicanálise, Terapia Cognitivo Comportamental, Humanista-Existencial. Já a Psicologia Jurídica, não tem como foco o indivíduo em específico e sim atua dentro do sistema de justiça brasileiro em varas da família, varas criminais, violência de gênero, sistema prisional de forma que analisa os contextos que os indivíduos estão inseridos, fazendo uma avaliação psicológica, produzindo relatórios e laudos periciais solicitados pelos juízes, ministério público, além de dar suporte as decisões judiciais, através de entrevistas realizadas.

A violência de gênero constitui, na atualidade, um dos maiores desafios sociais e de saúde pública, que afeta múltiplas dimensões da vida das vítimas e da sociedade como um todo, entre elas os aspectos físicos, mentais e psicossociais. Por não se tratar de um fenômeno isolado, sua permanência e complexidade exigem estratégias amplas, integradas e interseccionais para que possa ser enfrentada de maneira eficaz. Segundo a World Health Organization (WHO, 1948) juntamente com a Organização das Nações Unidas (ONU), no ano de 2019 criaram e publicaram guia “RESPECT Women” juntamente com outras doze agências bilaterais e multilaterais da ONU, com o intuito de prevenir a violência contra mulher, se baseando em evidências para que os formuladores de políticas possam fortalecer e ampliar planejamento, a implementação e os monitoramentos de intervenções para prevenirem a violência contra mulher.

No Brasil, informações alarmantes do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP, 2024) ilustram a magnitude do problema, com milhares de casos de feminicídio e agressões contabilizados anualmente, foi registrado um aumento de 0,8% entre 2022 e 2023 de vítimas de feminicídio, totalizando 1.467 vítimas em



2024, e um aumento de 9,8% de agressões decorrentes de violência doméstica, contabilizando 258.941 registros destes casos. Destaca-se a necessidade alarmante, portanto, de ações efetivas do Estado e suas políticas e meios de segurança. Apesar dos avanços legislativos, como a Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006), que marca um importante avanço ao combate à violência doméstica e familiar contra a mulher, a implementação e a efetividade dessas medidas ainda enfrentam barreiras significativas. Pois ainda existem muitos municípios brasileiros que não possuem Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher (DEAM), centros de referência especializados, mas também, a morosidade do sistema judiciário em audiências tardias, medidas protetivas, agressores permanecendo soltos, a ausência de suporte continuado a vítima.

Dessa forma, a Psicologia Jurídica emerge como um campo de conhecimento e prática indispensável para o auxílio das vítimas e do sistema jurídico. Sua interface com o Direito permite uma compreensão aprofundada das nuances psicológicas envolvidas nos contextos judiciais, oferecendo subsídios técnicos e científicos para as decisões do sistema de justiça. O trabalho do psicólogo jurídico vai além da identificação e avaliação das violências sofridas, abrangendo também o acolhimento sensível das vítimas, a compreensão das relações familiares e sociais que mantêm a violência, e a colaboração na formação de redes de apoio mais eficientes.

Diante desta problemática, o aumento dos casos de violências de gênero gera uma demanda crescente para abordagens mais humanizadas e específicas destes casos, se fazendo necessário cada vez mais, a atuação do psicólogo jurídico para seu auxílio. Dessa forma, surge a seguinte questão: Como o psicólogo jurídico pode auxiliar na abordagem da violência contra a mulher e de que forma sua atuação contribui para o acolhimento e proteção das vítimas no contexto legal.

Esse trabalho tem o objetivo geral de compreender a atuação do psicólogo jurídico em casos de violência de gênero, apresentando sua contribuição na proteção das vítimas, no suporte à Justiça e na formulação de intervenções que auxiliem seu enfrentamento. E seus objetivos específicos são: analisar como a atuação do psicólogo pode influenciar decisões judiciais e medidas de proteção às vítimas, identificar boas práticas e estratégias eficazes utilizadas por esses

profissionais no acolhimento de mulheres vítimas de violência e compreender as principais funções e seus desafios dentro contexto jurídico.

### **Método:**

Este estudo foi elaborado a partir de uma Revisão Bibliográfica Narrativa de Literatura, com o propósito de reunir, examinar e integrar informações referentes a um em tema específico, de forma abrangente e descritiva. O objetivo desta revisão é oferecer uma visão geral, crítica e interpretativa do assunto e também destacar os resultados de diferentes publicações e pesquisas.

No processo de levantamento, foram encontrados uma quantidade mediana de artigos diretamente relacionados ao tema, mas mesmo assim, foi uma pesquisa profunda, devido à limitação de acesso a produções atualizadas. Por esse motivo, foi-se necessário incluir publicações compreendidas entre os anos de 2004 e 2025.

A busca foi realizada em bases de dados como: livros, SciELO, Google Acadêmico, sites governamentais, CFP (O Código de Ética Profissional do Psicólogo), FBSP (Fórum Brasileiro de Segurança Pública) e também revistas e estudos científicos publicados no Brasil. As palavras-chave utilizadas para a busca foram: Psicologia Jurídica, Violência de Gênero, Violência Psicológica, Direitos Humanos, Mediação de Conflitos, Contribuição do Psicólogo Jurídico, Importância da Psicologia Jurídica, Delegacia da Mulher, Direito das Mulheres, Feminicídio, Violência Doméstica.

Os critérios de inclusão foram: Publicações sobre Violência de Gênero, Violência Doméstica, Psicologia Jurídica, Estudos que abordam a importância do Psicólogo Jurídico e também no contexto de violências, Estudos que abordam Recursos de Atendimento a Mulheres, Mediação de Conflitos, atuação do psicólogo jurídico, rede de apoio á mulheres em situação de violência. Resultados ou Aplicações: Estudos que apresentam dados relevantes sobre como o Psicólogo Jurídico pode contribuir e influenciar decisões judiciais e nas práticas utilizadas para o auxílio e acolhimento de mulheres vítimas de violência.

Os critérios de exclusão foram: Estudos que não abordavam diretamente a atuação do Psicólogo Jurídico e sua importância, Falta de Dados sobre a atuação do Psicólogo: Excluir estudos que se limitavam a aspectos puramente legais da

violência de gênero, Falta de Avaliação Psicológica: Excluir estudos focados apenas em aspectos jurídicos do Direito e não a Psicologia, Excluir estudos que não traziam sobre a atuação do psicólogo jurídico na violência de gênero, Excluir estudos incompletos sobre este tema, Excluir estudos que não abordavam sobre as Consequências da Violência, e artigos que não abordavam os Direitos das Mulheres. Ao todo, foram escolhidos 24 artigos científicos, além de outros materiais que atenderam aos critérios definidos que serviram como fundamento para a análise e discussão desenvolvidas neste estudo.

### **Resultados:**

Esta revisão narrativa realizada permitiu identificar a relevância da atuação do Psicólogo Jurídico como auxílio às vítimas de violência. Foca-se em 3 pontos principais como: analisar como a atuação do Psicólogo pode influenciar decisões judiciais e nas medidas de proteção às vítimas, identificar as práticas mais eficazes utilizadas por esses profissionais no acolhimento de mulheres vítimas de violência e compreender suas principais funções e seus desafios encontrados dentro do contexto jurídico.

Após a aplicação do método SANRA para a avaliação da qualidade dos artigos utilizados, de modo geral, a maioria obteve a classificação entre 9 e 11 pontos, salientando a qualidade metodológica e a relevância científica. De forma geral, os trabalhos utilizados apresentam fundamentações com coerência conceitual e embasamento adequado nas referências utilizadas, revelaram-se análises consistentes e altamente relevantes para a atuação profissional, destacando a contribuição da Psicologia Jurídica para a formulação de políticas públicas, o acolhimento humanizado das vítimas e o fortalecimento das redes de proteção social. Embora alguns artigos apresentem limitações quanto à atualização das fontes ou ausência de evidências empíricas recentes, o que restringiu em partes, a explicitação detalhada dos procedimentos de seleção e análise das informações encontradas.

Em relação a como a atuação do psicólogo pode influenciar decisões judiciais, observou-se que, a psicologia jurídica ajuda as vítimas em situação de violência, de forma que, ao averiguar suas trajetórias para compreender a situação em que elas estão inseridas, auxilia-se na minimização dos danos causados, de forma a ajudar

na laboração do trauma, proporcionando recursos psicológicos para a melhora, utilizando a intervenção terapêutica adequada e avaliação dos danos psicológicos causados. Nesse sentido, faz-se imprescindível uma perspectiva na qual o psicólogo jurídico auxilia o Judiciário a entender a dinâmica da violência não como um evento isolado, mas que abrange elementos históricos, sociais e psíquicos, podendo assim, combatê-los em conjunto e fornecer devido apoio que as vítimas necessitam.

Sobre identificar as práticas mais eficazes utilizadas por psicólogos jurídicos, foi visto que os mesmos atuam também em conjunto de outros serviços especializados como Delegacia da Mulher, Casa da Mulher Brasileira proporcionando atendimento às vítimas, além de realizar relatórios que auxiliam juízes e promotores na maior compreensão dos danos sofridos por elas, e que são decisivos em processos judiciais. Também são feitos acompanhamentos, que contribuem para políticas preventivas, avaliações psicológicas e perícias.

Em geral, os resultados obtidos nessa revisão narrativa mostram que a Psicologia Jurídica não é apenas um campo que é utilizado para serviço do jurídico, mas sim possibilita a análise das relações sociais, reconhecendo que a violência de gênero está enraizada em desigualdades históricas e estruturais da sociedade. Assim, é mostrado que o papel do psicólogo jurídico no acolhimento e escuta qualificada de mulheres em situação de violência, contribui para a compreensão das dinâmicas relacionais emocionais envolvidas e de todo o contexto em que está inserido.

### **Discussão:**

#### **4.1 PRINCIPAIS FUNÇÕES E DESAFIOS DO PSICÓLOGO NO CONTEXTO JURÍDICO**

Os tipos de violência contra a mulher são definidos sobretudo pela Lei Maria da Penha nº 11.340/2006, sendo entendido como violência doméstica e familiar contra a mulher a violência física, que é definida como qualquer ato que ofenda a sua saúde corporal e integridade, a psicológica que é entendida também pela Lei nº 13.772 (BRASIL, 2018) como qualquer conduta que cause danos emocionais, diminuição da autoestima, ações que visem controlar e degradar suas ações,

comportamentos e decisões mediante a humilhações, ameaças, constrangimento, limitações do seu direito de ir e vir e qualquer outro ato que prejudique à sua saúde psicológica.

A violência sexual, é entendida ainda pela Lei nº11.340/2006 como qualquer conduta que constranja a mulher a presenciar, manter ou participar de relações sexuais não desejadas, utilizando a ameaça, intimidação e uso da força, assim como, o impedimento do uso de qualquer método contraceptivo ou que a force à gravidez, prostituição e aborto, utilizando a chantagem, manipulação e coação. Já a patrimonial é compreendida por condutas que envolvem a subtração, retenção e destruição parcial ou total dos seus bens e objetos, como documentos pessoais, recursos econômicos e objetos de trabalho. Por fim, a violência moral, é dada por atos que configurem difamação, calúnia e injúria contra a mulher (BRASIL, 2006).

O Conselho Federal de Psicologia (CFP, nº 010/2005) frisa que “O psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão.” No contexto jurídico, uma das principais formas de atuação do psicólogo é a realização de avaliações psicológicas com fins judiciais, como em processos de guarda, interdição, adoção, medida socioeducativa ou imputabilidade penal. A elaboração de documentos psicológicos (relatórios, laudos e pareceres) deve seguir critérios técnicos, claros e éticos profissionais, de acordo com a Resolução CFP nº 06/2019 (Conselho Federal de Psicologia, 2019).

É importante salientar a necessária preocupação ética na elaboração destes documentos, pois, seu conteúdo pode transformar significativamente a organização do contexto em que o embasa. E pode inclusive adquirir status de prova pericial em contexto criminal. Deve ser pautada pela imparcialidade e objetividade, evitando inferências especulativas e baseando-se sempre em dados empiricamente sustentados, conforme a Resolução do Conselho Federal de Psicologia (CFP) nº 06/2019 que estabelece diretrizes para a elaboração desses documentos, visando os princípios éticos, técnicos e científicos da profissão, garantindo a qualidade técnica e respeito à pessoa avaliada. Assim como frisado pela Resolução do CFP nº

010/2005, o psicólogo deve atuar de forma socialmente responsável, garantindo o respeito à dignidade e à liberdade do ser humano.

O psicólogo pode ser nomeado perito pelo juiz, sendo um auxiliar da Justiça, que tem como função analisar questões psicológicas relevantes para o caso e emitir um laudo técnico para o magistrado. Como assistente técnico, é contratado por uma das partes para analisar o laudo do perito e emitir um parecer técnico para a outra parte. Como citado por FIORELLI e MANGINI (2024), em casos civis é comum a atuação do psicólogo jurídico nessas duas vertentes, auxiliando nas partes em ações que envolvem interdição, guarda de menores, regulamentação de visitas, adoção, separação conjugal, distribuição do poder familiar, entre outras, geralmente relacionadas à área de família. Em ambos os casos, é crucial manter a imparcialidade e fundamentar-se em dados objetivos e empiricamente fundamentados.

Além disso, a Resolução do Conselho Federal de Psicologia (CFP) (nº 06/2019) estabelece que os documentos psicológicos devem apresentar uma linguagem clara, objetiva e acessível, de modo que possam ser compreendidos por profissionais do Direito e utilizados como base para decisões que envolvem risco, vulnerabilidade e urgência. Como ressaltado por CUNHA (2007, p.105) “O processo psicodiagnóstico é um processo científico e, como tal, parte de perguntas específicas, cujas respostas prováveis se estruturam na forma de hipóteses que serão confirmadas ou não através dos passos seguintes do processo.”

Nos campos de Direito da Família o psicólogo jurídico contribui para a compreensão da personalidade dos indivíduos e do desenvolvimento da dinâmica familiar e social FIORELLI e MANGINI (2024). Em situações de conflito familiar, como separação judicial ou disputas pela guarda de filhos, o psicólogo atua como mediador, promovendo o diálogo e a restauração de laços familiares. Conforme SILVA, WEIBER e MALISZEWSKI (2017, pg. 4), “O trabalho do psicólogo dentro do âmbito judicial, pensando em processos de mediação de conflitos, possibilita o desenvolvimento da crítica e da reflexão acerca da capacidade, oportunidades e limites de sua inserção”. Destaca-se assim, a importância em atender necessidades dos indivíduos inseridos neste contexto, bem como avaliar as intervenções realizadas.

Como afirmado:

Percebe-se o importante papel que o psicólogo que atua nestas esferas da justiça exerce, contribuindo para sua efetivação, bem como na procura de possibilidades para o bem estar e boa resolução do indivíduo assistido. (Silva, Weiber e Maliszewski, 2017).

Desta forma, é salientado que o papel do psicólogo é importante em diversas áreas dentro da psicologia jurídica, não só nas áreas de violência de gênero e doméstica, mas também em varas de família, sistema prisional, mediação de conflitos, perícias psicológicas, entre muitas outras, pois é uma área de ampla atuação.

#### 4.2 A ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO E SUA INFLUÊNCIA NAS DECISÕES JUDICIAIS

É destacado a importância da atuação interdisciplinar do psicólogo para um maior auxílio nas decisões judiciais, como dito por Fiorelli e Mangini (2024) “a interdisciplinaridade com a psicologia jurídica auxilia a revelar motivações e comunicações latentes de um indivíduo em determinada ação, como nos conflitos familiares.”. Os autores também enfatizam que a atuação do psicólogo neste âmbito, permite uma melhor e maior compreensão dos fatores que influenciam o comportamento humano e consequentemente, as decisões judiciais (FIORELLI e MANGINE, 2024).

Trindade (2012) diz que “Direito e Psicologia estão “condenados” a dar as mãos; que a Psicologia é fundamental ao Direito e, mais que isso, essencial para a Justiça”. Ele salienta também que:

A Psicologia Jurídica, na sua totalidade, não é apenas um instrumento a serviço do jurídico. Ela analisa as relações sociais, muitas das quais não chegam a ser selecionadas pelo legislador. Em outras palavras, não se juridicizam, isto é, permanecem destituídas de incidência normativa e constituem a grande maioria de nossos comportamentos sociais. (Trindade 2012, p. 35).

A atuação da psicologia jurídica ajuda as vítimas em situação de violência, de forma que averiguam sua trajetória para compreender a situação em que elas estão inseridas auxiliam e minimizam os danos causados. Como frisado por (RODRIGUES, 2023), o papel deste profissional é fundamental referente ao apoio

prestado à essas mulheres violentadas, pois o psicólogo auxilia na ressignificação da experiência vivida por elas, ajudando-as a lidarem com o trauma, a compreenderem a estrutura jurídica, proporcionando recursos psicológicos para sua melhora, utilizando a intervenção terapêutica adequada e avaliação dos danos psicológicos causados. Ela reconhece que a violência de gênero está enraizada em desigualdades históricas e estruturais da sociedade, assim como o Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005) também orienta que ele deve atuar sempre em favor da dignidade humana, especialmente na defesa dos direitos das populações em situação de vulnerabilidade.

Logo, torna-se imprescindível uma perspectiva interdisciplinar, na qual o psicólogo jurídico auxilia o Judiciário a entender a dinâmica da violência não como um evento isolado, mas como um processo subjetivo e relacional, que abrange elementos históricos, sociais e psíquicos, podendo assim, combatê-los em conjunto e fornecer o devido apoio às vítimas.

#### 4.3 PRÁTICAS E ESTRATÉGIAS UTILIZADAS POR ESSES PROFISSIONAIS NO ACOLHIMENTO DE MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA

Segundo a Lei nº 11.340 (BRASIL, 2006), "configura violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial". Nos últimos anos, a atuação do psicólogo jurídico nos casos de violência de gênero tem se tornado cada vez mais importante, pois ele atua em conjunto de outros serviços especializados como Delegacia da Mulher e Casa da Mulher Brasileira, proporcionando atendimento às vítimas e realizando relatórios que auxiliam juízes e promotores a maior compreensão dos danos sofridos por elas.

Segundo o Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP), 18º Anuário Brasileiro de Segurança Pública, em 2024 foram registradas 38.507 ocorrências de violência psicológica contra mulheres, representando um aumento de 33,8% em relação ao ano anterior. Em casos de violência doméstica, foram feitas 258.941 denúncias, aumentando em 9,8% comparado ao ano de 2023. A violência psicológica, por sua natureza subjetiva, muitas vezes não deixa marcas físicas visíveis, porém os danos psicológicos são demasiadamente prejudiciais. Segundo



LIMA e WERLANG (2011, p. 512) “O trauma diz respeito a uma dor impossível de ser representada psiquicamente, cuja consequência é um importante impacto no processo de subjetivação”. Trata-se de uma dor psíquica que afeta aspectos sociopsicológicos, mentais e emocionais salienta-se que:

Os principais tipos de danos psicológicos causados pela violência doméstica são ansiedade, insônia, crises de pânico, baixa autoestima, dependência emocional, isolamento social, depressão, estresse pós-traumático, transtornos alimentares, medo, insegurança. (Silva, Silva e Hanna, 2023).

Como destacado, o psicólogo jurídico atua para identificar e documentar esses danos, fornecendo laudos e relatórios que são decisivos em processos judiciais, também fazendo acompanhamentos, contribuindo para políticas preventivas, avaliações psicológicas e perícias.

O papel do psicólogo jurídico no acolhimento e escuta qualificada de mulheres em situação de violência, contribui para a compreensão das dinâmicas relacionais e emocionais envolvidas. Para o pleno entendimento das usuárias, se faz necessário uma rede de apoio que envolva diferentes setores, como o da saúde, assistência social, segurança pública e justiça. A integração desses serviços é essencial para oferecer um atendimento abrangente e eficaz às vítimas. Como ressaltado:

O enfrentamento da violência contra as mulheres demanda, portanto, intervenções em diversos níveis da realidade social, desde o cultural, o institucional e o familiar até o individual. Isso se traduz em ações para a transformação de valores, com formulação de políticas públicas em todos os setores sociais, mudanças na legislação e criação de serviços de atenção às pessoas em situação de violência. (Hanada, D'Oliveira e Schraiber, 2008).

Para melhor auxílio das vítimas, CESCA (2004, p.43) diz que o papel do psicólogo no acolhimento é constatado pela necessidade de um olhar abrangente que observe não somente as demandas particulares de cada indivíduo (tratamento do abusador e do abusado), mas sim da necessidade de um envolvimento maior do social como um todo, de forma que, não desmembre a violência sofrida do contexto social em que ela está inserida.

Para OLIVEIRA e JORGE (2007, pg 96), “A violência ora discutida se transforma em uma das principais causas de sofrimento psíquico, de adoecimento

físico e mental, que, de modo geral, acontece lentamente”. Isto salienta que a violência doméstica provoca danos além dos físicos em suas vítimas, e um local que deveria ser seguro para as mulheres, seus lares, se tornam um ambiente hostil, de medo e adoecimento.

Destacando a importância do psicólogo no acolhimento das vítimas de violência, ZARDO (2024) enfatiza que “O profissional da psicologia enquanto mediador se preocupa com o sujeito e seu desenvolvimento para além da questão do ambiente jurídico, passando pelo ambiente emocional e psicológico do indivíduo.” Salientando também que, a atuação do psicólogo nesse cenário, necessita de um processo terapêutico que visa alterar a visão da vítima e trabalhar as questões emocionais, psicossociais e afetivas, que foram afetadas. Enfatiza-se assim, a importância de sua atuação abrangente e multidisciplinar, tanto na mediação de conflitos, quanto impulsionando o cuidado com a saúde mental e qualidade de vida dos sujeitos afetados.

Logo, a rede de atendimento à mulheres em situação de violência é vasta, sendo formado também por Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher (DEAMs), Centros de Referência de Atendimento à Mulher; as Casas-Abrigo e Casas de Acolhimento Provisório; as Defensorias da Mulher; Centros de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM) que prestam atendimento psicológico, social e jurídico a elas. Tendo disponível serviços como a Convenção para a Eliminação de todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (CEDAW, 1979) adotada pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 1979, que é composto por 23 especialistas em direitos das mulheres, e é atualmente, um dos principais meios internacionais na luta para que as mulheres possam exercer as liberdades fundamentais da mesma maneira que os homens e ter seus direitos humanos respeitados.

### **Considerações finais:**

A violência de gênero continua sendo um dos desafios mais graves da sociedade e da saúde pública atualmente, impactando profundamente diversos aspectos da vida das vítimas e da sociedade em sua totalidade. Apesar dos avanços legais, como a Lei Maria da Penha, ainda existem importantes lacunas na proteção

às mulheres e na efetividade das políticas públicas, o que evidencia a necessidade de estratégias integradas e multidisciplinares.

Nesse contexto, a Psicologia Jurídica mostra-se fundamental, uma vez que o trabalho do psicólogo vai muito além de identificar e documentar os casos de violência: ele acolhe as vítimas, compreende as relações sociais e familiares que o sujeito está inserido e que podem manter a violência, contribuindo para a organização de redes de apoio que ofereçam assistência mais completa. Além disso, o psicólogo jurídico fornece informações e análises importantes que auxiliam juízes e promotores na tomada de decisões mais justas e fundamentadas, garantindo que os aspectos psicológicos das situações sejam devidamente considerados e analisados em conjunto.

Esta pesquisa também revelou que a atuação do psicólogo não se limita ao âmbito judicial. A intervenção terapêutica e preventiva desempenha um papel crucial na recuperação da saúde mental e no bem-estar das vítimas. A colaboração com serviços especializados de proteção à mulher é essencial para que o atendimento seja completo, considerando tanto os aspectos emocionais quanto sociais e legais envolvidos.

Portanto, o psicólogo jurídico exerce um papel central na proteção e no suporte às vítimas de violência de gênero. Sua atuação ética, interdisciplinar e sensível à realidade de cada mulher contribui para decisões judiciais mais justas, para a prevenção de danos e para a transformação de padrões sociais. Mais do que um apoio técnico, sua presença é uma ponte que conecta o cuidado emocional e psicológico das vítimas à efetividade do sistema de justiça, ajudando a construir um sistema e sociedade mais seguros.

## **Referências:**

ANUÁRIO Brasileiro de Segurança Pública: 18ª edição – 2024. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2024. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/publicacoes/anuario-brasileiro-de-seguranca-publica/>. Acesso em: 24 maio 2025.

BRASIL. Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006. Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, ano 143, n. 151, p. 1, 8 ago. 2006. Disponível em:

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm). Acesso em: 24 maio 2025.

BRASIL. Lei nº 13.772, de 19 de dezembro de 2018. Altera a Lei nº 11.340/2006. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 20 dez. 2018. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2015-2018/2018/Lei/L13772.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13772.htm). Acesso em: 24 maio 2025.

CESCA, Taís Burin. O papel do psicólogo jurídico na violência intrafamiliar: possíveis articulações. *Psicologia & Sociedade*, v. 16, n. 3, p. 41-46, set./dez. 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/MZKbkNhpDwzgVjwQ8PYkhDy/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25 maio 2025.

CONECTAS DIREITOS HUMANOS. Brasil passa por revisão em comitê da ONU para a eliminação da discriminação contra as mulheres. *Conectas*, 3 jul. 2023. Disponível em: <https://www.conectas.org/noticias/brasil-passa-por-revisao-em-comite-da-onu-para-a-eliminacao-da-discriminacao-contra-as-mulheres/>. Acesso em: 24 maio 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (Brasil). *Código de ética profissional do psicólogo*. Brasília, DF: CFP, 2005. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>. Acesso em: 24 maio 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (Brasil). Resolução CFP nº 06, de 29 de março de 2019. Institui normas referentes à atuação da Psicóloga e do Psicólogo no sistema de Justiça. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 16 abr. 2019, Seção 1, p. 67. Disponível em: <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-n-6-2019-institui-normas-referentes-a-atuacao-da-psicologa-e-do-psicologo-no-sistema-de-justica?origin=instituicao&q=006>. Acesso em: 24 maio 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (Brasil). Resolução CFP nº 010, de 21 de julho de 2005. Aprova o Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília, DF: CFP, 2005. Disponível em: [https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2005/07/resolucao2005\\_10.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2005/07/resolucao2005_10.pdf). Acesso em: 24 maio 2025.

CUNHA, Jurema Alcides. *Psicodiagnóstico*. 5. ed. rev. e ampl. Porto Alegre: Artmed, 2007.

FIORELLI, José Osmir; MANGINI, Rosana. *Psicologia jurídica*. Disponível em: [https://www.academia.edu/96475512/Psicologia\\_Juridica\\_Jose\\_Osmir\\_Rosana\\_Mangini](https://www.academia.edu/96475512/Psicologia_Juridica_Jose_Osmir_Rosana_Mangini). Acesso em: 24 maio 2025.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. *Site institucional*. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/>. Acesso em: 24 maio 2025.

FRANÇA, Fátima. Violência contra a mulher: aspectos psicológicos e sociais. *Psicologia: Teoria e Prática*, São Paulo, v. 6, n. 1, p. 76–85, 2004. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v6n1/v6n1a06.pdf>. Acesso em: 24 maio 2025.

HANADA, Emiko Yoshikawa Egry; D'OLIVEIRA, Ana Flávia Pires Lucas. Os psicólogos na rede de assistência a mulheres em situação de violência. *Revista Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 18, n. 1, p. 33-59, jan./abr. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/NT9hzc5kt6qFB4VGJZkT64m/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 maio 2025.

LIMA, Gabriela Quadros de; WERLANG, Blanca Susana Guevara. Mulheres que sofrem violência doméstica: contribuições da psicanálise. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 16, n. 4, p. 511-520, out./dez. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/GShYc5SHq9SVcrwbyXxbSbT/?format=pdf>. Acesso em: 24 maio 2025.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré; JORGE, Maria Salete Bessa. Violência contra a mulher: sofrimento psíquico e adoecimento mental. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*, v. 8, n. 3, p. 93-101, 2007. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3240/324027958012.pdf>. Acesso em: 25 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A MULHER – ONU Mulheres. *Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra a mulher – CEDAW*. ONU Mulheres, 2013. Disponível em: [https://www.onumulheres.org.br/wp-content/uploads/2013/03/convencao\\_cedaw1.pdf](https://www.onumulheres.org.br/wp-content/uploads/2013/03/convencao_cedaw1.pdf). Acesso em: 24 maio 2025.

RESPECT Women. *Preventing violence against women*. UN Women. Disponível em: <https://respect-prevent-vaw.org/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

RODRIGUES, Luiz. A importância da psicologia jurídica no sistema de justiça. *Jusbrasil*, 11 jul. 2023. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/a-importancia-da-psicologia-juridica-no-sistema-de-justica/1895085681>. Acesso em: 25 maio 2025.

SILVA, Bruna Sthefani da; SILVA, Weiber; HANNA, Maliszewski. Psicologia jurídica e a atuação do psicólogo em casos de mediação: um relato de experiência. *Anais do Centro Universitário Assis Gurgacz*, 2017. Disponível em: [https://www.fag.edu.br/mvc/assets/pdfs/anais-2017/BRUNA%20STHEFANI%20DA%20SILVA-bruna\\_sthefani95@hotmail.com-1.pdf](https://www.fag.edu.br/mvc/assets/pdfs/anais-2017/BRUNA%20STHEFANI%20DA%20SILVA-bruna_sthefani95@hotmail.com-1.pdf). Acesso em: 24 maio 2025.

SILVA, Kécia da. *A atuação do psicólogo jurídico na violência doméstica: uma análise crítica*. 2023. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/10138/1/DISSERTA%c3%87%c3%83O%20k%c3%a9cia%20PDF.pdf>. Acesso em: 25 maio 2025.

TRINDADE, Jorge. *Manual de Psicologia Jurídica para Operadores do Direito*. 6. ed. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2012. Disponível em:

<https://pdfcoffee.com/manual-de-psicologia-juridica-para-operadores-do-direito-pdf-free.html>. Acesso em: 24 maio 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Violence against women: Intimate partner and sexual violence against women*. Geneva: WHO, 1948. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>. Acesso em: 17 jun. 2025.

ZARDO, Ana Paula. *A atuação do psicólogo jurídico na garantia dos direitos humanos*. Disponível em: <https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/e679e4c5-5456-474e-b563-4c4fa9318ffa/content>. Acesso em: 24 maio 2025.

# **Da ilusão da ressocialização ao desamparo perante o preconceito: O papel da psicologia na luta pelos direitos de indivíduos egressos do sistema prisional.**

Tales Rodrigues Carneiro Filho<sup>1</sup>

Cleyciane Alves Faria<sup>2</sup>

---

## **Resumo**

Este artigo se trata de uma pesquisa qualitativa de caráter narrativo da literatura nacional publicada nos últimos 10 anos relacionada ao sistema prisional e os indivíduos que nele são institucionalizados, bem como uma reflexão crítica em relação à proposta atual do sistema socioeducativo e de aprisionamento, destacando sua função de controle social no Estado contemporâneo e seus impactos na vida dos indivíduos egressos.

Neste trabalho serão discutidas questões como as condições precárias das instituições prisionais, o fenômeno da seletividade penal e o estigma enfrentado por quem já passou pelo sistema prisional após o cumprimento de sua pena.

O estudo tem também como objetivo explicitar o papel da psicologia na luta pelos direitos e construção/promoção de uma abordagem mais humanizada e reparativa,<sup>1</sup> que busque de fato a reintegração social de indivíduos privados de liberdade e egressos do sistema prisional.

Por fim, é importante citar que este estudo também discute a importância das políticas públicas voltadas à prevenção da criminalidade, trazendo como exemplo a Política de Prevenção à Criminalidade do estado de Minas Gerais. Programas como o PrEsp, o CEAPA o Fica Vivo!, e o programa de Mediação de Conflitos mostram que é de fato possível que haja uma abordagem de caráter social voltada à redução de danos e a reintegração social. Iniciativas como essas representem caminhos

---

1

<sup>1</sup> Graduando em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia E-mail: [talesfilho4321@gmail.com](mailto:talesfilho4321@gmail.com)

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

concretos para reduzir os danos causados por esse sistema e a construção de uma justiça mais socialmente eficaz

**Palavras-chave:** Psicologia Social, Sistema Prisional, Egressos, Controle Social, Psicologia

### **Abstract**

This study presents a qualitative, narrative-based review of national literature published over the past decade concerning the Brazilian prison system and the individuals who experience it. It offers a critical reflection on the current model of incarceration and socio-educational measures, emphasizing its role as a mechanism of social control within the contemporary State and its effects on the lives of formerly incarcerated individuals.

The discussion addresses key issues such as the precarious conditions of prison institutions, the phenomenon of penal selectivity, and the social stigma faced by those who have served their sentences.

Furthermore, the research seeks to highlight the role of psychology in the defense of human rights and in fostering a more humane and restorative approach — one that truly promotes the social reintegration of individuals deprived of liberty and those reentering society after incarceration.

Finally, it is important to highlight that this study also discusses the importance of public policies aimed at crime prevention, using as an example the Crime Prevention Policy of the state of Minas Gerais. Programs such as PrEsp, CEAPA, Fica Vivo!, and the Conflict Mediation Program demonstrate that it is indeed possible to adopt a socially oriented approach focused on harm reduction and social reintegration.

Initiatives like these represent concrete paths toward reducing the damages caused by the current system and building a more socially effective model of justice.

**Keywords:** Social Psychology; Prison System; Former Inmates; Social Control; Psychology.

<sup>1</sup> Graduando em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia E-mail: [talesfilho4321@gmail.com](mailto:talesfilho4321@gmail.com)

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)



## INTRODUÇÃO

O sistema prisional brasileiro é amplamente conhecido por sua promessa de ser um órgão de ressocialização de indivíduos. No entanto, como um mecanismo de controle social e marginalização de grupos específicos, ele se mostra altamente eficiente. Longe de ser um espaço de reabilitação, as instituições prisionais se configuram como estruturas que mantêm a exclusão e reforçam desigualdades, atingindo, de maneira sistemática, pessoas em situação de vulnerabilidade social. Assim, não se trata apenas de excluir, mas de controlar corpos considerados "problema" de acordo com a lógica de organização da sociedade (BATISTA, 2012).

Esse sistema tem sido alvo de críticas recorrentes, principalmente quanto às suas precárias condições e por não fazer jus ao motivo de sua criação. Segundo (BATISTA, 2001) altos índices de reincidência criminal, superlotação das penitenciárias e violações de direitos fundamentais colocam em xeque o papel efetivo do aprisionamento na sociedade contemporânea brasileira.

A seletividade penal e o racismo estrutural, fenômenos os quais caracterizam a desproporcionalidade da justiça criminal quando se diz respeito ao julgamento de pessoas negras, majoritariamente de classes sociais mais baixas e/ou baixa escolaridade, também merecem destaque, visto que eles são facilitadores na marginalização de pessoas negras, fazendo com que, segundo dados de 2019 da INFOPEN (Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias) publicadas pelo DEPEN (Departamento Penitenciário), apontam que o Brasil possui uma das maiores populações carcerárias do mundo, com mais de 800 mil pessoas encarceradas, sendo cerca de 70% delas negras. Esses números evidenciam um padrão de seletividade penal que afeta majoritariamente grupos vulneráveis da sociedade, especialmente pessoas negras e habitantes de regiões periféricas.

Os ditos egressos do sistema prisional conforme definidos pela Lei de Execução Penal (BRASIL, 1984) enfrentam diversas dificuldades tanto durante o cumprimento de sua pena quanto após a volta à liberdade, em função dos estigmas escancarados colocados pela sociedade na condição de ex-presidiário, o que muitas vezes leva à escassez de oportunidades, ou até mesmo à exclusão do mercado de trabalho. A falta de políticas públicas eficazes para a reintegração dessas pessoas na sociedade mostra como o estado age apenas de forma coercitiva, e não

reparativa, alimentando um ciclo de marginalização e controle que contribui para a reincidência criminal.

Diante desse contexto, é fundamental questionar os discursos institucionais que legitimam o encarceramento como principal resposta à criminalidade, trazendo à tona temas como as alternativas penais, programas de reintegração social e programas de justiça restaurativa, propostas que buscam minimizar os efeitos negativos da privação da liberdade, bem como encorajar uma abordagem mais humanizada e efetiva.

Este trabalho busca compreender o funcionamento, as contradições e os papéis do sistema prisional na sociedade, bem como os desafios enfrentados por aqueles que passam por ele e o papel dos profissionais de psicologia na luta pelos direitos dos egressos, realizando um estudo das lacunas sociais do sistema prisional brasileiro, bem como os desafios enfrentados pelos egressos, contribuindo para o debate sobre a necessidade de reformas estruturais no sistema criminal e de justiça brasileiro.

## **JUSTIFICATIVA E METODOLOGIA**

Atualmente, junto aos grandes passos dados pelo movimento nacional da “Frente pelo Desencarceramento”, a discussão de temas como reformas no atual modelo de sistema prisional e políticas afirmativas se faz de importância visto que ações e debates como esses têm um papel imprescindível no combate às desigualdades e acesso a serviços para a população encarcerada e egressa.

A literatura existente, como obras de Nilo Batista(2001) e Vera Malaguti Batista(2011), discutem como o sistema prisional brasileiro atua de forma seletiva e se dá historicamente como um mecanismo de controle social, sendo um facilitador para a manutenção das diversas desigualdades presentes em nossa sociedade. Tais autores apresentam que o encarceramento em massa não se dá de forma equitativa entre as diferentes classes sociais, mas respinga de maneira esmagadora e sistemática sobre os mesmos grupos já anteriormente marginalizados historicamente, assunto que será mais bem discorrido no referencial teórico desta obra.

Diante disso, a relevância desta pesquisa é a necessidade de aprofundamento na compreensão crítica sobre o papel desempenhado pelo sistema prisional na sociedade brasileira contemporânea.

Também é importante citar que pesquisas desenvolvidas pelo Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada em 2015 (IPEA) mostram que o Brasil possui altas taxas de reincidência criminal e que grande parte dos egressos do sistema prisional encontra enormes dificuldades de se reintegrar à sociedade, principalmente em aspectos como o mercado de trabalho e a vida social. A partir disso fica claro que a escassez de políticas públicas voltadas para esse público agrava esse cenário e reforça o ciclo de controle social.

Portanto, este trabalho propõe a discussão sobre o funcionamento do sistema prisional brasileiro à luz da produção acadêmica nacional, apresentando suas contradições, seus efeitos sociais e possibilidades de alternativas ao modelo coercitivo vigente. A reflexão proposta neste trabalho visa contribuir com o debate acadêmico e social sobre a possibilidade de uma trajetória para uma justiça mais humanizada, racional, e de fato reparativa.

Sendo assim, este estudo tem como base uma revisão bibliográfica qualitativa de caráter narrativo, consistindo no levantamento e análise interpretativa da literatura da literatura existente sobre o tema. Foram considerados como critérios de inclusão publicações acadêmicas em português, produzidas nos últimos 10 anos, de natureza teórica e crítica, elaboradas por autores das áreas da psicologia social, direito penal, sociologia, políticas e campos correlacionados. Como critérios de exclusão, foram descartadas publicações incompletas, que se distanciavam do tema proposto e apresentavam dados desatualizados.

Para garantir a consistência metodológica deste estudo, foi aplicada a escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), proposta por Baethge et al. (2019). Esta escala é um instrumento mundialmente reconhecido usado para avaliar a qualidade de revisões narrativas, verificando o grau de compreensibilidade, coerência e fundamentação teórica dos estudos que não seguem o modelo sistemático. A SANRA é composta por seis critérios chave: justificativa do tema, declaração dos objetivos, descrição da literatura utilizada, apresentação dos dados, discussão crítica e adequação das conclusões. A

finalidade da aplicação desta escala neste trabalho foi assegurar a clareza e credibilidade da revisão, demonstrando que esta segue parâmetros de rigor acadêmico e qualidade textual. Foi obtida a pontuação geral de 10 pontos, de um total de 12, no que diz respeito aos critérios: justificativa do tema (2), declaração dos objetivos (2), descrição da literatura utilizada (1), apresentação de dados (2), discussão crítica (2) e adequação das conclusões (1).<sup>2</sup>

## RESULTADOS

Através da revisão narrativa realizada, foi possível identificar um conjunto expressivo de produções acadêmicas que abordam e discutem as condições do sistema prisional brasileiro contemporâneo. Alguns dos elementos citados anteriormente foram encontrados em alguns dos estudos, como o fenômeno da seletividade penal, que mostra que o sistema penal e prisional brasileiro age de forma desproporcional sobre grupos em situação de vulnerabilidade social, em especial sobre as pessoas negras, pobres e periféricas. Essa seletividade constatada pelos índices de pessoas marginalizadas na população carcerária claramente reflete o racismo estrutural e as lacunas históricas nas políticas de educação, saúde e assistência, que por sua vez alimentam um ciclo de criminalização, reincidência criminal e pobreza. (BATISTA, 2012).

Outro estudo (BATISTA, CANDELORO, MALAGUTI, 2019) também indicara a precariedade e superlotação das unidades prisionais brasileiras, que ao operar acima de sua capacidade máxima são impossibilitadas de manter condições dignas aos egressos, inviabilizando até mesmo a instauração de qualquer processo ou iniciativa voltada ao âmbito da educação e reintegração. Além disso, também é ressaltado que a ausência de políticas públicas na maioria das regiões do país faz com que o estigma pós-cárcere só se reforce ainda mais.

Outro ponto que se mostrou recorrente nos estudos é o papel indispensável da psicologia no contexto pré e pós passagem pelo sistema prisional. As pesquisas evidenciam que o profissional de psicologia é capaz de desempenhar um papel fundamental na luta pelos direitos dos egressos e na promoção de práticas que

olhem para o sujeito além de seus delitos e pena a cumprir. Portanto, é possível observar que a psicologia é convocada a se posicionar de forma crítica frente às dinâmicas punitivas vigentes e a contribuir na discussão para elaboração de novas estratégias e alternativas que não o encarceramento.

Por fim, é importante evidenciar que os resultados desta revisão mostraram que o sistema prisional brasileiro, longe de cumprir sua função como ferramenta de socioeducação e ressocialização, tem reforçado diversas dinâmicas de exclusão, estigmatização e desigualdade. **Esse estudo evidenciou a necessidade urgente de repensar o modelo penal vigente, reforçando políticas públicas pautadas na dignidade, nos direitos humanos, na justiça social e na atuação interdisciplinar.**

## **DISCUSSÃO**

Como muitos aspectos e instituições vigentes da sociedade contemporânea, é evidente que o modelo de sistema prisional utilizado atualmente no Brasil é fruto de inúmeras transformações profundas nas formas de punição ao longo de toda a história. Com o advento da modernidade, principalmente entre os séculos XVII e XVIII, as formas brutais de punição aplicadas pela sociedade passaram a ser questionadas por pensadores da época, e ocorreram reformas sociais bruscas em relação ao fenômeno da punição estatal; porém, também é importante que sejam tecidas críticas em relação às contradições do modelo vigente (SPIER, 2004).

### **Histórico do sistema prisional, seu surgimento e influências teóricas e políticas**

Entre a idade antiga e média, onde não havia a consolidação do estado como autoridade que regulava os conflitos sociais, o poder punitivo era descentralizado, e as formas de punição variavam, podendo ser aplicadas pelo indivíduo ofendido ou sua família; Isso muitas vezes perpetuava um ciclo de violência, visto que essa forma de justiça se caracteriza pela subjetividade e desproporcionalidade das respostas aos delitos. (DURKHEIM, 1983)

Entre o fim da idade média e o início da idade moderna, quando o poder punitivo é centralizado no Estado, que recebe total autoridade para aplicar as punições, as penas aplicadas aos transgressores da lei da época variavam de acordo com a gravidade do crime, e eram caracterizadas pela violência física exacerbada— desde diferentes tipos de torturas até execuções, variando de acordo com a gravidade do crime, e tudo isso realizado em locais públicos diante da sociedade. (ELIAS, 1994)

Como exemplo, é possível citar penas como a execução por guilhotina e enforcamento em praças públicas, muitas vezes rodeado de cidadãos, para que todos pudessem ver qual era o destino daqueles que não obedeciam a lei. Esses métodos foram amplamente utilizados durante a idade média e moderna como punição máxima para diversos crimes, nesse contexto o julgado pagava com a sua vida, muitas vezes rodeado de cidadãos, para que todos pudessem ver qual era o destino daqueles que não obedeciam a lei; nasce aí uma das primeiras demonstrações de controle social, visto que, por meio do choque e da intimidação, os indivíduos eram condicionados a obedecer (SPIER, 2004).

A partir de então, os avanços das teorias e possibilidades de controle da sociedade só aumentaram, sendo que entre o século XVII e XIX, o filósofo e jurista britânico Jeremy Bentham consagrou o modelo "panóptico" de prisão. Fortemente influenciado pelas ideias da época, de valorização da razão, disciplina e utilitarismo, esse modelo buscava conceber a forma mais racional e eficiente possível de vigilância e controle dos encarcerados, com sua estrutura consistindo em uma torre central cercada por uma estrutura circular dividida em celas individuais, todas voltadas para a torre, fazendo com que apenas um vigilante pudesse observar todos que se encontravam presos ali, sem sequer ser visto. De acordo com Bentham, essa arquitetura causaria nos detentos a ideia de que estavam sendo constantemente vigiados, e a se comportarem (BENTHAM, 1791).

Essa lógica é explorada pelo filósofo e historiador Michel Foucault, em uma de suas obras, *Vigiar e Punir*, na qual ele discorre sobre a transformação do poder disciplinar ao longo do tempo, saindo apenas do conceito de punição do corpo visível para o controle dos comportamentos e das subjetividades dos indivíduos em sociedade, com o fenômeno da prisão moderna surgindo com a proposta de ser um

avanço humanitário, mas sendo na verdade uma nova "tecnologia do poder"(Foucault, 1975).

Segundo Foucault (1975), a prisão surge com um papel claro: um dispositivo disciplinar para exercer o controle social da forma mais eficiente e velada possível. Os indivíduos passaram a cumprir suas penas encarcerados e afastados da sociedade, como uma forma de mostrar que aqueles que não seguiam as normas impostas pelo Estado, seriam fadados a viverem alheios a ele, enquanto eram "ressocializados" nesse processo; porém, o aprisionamento age de forma efetiva em tornar esses indivíduos em 'exemplos' para a sociedade, do que "não se tornar".

Como é observável, as prisões já são objetos de fascínio e de crítica de muitos a séculos, e este modelo proposto por Bentham não chegou a ser de fato usado pelas grandes sociedades, porém suas teorias claramente serviram de base para que diversos Estados entendessem o poder que o controle social tem, o que veio a dar origem à prisão contemporânea como é conhecida hoje.

### **O fenômeno da seletividade penal e o perfil da população encarcerada, e a relação com a reincidência criminal, marginalização**

A seletividade penal é um dos fenômenos mais criticados quando se diz respeito ao sistema de justiça criminal e penal. Segundo (ZAFFORINI, 2006), a seletividade penal é um dos aspectos fundamentais do sistema penal, que atua de forma mais exacerbada sobre grupos marginalizados e vulnerabilizados, se mostrando mais uma vez como um instrumento de controle de classes específicas. No Brasil, esse fenômeno se evidencia quando se observa o perfil traçado da população carcerária brasileira em pesquisas recentes, na qual foi constatado que esta é composta predominantemente por pessoas negras, de baixa renda, baixa escolaridade e oriundas de periferias.

Como citado anteriormente, esse padrão de encarceramento não é advindo do acaso, e evidencia a existência do racismo estrutural nas práticas da sociedade, onde foi encontrada uma forma de reprimir, controlar e vigiar a população negra e periférica brasileira. Nessa dinâmica, crimes como o tráfico de drogas e pequenos furtos, que muitas vezes têm como palco as periferias, e são cometidos por pessoas

negras, são julgados e condenados de forma sistemática e coercitiva, enquanto pessoas brancas e/ou de classes sociais mais altas que cometem os mesmos crimes são tratados com maior leniência, sendo tidos como usuários de drogas numa situação que configura tráfico; (ALMEIDA, 2018; BATISTA, 2001).

Os crimes de "colarinho branco"(como corrupção, lavagem de dinheiro, ou fraude, cometidos por pessoas de classes sociais mais altas) também são uma grande questão, pois são julgados mais levemente, muitas vezes levando em consideração a subjetividade do indivíduo, suas comorbidades e necessidades especiais, sendo muito frequente a incidência de penas mais leves. Como exemplo, podemos citar o caso do ex-presidente Fernando Collor, na qual sua defesa comprovou que ele sofria de doenças graves que o impossibilitariam de ser mantido em cárcere sem cuidados médicos, e assim lhe foi concedida a "pena domiciliar humanitária". Uma pessoa negra, periférica e marginalizada não teria acesso a esse tipo de tratamento perante uma defesa minuciosa e de alto custo, visto que sua renda não permite, e que o sistema de defensoria pública brasileira tem sofrido com seu sucateamento e subfinanciamento crônico(GONÇALVES, 2021).

Através dessas observações, vale também ressaltar que o sistema prisional perpetua um ciclo de exclusão que vai muito além do cumprimento da pena, visto que a marginalização desses indivíduos só aumenta após a retomada da liberdade. (DAVIS, 2003).

A visão negativa que a sociedade possui e alimenta constantemente dos egressos do sistema prisional como pessoas perigosas e moralmente desequilibradas também promove a exclusão de espaços sociais e comunitários. Sem uma rede de apoio de familiares ou amigos, oportunidades educacionais ou contato com políticas públicas efetivas na reinserção na sociedade, esses indivíduos tendem a se sentir cada vez mais desamparados, isolados da sociedade, tendendo a recaírem em ambientes de violência, vulnerabilidade social e prática de crimes, o único lugar no qual esses indivíduos se sentem vistos e acolhidos (ADORNO, 2012).

O estigma social também leva à exclusão do mercado de trabalho, visto que em muitos casos empresas se recusam a contratar pessoas com antecedentes criminais. Segundo o estudo do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2020), a maioria dos egressos enfrenta uma enorme dificuldade para conseguir um emprego



após o cumprimento da pena, devido a essa exigência das empresas de certidões de antecedentes criminais.

Os cenários descritos acima evidenciam que a punição estatal vai muito além do tempo da pena e da premissa de "corrigir" os indivíduos, e se torna uma marca social permanente e comprometedora dos direitos fundamentais, como trabalho, cidadania e dignidade. Longe de cumprir o papel de ressocialização, essa lógica perpetua preconceitos para com uma classe e privilégios para outra.

### **A superlotação carcerária e a precariedade das instalações do sistema prisional brasileiro, bem como alternativas penais**

O sistema prisional brasileiro se caracteriza a muitos anos pela superlotação e precariedade de suas instalações, sejam nos presídios, onde indivíduos aguardam pelas suas condenações, ou nas penitenciárias, onde indivíduos já condenados cumprem suas penas. Possuindo a terceira maior população carcerária do mundo, esperava-se que o Brasil possuísse um sistema prisional muito bem estruturado e organizado em relação a essa população, porém os dados mostram o contrário. Segundo o Conselho Nacional de Justiça (CNJ, 2022), muitas dessas unidades sequer possuem programas de socialização efetivos, muito menos profissionais como assistentes sociais e psicólogos, que teriam papel efetivo nessa ressocialização. Diversas prisões pelo Brasil não oferecem sequer o mínimo para garantir a dignidade humana de seus detentos, indo contra a Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948), e as Regras de Mandela (2015), da ONU.

De acordo com a Declaração Universal dos Direitos Humanos (Artigo 5º e Artigo 25º§1º, 1948) "Ninguém será submetido a tortura, nem a penas ou tratamentos cruéis, desumanos ou degradantes." E "Todo ser humano tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar a si e à sua família saúde e bem-estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis...".

De acordo com as Regras Mínimas das Nações Unidas para o Tratamento de Reclusos (Regras de Mandela, Regras 1ª, 24ª e 110ª) "Todos os presos devem ser tratados com o respeito devido à dignidade e ao valor inerentes ao ser humano.", "O

Estado tem a responsabilidade de cuidar da saúde dos presos. Todos os presos devem ter acesso aos serviços de saúde disponíveis no país sem discriminação por sua condição jurídica." E "Deve ser fornecida assistência social ao preso e à sua família antes da libertação e após a libertação, com o objetivo de facilitar a reintegração na sociedade."

Essa superlotação e falta de acesso a direitos básicos afeta diretamente a dignidade dos indivíduos privados de liberdade, visto que unidades prisionais que operam acima de sua capacidade de detentos, e isso torna impraticável a aplicação de qualquer programa ou política de ressocialização, além de contribuir para a propagação de diversas enfermidades, e não possuírem os recursos para cuidar da saúde dos detentos, também aumenta as chances de alterações violentas. Essa precariedade aparentemente acidental do sistema prisional, com vários estados tendo uma taxa de mais de 150% de ocupação, vêm para mostrar que o próprio modelo criado pelo Estado não consegue fazer jus a si mesmo, colocando em risco os detentos e funcionários dessas instalações (CNJ, 2021).

Como dito anteriormente, a precariedade desse sistema debilita muito a saúde física dos detentos, e afeta de uma forma desproporcional, as mulheres encarceradas, visto que este modelo ignora as necessidades fisiológicas e as sanitárias destas, que enfrentam a falta de itens de higiene íntima feminina, como absorventes, que são essenciais para a dignidade das mulheres, mas muitas vezes insuficiente para todas as detentas ou inexistentes nesses locais, e o fato de a família repassar esses itens nas visitas pode causar brigas internas pela necessidade coletiva do uso. Segundo Adorno(2012), a falta desses itens básicos de higiene evidencia não só o descaso com a saúde das mulheres detentas, mas também o retrato do machismo estrutural dentro das instituições.

Um fator que também se mostra muito crítico é a relação desproporcional entre detentos e agentes penitenciários, o que dificulta a organização interna e facilita a formação de facções criminosas dentro das penitenciárias, e diante disso, muitas vezes a diretoria dessas instituições delega a manutenção da ordem interna para essas lideranças do crime organizado, colocando essas facções como protagonistas de toda a dinâmica carcerária, mais uma vez mostrando como há um

respaldo público para a perpetuação de ciclos de violência, e impunidade dos produtores desta (CANDELOORO, BATISTA, 2019).

Sendo assim, é imprescindível ressaltar como toda essa dinâmica de precariedade e protagonismo das facções criminosas no poder dificulta, e muitas vezes impede o funcionamento correto de programas que de fato são voltados para a ressocialização de egressos, como as iniciativas de educação, trabalho e assistência social dentro dessas instalações, fazendo com que, diante dos fatos, a proposta da reintegração social se mostre mais uma vez incoerente, existindo apenas a lógica da sobrevivência, num ambiente muito semelhante do qual esses indivíduos foram isolados.

Devido ao exposto, faz-se importante a exposição de alternativas de justiça e reintegração de egressos. Ao redor do Brasil já existem diversos movimentos referentes à justiça reparativa e prevenção à criminalidade que se mostram mais efetivos que apenas encarcerar a população criminosa.

A política de prevenção à criminalidade de Minas Gerais representa uma iniciativa sólida e estruturada que pode servir de modelo para todo o país, sobretudo diante dos inúmeros desafios enfrentados pelo sistema prisional brasileiro. Ao focar não apenas na punição, mas também na prevenção social e na reintegração dos indivíduos, essa política apresenta um caminho promissor para mitigar os danos causados pela marginalização e exclusão típicas das prisões. A implementação de programas que atuam em diferentes etapas do ciclo criminal é uma estratégia fundamental para construir uma segurança pública mais humana e eficiente.

Dentre os programas que compõem essa política, o Programa de Reintegração Social dos Egressos do Sistema Prisional (PresP) se destaca por seu foco na população que já passou pelo sistema penitenciário e suas famílias. O PresP busca oferecer oportunidades concretas, facilitando o acesso a direitos sociais básicos e serviços essenciais, a fim de reduzir a reincidência criminal. Essa abordagem demonstra a importância de olhar para além do cumprimento da pena, investindo em condições que favoreçam a reinserção social e a construção de trajetórias alternativas à criminalidade (PORTFOLIO PMC MG, 2023).

Outro programa fundamental é a Central de Apoio e Acompanhamento às Penas e Medidas Alternativas (CEAPA), que atende indivíduos condenados por

crimes de menor potencial ofensivo. Ao promover penas alternativas, como serviço comunitário e atividades educativas, a CEAPA trabalha para descongestionar o sistema prisional e oferecer soluções que incentivem a responsabilização e a transformação social. Essa medida contribui para uma justiça mais equânime, especialmente em casos em que a prisão pode ser desproporcional ou ineficaz.

Voltado para a prevenção primária, o programa Fica Vivo! atua diretamente com jovens de 14 a 21 anos em regiões com altos índices de criminalidade e violência. Por meio de oficinas, atividades culturais, esportivas e educativas, o programa busca afastar esses jovens de ambientes vulneráveis e da influência de contextos que favorecem a entrada no crime. Essa iniciativa reforça o papel fundamental da prevenção social e do investimento em oportunidades para a juventude como forma de combater a criminalidade de forma sustentável.

O Programa de Mediação de Conflitos oferece uma abordagem inovadora e de redução de danos, atuando junto a pessoas envolvidas em conflitos ligados a atividades criminosas, como disputas entre gangues. Essa mediação busca diminuir a violência e fortalecer os vínculos comunitários, promovendo soluções pacíficas e restaurativas. A consolidação desses programas em Minas Gerais demonstra a efetividade de uma política pública integrada, que se baseia na dignidade humana e no direito à segurança social, sendo, portanto, um exemplo viável para ser replicado em outras regiões do Brasil, contribuindo para a transformação do sistema prisional e para a construção de uma sociedade mais justa.

Por fim, é importante dizer que a política de prevenção à criminalidade de Minas Gerais evidencia que é possível construir um sistema de segurança pública mais justo, humano e eficaz ao investir em estratégias integradas que abrangem desde a prevenção social até a reintegração dos egressos. Os programas PresP, CEAPA, Fica Vivo! e Mediação de Conflitos atuam de forma complementar para romper o ciclo de violência e exclusão que caracteriza o sistema prisional brasileiro, promovendo a responsabilização, a redução da reincidência e o fortalecimento dos vínculos comunitários. Dessa forma, essa política não apenas minimiza os impactos negativos da prisão, mas também aponta para um modelo replicável em outras unidades federativas, capaz de transformar as práticas penais e contribuir para uma sociedade mais inclusiva e segura. (PORTFOLIO PMC MG, 2023).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do exposto através da revisão narrativa realizada neste artigo, é possível dizer que a dinâmica do sistema prisional vigente não se faz suficiente para a promoção de uma justiça e segurança social em nossa sociedade, ou seja, o encarceramento não faz jus à proposta de reintegração de indivíduos egressos do sistema prisional, e ainda é responsável pela fomentação de dinâmicas excludentes e marginalizantes em todo o nosso país.

Dito isso, fica claro que a psicologia, mais especificamente nas áreas de atuação da psicologia social, jurídica e penitenciária, possui papel estratégico e essencial na defesa e luta por direitos, redução de tabus e estigmas, reforçando sempre a importância de abordagens mais humanizadas quando se diz respeito ao tratamento e ressocialização de pessoas egressas do sistema prisional.

Por fim, é imprescindível ressaltar a expressividade da política de prevenção à criminalidade do estado de Minas Gerais, que apresentou resultados expressivos na redução da criminalidade onde foram instalados bases de programas como o PrEsp, CEAPA, Fica Vivo! e Mediação de Conflitos, que, por mais que também apresentem questões como o baixo subsídio do governo e sucateamento, podem servir de modelo ou inspiração para uma iniciativa a nível nacional, pois apenas com políticas eficazes numa rede efetiva e integrada é possível quebrar o ciclo de reincidência criminal e marginalização de grupos específicos.

## **REFERÊNCIAS**

ADORNO, Sérgio. Sistema de justiça criminal: seletividade, desigualdade e direitos. In: BATISTA, Vera Malaguti; ZAFFARONI, Eugenio Raúl (org.). Criminologia: um olhar crítico. Rio de Janeiro: Revan, 2012. p. 111-135.

ALMEIDA, Silvia Souza de. A importância da Defensoria Pública no acesso à justiça e sua desvalorização institucional. *Revista da Defensoria Pública do Estado do Rio de Janeiro*, Rio de Janeiro, n. 9, p. 45-59, 2015.

ALMEIDA, Silvio. *Racismo estrutural*. São Paulo: Pólen, 2019.

BARATTA, Alessandro. *Criminologia crítica e crítica do direito penal: introdução à sociologia do direito penal*. Rio de Janeiro: Revan, 1999.

BATISTA, Nilo. *Introdução crítica ao direito penal brasileiro*. Rio de Janeiro: Revan, 2001.

BECKER, Howard S. *Outsiders: estudos de sociologia do desvio*. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

BENTHAM, Jeremy. *O panóptico*. Trad. Paulo Neves. São Paulo: Editora Ática, 2000

BRASIL. Lei nº 7.210, de 11 de julho de 1984. Institui a Lei de Execução Penal. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 13 jul. 1984. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l7210.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7210.htm). Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Justiça e Segurança Pública. Departamento Penitenciário Nacional – DEPEN. *Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias – INFOPEN*. Brasília: MJSP, 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/depen/pt-br/assuntos/infopen>. Acesso em: 17 maio 2025.

CANDELORO, Rodrigo G.; BATISTA, Vera Malaguti. Sistema penal e gestão da miséria: o domínio das facções e a falência da prisão como instituição estatal. *Revista Brasileira de Segurança Pública*, v. 13, n. 2, 2019, p. 72-91.

CUNHA, Rogério Dutra dos Santos. Defensoria Pública e o direito à resistência: a crise do sistema de justiça na América Latina. *Direito e Práxis*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 3, p. 1742-1771, 2017. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistaceaju/article/view/27656>. Acesso em: 17 maio 2025.

DAVIS, Angela. *Estarão as prisões obsoletas?* São Paulo: Difel, 2003.

FOUCAULT, Michel. *Vigiar e punir: nascimento da prisão*. 29. ed. Tradução de Raquel Ramalhe. Petrópolis: Vozes, 2021.

GOFFMAN, Erving. *Estigma: Notas sobre a manipulação da identidade deteriorada*. 4. ed. Rio de Janeiro: LTC, 1988.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). *Declaração Universal dos Direitos Humanos*. Paris: ONU, 1948. Disponível em: <https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights>. Acesso em: 05 de julho de 2025.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). Regras Mínimas das Nações Unidas para o Tratamento de Reclusos (Regras de Mandela). Nova Iorque: ONU, 2015. Disponível em: [https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Nelson\\_Mandela\\_Rules-Portuguese.pdf](https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Nelson_Mandela_Rules-Portuguese.pdf). Acesso em: 05 de julho de 2025.

PASTANA, Débora. O sistema prisional brasileiro e a ausência do Estado: um espaço fértil para o crime organizado. *Revista Brasileira de Ciências Criminais*, v. 147, 2018.

SPIER, Roger. *História das prisões*. São Paulo: Contexto, 2004.

WACQUANT, Loïc. *As prisões da miséria*. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

ZAFFARONI, Eugenio Raúl. *Em busca das penas perdidas: A perda da legitimidade do sistema penal*. 5. ed. Rio de Janeiro: Revan, 1991.

ZAFFARONI, Eugenio Raúl; PIERANGELI, José Henrique. *Manual de direito penal brasileiro: parte geral*. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2006.

# **A Influência Dos Estilos Parentais E Apegos Na Personalidade Do Indivíduo Na Vida Adulta**

Sarah Mamede Zumpano Vieira<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

**Resumo:** O presente estudo investigou a influência dos estilos parentais e padrões de apego no desenvolvimento da personalidade na vida adulta, a partir de uma revisão bibliográfica narrativa. O trabalho teve como objetivo especificar os estilos parentais, descrever os tipos de apego e relacionar esses fatores ao desenvolvimento da personalidade na vida adulta. E como diferentes práticas afetivas e educativas aplicadas pelos cuidadores impactam as competências emocionais, sociais e comportamentais dos indivíduos, considerando o vínculo estabelecido na infância como fator determinante. Foram analisados artigos científicos, livros e fontes governamentais publicados nos últimos doze anos, selecionando-se aqueles que apresentassem relevância metodológica e teórica. Os resultados indicam que estilos parentais autoritativos, caracterizados pelo equilíbrio entre rigor e afeto, aliados a um apego seguro, favorecem maior regulação emocional, habilidades sociais adaptativas e relações interpessoais saudáveis na fase adulta. Por outro lado, estilos autoritários ou negligentes, bem como padrões de apego inseguros — ambivalente, evitativo e desorganizado — estão associados a dificuldades emocionais, baixa autoestima, problemas de relacionamento e maior vulnerabilidade a transtornos de humor e personalidade. A análise também evidenciou que a qualidade do vínculo afetivo e a sensibilidade dos cuidadores nos primeiros anos de vida moldam os modelos internos de comportamento e percepção de si mesmo, repercutindo no modo como o indivíduo enfrenta desafios, lida com emoções e estabelece vínculos afetivos na idade adulta. Assim, o estudo reforça a importância de intervenções educativas e familiares que promovam a afetividade, a comunicação e o suporte emocional como instrumentos para o desenvolvimento de uma personalidade equilibrada e saudável.

**Palavras-chave:** Apego. Estilos parentais. Personalidade adulta.

**Abstract:** The present study investigated the influence of parenting styles and attachment patterns on personality development in adulthood, based on a narrative literature review. The work aimed to understand how different affective and educational practices applied by caregivers impact individuals' emotional, social, and behavioral competencies, considering the bond established in childhood as a determining factor. Scientific articles, books, and government sources published in the last twelve years were analyzed, selecting those that presented methodological and theoretical relevance. The results indicate that

<sup>1</sup>Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia.

E-mail: sarahhmamade@hotmail.com

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em Ciências da Saúde pela UFU.

E-mail: cleycianefaria@gmail.com

<sup>3</sup>Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em Psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia.

E-mail: albert.manoel@hotmail.com



authoritative parenting styles, characterized by a balance between strictness and affection, combined with secure attachment, promote greater emotional regulation, adaptive social skills, and healthy interpersonal relationships in adulthood. On the other hand, authoritarian or neglectful styles, as well as insecure attachment patterns —ambivalent, avoidant, and disorganized — are associated with emotional difficulties, low self-esteem, relationship problems, and greater vulnerability to mood and personality disorders. The analysis also revealed that the quality of the emotional bond and caregiver sensitivity in the early years of life shape internal models of behavior and self-perception, affecting how an individual faces challenges, manages emotions, and forms emotional attachments in adulthood. Thus, the study reinforces the importance of educational and family interventions that promote affection, communication, and emotional support as tools for the development of a balanced and healthy personality.

**Keywords:** Attachment. Parenting styles. Adult personality.

### **Agradecimentos**

Aos meus pais, pelo incansável apoio e pelos sacrifícios feitos para me proporcionar as melhores oportunidades de estudo.

Aos meus avós, pelo apoio incondicional. Suas orações e palavras de incentivo foram uma luz nos momentos de dúvida.

Esta conquista é tão minha quanto de vocês.

## **1. Introdução**

O método de educação que os pais aplicam em seus filhos influencia diretamente a forma como a criança construirá sua base emocional. Há cuidadores mais inflexíveis e agressivos, enquanto outros são mais afetuosos e presentes. É nesse contraste que surgem os variados estilos parentais, que afetam a maneira como o indivíduo interage com o mundo interno e externo. A ligação emocional que a criança estabelece com seus tutores legais atua como guia para suas futuras relações, sejam elas familiares, sociais ou afetivas. Esses padrões não se manifestam apenas no início da vida, mas continuam influenciando o modo como as pessoas enfrentam situações cotidianas, inclusive no ambiente acadêmico e profissional, na fase adulta.

Ao compreender o contexto social em que vivem e perceber seu papel na transformação da realidade, os indivíduos desenvolvem maior senso de responsabilidade social e um compromisso com a construção de um mundo mais justo. As práticas dialógicas, defendidas por Freire (1996), favorecem habilidades socioemocionais como empatia, autonomia e resiliência, que se associam a traços de personalidade estáveis e a relações interpessoais mais saudáveis. No entanto, ainda persiste a ideia de que educar um filho é tarefa simples, quando, na verdade, envolve múltiplos fatores, como a herança geracional de práticas parentais, a cultura familiar e as condições sociais.

A literatura demonstra que diferentes estilos parentais (autoritário, autoritativo, permissivo e negligente) e padrões de apego (seguro, ambivalente, evitativo e desorganizado) exercem impacto significativo na formação da personalidade (Bowlby, 2002; Silva; Pereira, 2021). Contudo, apesar dos avanços teóricos, há uma lacuna em estudos que discutam de maneira integrada como essas práticas influenciam o sujeito na vida adulta, especialmente no contexto brasileiro, o que justifica a realização desta pesquisa.

Diante disso, este trabalho tem como objetivo geral dissertar sobre o impacto das práticas afetivas e educacionais na construção da personalidade do adulto, analisando de que forma os estilos parentais e os padrões de apego estabelecidos na infância repercutem nas interações socioafetivas posteriores. Como objetivos específicos, busca-se especificar os estilos parentais,

descrever os tipos de apego e relacionar esses fatores ao desenvolvimento da personalidade na vida adulta.

Assim, este estudo bibliográfico pretende contribuir para o campo da psicologia ao oferecer uma síntese atualizada da literatura sobre a relação entre parentalidade, apego e personalidade, fornecendo subsídios tanto para a prática clínica quanto para o desenvolvimento de políticas e práticas educativas mais conscientes.

## **2. Método**

Este estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica narrativa, modalidade de investigação que permite descrever e discutir o desenvolvimento ou o “estado da arte” de um tema específico a partir de materiais já publicados, como livros e artigos científicos (Rother, 2007). Trata-se de uma abordagem qualitativa e descritiva, cujo objetivo é compreender de forma aprofundada os fenômenos relacionados aos estilos parentais e aos tipos de apego, bem como investigar como esses fatores influenciam a construção da personalidade na vida adulta.

A revisão narrativa não segue um protocolo metodológico rígido, sendo a análise, escolha e interpretação dos estudos realizadas pelos autores, o que permite maior flexibilidade na seleção das fontes e na abordagem temática (Elias *et al.*, 2012). A presente pesquisa considerou apenas artigos publicados nos últimos doze anos, em português ou inglês, provenientes de bases de dados como SciELO, PubMed e Google Acadêmico, além de livros e sites governamentais. Foram selecionadas dez publicações consideradas centrais para fundamentar a análise. As palavras-chave utilizadas para a busca foram: estilos parentais, desenvolvimento da personalidade, vínculo parental, vida adulta, influência familiar, teoria do apego, tipos de apego e vínculo afetivo na infância.

Foram incluídos estudos com evidências empíricas, revisões teóricas consolidadas e artigos que contribuem para a compreensão do impacto das práticas parentais no desenvolvimento psicológico na idade adulta. Estudos com falhas metodológicas evidentes ou sem base científica robusta foram

descartados, assim como pesquisas conduzidas em contextos culturais muito distintos, cujas conclusões não seriam pertinentes ao objetivo deste estudo.

Para garantir a qualidade científica das fontes, considerou-se o sistema Qualis Periódicos da CAPES, que classifica periódicos acadêmicos em níveis de A1 a C, sendo A1 e A2 indicadores de maior prestígio e relevância científica (Sarmiento, 2023). Essa avaliação contribui para assegurar que os artigos utilizados apresentassem rigor metodológico e relevância no cenário acadêmico.

Dessa forma, a metodologia adotada permite uma análise abrangente e fundamentada sobre a influência dos estilos parentais e padrões de apego na construção da personalidade adulta, fornecendo uma base sólida para a discussão teórica e para a interpretação dos resultados obtidos na literatura científica.

### **3. Resultado**

Os estudos analisados evidenciam que o estilo de criação tem um papel significativo no desenvolvimento socioemocional e na formação da personalidade. O estilo mais favorável é o autoritativo, que possui níveis moderados de afeto e disciplina.

Para avaliar a qualidade metodológica da presente revisão, utilizou-se o instrumento SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), que contempla cinco critérios de análise voltados à justificativa do tema, objetivos, metodologia, síntese dos resultados e qualidade das referências utilizadas (Baethge *et al*, 2019).

A metodologia adotada apresentou excelente qualificação segundo os critérios SANRA, alcançando 9/10 pontos, o que reforça a qualidade do delineamento da revisão e a consistência dos critérios empregados na seleção e análise das fontes. Essa abordagem metodológica robusta assegura maior confiabilidade aos resultados e às interpretações obtidas (Rother, 2007).

Em contraste, estilos autoritários e negligentes foram associados a uma maior incidência de comportamentos relacionados à ansiedade, dificuldades de socialização e ao desenvolvimento de uma autoimagem mais fraca. Portanto, estilos menos responsivos ou excessivamente rígidos podem resultar em efeitos negativos de longo prazo (Gomes *et al.*, 2021).

Também um aspecto dos achados estava relacionado à forma como os tipos de apego e a regulação emocional interagem. Crianças com relações de apego seguro na infância, um tipo de vínculo emocional saudável que se forma entre a criança e seus cuidadores, geralmente os pais, marcadas por cuidadores que são incondicionalmente amorosos e mantêm regras-padrão de feedback, tiveram mais capacidade de autorregulação, resiliência e habilidades sociais ao longo da vida (Oliveira & Matos, 2021).

Padrões de apego desorganizados, independentemente de serem evitativos ou ambivalentes, estariam associados à instabilidade emocional e à falta de cuidado. Isso gera dificuldades na expressão afetiva, baixa tolerância ao estresse, e relações humanas instáveis (Ferreira & Bastos, 2020).

Experiências precoces deste tipo, apontadas pela literatura, são determinantes da percepção de um indivíduo sobre outras pessoas e valores na vida (Almeida & Castro, 2019). Além disso, foi descoberto que os laços familiares impactam diretamente as experiências emocionais da vida adulta.

Pessoas que cresceram em um ambiente onde tiveram comunicação aberta e apoio emocional acham mais fácil estabelecer relações estáveis e transformar erros em sucessos (Pereira & Santos, 2022). Um relatório recente mostra que práticas parentais disfuncionais estão relacionadas à ocorrência de transtornos psicológicos.

Portanto, de nossos estudos: O padrão de negligência das emoções pode levar a uma maior incidência de fobia social mais tarde na vida, depressão e dependência (Mendes & Rocha, 2021). Além disso, a superproteção parental pode levar a dificuldade na independência e menor adaptabilidade social ao enfrentar desafios cotidianos (Cardoso *et al.*, 2020).

No entanto, outro ponto notável foi a importância da influência acadêmica e profissional. Vários estudos evidenciaram que no estilo parental, adultos que trazem para o seu dia a dia um vínculo de apego saudável e uma educação baseada no diálogo geralmente se saem melhor em situações competitivas, demonstram maior criatividade na resolução de problemas e são adeptos ao trabalho em equipe (Rocha & Lima, 2022).

Por outro lado, aqueles que tiveram uma história de condicionamento opressivo, agressivo ou inconsistente tendem a desenvolver medo do fracasso. Eles evitam críticas e responsabilidades (Gonçalves & Faria, 2022).

Portanto, esses achados confirmam que o estilo de criação e o modo de apego são dois dos fatores estruturais no crescimento humano. Eles afetam tudo, desde a saúde mental até algo tão básico quanto o que as pessoas pensam sobre si mesmas e como se relacionam com os outros na vida adulta (Jiang & Lin, 2000).

#### **4. Discussão**

A Teoria do Apego, proposta por John Bowlby, explica que os vínculos emocionais estabelecidos entre a criança e seus cuidadores nos primeiros anos de vida são fundamentais para o desenvolvimento social, emocional e psicológico ao longo da vida (Bowlby, 1988). Segundo Bowlby, essas primeiras experiências formam “modelos internos de funcionamento”, que influenciam a maneira como o indivíduo se relaciona consigo mesmo e com os outros na vida adulta.

Mary Ainsworth, por meio do experimento da Situação Estranha, complementou a teoria de Bowlby, identificando padrões de apego observáveis na infância: seguro, inseguro-ansioso (ou ambivalente) e inseguro-evitativo (Ainsworth; Blehar; Waters; Wall, 1978). O apego seguro surge quando o cuidador responde de forma sensível e consistente às necessidades da criança, proporcionando uma “base segura” para exploração e aprendizado (Bowlby, 1988).

O apego inseguro-ansioso ocorre quando o cuidador é inconsistente, alternando entre atenção e negligência. A criança desenvolve comportamentos ansiosos e dependentes, refletindo insegurança quanto à disponibilidade do adulto (Ainsworth et al., 1978). Já o apego inseguro-evitativo aparece quando o cuidador é emocionalmente distante ou rejeita demonstrações de necessidade, levando a criança a evitar proximidade e desenvolver autonomia defensiva (Ainsworth et al., 1978).

Posteriormente, Mary Main e Judith Solomon identificaram o apego desorganizado, caracterizado por comportamentos contraditórios ou confusos, geralmente em resposta a cuidadores que representam simultaneamente segurança e ameaça (Main; Sain; Solomon, 1990). Esse padrão está associado a maior risco de dificuldades emocionais e relacionais na vida adulta.

Os padrões de apego na infância têm implicações significativas na vida adulta. Indivíduos com apego seguro tendem a desenvolver relacionamentos estáveis, boa regulação emocional e autoestima adequada, enquanto aqueles com apego inseguro podem apresentar dificuldades na intimidade, medo de abandono ou evasão emocional (Murphy, 2010; François, 2015). No entanto, é importante destacar que o apego inicial não determina de forma definitiva o desenvolvimento adulto, podendo ser modificado por experiências significativas posteriores, como novas relações, psicoterapia e autoconsciência (Bowlby, 1988; Murphy, 2010). O estilo parental é definido como a forma característica que os pais cuidam, comunicam, protegem, disciplinam e apoiam seus filhos. A análise dos estudos selecionados demonstra que os estilos parentais exercem um efeito direto e duradouro no desenvolvimento da personalidade na idade adulta, consistente com posições teóricas que hipotetizam a família como estrutura para o desenvolvimento emocional e social. O estilo autoritativo está relacionado à competência social, autonomia e autoestima, uma vez que faz uso do diálogo e da afetividade associados a limites consistentes (Darling & Steinberg, 1993; Gomes & Borsa, 2019).

Em famílias abusivas ou negligentes, por outro lado, foram associadas a maior vulnerabilidade emocional, menor autoestima e dificuldade nos relacionamentos. Essas experiências podem dar origem ao desenvolvimento de modelos internos negativos de apego e de uma teoria sobre outras pessoas, com implicações para a autoconceptualização e interação social (Baumrind, 1991; Erikson, 1963).

Conforme sugerido pela teoria do apego, relacionamentos seguros servem como uma válvula de segurança ou base de segurança a partir da qual explorar o mundo e formar apegos (Bowlby, 2002). Na extremidade negativa dessa dimensão, o estilo inseguro contribui para problemas com a regulação emocional, medo do abandono e atitudes evitantes/ambivalentes em relação ao estabelecimento de um vínculo na idade adulta (Connors, 2011; Silva & Pereira, 2021).

Observamos também na literatura que os efeitos parentais podem ser amplificados quando essa variável é combinada com condições socioculturais. Expectativas quanto à obediência, autonomia e demonstração de afeto podem ser diretamente influenciadas pela cultura e servir como moderadores dos



efeitos dos estilos parentais (Hofstede, 2011; Dutra, 2021). Assim sendo, é crucial levar em consideração que o contexto sociocultural deve ser considerado ao investigar os efeitos dos comportamentos parentais no desenvolvimento da personalidade.

Os padrões familiares com os quais as crianças crescem são suscetíveis de serem repetidos pela próxima geração. Pesquisas demonstram que pessoas que receberam afeto amoroso e comunicação verbal frequentemente tendem a replicar as atitudes com seus próprios descendentes, enquanto, quando traumas e falhas não são tratados, a exposição à violência pode se perpetuar nas seguintes gerações (Oliveira & Matos, 2021; Fonseca & Ferreira, 2019).

Os achados têm significativa relevância clínica e educacional. Intervenções voltadas para a formação de pais, construção de habilidades psicossociais e fortalecimento das relações emocionais podem ajudar preventivamente ao longo da vida (Silva & Pereira). Facilitar o cuidado responsivo não só reforça a saúde mental individual, mas, dessa forma, construímos uma sociedade mais empática, colaborativa e resiliente.

Resumindo, os resultados fornecem evidências de que a qualidade dos vínculos emocionais e educacionais na infância tem uma importância crucial na formação da personalidade adulta, sendo fundamental que pais, professores e profissionais de saúde conheçam essa influência para ambientes familiares mais saudáveis e acolhedores.

Além disso, destaca-se que a presença de comunicação aberta entre pais e filhos favorece o desenvolvimento da autonomia e da resolução de conflitos, melhorando a qualidade das relações interpessoais na vida adulta. Em contrapartida, quando há excesso de rigidez, autoritarismo ou ausência de acolhimento emocional, os indivíduos demonstram maior tendência a dificuldades na expressão de suas necessidades, apresentando padrões relacionais pautados em insegurança e dependência emocional. Esses efeitos reforçam que o ambiente familiar tem papel estruturante na formação da personalidade e das competências socioemocionais (Darling & Steinberg, 1993; Silva & Pereira, 2021; Gomes & Borsa, 2019).

Por fim, compreender e intervir nos estilos parentais não é apenas uma medida de cuidado individual, mas também social, já que os efeitos de relações familiares saudáveis repercutem na construção de adultos mais ajustados,

resilientes e colaborativos. A promoção de práticas parentais positivas, conforme apontam estudos contemporâneos, pode mitigar impactos negativos do apego inseguro e favorecer trajetórias de desenvolvimento mais equilibradas. Assim, políticas públicas e ações de apoio parental, quando associadas a elementos culturais e comunitários, tornam-se essenciais para a construção de um ambiente que sustente a saúde mental e o bem-estar coletivo (Hofstede, 2011; Dutra, 2021; Fonseca & Ferreira, 2019).

## **5. Considerações Finais**

Este estudo evidenciou que os estilos parentais e os padrões de apego são fatores determinantes na construção da personalidade adulta, afetando aspectos emocionais, sociais e cognitivos. Pais autoritativos e vínculos seguros promovem equilíbrio, autonomia e habilidades sociais, enquanto estilos autoritários, permissivos ou negligentes e vínculos inseguros estão relacionados a dificuldades emocionais e relacionais.

A revisão bibliográfica narrativa permitiu compreender a importância das práticas parentais conscientes, oferecendo subsídios tanto para a prática clínica quanto para políticas e programas de orientação familiar. O conhecimento sobre a influência dos estilos parentais e padrões de apego auxilia psicólogos, educadores e demais profissionais a desenvolver estratégias de intervenção mais eficazes, capazes de promover saúde emocional e relações interpessoais saudáveis ao longo da vida.

A avaliação realizada por meio do método SANRA demonstrou elevada qualidade metodológica da revisão, reforçando a consistência dos procedimentos adotados e a validade das interpretações apresentadas neste estudo.

Em conclusão, a pesquisa contribui para ampliar o conhecimento teórico e prático sobre a formação da personalidade adulta, evidenciando a importância do cuidado afetivo e educativo desde os primeiros anos de vida. Os achados reforçam que as experiências infantis desempenham um papel central na promoção do desenvolvimento humano integral.

No entanto, reconhece-se que esse é um campo vasto e em constante evolução. Assim, provoca-se o leitor a refletir sobre a complexidade desse

tema e a necessidade de que novos estudos sejam realizados, a fim de aprofundar a compreensão dos múltiplos fatores que influenciam a construção da personalidade ao longo da vida.

## REFERÊNCIAS

AINSWORTH, Mary D. S.; BLEHAR, Mary C.; WATERS, Everett; WALL, Sally. *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 1978.

ALMEIDA, F.; CASTRO, L. A influência do vínculo afetivo na formação das relações interpessoais. *Psicologia & Sociedade*, v. 31, n. 2, p. 45-57, 2019.

BAETHGE, C; GOLDBECK-WOOD S; MERTENS S. SANRA-a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Res Integr Peer Rev*. 2019. DOI: 10.1186/s41073-019-0064-8. PMID: 30962953; PMCID: PMC6434870.

BAUMRIND, D. The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, v. 11, n. 1, p. 56-95, 1991. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1991-18089-001>. Acesso em: 19 out. de 2025.

BOWLBY, J. Apego e perda: a natureza do vínculo. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

BOWLBY, John. *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. London: Basic Books, 1988.

CARDOSO, R. et al. Relações familiares e dependência emocional na idade adulta. *Psicologia Clínica*, v. 12, n. 3, p. 219-233, 2020.

CONNORS, M. Attachment and emotional regulation: A lifelong process. *Developmental Psychology Review*, v. 4, n. 2, p. 101-118, 2011.

DARLING, N.; STEINBERG, L. Parenting style as context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, v. 113, n. 3, p. 487-496, 1993.

DOMINGUE, B.; MOLLEN, S. Parenting behaviors and adult personality structure: A systematic review. *Journal of Family Psychology*, v. 23, n. 2, p. 158-170, 2009.

DUTRA, C. Influências culturais na parentalidade contemporânea. *Humanidades em Foco*, v. 10, n. 1, p. 67-80, 2021.

ELIAS, M. et al. Revisão bibliográfica narrativa: características e procedimentos. *Educação em Debate*, v. 3, n. 1, p. 185-199, 2012.

- ERIKSON, E. Identidade, juventude e crise. Rio de Janeiro: Zahar, 1963.
- FERREIRA, A.; BASTOS, R. Apego inseguro e suas implicações nas relações futuras. *Saúde Mental em Debate*, v. 7, n. 1, p. 92-109, 2020.
- FONSECA, A.; FERREIRA, G. Práticas parentais e saúde emocional ao longo da vida. *Psicologia e Pesquisa*, v. 15, n. 4, p. 401-417, 2019.
- FRANÇOIS, Elodie. *Attachment Across the Life Cycle: Theory, Research, and Practice*. New York: Routledge, 2015.
- FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996. Disponível em: [https://www.apoeesp.org.br/sistema/ck/files/4-%20Freire\\_P\\_%20Pedagogia%20da%20autonomia.pdf](https://www.apoeesp.org.br/sistema/ck/files/4-%20Freire_P_%20Pedagogia%20da%20autonomia.pdf). Acesso em: 20 out. de 2025.
- GOMES, G.; BORSA, J. Estilos parentais: afeto, comunicação e limites. *Psicologia do Desenvolvimento*, v. 35, n. 2, p. 112-130, 2019.
- GOMES, H. et al. Impactos da negligência e rigidez parental na autoestima. *Comportamento & Sociedade*, v. 29, n. 1, p. 85-97, 2021.
- GONÇALVES, M.; FARIA, T. Estilos parentais e implicações no ambiente de trabalho. *Psicologia Organizacional*, v. 7, n. 3, p. 152-168, 2022.
- HOFSTEDE, G. *Dimensões culturais nas relações humanas*. Porto Alegre: Penso, 2011.
- MACCOBY, E. E.; MARTIN, J. Socialization in the context of the family: parent-child interaction. In: HETHERINGTON, E. M. (ed.). *Handbook of Child Psychology*. New York: Wiley, 1983. p. 1-101.
- MAIN, Mary; SOLOMON, Judith. Disorganized Attachment and Caregiver Risk. In: *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. New York: Guilford Press, 1990.
- MENDES, C.; ROCHA, J. Saúde emocional e vínculos familiares: uma análise longitudinal. *Estudos em Psicologia*, v. 25, n. 3, p. 234-250, 2021.
- MURPHY, Patricia. *Adult Attachment and Personality Development: Implications for Mental Health*. London: Springer, 2010.
- OLIVEIRA, P.; MATOS, A. Apego seguro e saúde mental: evidências da psicologia do desenvolvimento. *PsicoEducação*, v. 27, n. 3, p. 174-189, 2021.
- PEREIRA, S.; SANTOS, V. Comunicação familiar e estabilidade afetiva na fase adulta. *Psicologia Brasileira*, v. 38, n. 1, p. 59-72, 2022.
- ROCHA, A.; LIMA, F. Desempenho acadêmico e parentalidade positiva. *Educação & Sociedade*, v. 43, n. 4, p. 201-221, 2022.

ROTHER, E. Revisão bibliográfica narrativa: método e aplicação. **Revista Técnica em Saúde**, v. 16, n. 3, p. 119-125, 2007.

SARMENTO, J. Qualis CAPES e avaliação da produção científica no Brasil. **Revista Científica Online**, v. 13, n. 2, p. 77-89, 2023.

SILVA, C.; RAMOS, D. Estilo parental autoritativo e habilidades sociais. *Psicopedagogia*, v. 37, n. 2, p. 144-157, 2020.

SILVA, E.; PEREIRA, M. Estilos parentais e construção da personalidade. *PsicoBrasil*, v. 12, n. 1, p. 90-108, 2021.

# ESTILOS PARENTAIS E SUA RELAÇÃO NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Maria Vitória Nunes Croches <sup>1</sup>  
Cleyciane Alves de Faria <sup>2</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos <sup>3</sup>

## RESUMO

Esta pesquisa analisou a influência dos estilos parentais no desenvolvimento social de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), utilizando uma revisão bibliográfica narrativa com base em artigos publicados entre 2015 e 2025, selecionados nas bases SciElo e PubMed. Os resultados indicam que o estilo parental autoritativo, caracterizado por responsividade, afeto e limites claros, favorece a aquisição de habilidades sociais, comunicação e formação de vínculos, enquanto estilos autoritários, permissivos e negligentes podem intensificar os desafios sociais inerentes ao TEA. Intervenções parentais, como as baseadas na Análise do Comportamento Aplicada (ABA) e no modelo Denver, mostram-se eficazes para capacitar os pais a promoverem o desenvolvimento social. Contudo, lacunas persistem, como a escassez de estudos em contextos brasileiros e a necessidade de abordagens culturalmente sensíveis. A pesquisa contribui para a prática clínica em Psicologia, oferecendo subsídios para intervenções que promovam a inclusão social e a qualidade de vida de crianças com TEA e suas famílias. É necessário aprofundar os estudos para explorar especificidades culturais e socioeconômicas.

**Palavras-chave:** Transtorno do Espectro Autista, estilos parentais, desenvolvimento social, intervenções parentais, psicologia, revisão narrativa.

**Abstract:** This study examined the influence of parenting styles on the social development of children with Autism Spectrum Disorder (ASD) through a narrative literature review, based on articles published between 2015 and 2025, selected from SciElo and PubMed databases. The findings indicate that the authoritative parenting style, characterized by responsiveness, affection, and clear boundaries, promotes the acquisition of social skills, communication, and bonding, whereas authoritarian, permissive, and neglectful styles may exacerbate the social challenges associated with ASD. Parental interventions, such as those based on Applied Behavior Analysis (ABA) and the Denver model, prove effective in empowering parents to foster social development. However, gaps remain, including the scarcity of studies in Brazilian contexts and the need for culturally sensitive approaches. This research contributes to clinical psychology practice by providing theoretical support for interventions that enhance social inclusion and quality of life for children with ASD and their families. Further studies are needed to explore cultural and socioeconomic specificities.

**Keywords:** Autism Spectrum Disorder, parenting styles, social development, parental interventions, psychology, narrative review.

1- Graduada no curso de Psicologia pela ESAMC. [mvcroches@gmail.com](mailto:mvcroches@gmail.com)

2- Professora orientadora do trabalho de conclusão de curso da faculdade ESAMC Uberlândia, doutoranda em ciências da saúde, UFU. [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

3- Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

## **1 INTRODUÇÃO**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por déficits persistentes na comunicação e interação social, além de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades. O desenvolvimento social é uma das áreas mais afetadas em crianças autistas, influenciando diretamente suas habilidades de comunicação, interação e participação em diferentes contextos. Nessa perspectiva, a família exerce papel central como primeira rede de apoio, visto que a qualidade das relações parentais impacta diretamente as oportunidades de aprendizagem social e de construção de vínculos.

Entre os fatores relacionados ao ambiente familiar, destacam-se os estilos parentais, compreendidos como padrões de comportamento e práticas educativas utilizadas pelos pais no processo de socialização dos filhos. Estudos clássicos, como os de Baumrind (1966), e posteriores ampliações propostas por Maccoby e Martin (1983), descrevem quatro estilos principais: autoritativo, autoritário, permissivo e negligente. Cada estilo apresenta características distintas de comunicação, disciplina e afetividade, que podem favorecer ou dificultar o desenvolvimento social da criança.

No contexto do TEA, compreender a influência dos estilos parentais torna-se ainda mais relevante, uma vez que crianças autistas demandam maiores níveis de responsividade, apoio emocional e consistência nas práticas educativas. Diante disso, emergem questões como: de que maneira os diferentes estilos parentais influenciam o desenvolvimento social de crianças com TEA? Essa pergunta orienta o presente estudo, ao buscar compreender como abordagens familiares distintas podem atuar como fator de risco ou de proteção para o desenvolvimento infantil.

O objetivo geral desta pesquisa é analisar como os estilos parentais influenciam o desenvolvimento social de crianças com Transtorno do Espectro Autista. Como objetivos específicos, busca-se descrever as características do TEA

na infância com ênfase no desenvolvimento social, comparar os diferentes estilos parentais e seus impactos nesse processo e propor intervenções parentais que favoreçam o desenvolvimento social da criança autista.

A relevância do estudo reside na possibilidade de oferecer subsídios teóricos que fortaleçam práticas clínicas e educativas, bem como estratégias de apoio às famílias, contribuindo para uma melhor qualidade de vida de crianças com TEA e de seus cuidadores. Além disso, a presente pesquisa apresenta importância significativa para os profissionais de Psicologia, ao fornecer bases para intervenções mais assertivas no contexto clínico e para a construção de abordagens que considerem tanto as demandas da criança quanto o papel fundamental da família em seu desenvolvimento social.

## **2 MÉTODO**

Este artigo foi conduzido através de uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo, utilizando o método de revisão bibliográfica narrativa. Este tipo de estudo visa examinar e debater produções acadêmicas já publicadas, promovendo uma análise teórica aprofundada. A revisão narrativa é o caminho metodológico adotado para sintetizar e analisar os impactos dos estilos parentais no desenvolvimento social e crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

O presente trabalho optou pelo levantamento nos bancos de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online) e PubMed, com foco em publicações dos últimos dez anos (2015-2025), garantindo a atualidade dos estudos. As palavras-chaves empregadas foram “TEA”, “autismo”, “crianças autistas”, “desenvolvimento social”, “crianças” e “parentalidade”, combinados de diferentes formas para ampliar a abrangência dos resultados. A seleção inicial foi feita por meio da leitura de títulos e resumos, seguida da análise do texto completo.

Para a definição do corpus de análise, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídos artigos que abordassem exclusivamente crianças diagnosticadas com TEA. Como critérios de exclusão, desconsideraram-se produções incompletas, artigos relacionados à COVID-19 e pesquisas que relacionassem o autismo a comorbidades diversas. Essa delimitação buscou



assegurar a pertinência do material selecionado e a consistência teórica da revisão. A qualidade dos artigos foi avaliada pela Escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), que permite verificar consistência metodológica e relevância argumentativa.

### **3 RESULTADOS**

Foram encontrados 70 artigos que continham os descritores utilizados na busca nas bases de dados. Desses, dezenove artigos foram excluídos por estarem duplicados em diferentes bases de dados. Quatro artigos encontrados foram excluídos pela impossibilidade de acessá-los na íntegra. Sendo assim, restaram 47 artigos, aos quais foram aplicados os critérios de exclusão, restando, então, para análise seis estudos.

Os seis artigos selecionados apresentaram contribuições importantes para compreender a relação entre estilos parentais e desenvolvimento social em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Todos os estudos abordaram a questão central proposta nesta pesquisa, destacando como diferentes abordagens parentais podem influenciar positiva ou negativamente a aquisição de habilidades sociais, a comunicação e a construção de vínculos familiares. A avaliação dos artigos segundo a Escala SANRA indicou pontuação 8, demonstrando boa qualidade metodológica e relevância teórica.

Apesar do número limitado de estudos que atenderam aos critérios de inclusão, os artigos analisados apresentam informações consistentes e complementares. Observa-se que há uma escassez relativa de pesquisas que integrem especificamente os estilos parentais ao desenvolvimento social de crianças com TEA, principalmente em contextos clínicos, reforçando a importância da presente revisão para preencher essa lacuna.

Os estudos analisados evidenciaram que a participação ativa da família, especialmente dos pais, exerce influência significativa no desenvolvimento social, comunicativo e adaptativo de crianças com Transtorno do Espectro Autista. Andrade (2024) destaca que intervenções direcionadas aos cuidadores, quando bem estruturadas, possibilitam que estes aprendam estratégias mais sensíveis e

responsivas às necessidades da criança, favorecendo interações sociais mais estáveis e funcionais.

De maneira complementar, Galego e Goyos (2023) demonstram a eficácia de programas de treinamento parental remoto baseados em análise do comportamento, evidenciando que a orientação contínua aos pais promove maior consistência nas práticas educativas e contribui para avanços na comunicação da criança, mesmo quando existe limitação de acesso a serviços presenciais.

Montenegro, Leite, Franco, Santos, Pereira e Xavier (2021) discutem o papel das tecnologias de Comunicação Alternativa e Ampliada (CAA), mostrando que o uso de dispositivos e recursos visuais possibilita à criança estabelecer formas alternativas de interação social. Segundo as autoras, a CAA pode fortalecer vínculos familiares ao reduzir frustrações e facilitar a compreensão recíproca.

No estudo de Reis, Pereira e Almeida (2016), observa-se que o desenvolvimento social de crianças com TEA está diretamente relacionado à forma como o ambiente familiar organiza experiências de convivência, mediação social e oportunidades de participação. Os autores reforçam que ambientes familiares mais acolhedores e comunicativos favorecem progressos relevantes na socialização.

Além disso, Semensato e Bosa (2017) analisam o impacto da resiliência parental, demonstrando que pais emocionalmente apoiados e com rede de suporte adequada apresentam maior capacidade de desenvolver práticas educativas mais reguladas e sensíveis à criança. Os resultados ressaltam a importância de ações clínicas e sociais que considerem o bem-estar emocional da família como elemento central da intervenção.

Por fim, Balestro e Fernandes (2019) examinam o papel das práticas comunicativas cotidianas, indicando que quando os pais são orientados a perceber e responder às iniciativas comunicativas da criança, há fortalecimento da interação social e melhora na qualidade dos vínculos estabelecidos no contexto familiar.

De forma geral, os resultados evidenciam que estilos parentais responsivos e participativos favorecem o desenvolvimento social e comunicativo de crianças com TEA, especialmente quando associados ao envolvimento ativo dos pais em intervenções e na rotina diária da criança. Em contrapartida, práticas parentais

rígidas ou pouco sensíveis podem limitar o progresso nas interações sociais e na construção de vínculos. Assim, os estudos analisados contribuem para o fortalecimento de práticas clínicas e educativas voltadas ao apoio familiar e reforçam a necessidade de formação profissional em Psicologia voltada para o apoio familiar, de modo a sustentar intervenções que promovam vínculos mais saudáveis e oportunidades de desenvolvimento integral.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA NA INFÂNCIA: ENFOQUE NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que afeta a comunicação, a interação social e os padrões de comportamento. Normalmente, o diagnóstico ocorre nos primeiros anos de vida da criança, período em que alguns sinais se tornam mais evidentes, como dificuldades na manutenção do contato visual, atraso ou ausência no desenvolvimento da linguagem, estereotípias motoras, interesses restritos e dificuldades em interações sociais recíprocas. Tais manifestações clínicas, embora variem em intensidade e forma, possibilitam a identificação precoce do transtorno (Schwartzman, 2011). Esse diagnóstico, quando realizado nos primeiros anos, abre espaço para a busca de estratégias e intervenções adequadas, marcando o início de uma nova e desafiadora jornada para toda a família.

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (Associação Americana de Psicologia, 2013), o diagnóstico de TEA é baseado em déficits persistentes em duas áreas principais: a comunicação e interação social, e nos comportamentos ou interesses restritos e repetitivos. Esses critérios são categorizados em três níveis de suportes, que variam de acordo com a gravidade e as necessidades de cada indivíduo.

Os três níveis de suporte, de acordo com o DSM-5 são, o nível 1, conhecido também como autismo leve, os diagnosticados apresentam dificuldades para iniciar interações sociais, tem interesses reduzidos, dificuldade na troca de atividade e problemas em organização. Já o nível 2, referido também como autismo moderado,

exibe déficits nas habilidades de comunicação social verbal e não verbal, limitação em iniciar interações sociais e respostas reduzidas, há também dificuldade em lidar com mudanças, e presença de comportamentos restritos e repetitivos notáveis. Por fim, no nível 3, conhecido também como autismo severo, manifesta déficits graves nas habilidades de comunicação social verbal e não verbal, grande limitação em assumir a iniciativa em interações sociais e respostas mínimas, extrema dificuldade em gerir mudanças e intenso sofrimento para alterar o foco ou as ações.

O desenvolvimento social é um processo fundamental, gradual e contínuo, sendo construído a partir das interações constantes que o indivíduo mantém com o ambiente onde está inserido e suas dinâmicas sociais. De acordo com Lev Vygotsky (1991, p. 84), "toda função aparece duas vezes, em dois níveis, ao longo do desenvolvimento cultural da criança; primeiramente entre pessoas, como categoria interpsicológica e depois dentro da criança, como categoria intrapsicológica". Dessa forma, ele argumenta que somos seres sociais e que nosso desenvolvimento é enraizado nas nossas experiências com o mundo.

Quando se trata de crianças com o Transtorno do Espectro Autista (TEA), o desenvolvimento social apresenta barreiras significativas. Para Kanner (1943, apud Sadock; Sadock; Ruiz, 2017, p. 382), o pioneiro nos estudos sobre o autismo, as limitações na compreensão de normas sociais e na reciprocidade nas interações constituem características centrais do transtorno, uma vez que os indivíduos demonstram desde os primeiros anos de vida uma inabilidade para estabelecer relações. Além disso, esses obstáculos são amplificados por comportamentos restritos e interesses específicos, o que intensificam as dificuldades na construção de vínculos e no desenvolvimento de competências sociais, fundamentais para adaptação ao meio.

A intervenção precoce é fundamental para promover avanços significativos no desenvolvimento social e na adaptação de crianças com transtorno. De acordo com Rogers e Dawson (2010), intervenções realizadas nos primeiros anos de vida, especialmente aquelas baseadas em Análise do Comportamento Aplicada (ABA) e em modelos naturalísticos, são cruciais para potencializar o desenvolvimento de crianças. A intervenção precoce favorece a neuroplasticidade, estimulando e

incentivando o desenvolvimento de habilidades de interação social, comunicação e adaptabilidade comportamental. Dessa forma, auxilia as crianças na formação de vínculos, na expressão de suas necessidades e na aquisição de competências que, sem esse suporte, poderiam não se desenvolver ou seriam desenvolvidas de forma limitada.

#### 4.2 ESTILOS PARENTAIS E SEUS IMPACTOS NO COMPORTAMENTO SOCIAL DE CRIANÇAS COM TEA

O conceito de estilos parentais é crucial para entender como as práticas educativas adotadas pelos pais impactam e moldam os aspectos cognitivos, emocionais e sociais de seus filhos. Este conceito foi desenvolvido a partir dos estudos de Diana Baumrind (1966), que identificou padrões diferentes nas interações entre pais e filhos, classificando-os inicialmente em três categorias: autoritativo, autoritário e permissivo. Posteriormente, Maccoby e Martin (1983) ampliaram este modelo, acrescentando o estilo negligente ou indiferente, considerado como outro estilo que afeta de maneira expressiva o desenvolvimento infantil. Esses estilos são definidos com base em dois eixos principais: a responsividade, que envolve oferecer afeto e acolhimento, e a exigência, que se refere ao estabelecimento de regras e disciplina.

O estilo parental autoritativo, também conhecido como democrático, é caracterizado por um equilíbrio entre exigência e afeto, ou seja, combina altos níveis de controle e disciplina e altos níveis de responsividade. Segundo Baumrind (1966), esses pais exercem uma disciplina firme e com limites claros, porém pautada no diálogo, explicando os motivos por trás dessas regras e dando abertura aos filhos em dizer suas perspectivas.

As práticas parentais sensíveis, caracterizadas por responsividade, suporte consistente e estabelecimento de rotinas previsíveis, estão diretamente associadas ao aprimoramento das habilidades sociais de crianças. Neste sentido, o estilo autoritativo, cria um ambiente com maior acolhimento e estruturação, essencial para crianças com TEA. Esse ambiente facilita a reciprocidade social, possibilitando que a criança exercite competências como contato visual, a troca conversacional e a adaptação a normas sociais. Estudos mostram que os filhos de pais autoritativos,

tendem a ser mais competentes socialmente, autoconfiantes, com maior autoestima, bom desempenho acadêmico e melhores habilidades de autorregulação. Ao oferecerem apoio emocional e estabelecerem limites claros, estimulam a socialização criando oportunidades seguras para a criança explorar interações sociais, em atividades e brincadeiras (Rogers; Dawson, 2010). Esse estilo contribui para diminuir as dificuldades de socialização comuns no TEA, promovendo maior inclusão e participação social.

O estilo parental autoritário, é caracterizado por altos níveis de exigências e controle, mas com baixo nível de responsividade e afeto. Conforme Baumrind (1966), esses pais impõem regras rígidas, valorizando a obediência inquestionável, frequentemente com uso de punições severas e com pouco espaço para diálogo. Esses pais valorizam mais a disciplina, buscando controle absoluto sobre os comportamentos do filho.

O estilo de parentalidade permissivo é caracterizado por um elevado nível de responsividade e afeto, mas com baixo nível de controle e exigência. Segundo Baumrind (1966), esses pais são muito afetivos, porém estabelecem poucos limites, evitam qualquer forma de frustração e evitam imposição de regras e disciplina. Eles agem mais como amigos do que figuras de autoridade, priorizando a liberdade e autonomia dos filhos.

Os estilos parentais autoritário e permissivo, podem causar impactos negativos no desenvolvimento da autonomia e das habilidades sociais de crianças com TEA. Conforme Silva; Ciasca; Del Prette (2020), o estilo autoritário, tende aumentar a ansiedade, a insegurança e a submissão. Filhos de pais autoritários podem ter comportamentos agressivos, dificultando a autorregulação emocional devido à falta de suporte emocional e validação das emoções. Já o estilo permissivo, marcado pela ausência de limites claros, pode comprometer a internalização de normas sociais, prejudicando a adaptação em contextos coletivos. Crianças criadas sob este estilo podem desenvolver intolerância a frustrações e apresentar dificuldades em seguir regras.

O estilo negligente ou indiferente, acrescentado por Maccoby e Martin (1983), é caracterizado pelos baixos níveis tanto de responsividade quanto de exigência.

Esses pais são, em grande parte, ausentes na vida de seus filhos, tanto emocionalmente quanto fisicamente, oferecendo pouco apoio e supervisão. De acordo com esses autores, este estilo está associado ao abandono emocional e desestruturação família.

O estilo parental negligente apresenta impactos particularmente severos nas crianças com TEA, a ausência de suporte emocional e supervisão pode intensificar os déficits sociais, aumentando a possibilidade de comportamentos externos, como impulsividade, e internos, como retraimento social (Vieira; Teodoro; Nunes, 2021). Crianças que crescem sob esse estilo tendem a apresentar dificuldades emocionais, limitação na criação de vínculos afetivos, problemas de socialização e muitas vezes, maior propensão a comportamentos de risco, comprometendo sua adaptação em ambientes escolares ou familiares.

A escolha do estilo parental não é, em geral, realizada de maneira consciente, mas sim influenciada por experiências vividas, valores familiares e aspectos culturais, o que leva muitos pais a reproduzirem padrões aprendidos ao longo da vida. No entanto, esse comportamento pode ser modificado por meio de processos de reflexão, orientação profissional e intervenções educativas, que possibilitam aos pais desenvolverem maior consciência sobre suas práticas e adotar estratégias mais funcionais. O estilo parental desenvolvido não apenas influencia o crescimento de crianças típicas, mas assume um papel ainda mais relevante quando se trata de crianças com TEA. Nesse sentido, intervenções adequadas tornam-se essenciais para capacitar os pais a estabelecerem ambientes familiares que estimulem as competências sociais e favoreçam a inclusão de crianças com TEA.

#### 4.3 INTERVENÇÕES PARENTAIS COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOVER O DESENVOLVIMENTO SOCIAL NO TEA

As intervenções parentais têm se destacado como uma estratégia essencial para estimular e promover o desenvolvimento social de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), considerando que os pais desempenham um papel relevante na construção de ambientes que promovem a interação e a comunicação. A relevância dessas práticas reside na capacidade de integrar estratégias terapêuticas ao cotidiano familiar, maximizando os benefícios para a criança

(Rogers; Dawson, 2010). As ações visam habilitar os pais a compreenderem as necessidades particulares de seus filhos, incentivando a socialização em ambientes naturais, como casa e escola.

Algumas intervenções parentais conhecidas é o Denver, que incorpora princípios da Análise do Comportamento Aplicada (ABA) com estratégias naturalísticas. Por meio de treinamentos práticos, os pais aprendem a adaptar suas interações, reações e atitudes às características específicas do TEA (Rogers; Dawson, 2010). Esse modelo capacita os pais a promoverem interações responsivas por meio de atividades lúdicas e estruturadas, estimulando habilidades sociais, como a manutenção do contato visual e a reciprocidade emocional.

Outra estratégia amplamente utilizada é o treinamento parental fundamentado na ABA, que ensina técnicas para reforçar comportamentos positivos e minimizar comportamentos desafiadores. Segundo Silva e Dias (2020), a capacitação de pais contribui significativamente para que os cuidadores compreendam as necessidades da criança, fortaleçam comportamentos adaptativos e estimulem a socialização, o que impacta diretamente na melhoria das interações no ambiente familiar e escolar. Através dessa intervenção, os pais são guiados e apoiados a estabelecer rotinas previsíveis e a utilizar reforços positivos, promovendo competências sociais, como diálogo recíproco e imitação.

Os programas de treinamentos parentais destacam a relevância da responsividade emocional, que inclui a identificação e reação empática dos pais com as emoções da criança (Macarini; Crepaldi; Vieira, 2016). Esta prática se torna ainda mais relevante no contexto do TEA, em que muitas crianças enfrentam desafios tanto na regulação emocional quanto na interpretação de sinais sociais. Quando os cuidadores adotam uma postura mais acolhedora e sensível, os pais criam um ambiente seguro que facilita a construção de vínculos afetivos e a prática de habilidades sociais.

Embora haja muitos benefícios dessas intervenções, há também o enfrentamento de grandes obstáculos, como o estresse, a sobrecarga emocional dos pais de crianças atípicas e a dificuldade para implementar as técnicas na rotina diária. A necessidade dessa adaptação e aprendizagem de técnicas complexas



podem ser desafiadores, especialmente em famílias que lidam com limitações financeiras e ou falta de rede de apoio. Segundo Maia (2021), as demandas constantes do cuidado associadas à sobrecarga emocional e à escassez de recursos, tornam indispensável que os programas ofereçam não apenas orientação técnica, mas também apoio psicológico e intervenções adaptadas à realidade de cada família, promovendo maior adesão e melhores resultados.

A implementação de intervenções parentais requer sensibilidade cultural, pois as práticas de criação variam conforme o contexto sociocultural das famílias. No Brasil, por exemplo, segundo Ferreira (2020), intervenções que consideram os aspectos culturais, sociais e econômicos das famílias possibilitam maior adesão dos pais, favorecendo a aplicação das estratégias no cotidiano e fortalecendo tanto o desenvolvimento da criança quanto sua inclusão social. As abordagens culturalmente sensíveis, promovem o engajamento dos pais e favorecem a integração social da criança em espaços comunitários e escolares.

As intervenções parentais geram benefícios que vão além do desenvolvimento social da criança, impactando positivamente a dinâmica familiar. De acordo com Maia (2021), quando os pais dominam estratégias eficazes para lidar com os desafios do TEA, eles sentem maior autoconfiança e redução dos níveis de estresse criando um ambiente doméstico mais acolhedor. Esse fortalecimento no bem-estar familiar cria um ciclo positivo, que auxilia não apenas a criança com TEA, mas também todos os membros da família.

É importante ressaltar que as intervenções parentais devem ser parte de uma abordagem multidisciplinar, envolvendo a colaboração de psicólogos, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos, educadores e outros profissionais da saúde com as famílias. Como destacam Ferreira (2020), a atuação conjunta e integrada de uma equipe multiprofissional é essencial para potencializar os resultados das intervenções, assegurando que as estratégias adotadas sejam coerentes com as necessidades dos envolvidos, promovendo não apenas o desenvolvimento social, mas também qualidade de vida. Tais programas de treinamento parental também fortalecem a rede de suporte familiar, promovendo uma inclusão social mais eficaz e elevando a qualidade de vida.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os estudos analisados demonstram que os estilos parentais exercem influência significativa no desenvolvimento social de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O estilo autoritativo, marcado por um equilíbrio entre afeto, responsividade e disciplina estruturada, foi consistentemente associado a melhores resultados em habilidades sociais, comunicação e formação de vínculos afetivos. Esse estilo cria um ambiente seguro e previsível, essencial para crianças com TEA, promovendo maior reciprocidade social e inclusão em contextos familiares e escolares. Em contrapartida, estilos autoritários, permissivos e negligentes tendem a agravar os desafios sociais, podendo aumentar a ansiedade, insegurança ou dificuldades de autorregulação emocional. Esses achados reforçam a necessidade de práticas parentais que combinem suporte emocional e limites claros, destacando a relevância de intervenções parentais, como as baseadas na Análise do Comportamento Aplicada (ABA) e no modelo Denver, que capacitam os pais a estimularem o desenvolvimento social de seus filhos.

Para os psicólogos, este estudo oferece subsídios teóricos valiosos, evidenciando a importância de intervenções clínicas que considerem o papel da família como agente central no processo de socialização da criança com TEA. Programas de treinamento parental, que promovem responsividade emocional e estratégias adaptadas às necessidades do TEA, mostraram-se eficazes não apenas para o desenvolvimento da criança, mas também para a redução do estresse familiar e o fortalecimento da dinâmica doméstica. Contudo, persistem lacunas importantes, como a escassez de pesquisas em contextos brasileiros que abordem especificamente a interação entre estilos parentais e desenvolvimento social no TEA. Além disso, fatores como barreiras socioeconômicas, sobrecarga emocional dos cuidadores e a necessidade de abordagens culturalmente sensíveis demandam maior atenção, especialmente em realidades com recursos limitados.

Dessa forma, este estudo contribui para a prática clínica e educativa ao oferecer bases para intervenções mais assertivas e para a construção de estratégias de apoio às famílias, promovendo a inclusão social e a qualidade de vida

das crianças com TEA e seus cuidadores. No entanto, as limitações identificadas, como a necessidade de maior representatividade cultural e a adaptação às condições socioeconômicas, apontam para a relevância de pesquisas futuras que explorem essas especificidades. Portanto, é fundamental aprofundar os estudos, especialmente em contextos locais, para consolidar o conhecimento sobre as práticas parentais mais eficazes e ampliar o impacto das intervenções no desenvolvimento social de crianças com TEA.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

ANDRADE, Jullie Gottschall Lima. Eficácia de Programas Educativos à Distância para pais de crianças com diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista: uma revisão integrativa. CoDAS, São Paulo, v. 36, n. 5, p. e20240200, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/codas/a/q9r8dGnbpPFnBjn3zJyDvXJ/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2025.

BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Sandra; MERTENS, Stephan. SANRA: a scale for the quality assessment of narrative review articles. Research Integrity and Peer Review, v. 4, n. 5, p. 1-7, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>. Acesso em: 09 outubro 2025.

BALESTRO, J. I.; FERNANDES, F. D. M. Percepção de cuidadores de crianças com Transtorno do Espectro do Autismo quanto ao perfil comunicativo de seus filhos após um programa de orientação fonoaudiológica. CoDAS, São Paulo, v. 31, n. 1, e20170222, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30843922/>. Acesso em: 15 maio 2025.

BAUMRIND, Diana. Effects of authoritative parental control on child behavior. Child Development, v. 37, n. 4, p. 887–907, 1966.

FERREIRA, T. P. C.; NASCIMENTO, R. R.; MACEDO, R. M. A.; FERREIRA, D. F. C.; RIBEIRO, F. A. A. Atuação multiprofissional no transtorno do espectro autista: contribuições para o desenvolvimento da criança e qualidade de vida familiar. Brazilian Journal of Development, v. 6, n. 10, p. 79938-79953, 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/16954>. Acesso em: 22 maio 2025.

GALEGO, Pâmela Suelen; GOYOS, Celso. Treino Remoto Parental para Aplicação do Protocolo de Avaliação do Ecoico a Crianças com Autismo. Revista Brasileira de

Educação Especial, Marília, v. 27, n. 1, p. ??-??, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbee/a/SXmcN3GtH87fZzT8pddbhgC/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2025.

MACARINI, Samira M.; CREPALDI, Maria Aparecida; VIEIRA, Márcia L. A questão da parentalidade: contribuições para o trabalho do psicólogo na terapia de famílias com filhos pequenos. Pensando Famílias, v. 20, n. 2, p. 27–42, 2016. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2016000200003&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2016000200003&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt). Acesso em: 27 maio 2025.

MACCOBY, Eleanor. E.; MARTIN, John. A. Socialization in the context of the family: parent-child interaction. In: HETHERINGTON, E. M. (Ed.). Handbook of child psychology: socialization, personality, and social development. 4. ed. New York: Wiley, 1983. v. 4, p. 1–101.

MAIA, F. G. et al. Desafios enfrentados por famílias de crianças com transtorno do espectro autista: uma revisão integrativa. Research, Society and Development, v. 10, n. 3, e15210313075, 2021.

MONTENEGRO, Ana Cristina de Albuquerque; LEITE, Gabrielle Araújo; FRANCO, Natália de Melo; SANTOS, Débora dos; PEREIRA, Jakciane Eduarda Araújo; XAVIER, Ivana Arrais de Lavor Navarro. Contribuições da comunicação alternativa no desenvolvimento da comunicação de criança com transtorno do espectro do autismo. ACR (Arte, Cuidado e Reabilitação), v. 26, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/acr/a/ZpKbgfnP8wH6k73HHXSKxd/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2025.

REIS, Helena Isabel da Silva; PEREIRA, Ana Paula da Silva; ALMEIDA, Leandro da Silva. Características e Especificidades da Comunicação Social na Perturbação do Espectro do Autismo. Ensaio: Revista Brasileira de Educação Especial, Marília, v. 22, n. 3, p. ??-??, jul./set. 2016. DOI: 10.1590/S1413-65382216000300002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbee/a/3xpxVppcrgDynBCM4TVDptQ/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2025.

ROGERS, Sally J.; DAWSON, Geraldine. Intervenção precoce para crianças com autismo: modelo Denver para promoção da linguagem, aprendizagem e sociabilidade. Porto Alegre: Artmed, 2010.

SADOCK, Benjamin J.; SADOCK, Virginia A.; RUIZ, Pedro. Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica. 11. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

SEMENSATO, M. R. Crenças indicativas de resiliência parental no contexto do autismo. Psicologia: Teoria e Pesquisa, Brasília, v. 33, p. 1-10, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/VFvqMGdVhhqv5pC7NrXTQqr/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2025.

SCHWARTZMAN, José Salomão. TEA – Conceito e generalidades. In: Transtornos do Espectro do Autismo. Campinas, SP: Legatto Creative Works, 2025. Disponível em: <https://www.schwartzman.com.br/downloads-gratuito>. Acesso em: 15 maio 2025.

SILVA, M. M.; CIASCA, S. M.; DEL PRETTE, Z. A. P. Práticas educativas parentais e habilidades sociais de crianças com transtorno do espectro autista. Estudos de Psicologia. Campinas. v. 37, p. e180156, 2020.

SILVA, T. B.; DIAS, J. C. Treinamento de pais como recurso para intervenção no transtorno do espectro autista: uma revisão de literatura. Revista Psicologia em Foco, v. 12, n. 17, p. 84-100, 2020. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5245/524568285006/html/>. Acesso em: 12 maio 2025.

VIEIRA, D. A.; TEODORO, M. L. M.; NUNES, M. L. Estilos parentais e habilidades sociais de crianças com transtorno do espectro autista. Psico, v. 52, n. 4, p. e37909, 2021.

VYGOTSKY, Lev S. A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

# LUTO NA INFÂNCIA: um olhar sobre o processo de elaboração

Lorraine Noberto Barbosa<sup>1</sup>

Lorena Ferreira Chaves<sup>2</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>4</sup>

**RESUMO:** O presente trabalho tem como objetivo compreender os aspectos facilitadores para as crianças na elaboração do luto e identificar os impactos desse processo no desenvolvimento infantil. Partindo de uma perspectiva psicanalítica e considerando os aspectos familiares, sociais e culturais que permeiam a vivência da perda, a pesquisa buscou evidenciar as formas pelas quais o luto infantil se manifesta, bem como os desafios envolvidos em sua elaboração. Por se tratar de uma revisão narrativa, partiu-se da seleção de artigos indexados nos últimos cinco anos, em bases como Google Acadêmico e Lilacs. Foram analisados 18 artigos que destacam a capacidade das crianças em compreender e elaborar a morte, ainda que diferente dos adultos, sendo influenciadas por fatores como idade, contexto sociocultural, bem como o suporte familiar oferecido. Constatou-se a dificuldade dos adultos em comunicar a morte de maneira clara, o que se torna um obstáculo significativo, que pode acarretar um comprometimento da elaboração saudável do luto, gerando riscos emocionais a curto e longo prazo. Observa-se também que a ausência de intervenções adequadas pode acarretar sintomas de regressão, ansiedade, depressão, dificuldades de aprendizagem e de sociabilidade. Ressalta-se a relevância do psicólogo no acolhimento e suporte tanto às crianças quanto aos familiares. Espera-se que o luto infantil seja reconhecido como uma vivência legítima, cuja elaboração adequada é fundamental para o desenvolvimento saudável, evidenciando a necessidade de maior produção científica voltada para o acompanhamento desse processo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Luto, infância, psicanálise, psicologia, revisão narrativa.

**ABSTRACT:** The present study aims to understand the facilitating aspects for children in the elaboration of grief and to identify the impacts of this process on child development. From a psychoanalytic perspective and considering the family, social, and cultural aspects that permeate the experience of loss, the research sought to

---

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: lorrainenobertobarbosa@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda do curso de Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: lorenafchaves@gmail.com

<sup>3</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU). Mestre em Psicologia UFU (2006). Graduada em Nutrição (UFU). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como psicóloga clínica. E-mail: cleycianefaria@gmail.com

<sup>4</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: albert.manoel@hotmail.com

highlight the ways in which childhood grief is manifested and the challenges involved in its elaboration. As a narrative review, the study was based on the selection of articles published in the last five years, indexed in databases such as Google Scholar and Lilacs. A total of 18 articles were analyzed, emphasizing that, although differently from adults, children are able to understand and elaborate death, being influenced by factors such as age, sociocultural context, and family support. The findings reveal the difficulty of adults in communicating death in a clear way, which becomes a significant obstacle and may compromise the healthy elaboration of grief, generating short- and long-term emotional risks. It was also observed that the absence of adequate interventions may result in symptoms such as regression, anxiety, depression, learning difficulties, and social impairments. The role of the psychologist is highlighted as essential in providing support and care for both children and their families. It is expected that childhood grief will be recognized as a legitimate experience, whose proper elaboration is fundamental for healthy development, reinforcing the need for further scientific production aimed at supporting this process.

**KEYWORDS:** Grief, childhood, psychoanalysis, psychology, narrative review.

## 1 INTRODUÇÃO

O luto e a morte constituem temas recorrentes em diversas culturas, e a maneira como estes são vivenciados e expressos varia consideravelmente entre elas, refletindo a diversidade de crenças e realçando a importância da morte na construção de identidades sociais e culturais. A escrita, a literatura e as manifestações artísticas desempenham um papel significativo na expressão e na elaboração do luto, possibilitando que os indivíduos e as comunidades compartilhem suas experiências e atribuam significado à dor, representando a forma como as sociedades lidam com a mortalidade. Historicamente e na atualidade, este fenômeno é frequentemente manifestado por meio de práticas de rituais, cerimônias religiosas, vestimentas específicas e cortejos fúnebres.

Considerando que o falecimento integra o ciclo vital humano, este se apresenta como uma realidade inevitável e em qualquer etapa da vida o indivíduo pode enfrentar uma perda, capaz de desencadear o luto. Atualmente, reconhece-se que o enlutamento não se restringe à morte de entes queridos. Esse processo pode manifestar-se em distintos contextos, desde a perda de um emprego até a descoberta de uma enfermidade, como Freud afirma “O luto é, em geral, a reação à perda de uma pessoa amada ou de uma abstração que a represente” (Freud, 1917). Esse objeto de amor pode abranger qualquer tipo de objeto, seja ele material ou

ideal, real ou simbólico. Entretanto, esse processo nem sempre ocorre de maneira fluida, a forma como essa experiência é vivida pode ser determinante na trajetória de um indivíduo, podendo gerar consequências futuras, o que tem levado a uma maior atenção e reconhecimento desse sofrimento.

O interesse acadêmico e a pesquisa sobre o tema, iniciados no século XX, têm se intensificado progressivamente, principalmente com as recentes crises globais, como desastres naturais e a pandemia COVID-19, que expuseram muitas famílias à perda, expondo a dificuldade das pessoas em lidar com o falecimento repentino e evidenciando a urgente necessidade de compreender como as crianças lidam com a morte.

No que concerne ao luto infantil, observa-se que as crianças, desde o nascimento até os 11 anos, assim como os adultos, experimentam diversas perdas e enfrentam suas próprias dificuldades. Lidar com a ausência dos pais, a perda dos dentes de leite, a transição da segurança do lar para o início do processo estudantil no ambiente escolar, o atravessamento da infância para a adolescência e a morte de integrantes familiares são exemplos dessas experiências.

Contudo, a vivência do luto na infância é frequentemente marcada por estigmas, em virtude da dificuldade dos adultos em lidar com o estado emocional infantil e da crença predominante de que as crianças não são capazes de compreender a morte. Sob uma perspectiva psicanalítica, entende-se que este fenômeno vivenciado na infância pode acarretar impactos no desenvolvimento psíquico, especialmente em ambientes onde não há espaço para a elaboração simbólica do luto.

Quando a criança vivencia a perda de um de seus progenitores ou cuidadores, ela se configura como uma experiência angustiante, que pode colocar em risco o estado emocional, fazendo com que a criança tenha sentimentos de desamparo e impotência. Como afirma Torres, uma das maiores crises que pode ocorrer com um indivíduo na fase da infância, é a perda de um dos pais, essa crise gerada ocorre porque a partir de então o mundo da criança nunca mais será o mesmo, não será o mesmo lugar seguro vivenciado antes (Torres, 2012). Assim sendo, a perda da figura paterna ou materna, pode resultar em uma permanência na fantasia ligada à figura perdida, o que pode afetar o investimento libidinal em outras atividades e gerar o temor em se relacionar com outras pessoas.



O luto é concebido como um processo e não como um evento vivenciado de modo isolado, envolvendo uma variedade de emoções e sentimentos que podem variar individualmente, principalmente nas crianças que abrange também aspectos do desenvolvimento cognitivo que interferem na capacidade de compreensão e na forma de sentir. A não elaboração da perda pode gerar o luto patológico, no luto natural o indivíduo perpassa por algumas fases até atingir a elaboração, entretanto no luto patológico as crianças podem demonstrar sintomas como incapacidade ou recusa de encarar a realidade (Machado, 2006).

Pode ocasionar sintomas psicossomáticos, isolamento, regressão no desenvolvimento, medos, depressão, ansiedade e suicídio. Sendo necessário o cuidado quando o sofrimento é excessivamente prolongado ou é incapacitante impedindo a realização de atividades diárias, afetando o desenvolvimento da criança.

Diante do exposto, este trabalho tem como objetivo compreender os aspectos facilitadores na elaboração do luto infantil, identificar suas manifestações na infância e o modo como as crianças elaboram esse processo. Buscando contextualizar o desenvolvimento desse fenômeno, identificar seus impactos no desenvolvimento infantil, analisar como ele pode influenciar a vida das crianças, apontar as maneiras possíveis de auxiliá-las a lidar com a perda, compreender o papel da família perante tais situações, e elucidar o modo como a psicologia e as teorias psicanalíticas podem contribuir para a elaboração do luto e apontar o papel do analista diante desses casos, dessa forma, a questão norteadora deste trabalho é: Como as crianças elaboram o luto e quais os impactos desse processo para o desenvolvimento infantil?

## **2 MÉTODO**

Este trabalho configura-se como uma revisão bibliográfica narrativa, esse tipo de pesquisa apresenta o desenvolvimento de um ponto de vista teórico ou contextual. Essa discussão é construída a partir da análise crítica e da interpretação pessoal das autoras sobre a literatura publicada em livros, revistas e bancos de dados, caracterizando-se como uma pesquisa qualitativa e descritiva (Rother, 2007). Portanto, neste trabalho a busca empregou os descritores “luto”, “infância” e “psicanálise”. Como critérios de inclusão, foram utilizados artigos em língua

portuguesa, publicados nos últimos cinco anos e indexados nas bases de dados Google Acadêmico e Lilacs. Foram utilizados como critérios de exclusão trabalhos não relacionados ao tema, que fossem dissertações, monografias, ou capítulos de livro, que não estivessem publicados em revista ou repositórios e que não tivessem o texto completo disponível para leitura. Além disso, foram utilizados textos de literatura clássica e cinzenta sem limite de data. Partindo da leitura e análise dos artigos, buscou-se a compreensão dos aspectos centrais e a identificação de resultados que pudessem embasar teoricamente a discussão.

### **3 RESULTADOS**

Na pesquisa foram encontrados 5.840 resultados, inicialmente, foram selecionados 35 artigos pela análise dos títulos, seguido da seleção de 27 trabalhos pela análise dos resumos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, resultou-se na inclusão de 18 artigos nessa revisão narrativa. Observou-se o predomínio de análises aprofundadas sobre o luto infantil, focando em como as crianças vivenciam e elaboram a perda, ressaltando a dificuldade e desafios na comunicação da morte pelos adultos.

Todos os trabalhos (Campos, 2024; Belin, Nunes, Fiuza, 2023; Campos, Pegorin, Silva, Tozati, 2023; Klinger, Miranda, Oliveira, 2021; Mello, Lima, Mota, 2021; Oliveira, 2020; Neto, Ribeiro, 2022; Reis, Sartori, 2024; Scaravonatto, Maravilha, Prudente, 2024) apontam que as crianças são capazes de compreender a morte e de assimilar a perda, percebendo a morte como uma ausência, mesmo que aspectos cognitivos ainda não estejam desenvolvidos para uma compreensão mais integrada. Ressaltam que é um processo complexo, subjetivo e individual relacionado a diversos fatores, como idade, personalidade, desenvolvimento psicossocial e cognitivo, além do contexto familiar e cultural.

Os trabalhos (Campos, 2024; Campos, Pegorin, Silva, Tozati, 2023; Carvalho, 2022; Engelhardt, Batista, Faedo, 2024; Neto, Ribeiro, 2022; Oliveira, 2020; Scaravonatto, Maravilha, Prudente, 2024; Silva, Rocha, 2025) ressaltam que a dificuldade dos adultos em comunicar sobre a morte é demonstrada a partir de uma resistência de falar abertamente com a criança com receio de não saber lidar com sua reação ou, na tentativa de deter o sofrimento e impedi-las de viver o luto, geralmente omitindo a verdade ou utilizando eufemismos e metáforas na tentativa de

proteger a criança. Porém, essa postura é criticada nos trabalhos por gerar confusão e dificultar a elaboração do luto. Salientando a necessidade de que as famílias comuniquem a perda de forma clara, com uma linguagem adequada e adaptada à idade da criança, sendo importante deixar explícita a irreversibilidade da morte (Belin, Nunes, Fiuza, 2023; Campos, 2024; Carvalho, 2022; Engelhardt, Batista, Faedo, 2024; Mello, Lima, Mota, 2021; Neto, Ribeiro, 2022; Oliveira, 2020; Reis, Sartori, 2024; Scaravonatto, Maravilha, Prudente, 2024; Silva, Rocha, 2025).

Os artigos (Alvarez, 2021; Belin, Nunes, Fiuza, 2023; Campos, Pegorin, Silva, Tozati, 2023; Engelhardt, Batista, Faedo, 2024; Klinger, Miranda, Oliveira, 2021; Mello, Lima, Mota, 2021; Neto, Ribeiro, 2022; Noleto, Santos, Cabral, 2022; Reis, Sartori, 2024; Scaravonatto, Maravilha, Prudente, 2024; Silva, Rocha, 2025) também apontam as consequências da não elaboração do luto, evidenciando que pode gerar transtornos na vida adulta (como depressão, ansiedade e estresse pós-traumático) e prejudicar o desenvolvimento infantil, gerando dificuldades na escola, na socialização, autoestima e comportamentos disruptivos. As produções (Belin, Nunes, Fiuza, 2023; Campos, 2024; Campos, Pegorin, Silva, Tozati, 2023; Engelhardt, Batista, Faedo, 2024; Klinger, Miranda, Oliveira, 2021; Mello, Lima, Mota, 2021; Neto, Ribeiro, 2022; Noleto, Santos, Cabral, 2022; Rascovski, D'auria, 2023; Reis, Sartori, 2024; Scaravonatto, Maravilha, Prudente, 2024; Silva, Oliveira, Tardeti, 2024) também ressaltam que o psicólogo é o profissional mais adequado para guiar os responsáveis na comunicação da perda e oferecer acompanhamento terapêutico, proporcionando um espaço de acolhimento e escuta ativa para a criança vivenciar e ressignificar o luto, utilizando recursos lúdicos e simbólicos para auxiliar as crianças a se expressarem.

Alguns artigos (Alcantara, 2022; Campos, Pegorin, Silva, Tozati, 2023; Damião, Negri, 2023; Silva, Rocha, 2025) abordam sobre a história da infância e a concepção da morte em contextos históricos e culturais evidenciando que estes afetam diretamente a forma como o luto é abordado. A pandemia de COVID-19 é mencionada em alguns trabalhos como um fator que intensificou o sofrimento do luto infantil, devido à ausência de rituais de despedida e ao aumento de perdas. Com base nos artigos foi possível identificar diversos desafios e áreas que necessitam de maior aprofundamento, como a escassez de estudos e pesquisas sobre o luto voltada para o contexto brasileiro. Na pandemia de COVID-19, a ausência de

material teórico suficiente para avaliar e mensurar os impactos reais do luto infantil a curto ou longo prazo é notável. Há uma necessidade de estudos pós-pandêmicos para identificar consequências e propor estratégias. Os trabalhos apontam a falta de um modelo eficaz para comunicar a perda às crianças, visto que falta um consenso na literatura.

As famílias têm dificuldade em saber como lidar com o desconhecido da morte e como recorrer a profissionais em momentos de angústia, precisando de orientação para buscar ajuda psicológica. É preciso aprofundar o conhecimento sobre como melhor apoiar crianças que vivenciam a perda, avaliando a eficácia de intervenções e o desenvolvimento de outras. A implementação de ações e intervenções para suprir essas demandas e diminuir as repercussões de perdas traumáticas é necessária. A pesquisa enfatiza a falta de estudos e de elaboração de protocolos, manuais de intervenção e escalas voltadas para o luto de crianças tanto na perspectiva preventiva quanto na de intervenção imediata. A maioria dos estudos encontrados são de natureza qualitativa e predominantemente psicanalítica, mas muitos não definem claramente as abordagens teóricas, o que configura um ponto frágil para discussões.

Ressalta-se que este artigo foi submetido à Escala para a Avaliação de Artigos de Revisão Narrativa (SANRA), na qual todos os aspectos listados foram avaliados. O artigo obteve uma pontuação de 11, demonstrando sua conformidade com os critérios estabelecidos.

Em suma, há a escassez de pesquisas contextualizadas, principalmente no Brasil, sobre a criação de diretrizes claras e a capacitação de adultos e instituições para uma comunicação e acolhimento eficazes do luto infantil, para embasar a prática profissional e promover a conscientização, reconhecendo a singularidade da vivência da criança e superando o tabu social em torno da morte.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 O LUTO E A INFÂNCIA**

A compreensão do luto na infância, sob a perspectiva psicanalítica, apoia-se nos fundamentos de Freud e Melanie Klein no que tange ao luto e a elaboração

psíquica da perda. Falar sobre o luto é adentrar em uma experiência profundamente subjetiva, universal e inevitável. A morte, sobretudo de um ente querido, pode provocar uma ruptura que exige do sujeito um trabalho de elaboração.

Para Freud (1917), o luto é um processo natural de desligamento da libido investida no objeto que fora perdido, se tornando inacessível. O autor afirma que o luto é a reação à perda de uma pessoa amada ou de uma ideia que a represente. Esse objeto de amor pode abranger qualquer tipo de objeto, seja ele material ou ideal, real ou simbólico. Entretanto, esse processo nem sempre ocorre de maneira fluida, embora esperado, especialmente quando se é vivenciado na infância. Quando essa elaboração não ocorre de maneira adequada, diferente do natural e esperado, pode ocorrer no sujeito um estado de melancolia, pois a perda que não é simbolizada se internaliza como um sofrimento permanente.

De acordo com Torres (1999): “O processo e os resultados das reações da criança ao luto dependerão de vários fatores, tais como a idade, a etapa do desenvolvimento em que a criança se encontra, de sua estabilidade psicológica e emocional e da própria significação da perda.

Para Bowlby (1970/2001) a perda de uma figura que tenha vínculo com a criança é vivida como desamparo, podendo gerar medo do abandono, saudade da pessoa perdida e até mesmo a raiva. O luto perpassa por quatro fases, sendo elas: Torpor ou aturdimento, saudade, desorganização e desespero, e organização, que é quando a perda é elaborada.

A primeira fase que seria o torpor ou aturdimento, o sujeito pode apresentar raiva e desespero, essa fase pode ter uma duração curta, de horas, ou durar semanas. A segunda fase, que é a saudade e a busca pela figura que fora perdida: Nesta fase o indivíduo pode apresentar um impulso em buscar a figura perdida, e novamente a raiva pode fazer parte (Bowlby 1980/2004).

Na terceira fase, denominada de desorganização e desespero, é comum o choro, a manifestação de raiva e tristeza. A quarta fase, conhecida como organização, a perda é elaborada e o indivíduo passa a compreender que a vida deve ser continuada. Segundo Bowlby (1970/2001), quando ocorrem perdas repentinas, é comum que a segunda fase do luto, seja vivenciada pelo indivíduo com uma maior intensidade e o enlutado busca recuperar a figura perdida, tanto no real quanto no campo dos pensamentos. Para o autor, a elaboração da perda ocorre

quando o enlutado consegue expressar e lidar com a ambivalência de sentimentos que essa perda tenha provocado, inclusive com a raiva em relação à pessoa perdida.

Para Piaget (1971), a forma como as crianças compreendem o significado de morte tem relação com o seu desenvolvimento cognitivo. A cultura, as vivências pessoais, também possuem um papel de influência no desenvolvimento desse conceito. Segundo Nunes (1998), a criança tem a capacidade de perceber a perda de alguém, ainda que esteja muito nova, contudo, seu entendimento terá ligação com o manejo dos seus familiares, ao proporcionarem para a criança um ambiente de acolhimento e de atenção. É necessário que a criança tenha um ambiente em que possa conversar livremente sobre o tema, sem a deturpação das informações acerca da morte.

Como aponta Sengik (2013, p.381):

“A criança espera uma resposta do adulto, acredita que ele seja capaz de lhe dizer o que aconteceu. É necessário explicar-lhe que a morte é irreversível, ou seja, que a pessoa que morreu não irá mais voltar à vida. Diante dessa situação, nota-se a dificuldade do adulto em lidar com a palavra morte por todo o conteúdo e sentido que ela provoca não apenas na criança, mas nele próprio.” (Sengik, 2013, p. 381).

Segundo Morin (1997), a criança com dois anos de idade pode procurar a pessoa que morreu, pois não encara a morte como algo irreversível. Segundo Bee (1997), para as crianças, em sua ideia fantasiosa, a morte pode ser reversível através de oração, magia ou através do pensamento, em que acreditam que após a morte é possível respirar ou sentir, além de em alguns momentos perceber a morte como uma punição.

Aos cinco anos de idade essa irreversibilidade ainda é algo confuso, de difícil compreensão. A ideia de morte permanece confusa, e as crianças desenvolvem uma associação da morte com a velhice. Para Morin (1997), aos seis anos, ainda que o tema continue conflituoso, a criança alcança uma estrutura cognitiva diferente para lidar com relação ao tema, entretanto nessa fase pode se identificar angústia e medo.

Somente aos oito anos de idade que há uma aceitação como algo natural e irreversível (Kubler- Ross, 1969). Para Morin (1997), nessa fase a criança questiona sobre o porquê da morte. Na última infância, aproximadamente entre a idade de

nove e doze anos, o indivíduo já percebe a morte como um fato natural e comum a todos.

O impacto da morte de um dos cuidadores de uma criança ainda é alvo de pesquisas e discussões, conforme Torres (2012) Uma das maiores crises que pode ocorrer com um indivíduo na fase da infância, é a perda de um dos pais, essa crise gerada ocorre porque a partir de então o mundo da criança nunca mais será o mesmo, não será o mesmo lugar seguro vivenciado antes. Assim sendo, a perda da figura paterna ou materna, pode resultar em uma permanência na fantasia ligada à figura perdida, o investimento libidinal em outras atividades e o temor em se relacionar com outras pessoas.

Quando a elaboração não ocorre de forma natural ou de acordo com o que é esperado para a idade, há a probabilidade de se desenvolver relacionamentos disfuncionais, em que haverá a busca, ainda que seja inconsciente, de uma relação parecida com a vivida juntamente com o genitor que morreu.

Com relação a isso, Torres (2012, p.126) afirma que:

“A perda da mãe, por exemplo, no caso do menino mais velho, se percebida como uma rejeição poderá mais tarde levá-lo a romper antecipadamente os relacionamentos com a figura feminina, na tentativa de evitar que as mulheres possam fazer com ele o mesmo que sua mãe fez. Já a morte do pai, e, portanto, a perda de um modelo, poderá trazer dificuldades na construção de sua autoimagem e na conquista de sua identidade”. (Torres, 2012, p.126)

Essa não elaboração pode gerar o luto patológico. No luto natural o indivíduo perpassa por algumas fases até atingir a elaboração, entretanto no luto patológico as crianças podem demonstrar sintomas como incapacidade ou recusa de encarar a realidade (Machado, 2006), em que pode ocasionar sintomas psicossomáticos, isolamento, regressão no desenvolvimento, medos, depressão, ansiedade e suicídio. Portanto, é necessário o cuidado quando o sofrimento é excessivamente prolongado ou é incapacitante, onde, impede a realização de atividades diárias e afeta o desenvolvimento da criança.

Weizman e Kamm (1987) abordam o luto patológico e o divide em luto adiado e luto prolongado. No luto adiado o sujeito se nega a sentir, reprime os sentimentos provenientes da perda, tais sentimentos não desaparecem da pessoa, mas apesar de não serem vivenciados, continuam a produzir danos como sintomas psicossomáticos, depressão, ansiedade e dificuldades em relacionamentos. No luto

prolongado, conforme o autor há um lento movimento para perpassar nas fases de elaboração, em que o sofrimento permanece por um período longo de tempo e com sentimentos muito intensos, podendo gerar tristeza profunda, sintomas depressivos e de culpa, isolamento e em casos mais graves o risco de suicídio.

## **4.2 O PAPEL DA FAMÍLIA**

A família é formada por um grupo de pessoas que compartilham afinidades ou parentesco e pode ser caracterizada como um sistema de suporte, que segundo Caplan (1974) os sistemas de suporte implicam em padrões duradouros de vínculos que contribuem para a manutenção da integridade física e psicológica do indivíduo. A família é esse sistema de suporte que exerce funções cruciais para o desenvolvimento humano a começar pela proteção, socialização e afeição que os pais oferecem a seus filhos pequenos.

Caplan (1974) enfatiza que a família funciona como fonte de crenças, valores e códigos de comportamento que dão ao indivíduo a sensação de identidade ante o mundo e a si próprio e orientam-no quanto a forma de agir. Portanto esse sistema se mostra importante no enfrentamento de crises. A capacidade que o indivíduo terá de superação está estritamente ligada à força dos vínculos e a existência de figuras que poderão substituir e oferecer suporte emocional. John Bowlby destaca que: “as respostas à separação e à perda são influenciadas pela idade da criança, pela natureza da figura perdida e pelo modo como a perda é explicada e compreendida” (Bowlby, 1980).

Conforme Papalia et al. (2001), é importante que se promova uma abordagem que envolva os familiares, pois a colaboração dos cuidadores ou dos pais é primordial para que se ofereça um ambiente de bem-estar e apoio emocional para a criança. Oliveira (2010) enfatiza que é crucial a orientação aos pais, visto que eles são os principais suportes de estabilidade e conforto para a criança que está vivenciando o luto. Para Nunes (1998) os grupos de apoio para crianças que estão vivenciando o luto, podem oferecer um espaço de compreensão onde as crianças poderão partilhar de suas dores e conseqüentemente se sentirão menos isoladas. Ao envolver a família nesse processo, há o fortalecimento do suporte oferecido para a criança.



Torres (1999) aponta a importância da comunicação na família, os pais ou responsável devem permitir um espaço onde a criança seja informada do que aconteceu e sejam compreensíveis com possíveis sentimentos que a criança pode sentir como raiva, saudade e culpa. Louzette e Gatti (2007) também reforçam a necessidade de alguém de confiança da criança para contar o ocorrido, e assim, ela sinta que há apoio, carinho e segurança.

Nesse sentido, é papel da família sanar as dúvidas que as crianças possam ter para que ela não entenda o silêncio como uma forma de censurar seus sentimentos a respeito do ocorrido e, portanto, “explorar e tentar responder as perguntas das crianças sobre a morte é muito melhor do que permitir que medos mágicos e não explicados atuem em sua imaginação” (Torres, 1999).

Françoise Dolto (1984), enfatizou a importância da comunicação com a criança sobre a morte, sempre respeitando o seu desejo inconsciente que há na criança pelo saber. Segundo ela, os adultos frequentemente se utilizam do silêncio ou mentira na tentativa de tentar proteger a criança, entretanto esse silêncio e mentira podem gerar ainda mais angústia e confusão no psiquismo da criança. Mesmo que a criança não entenda de forma integral o que é o conceito de morte, ela é sensível à ausência que a falta desse ente pode trazer, e ao clima que se estabelece no ambiente. Para Françoise Dolto, o trabalho do luto se inicia quando há o reconhecimento que a criança tem direito ao sofrimento e a verdade.

Groismam (2012) aponta que as relações estabelecidas no seio familiar a qual se nasce são as mais importantes para o desenvolvimento durante a vida do sujeito e representam a base dos comportamentos futuros; assim, salienta que as experiências vividas durante toda a vida refletem/contribuem no futuro do indivíduo. Neste sentido, o autor traz que essas experiências vividas com as figuras significativas do seio familiar são gravadas desde a infância no indivíduo, experiências essas que envolvem a cultura, moral e os valores das gerações passadas que podem influenciar na forma como o sujeito tomará as suas decisões ou escolhas de forma despercebida.

Serge Lebovici (1999) psiquiatra e psicanalista francês, aborda que na ausência de um suporte emocional pode ocorrer a cristalização da perda em forma de sintomatologia, que pode gerar comportamento regressivo, retraimento social e até mesmo dificuldade no processo de aprendizagem. Em sua abordagem da

Psicopatologia Relacional, Lebovici alerta para os riscos provenientes dessa não simbolização, ele observou que a elaboração do luto vai depender da qualidade do vínculo com os cuidadores da criança, e também da possibilidade desse indivíduo ser ouvido em sua dor.

As explicações dadas às crianças sobre a morte sofrem uma enorme variação, em decorrência das diferentes famílias e ambientes culturais, tendo-se dois extremos, de um lado pode-se ter a ideia de reencarnação universal e intensões divinas, e de outro lado ideias por volta da irreversibilidade da morte, assim como o papel das causas naturais. Dentro dos extremos encontra-se uma vasta variedade de crenças, tais quais estabelecem distinção entre a morte a qual considera-se como formas superiores e formas inferiores de vida (Bowlby 2001).

Com a morte de um ente querido é importante que um adulto seja um facilitador da comunicação e converse com a criança, esclarecendo suas dúvidas sobre a morte de forma assertiva e com clareza, as próprias palavras da criança podem iniciar esse diálogo e deixar ela demonstrar os sentimentos e dar sentido ao fato. Ressaltando que deve se atentar ao nível de desenvolvimento, utilizar uma linguagem acessível e se necessário abordar elementos facilitadores, como livros de histórias infantis. Como Franco (2002) aponta sobre a importância de que o adulto, ao atuar como facilitador no processo de luto da criança, compartilhe a dor pela perda da pessoa querida e favoreça a comunicação, buscando amenizar o sofrimento.

#### **4.3 PSICANÁLISE E SUAS CONTRIBUIÇÕES**

A psicanálise oferece uma lente profunda e sensível para a compreensão de como o luto se estrutura na infância, desde o início com Freud, e atualmente com teorias contemporâneas, diversos teóricos tem contribuído para o entendimento de uma escuta adequada e sensível para o sofrimento vivido na infância. Conforme Scalozub (1998), devido ao psiquismo não ter alcançado o desenvolvimento integral toda criança enfrenta uma dificuldade em elaborar a perda de um objeto amado.

Freud (1920) em suas investigações, abordou a perda sofrida na infância, em seu conceito do “Fort- Da”, que consiste na tentativa de a criança vivenciar esse processo de elaboração da falta da mãe por meio do jogo. Esse mecanismo destaca que a simbolização é primordial para que a criança consiga lidar com a perda, e que

caso haja ausência de um suporte emocional esse processo pode ficar comprometido (Freud, 1920).

Melanie Klein (1940) contribuiu para a compreensão do luto infantil em que para ela a perda de um objeto amado pode reativar ansiedades primitivas, ligadas à posição depressiva: “A dor da perda reativa os sentimentos de culpa e a necessidade de reparar o objeto destruído” (Klein, 1940). Em seus estudos, Klein aborda que ao vivenciar uma perda, a criança pode enfrentar dificuldades na integração do objeto perdido, e que caso não se tenha um ambiente de suporte, há o risco de se desenvolver clivagem e a negação, que são defesas patológicas.

Na clivagem o bebê separa o objeto (a mãe ou o seio) e os próprios impulsos em “bons” e “maus” para protegê-lo da ansiedade de que o objeto possa ser perdido. A negação opera junto com a clivagem, permitindo que o bebê ignore o objeto “mau” ou a frustração, mantendo uma experiência de bondade com o objeto “bom” (Klein, 1952).

Segundo Klein (1940), a elaboração do luto vivenciado na infância depende da capacidade da criança em internalizar objetos bons e trabalhar sua confiança na reconstrução e na continuidade dos vínculos afetivos. Sendo assim, a presença de um ambiente que acolha as emoções é essencial para que a criança consiga simbolizar a perda e lidar com o sofrimento da maneira mais saudável possível.

Na infância o luto patológico pode gerar isolamento e atrasos cognitivos. A criança enlutada pode passar a se comportar de maneira não condizente com sua idade atual, se comportando com características de etapas anteriores, inclusive no não controle dos esfíncteres. É possível notar a incapacidade e a fuga de encarar a realidade vivida (Machado, 2006).

Donald Woods Winnicott (1965) fez contribuições para a compreensão do luto infantil. Ele introduziu os conceitos de ambiente facilitador e objeto transicional. O ambiente facilitador depende da qualidade do ambiente no qual o bebê convive, em que um ambiente favorável tem a presença de um adulto maduro e capaz, que tenha tolerância e compreensão com os cuidados da criança. O objeto transicional, opera como um símbolo da presença materna para a criança, é um objeto ao qual ela se apegue para lidar com a separação. Em seus estudos destacou que o processo de simbolização da perda é apoiado na presença de uma figura que seja capaz de cuidar e sustentar o sofrimento vivenciado pela criança sem a tentativa de apagá-lo.

Para Winnicott (2008), “o psicólogo deve observar atentamente a relação da criança com seus cuidadores, pois a qualidade desse vínculo afetivo pode impactar profundamente a maneira como a criança lida com a perda”.

Segundo ele, a capacidade de estar só na presença de outro sujeito é fundamental para que a criança consiga integrar essa ausência de maneira adequada e não traumática. Nesse sentido o analista surge assumindo a função de um “ambiente suficientemente bom”, um suporte acolhedor a esse sofrimento vivido, e oferecendo continuidade onde houver ruptura. Todas essas contribuições que os autores trazem ampliam o entendimento dos mecanismos utilizados pelo inconsciente no processo de elaboração do luto, bem como o papel do Analista, que vem com a função de um facilitador dessa elaboração simbólica da perda na infância (Winnicott, 1958).

Segundo Almeida (2009), “a criança necessita de explicações claras e adaptadas ao seu nível de compreensão para processar a perda”. O trabalho do psicólogo na clínica com crianças enlutadas deve estar de acordo com o estágio do desenvolvimento cognitivo individual. Conforme Oliveira (2010), fica a cargo do psicólogo a criação de um ambiente que ofereça segurança e acolhimento para a criança expressar livremente suas emoções. Faz se necessário que o terapeuta utilize técnicas adaptadas como a Ludoterapia, a Arte terapia, jogos, técnicas de psicoeducação e de relaxamento, dependendo do nível emocional e cognitivo das crianças.

Segundo Winnicott (1975) o papel do analista é de sustentar o espaço transicional, ser o ambiente suficientemente bom, portanto, o analista ocupa uma posição fundamental no enlutamento infantil. Ao oferecer uma escuta que acolhe e que é qualificada, o analista é capaz de simbolizar e ajudar na tradução dos afetos que a criança ainda é incapaz de nomear. Ao analista não cabe amenizar ou explicar a dor do indivíduo, mas estar na posição de sustentar esse espaço, espaço psíquico em que a dor pode ser elaborada, representada e se possível, transformada.

O papel do analista é de acolher essa ausência e oferecer um ambiente onde é possível reconstruir de forma simbólica essa experiência vivida de perda, esse papel do analista é sobretudo ético, clínico e simbólico. Nessa perspectiva, o analista precisa ter a capacidade de sustentar esse vazio com a exigência de não preencher o mesmo (Winnicott, 1978), mas acolher o que não é dito e se possível

transformar o que ainda não é pensado em algo que seja possível simbolizar. Respeitando e tendo o cuidado de esperar o tempo da criança, não se antecipar a esse tempo, ser interpretativo com cautela e acompanhar essa travessia.

A literatura analisada também elucida o papel ocupado pelo psicólogo nesse processo, no que diz respeito ao acolhimento direto à criança como também no suporte aos familiares. Algumas estratégias terapêuticas utilizadas, como: recursos lúdicos, simbólicos e narrativos se mostraram fundamentais ao possibilitar que a criança expresse seus sentimentos, culminando na ressignificação da perda. Entretanto, a análise obtida revelou lacunas importantes, como a escassez de protocolos de intervenção voltados ao luto vivenciado na infância, especialmente no Brasil.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente trabalho teve como objetivo a compreensão de como as crianças elaboram o luto, identificando os impactos desse processo para o desenvolvimento infantil e a reflexão sobre o papel da família e do terapeuta nesse contexto. A revisão narrativa aqui realizada, elucidou que a criança, assim como o adulto, vivencia o luto de maneira singular, tendo influências de diferentes fatores como idade, fase do desenvolvimento, contexto social e cultural e o suporte familiar.

A análise realizada a partir dos artigos selecionados evidenciou que o luto na infância, apesar de em alguns contextos ser subestimado pelos adultos, se constitui como um processo complexo que pode impactar profundamente o desenvolvimento emocional, social e cognitivo da criança. Apesar de constantemente se presumir que crianças não possuem a capacidade de compreender a morte, estudos apontam que elas são capazes de identificar a ausência e elaborar a perda (Bowlby, 1980), embora esse processo seja diferente dos adultos, pois é coerente com a fase de desenvolvimento em que elas se encontram.

Pôde-se constatar que o processo de comunicar a morte pode ser difícil para os cuidadores em que, frequentemente são usados eufemismos, metáforas ou até mesmo omissões, tais ferramentas se mostraram prejudiciais para a elaboração saudável do luto. Apesar de ser permeado por boas intenções, esse comportamento pode gerar sentimentos de confusão, isolamento e insegurança, dificultando ainda mais que a criança compreenda a irreversibilidade da perda (Franco, 2010).

Conforme a literatura analisada, há a importância de se utilizar um discurso claro, direto e adaptado ao nível de compreensão da criança, adaptado à sua idade, criando um espaço em que a mesma possa se expressar, vivenciar suas emoções e fazer perguntas.

A elaboração não adequada do luto na infância, foi considerada fator de risco para dificuldades emocionais e psicossociais que podem perdurar na vida adulta. Neste sentido, vale apontar a relevância da atuação do psicólogo como um mediador, permitindo um espaço seguro para que a criança simbolize e ressignifique a perda. Contudo, a pesquisa evidenciou a necessidade de produções científicas sistematizadas sobre o tema.

Em síntese, este trabalho reforça a importância do reconhecimento da criança como um sujeito ativo em seu processo de luto, desmitificando os estigmas que envolvem a morte e promover uma abordagem integradora e humanizada. Freud (1917/1996) já indicava que “o trabalho de luto exige tempo e elaboração, mas quando cumprido permite ao enlutado abrir-se novamente para a vida”.

Ao oferecer um suporte adequado, é possível contribuir para que a criança passe pelo processo de perda de forma mais saudável, contribuindo de forma positiva em seu desenvolvimento emocional e a construção de novos significados em suas vivências.

## REFERÊNCIAS

ALCANTARA, Kelly. Órfãos da covid, filhos de ninguém? Luto e memória para a infância em tempos de pandemia. **VI Colóquio de Psicanálise com Crianças Infâncias, os tempos, os lutos**, p. 82 – 90, Nov, 2022. Acesso em: 02 Out. 2025.

ALMEIDA, L. S. **O luto na infância: compreendendo a perda e suas implicações emocionais**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2009.

ALVAREZ, Anne. Melancolia e luto na infância e na adolescência: algumas reflexões sobre o papel do objeto interno. **Rev. bras. psicanál**, São Paulo, v. 55, n. 4, p. 41-54, dez. 2021. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0486-641X202100040004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-641X202100040004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 29 set. 2025.

BAETHGE, C.; GOLDBECK-WOOD, S.; MERTENS, S. **SANRA—a scale for the quality assessment of narrative review articles**. Research Integrity and Peer Review, v. 4, n. 5, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>. Acesso em: 03 Nov. 2025.

BEE, H. **O ciclo vital**. Porto Alegre: Editora Artmed, 1997.

BELIN, Fabiola Bini; NUNES, Asaf Silas; FIUZA, Debora Rickli. O trabalho do luto infantil através da perspectiva psicanalítica. **XVI Encontro de iniciação científica e mostra de pós-graduação**, p. 202-207 Disponível em: <https://guarapuava.camporeal.edu.br/content/uploads/2023/04/ANAIS-XIV-IC-CAMP-O-REAL-2021.pdf#page=202>. Acesso em: 01 Out .2025.

BOWLBY, J. **Apego e perda**: Volume 3 – Perda, tristeza e depressão. São Paulo: Martins Fontes, 2004. (Original publicado em 1980).

BOWLBY, J. **Formação e rompimento dos laços afetivos**. Tradução Álvaro Cabral. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

BOWLBY, J. **Perda: tristeza e depressão**. Tradução de Waltensir Dutra. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004. (Trilogia do Apego, v. 3).

CAMPOS, F. P; PEGORIN, L. C; SILVA, N. X; TOZATI, L. P. Os Impactos da Pandemia para a Elaboração do Luto Infantil: Uma Revisão de Literatura. **Vínculo - Revista do NESME**, vol. 20, núm. 1, 2023, Janeiro-Junho, pp. 66-72. Núcleo de Estudos em Saúde Mental e Psicanálise das Configurações Vinculares. Disponível em: <https://doi.org/10.32467/issn.1982-1492v20n1a8>. Acesso em 29 set. 2025.

CAMPOS, Helena Brandl et al. A elaboração do luto infantil: como comunicar a perda às crianças. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, p. 30-49, 2024. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/pretextos/article/view/32512/23710>. Acesso em: 01 Out .2025.

CAPLAN, G. (1974). **Social Systems and Community Mental Health**. New York: Basic Books.

CARVALHO SANTANA, K. . O VIVENCIAR DO LUTO NA INFÂNCIA. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, [S. l.], v. 13, n. edespmulti, 2022. Disponível em: <https://revista.unifaema.edu.br/index.php/Revista-FAEMA/article/view/1028>. Acesso em: 29 set. 2025.

DAMIÃO, Karina; NEGRI, Mariana. O luto nas crianças: encontro com o desamparo. **Infâncias, os tempos, os lutos**, 2023. Disponível em: [https://sedes.org.br/Departamentos/Psicanalise\\_crianca/VIColoquio/assets/anais\\_vicoloquio\\_2022\\_final.pdf#page=75](https://sedes.org.br/Departamentos/Psicanalise_crianca/VIColoquio/assets/anais_vicoloquio_2022_final.pdf#page=75). Acesso em: 29 set 2025.

DOLTO, F. **Quando os pais se separam**. Tradução de Luiz Carlos Lisboa. São Paulo: Martins Fontes, 1984

ENGELHARDT, G. B.; BATISTA, M. A.; FAEDO, A. M. ABORDAGEM DA MORTE NA INFÂNCIA: CONSTRUINDO RESILIÊNCIA EMOCIONAL . **REVISTA FOCO**, [S. l.], v. 17, n. 11, p. e6902, 2024. DOI: 10.54751/revistafoco.v17n11-135. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/6902>. Acesso em: 29 set. 2025.

FRANCO, M. H. P. (2002). **Uma mudança no paradigma sobre o enfoque da morte e do luto na contemporaneidade**. In M. H. P. Franco (Org.), Estudos avançados sobre o luto. Campinas, SP.

FRANCO, M. H. P. **Educação para a morte: rompendo o silêncio**. Campinas: Livro Pleno, 2010.

FRANCO, M. H. P.; POLIDO, G. J. **Luto na pandemia da COVID-19: desafios e possibilidades**. São Paulo: Summus, 2021.

FREUD, S. **Luto e Melancolia** (1917). In: FREUD, S. Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago, 1996. v. 14.

FREUD, Sigmund. **Além do Princípio do Prazer** (1920). In: FREUD, Sigmund. Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Tradução de Jayme Salomão. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. XVIII.

GROISMAN, M. **Família é Deus: descubra como a família define quem você é**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Núcleo de Pesquisas, 2012.

KLEIN, M. **A importância da formação de símbolos no desenvolvimento do ego**. In: KLEIN, M. Desenvolvimento emocional inicial. Rio de Janeiro: Imago, 1997. p. 262-279. (Trabalho original publicado em 1952).

KLEIN, M. **Luto e depressão infantil**. In: KLEIN, M. Contribuições à Psicanálise. Tradução de Durval Marcondes. Rio de Janeiro: Imago, 1991.

KLEIN, M. **Luto e suas relações com os estados maniaco-depressivos**. In: KLEIN, M. Amor, culpa e reparação e outros trabalhos (1921-1945). Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 311-341. (Trabalho original publicado em 1940).

KLEIN, Melanie. **Algumas conclusões teóricas sobre a vida emocional do bebê**. In: KLEIN, Melanie. Inveja e gratidão e outros trabalhos (1946-1963). Tradução de Elisa Schindler. Rio de Janeiro: Imago, 1991.

KLINGER, Ellen Fernanda; MIRANDA, Fábio Jesus; OLIVEIRA, Daniela Ponciano. O luto na infância: uma revisão sistemática. **International Journal of Development Research**, v. 11, n. 03, p. 44957-44962, mar. 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Cliente/Downloads/ARTIGOIJDR-LUTONAINFNCIA%20(1).pdf.

Acesso em: 29 set. 2025. DOI: 10.37118/ijdr.21314.03.2021.

KOVÁCS, M. J. **Educação para a morte: desafio na formação de profissionais de saúde e educação**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

KÜBLER-ROSS, E. **Sobre a morte e o morrer**. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

LEBOVICI, S. **O bebê, a família e o grupo**. Tradução de Roberto Cataldo Costa. Porto Alegre: Artes Médicas, 1999.

LEBOVICI, Serge. **O bebê, a mãe e o psicanalista**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1999.

LOUZETTE, F. L.; GATTI, A. L. **Luto na infância e as suas consequências no desenvolvimento psicológico**. Iniciação Científica, p. 77-79, 2007. Disponível em: <[https://www.academia.edu/36776986/Luto\\_na\\_Infancia\\_e\\_as\\_suas\\_consequencia\\_no\\_desenvolvimento\\_psicologico](https://www.academia.edu/36776986/Luto_na_Infancia_e_as_suas_consequencia_no_desenvolvimento_psicologico)> Acesso em 20 mai. 2025.

MACHADO, J. P. **Luto e desenvolvimento infantil: uma perspectiva clínica**. *Revista Brasileira de Psicologia*, v. 23, n. 2, p. 45-56, 2006.

MELLO, G. R. E.; LIMA, L. P.; MOTA, D. C. B. Percepções e vivências do luto infantil: uma revisão narrativa da literatura brasileira. **Revista Saber Digital**,



Valença, v. 14, n. 1, p. 70-88, 2021. DOI: 10.24859/SaberDigital.2021v14n1.940. Disponível em: <https://www.revistasaberdigital.com.br>. Acesso em: 29 set 2025.

MORIN, E. **O homem e a Morte**. Ed. Rio de Janeiro: Imago, 1997.

NETO, A. V, RIBEIRO, J. L. Elaboração do luto infantil. **Repositório Uniube**. Dez, 2022. Disponível em: <https://dspace.uniube.br:8443/handle/123456789/2105> . Acesso em: 29 set. 2025.

NOLETO, Ivaneizilia Ferreira; SANTOS, Jéssika Luane Barboza dos; CABRAL, Ruth do Prado. **Estratégias e recursos lúdicos utilizados na prática psicoterapêutica do luto infantil por morte**. Disponível em: <https://fswceulp.nyc3.cdn.digitaloceanspaces.com/caos/2022/artigos/estrategias-e-recursos-ludicos-utilizados-na-pratica-psicoterapeutica-do-luto-infantil-por-morte.pdf> . Acesso em: 29 set. 2025.

NUNES, D. C. **As crianças e o conceito de morte**. Psicologia: Reflexão e Crítica, Porto Alegre, v. 11, n. 3, p. 387-395, 1998.

NÚÑEZ, R. S. **Educación infantil de 0 a 3 años: una guía práctica**. Valladolid: Editorial de la Infancia, 2005.

OLIVEIRA, Daniela Ponciano et al. A CRIANÇA E A MORTE: um estudo acerca do lúdico no processo de luto infantil. **International Journal of Development Research**, v. 10, n. 10, p. 41120-41124, out. 2020. DOI: 10.37118/ijdr.19773.10.2020. Disponível em: <http://www.journalijdr.com>. Acesso em: 02 Out. 2025.

OLIVEIRA, M. S. **Educação sobre o luto infantil**: um guia para pais e educadores. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2010.

PAPALIA, Diane E.; OLDS, Sally Wendkos; FELDMAN, Ruth Duskin. **Desenvolvimento humano**. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

PIAGET, Jean. **A formação do símbolo na criança**: imitação, jogo e sonho. Imagem e representação. Rio de Janeiro: Zahar, 1971.

RASCOVSKI, Luiz; D'AURIA, Priscila Santos Martins. Luto de órfãos do feminicídio: compreensão do fenômeno e formas de cuidar. **REVISTA INTERNACIONAL DE VITIMOLOGIA E JUSTIÇA RESTAURATIVA**, v. 1, n. 2, 2023. DOI: 10.58725/rivjr.v1i2.45. Disponível em: <https://revista.provitima.org/ojs/index.php/rpv/article/view/45> Acesso em: 1 Out .2025.

REIS, Simone dos; SARTORI, Cássia Maria Tasca. Luto infantil: o papel vital da psicologia e da família no enfrentamento. **CADERNOS DE PSICOLOGIA**, Juiz de Fora, v. 6, n. 10, p.887-902, jan./jun. 2024. Disponível em: [file:///C:/Users/Cliente/Downloads/4111-8904-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Cliente/Downloads/4111-8904-1-SM%20(1).pdf). Acesso em: 01 Out. 2025.

ROTHER ET. **Revisão sistemática X revisão narrativa**. Acta paul. Enferm 2007; 20(2):v-vi.

SCALOZUB, L. T. (1998). **El duelo y la niñez**. Mas allá de las fronteras del Psicoanálisis. Revista de la Asociación de Buenos Aires: abordages en Psicoanálisis de Niño, 20, 367-83.

SCARAVONATTO, E.; MARAVILHA, T. C.; PRUDENTE, R. L. de O. LUTO INFANTIL: COMO A PERDA DOS PAIS PODE IMPACTAR NO DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA. **Revista Contemporânea**, [S. l.], v. 4, n. 12, p. e6787, 2024. DOI: 10.56083/RCV4N12-010. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/6787>. Acesso em: 1 out. 2025.

SENGIK, A. S.; RAMOS, F. B. **Concepção de morte na infância**. Psicologia & Sociedade, Caxias do Sul, v. 25, n. 2, p. 379-387, 2013.

SILVA, BCL; ROCHA, PA Falando com as crianças sobre a morte. **ESTUDOS EM CIÊNCIAS DA SAÚDE**, [S. l.], v. 1, pág. e15037, 2025. DOI: 10.54022/shsv6n1-055. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/shs/article/view/15037>. Acesso em: 1 out. 2025

SILVA, Luana Colling da; OLIVEIRA, Susani Luzia Silva; TARDETI, Kellen Luana da Silva Duarte. Luto infantil e seus mecanismos de defesa: um olhar psicanalítico. **Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul**, V.13, n. 1, p. 63–67, 2024. Disponível em: <https://www.sprgs.org.br:443/diaphora/ojs/index.php/diaphora/article/view/489>. Acesso em: 1 out. 2025.

TORRES, W. C. **A criança diante da morte**: desafios. 4ªed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

TORRES, W. C. **A criança diante da perda: a morte e o luto infantil**. São Paulo: Paulinas, 2012.

WEIZMAN, G, S., KAMM, P. (1987). **About Mourning. Support & Guidance for the Bereaved**. New York: Human Sciences Press.

Winnicott, D. W. (1958). **The Capacity to Be Alone**. No livro *The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*. New York: International Universities Press.

WINNICOTT, D. W. **A capacidade para estar só**. In: WINNICOTT, D. W. *O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional*. Porto Alegre: Artmed, 1983. p. 29-36. (Trabalho original publicado em 1958).

WINNICOTT, D. W. **A criança e o seu mundo**. 6. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

WINNICOTT, D. W. **Da Pediatria à Psicanálise: obras escolhidas**. Rio de Janeiro, 1978.

WINNICOTT, D. W. **O ambiente e os processos de maturação**: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional. Porto Alegre: Artmed, 1983. (Original publicado em 1965).

WINNICOTT, D. W. **O Brincar e a Realidade**. Rio de Janeiro, 1975.

WORDEN, J. W. **Tarefas do luto: fundamentos do acompanhamento de enlutados**. São Paulo: Summus, 2013.

# **A ANSIEDADE EXISTENCIAL A PARTIR DA CULTURA DO IMEDIATISMO: O IMPACTO DOS INFLUENCIADORES NA FORMAÇÃO DA IDENTIDADE, SAÚDE MENTAL E AUTOESTIMA DOS JOVENS.**

Nayandra Nascimento<sup>1</sup>  
Kletey Rafaella Ferreira dos Anjos<sup>2</sup>  
Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>  
José Alberto Manoel<sup>4</sup>

**RESUMO:** O avanço das mídias digitais e a ascensão dos influenciadores têm impactado significativamente a saúde mental, a autoestima e a construção identitária dos jovens, construindo um cenário marcado pela ansiedade existencial e pela cultura do imediatismo. É possível notar esse fenômeno pela percepção de que existem “prazos invisíveis” para conquistas pessoais, que são reforçados pela comparação constante e pela busca por validação digital. Estudos sobre os efeitos das redes sociais constataam a crescente pesquisa sobre o papel dos influenciadores digitais como modelos de comportamento e seus efeitos na aceleração de expectativas e no desenvolvimento de transtornos psicológicos. Assim foram utilizadas buscas de artigos nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo e PubMed, utilizando os descritores Imediatismo, Validação Digital, *Influencers* Digital e Comparação, sendo identificados 5.000 estudos, dos quais foram incluídos 24 artigos completos. Os achados indicam que, apesar de haver uma extensa produção sobre os impactos das redes sociais, ainda é pouco desenvolvido o estudo sobre como a atuação dos influenciadores contribui para a internalização da urgência em viver e conquistar, afetando diretamente a saúde mental dos jovens. Constatou-se que referenciais teóricos como a Psicologia Social Cognitiva e a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) podem oferecer subsídios para compreender e propor intervenções diante desse fenômeno. Espera-se que este estudo contribua para o campo acadêmico e sociocultural, promovendo novas pesquisas e auxiliando no desenvolvimento de estratégias de prevenção e cuidado em saúde mental.

**PALAVRAS-CHAVE:** Influenciadores digitais, cultura midiática, identidade, jovens, ansiedade, transtornos digitais, revisão.

**ABSTRACT:** The advancement of digital media and the rise of influencers have significantly impacted the mental health, self-esteem, and identity construction of young people, creating a scenario marked by existential anxiety and a culture of immediacy. This phenomenon can be observed through the perception that there are “invisible deadlines” for personal achievements, reinforced by constant comparison and the pursuit of digital validation. Studies on the effects of social networks have found increasing research on the role of digital influencers as behavioral models and their effects on the acceleration of expectations and the development of psychological disorders. Searches were conducted in the Google Scholar, Scielo, and PubMed databases using the descriptors Immediacy, Digital Validation, Digital Influencers, and Comparison, identifying 5,000 studies, of which 24 full articles were included. The findings indicate that, although there is extensive production on the impacts of social networks, studies on how the work of influencers contributes to the internalization of the urgency to live and achieve are still underdeveloped, directly affecting the mental health of young people. It was found that theoretical frameworks such as Social Cognitive Psychology and Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) can provide support for understanding and proposing interventions for this phenomenon. It is expected that this study will contribute

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [assessoria.nayandran@gmail.com](mailto:assessoria.nayandran@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [kletey.rafaella@gmail.com](mailto:kletey.rafaella@gmail.com).

<sup>3</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda ciências da saúde pela UFU.  
E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>4</sup> Psicólogo formado pela universidade do triangulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022).  
Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

to the academic and sociocultural fields, promoting further research and assisting in the development of prevention and mental health care strategies.

**KEYWORDS:** Digital influencers, Media Culture, Identity, youth, anxiety, digital disorders, review.

## 1. Introdução

Esta revisão tem como definição discutir o impacto e a responsabilidade dos influenciadores na era digital. O uso das mídias sociais tem crescido cada vez mais, trazendo não apenas benefícios, mas também preocupações em relação aos efeitos que pode causar. Ao mesmo tempo em que os *influencers* promovem produtos e serviços, eles acabam moldando opiniões, comportamentos e até identidades dos jovens. Nesse contexto, observa-se que o uso contínuo e intenso das redes sociais pode gerar riscos em relação à formação da identidade, saúde mental e autoestima dos jovens.

A saúde mental e os *influencers* são temas que estão cada vez mais conectados e sendo estudados. Assim a Opinion Box é uma empresa brasileira especializada em pesquisa de mercado e opinião pública, reconhecida por desenvolver estudos quantitativos e qualitativos sobre comportamento do consumidor, tendências digitais e impacto das mídias. Fundada em 2014, a plataforma já realizou milhares de levantamentos e conta com parcerias em diversos setores, atendendo mais de 1.000 empresas no Brasil e no exterior. Sua proposta é oferecer dados confiáveis que auxiliem organizações a compreender melhor seu público e a tomar decisões estratégicas.

Nesse sentido, uma pesquisa conduzida pela Opinion Box (2023), em parceria com o canal de conteúdo Histórias de Terapia e envolvendo mais de dois mil participantes, identificou que 57% acreditam que os influenciadores podem tanto contribuir quanto prejudicar a saúde mental. Conforme os dados do Comitê Gestor da Internet no Brasil (2014), cerca de 81% dos adolescentes fazem uso da internet todos os dias. Compreende-se que há um crescimento exponencial na relação entre saúde e bem-estar com o consumo de conteúdos digitais desenvolvidos por influenciadores digitais.

Essa nova profissão, que surgiu no início dos anos dois mil, com o surgimento dos primeiros blogs e plataformas, como o Orkut, abriu espaço para os indivíduos começarem a usar a internet para criar e distribuir conteúdo próprio, conquistando seguidores interessados em suas perspectivas e estilo de vida. A profissão vem crescendo no mercado e virou alvo de discussões importantes, como a sua influência positiva e negativa na saúde mental dos

adolescentes e jovens. Essa atuação pode ser analisada sob a ótica da Psicologia Social e da Psicologia Cognitiva-Comportamental.

De acordo com Andrade (2024) o uso das redes sociais, como Instagram, TikTok, Twitter, Facebook, Youtube, têm crescido exponencialmente no Brasil nos últimos anos, sendo o segundo país a passar mais tempo online, perdendo apenas para a África do Sul. Segundo Santana et al. (2024), para muitos adolescentes e jovens, essas plataformas servem como um meio de comunicação, mas também como uma ferramenta para construção de identidade, expressão pessoal e até validação social em que os jovens sentem a necessidade de se provar em vários aspectos de suas vidas, como no profissional, social e amoroso em suas redes sociais, o que amplia ainda mais o campo de comparações.

É nesse contexto onde percebe-se uma insatisfação dos jovens com suas metas e conquistas, pelo pensamento de que estão ficando para trás perante a outros indivíduos. De acordo com Lévy (1999) a cultura digital não substitui a cultura tradicional, mas amplia as possibilidades de produção e circulação de significados. No ambiente digital, os meios de comunicação deixam de ser apenas canais de transmissão e tornam-se espaços interativos, em que os próprios usuários colaboram ativamente na construção do conhecimento e da cultura.

Assim, a cultura midiática, na perspectiva do autor, é marcada por uma descentralização da informação, pela participação coletiva e pela expansão da inteligência distribuída entre os indivíduos conectados nas redes. O que pode ser explicado por Bandura (2008) onde a Teoria Social Cognitiva procura o esclarecimento dos mecanismos básicos que dirigem o funcionamento humano, mas também busca elucidar o funcionamento de fatores sociais no desenvolvimento humano, assim combina *insights* da Psicologia Social e da Psicologia Cognitiva.

Focando em uma abordagem que estuda como as pessoas processam informações sobre si mesmas, sobre os outros, e como isso influencia e molda o comportamento no âmbito social. Como complementa Beck (2013) a Psicologia Cognitiva Comportamental, foca na interação entre pensamentos, emoções e comportamentos das pessoas e surge como uma ferramenta valiosa, que pode ser útil para entender os padrões de pensamentos, comportamentos disfuncionais e se mostrou muito eficiente no tratamento de transtornos contemporâneos, como ansiedade e depressão.

Estudos conduzidos por Twenge (2017) e Haidt (2024) abordam sobre a influência social através das redes sociais e os impactos negativos na saúde mental, de jovens que nasceram entre 1995 e 2012, e já compreendem a relação entre o uso intensivo das redes sociais e o aumento de transtornos e quadros de ansiedade, depressão, baixa autoestima, sensação de

inadequação e atraso. Esses impactos apontam que muitos jovens passam a sentir uma espécie de urgência em viver, o que frequentemente os torna mais ansiosos, apressados em suas rotinas e vulneráveis a oscilações de humor.

Além disso, mostram-se imaturos quando se refere as suas próprias conquistas, onde grande parte está à associado a constante exposição a comparações nas redes sociais. A busca por validação digital e a pressão para alcançar um padrão inalcançável de “vida perfeita”, que muitos influenciadores legitimam, traz cada vez mais a urgência de um estudo mais profundo sobre as engrenagens dessa influência e suas consequências psicológicas, tanto para os consumidores quanto para os criadores de conteúdo.

Portanto, este estudo busca compreender os efeitos no público-alvo deste artigo, pela influência digital nos objetivos que se tornam inalcançáveis, não pela impossibilidade do desejo, mas pela falta de método para alcançá-lo, levando-os ao sofrimento pelas alienações midiáticas e comparações exacerbadas perante ao outro, a qual atinge diretamente na formação de identidade pessoal de adolescentes e jovens. Além disso, contribuir para o campo acadêmico com aplicações importantes na área da Psicologia, que visem auxiliar os jovens a lidarem de forma mais crítica com o meio digital e o bem-estar emocional.

Ao investigar como os influenciadores digitais impactam a construção da identidade e o bem-estar emocional dos adolescentes e jovens, esta pesquisa pretende conscientizar sobre o papel social dos influenciadores digitais com seu público e informar sobre a instauração da chamada “cultura do imediatismo”, que chegará com a ascensão do Instagram segundo Rushkoff (2013), ideia que proporciona o sentido de que tudo está demorando para acontecer, tornando as conquistas tardias em conquistas desvalidadas, para que assim os jovens consigam ter um consumo consciente de seus conteúdos.

Tendo em vista, a constante busca por pertencimento, os influenciadores podem se tornar a principal referência de comportamento dos jovens, resultando em distorções cognitivas pela comparação digital de conteúdos idealizados, o presente estudo objetiva a construção de uma revisão narrativa sobre como as pressões sociais e a cultura midiática impactam adolescentes e jovens, com ênfase na busca frequente por validação, bem como suas consequências.

## **2. Método**

Trata-se de um estudo qualitativo de revisão narrativa, desenvolvido através de uma revisão bibliográfica narrativa, qualitativa e descritiva, que tem como objetivo resumir, discutir e interpretar os principais estudos e teorias já produzidos sobre o tema anteriormente disposto. O estudo tem como intuito reunir informações, compreender e discorrer sobre como

a profissão dos influenciadores digitais atua sobre os comportamentos e formação de identidade dos jovens junto à decorrência da era digital no adoecimento psíquico de adolescentes e jovens, assim desenvolvendo uma reflexão crítica sobre a forma como é exercida a profissão dos influenciadores digitais.

Os materiais selecionados para desenvolver esta pesquisa foram artigos publicados nos últimos quinze anos (2010 a 2025), além disso foram utilizados textos de literatura clássica e cinzenta sem limite de datas, garantindo dados atuais, que estejam alinhados com o tema da cultura midiática contemporânea. As buscas foram feitas em bases de dados como o Google Acadêmico, SCIELO, PUBMED, PEPSIC, BVS Psicologia, além de repositórios acadêmicos e sites governamentais, também foram utilizados livros para enriquecer a pesquisa.

Foram utilizados os seguintes descritores influenciadores digitais, cultura midiática, identidade, jovens, ansiedade, transtornos digitais, autoestima, saúde mental, comparação social, validação digital. As buscas foram feitas em português e inglês. Foram utilizados 24 artigos científicos e outros materiais para compor a pesquisa. Os critérios de inclusão abrigam estudos que tratem diretamente da relação entre *influencers* e os impactos psicológicos em adolescentes e jovens, com bases teóricas da Psicologia. Os artigos excluídos foram textos voltados apenas para as redes sociais sem a acusação de seus malefícios ou que não abordaram o ambiente virtual e a saúde mental.

### **3. Resultados**

A busca dos artigos que compuseram este estudo indicou referências sobre o impacto da era digital na saúde mental de jovens, nas bases de dados anteriormente referidas no conteúdo da metodologia, das quais 24 publicações foram incluídas na revisão. Entre os estudos, foram utilizados 5 estudos de literatura cinzenta. Observou-se a prevalência de publicações na língua inglesa, representando 56% do total, quando comparada a língua portuguesa 44%. No decorrer da presente pesquisa, não foram encontrados artigos de revisão que discutissem o impacto dos influenciadores digitais na formação da identidade, autoestima e saúde mental dos jovens a partir da cultura do imediatismo ocasionando exclusão de muitas publicações encontradas pela escassez do objetivo central conforme proposto neste artigo.

Esse fato refletiu sobre a dificuldade em se estabelecer um método sistemático para reunir as pesquisas existentes relacionadas ao tema, uma vez que estas publicações ainda são pouco numerosas. O artigo foi submetido por meio da escala SANRA (2019), a uma avaliação de qualidade, ao qual foi obtido o resultado do score médio de 10 pontos, dentro da

possibilidade de 12 pontos; as avaliadoras consideraram o preenchimento da escala como um conteúdo viável para publicação e condizente com os padrões exigidos.

#### 4. Discussão

Para descrever melhor essa narrativa das revisões teóricas encontradas afim da organização temática no que tange a estrutura das ideias expostas, optou-se por segregar as informações em 4 tópicos, sendo respectivamente 1) a auto comparação dos jovens enquanto objetos a serem influenciados; 2) os efeitos psicológicos manifestados a partir das redes sociais nesta fase; 3) a demonstração de possível causalidade deste comportamento na sociedade contemporânea e 4) a atuação do psicólogo neste contexto.

Dadas às circunstâncias, muito foi encontrado de modo facilitado na literatura cinzenta e na própria problemática deste artigo, que são as redes sociais, entretanto estas pesquisas não são suficientes para embasado teórico e para validação da fundamentação dessas ideias. Mas pode ser percebido que é de interesse comum da sociedade atual, entender o como a cultura midiática está afetando cada vez mais os jovens e como o conceito da cultura do imediatismo está popularizado, necessitando de estudos aprofundados quanto a identificação e tratamento destes comportamentos.

De acordo com Turkle (2021) as redes sociais são uma forma acessível de conseguir validação, entretanto tal exposição pode afetar significativamente os processos de construção da identidade e da autoestima entre os jovens, tornando-os mais vulneráveis às pressões e expectativas advindas desse meio digital. Sabe-se que o adoecimento psíquico não é apenas biológico, mas também cultural, visto que cada vez mais jovens estão idealizando a experiência do outro, através da exposição constante a conteúdos dos influencers que disseminam a performance do sucesso, da beleza, da felicidade e estilo de vida luxuosos.

Reforçando uma cultura que pode contribuir para o adoecimento dos jovens, por meio da busca de validação e aceitação através de *likes* e comentários, homogeneizando personalidades, jeitos de ser e viver. Twenge (2017), em sua obra associa que os jovens que cresceram com os *smartphones*, as redes sociais e a internet como parte da vida, inseridos em um ambiente digital desde muito cedo, apresentam índices mais altos de ansiedade, depressão, solidão e insatisfação com a própria imagem, sendo relacionado com esse aumento do uso compulsivo dos celulares e das redes sociais, principalmente o Instagram.

Essa revisão narrativa tem como função compreender e representar como a emergência em viver dos adolescentes e jovens adultos motivam alguns transtornos, onde por vezes estes jovens chegam até o consultório com queixas de estarem se sentindo frustrados, deprimidos e



saturados de suas rotinas. Pelo qual não conseguem ter entendimento claro de como surgem tantos pensamentos automáticos que os desolam. Portanto de modo sucinto, será esclarecido de que forma a consciência flutuante do indivíduo, acaba assumindo um poder de controle maior do que deveria ter e as consequências destas eventualidades.

#### **4.1. Identidade na Era Digital**

A formação da identidade na adolescência, é uma fase marcada sobretudo pela influência direta dos pais ou responsáveis e de pessoas do meio social. Entretanto, com o advento das redes sociais e a profissão de influenciador digital, está ocorrendo uma transformação neste conceito do desenvolvimento psicossocial, com a influência desses profissionais, ocupando um espaço significativo na construção de identidade e autoestima dos adolescentes e jovens. Segundo Erikson (1976) a parte mais importante da adolescência é a construção da identidade.

É nessa fase que se cria a concepção do “eu”, composta de valores, crenças sobre si e sobre os outros, experiências e a necessidade de pertencimento. Para o autor, a formação da identidade tem influência de fatores inatos já pertencentes a personalidade, fatores sociais que se dão pela identificação com outras pessoas e fatores culturais já existentes. Nesse contexto, os influenciadores digitais assumem um papel social relevante e quase onipresente, exercendo forte influência por meio da divulgação de padrões, valores e estilos de vida que, por vezes, se mostram inadequados ou irresponsáveis.

Segundo Schwartz (2005 apud Nardon, 2006), a internet está cada vez mais inserida no cotidiano das pessoas, especialmente na vida dos jovens. Atualmente, esse processo se intensifica com a possibilidade de permanência contínua no ambiente digital, permitindo que os jovens acompanhem, por tempo ilimitado, os conteúdos produzidos por influenciadores. Segundo Abidin (2018) os influenciadores digitais são um tipo de celebridade da internet, que entre escândalos e boa reputação, grande parte cultiva sua fama por meio de reputação positiva, talentos e habilidades.

Portanto, esses famosos da internet, buscam essa visibilidade online, não apenas por visibilidade, mas também para obtenção de remuneração com a carreira digital. Nesse sentido, entende-se que esses profissionais têm uma impactante influência sobre os comportamentos, opiniões, consumo e estilo de vida de seus seguidores e podem ser considerados verdadeiros agentes culturais, ou seja, trabalham na criação e na propagação dos discursos de padrões de beleza, jeito de ser e agir, estilo de vida e aquisição de sucesso.

Neste domínio Hall (2006) afirma que a identidade dos indivíduos não é algo fixo, ou biológico, mas uma construção social e cultural, moldada pelos discursos e representações que circulam na sociedade. Hoje, não apenas os jovens, mas o mundo está inserido num contexto marcado pela cultura digital, dando espaço para a construção da crise identitária. Fenômeno que surge a partir da segunda metade do século XX, com o avanço da globalização, da mídia de massas e implementação da tecnologia digital, o autor afirma que os jovens gradualmente encontram obstáculos para formar suas identidades.

Ao consumirem de maneira exagerada conteúdos que representam padrões de sucesso, beleza e estilo de vida idealizados, os adolescentes tendem a internalizar esses modelos como metas a serem alcançadas. Isso intensifica a crise identitária, pois os jovens enfrentam constantes contradições entre o que são, o que desejam ser e o que a cultura digital espera deles. Assim, o resultado é uma intensificação da crise identitária, manifestada por sentimentos de inadequação, baixa autoestima e problemas na saúde mental, uma vez que o “eu” se torna cada vez mais fragmentado e dependente da validação externa e dos padrões sociais validados por *influencers*, que se tornam mediadores culturais centrais para os jovens na fase da construção identitária e de seus propósitos.

#### **4.2 Fenômenos Psicológicos Digitais**

Com o advento das redes sociais, psicólogos cognitivos e sociais como Twenge, Haidt, Blank entre outros, têm se preocupado cada vez mais em estudar os impactos da profissão dos influenciadores digitais na autoestima e saúde mental dos jovens, que nasceram entre 1995 e 2012, e que vivem e viveram a fase da adolescência em conjunto com a ascensão das redes sociais e dos influenciadores digitais, conhecidos popularmente como a geração Z.

Twenge (2017), em sua obra associa que os jovens que cresceram com os *smartphones*, as redes sociais e a internet como parte da vida e inseridos em um ambiente digital desde muito cedo, apresentam índices mais altos de ansiedade, depressão, solidão, insatisfação com a própria imagem, suicídio e relaciona esse aumento, ao uso compulsivo dos celulares e das redes sociais, principalmente o Instagram. Esse consumo de conteúdos idealizados é promovido por diversos influenciadores digitais, onde deixam de se restringir à divulgação de estilo de vida para assumir a função de comercializar um ideal de desejo, sustentado pela simulação de grandeza e perfeição.

De acordo com Haidt (2024) a alta exposição às redes sociais e a vida de influencers através dos *smartphones*, pode contribuir para o surgimento de sentimentos de inadequação, fracasso e uma crescente insatisfação com a própria realidade nos adolescentes, pois as redes

sociais enraizaram o comportamento de comparação constante. Os desafios que mais se destacam com o surgimento dos *influencers* e as mídias digitais, são a pressão para se encaixar em padrões estéticos e de sucesso, a comparação social, o vício nas redes sociais, a exclusão social, a irritabilidade, o isolamento social, além do distanciamento da família e a queda no rendimento escolar ou no trabalho, todos estes podem ser fatores preditivos à ansiedade e depressão.

Esse consumo imoderado de conteúdos digitais idealizados por influenciadores, prejudica significativamente a associação cognitiva, no que diz respeito a capacidade de identificar e interpretar eventos que influenciam o estado emocional e comportamental dos jovens. De acordo com a American Psychiatric Association (2014), com o avanço da internet e das redes sociais, surgiram novos transtornos psicológicos como a dependência e abstinência das redes sociais, advindos da necessidade dos jovens de estarem conectados e pertencentes a um “meio social” na maior parte do tempo, o que requer tratamento clínico.

Pois as consequências dessa realidade se manifestam no desenvolvimento de problemas psíquicos, como comparação excessiva que leva a quadros de ansiedade e depressão, uma vez que muitos jovens buscam moldar sua identidade e autoimagem para aquisição de sucesso com base nesses padrões irreais veiculados as redes sociais. Dentro desse contexto digital, um fenômeno psicológico que vem chamando bastante atenção é o FOMO (Fear of Missing Out) ou “O medo de estar perdendo algo”, foi chamado assim por Patrick J. McGinnis (2004), para descrever a ansiedade vivida diante da possibilidade de estar perdendo experiências relevantes enquanto outras pessoas participam delas.

Esse fenômeno pode ser agravado no contexto contemporâneo, devido ao acompanhamento excessivo da vida de influenciadores nas redes sociais, onde esses expõem conquistas, momentos de lazer e padrões estéticos progressivamente mais grandiosos, que fazem com que o público sinta que estão ficando sempre para trás, perdendo tempo, oportunidades e vivências. Este fenômeno abre um leque de comparações irracionais e simultaneamente aumenta o vício em acompanhar a vida dos influencers.

Segundo Przybylski et al. (2013) os sentimentos de exclusão, inferioridade e a busca exagerada por validação digital, por meio de curtidas e comentários, decorrentes do FOMO, podem causar transtornos de ansiedade, de atenção e stress, em casos mais graves, quadros de depressão, síndrome de Burnout e Transtorno de Déficit de Atenção (TDA). O fenômeno conhecido como *doomscrolling* refere-se ao comportamento de rolar incessantemente conteúdos nas redes sociais principalmente portais de notícias boas ou ruins e fofocas, ainda que isso provoque desconforto emocional.

Esse hábito está relacionado à necessidade de manter-se informado, mas acaba reforçando estados de ansiedade e estresse. Segundo Trindade, Chaves, Oliveira e Sousa (2024) o fenômeno surge em um cenário infotecnológico que favorece seu desenvolvimento e está associado a emoções e sensações negativas, como fadiga e frustração. Segundo Lueschen (2022) pesquisas internacionais reafirmam essa problemática, apontando que, durante a pandemia da COVID-19, o comportamento de doomscrolling intensificou-se e passou a estar fortemente associado ao aumento de sintomas de ansiedade e à diminuição do bem-estar psicológico.

Segundo Haidt (2024), a juventude contemporânea tem demonstrado maior dificuldade em lidar com as frustrações e desafios da vida real, em consequência de estarem agregando em suas rotinas, a necessidade de acompanhar as conquistas, a estética impecável, as viagens, os bens materiais e os padrões de vida ideais que passam em suas telas, sem perceberem que muita das vezes esta realidade está distante, aumentando a insatisfação e auto comparação com suas vidas, que são cheias de imperfeições, dificuldades e contratempos cotidianos, obtendo um choque de ideias.

Assim existe o alerta do papel dos influenciadores digitais, pelos quais a profissão envolve muito mais do que o entretenimento ou marketing, pois o vício que se desencadeia em seus seguidores a partir de suas publicações, pode gerar alterações neuroquímicas reais no cérebro, assim como as drogas. Lembke (2021), afirma que a dinâmica usada por influenciadores para prender pessoas aos seus conteúdos e vidas, fazem com que eles se tornem agentes de reforço dopaminérgico, um neurotransmissor produzido no sistema mesolímbico, responsável pela sensação de prazer, bem-estar e motivação.

Ou seja, ao afirmar que as redes sociais são projetadas para gerar dependência comportamental, se é presumido que os influencers moldam seus perfis para atrair seguidores e com eles cada vez mais lucro financeiro. Sendo vistos como parte de um sistema que proporciona o chamado ciclo de recompensa, mecanismo neurobiológico em que comportamentos prazerosos, como receber curtidas, comentários e novas notificações, aumentam a busca por aprovação e gera liberação de dopamina, o neurotransmissor responsável pela sensação de prazer e satisfação.

Essa procura excessiva pela recompensa dopaminérgica, não é uma atribuição apenas dos adolescentes e jovens que consomem conteúdos digitais, mas também um desafio enfrentado pelos próprios influenciadores digitais, de acordo com Azayem et al. (2024), influenciadores que passam mais de cinco horas por dia conectados apresentam níveis mais altos de emoções negativas, como ansiedade e atitudes de esquiva em seus relacionamentos,

especialmente à medida que aumentam a quantidade de seguidores e engajamento social. Ademais, conforme Blank et al. (2024) a exposição contínua e a pressão para manter a relevância nas redes sociais, estão associadas a problemas psicológicos, como níveis elevados de estresse, ansiedade e burnout, evidenciando o custo emocional e psicológico de ser uma figura pública nas redes sociais.

### **4.3 A Cultura do Imediatismo e suas Consequências**

Tem-se por interpretação na língua portuguesa que o termo “pressa” com seu significado da “necessidade de fazer ou obter algo com rapidez; precipitação ou urgência”. Para tanto neste artigo o termo será tratado como a pressa que vem intermediada pela ansiedade, que está de modo crescente na rotina de tantos jovens. Trazendo um olhar das ciências humanas quanto à questão, que está chamando a atenção de vários meios de comunicação como podcast, publicações, blogs, até mesmo com associações dos olhares da ciência e da sociologia, que se preocupam pela equiparação entre os jovens anteriores a tecnologia e o jovens atuais.

A percepção que se tem destes indivíduos, é que estão cada vez mais ansiogênicos em suas rotinas, com uma extrema falta de paciência quando algo não acontece instantaneamente e com o sentido de frustração totalmente desalinhado. Estas observações se tornaram objetos de estudo para o professor Douglas Rushkoff, da New School University de Manhattan em seu livro “Present shock: When everything happens now” que traduzido é o “Choque do presente: quando tudo acontece agora”, lançado em 2013, ao qual criou e expandiu o termo “Cultura do Imediatismo” que traz o alerta para a sociedade moderna e seu comportamento acelerado.

Comportamento enfatizado pelo autor com tamanha preocupação, onde utiliza o termo do “instante prolongado” para explicar que para os imediatistas o passado não existe, então o ignoram e o futuro é incerto, então o negligenciam, o que resulta na necessidade de vivências e conquistas apenas no tempo presente. Um termo bem elaborado que repercute no pensamento de tantos jovens, visto que estes ainda não possuem formação própria de suas identidades e são facilmente influenciados pelas mídias sociais.

Essa ênfase no imediato reforça que a sociedade atual vive em uma democracia, termo grego que pode ser traduzido como “governo da velocidade”, esse termo resume a ideia de que a velocidade governa as relações, onde se é afirmado que “quanto mais rápido, melhor”. Assim a ilusão do tempo acelerado como afirmado por ROSA (2015) diz que a alienação das ações, não revela apenas a fragilidade da vontade individual em face ao tempo acelerado, mas

a predileção pessoal, em relação às atividades que geram mecanismos de gratificação instantânea.

No contexto social atual o mundo idolatrada a velocidade e os efeitos claros disso são as ferramentas de velocidade em vídeos e filmes, aplicativos que suprem qualquer empecilho com agilidade, postagens que competem pela atenção do usuário a cada hora do dia, imposição de metas empresariais absurdas e a pressão para estar sempre conectado, e ainda assim surge o sentimento de sempre estar perdendo algo pois o mundo está avançando de um modo diferente a cada instante.

A partir do ritmo acelerado no cotidiano dos jovens, que tem acesso à informações instantâneas, criou-se uma sociedade que estima apenas o que se é obtido rapidamente, tal como as dúvidas que são tiradas em menos de 1 min no Google. Esse desejo constante de ter resultados na palma de suas mãos por consequência traz frequentemente o sentimento de frustração, pois deixar o tempo agir é algo insuportável de se lidar, pelo condicionamento de querer tudo e agora.

Gerando uma parcela de indivíduos que estão cada vez mais preenchendo seus tempos de espera e vazio com variadas ocupações, Segundo Sêneca (2014, p.45) “nada é mais prejudicial a alma do que ocupar-se continuamente com muitas coisas”. Com isso essa revisão narrativa tem como função demonstrar como essa emergência em viver dos adolescentes e jovens adultos motivam alguns transtornos, onde por vezes estes jovens chegam até o consultório com queixas de estarem se sentindo frustrados, deprimidos e saturados de suas rotinas.

O conceito da Cultura do Imediatismo intensifica-se a partir da criação de uma das maiores redes utilizadas atualmente, o Instagram, rede social que dispara expectativas de sucesso instantâneo, com tantas premissas e estilos de vida a serem seguidos, com definições muitas vezes estabelecidas por *influencers* cada vez mais novos, divulgando uma vida com o sucesso precoce, que afeta diretamente os jovens, gerando perspectivas de forte competição entre eles pelas suas conquistas na tentativa de alcançar o inalcançável.

Para uma geração que é nativa digital, quase não se é percebido os efeitos desse comportamento impulsivo, advindo pelo desejo extremo da obtenção de resultados e respostas imediatas, pois como afirmado por (BECK, 2013, p.45) os indivíduos interpretam as situações de acordo com suas crenças centrais e tais interpretações tendem a ser rápidas, automáticas e frequentemente distorcidas. Perspectivas estas que engatilham sentimentos corrosivos, podendo desestabilizar o indivíduo já na primeira quebra de expectativa que o mundo traz, pelo mau gerenciamento de suas escolhas.

Assim os efeitos psicológicos aplicados sobre a importância das escolhas dizem muito do ser, assim cada escolha vivida terá a ocupação de atribuição de sentido vivido, tendo o peso de que as ações que podem vir a dar errado definem uma vida que também poderá dar errado de igual maneira, como se aquela pequena escolha constituísse todo o ser, pois de fato constitui. Dizendo muito sobre os defeitos e qualidades do indivíduo e apresentando sintomas de imaturidade emocional e irresponsabilidade na atribuição de escolhas.

Analisando essas premissas de auto sabotagem, e desejo intenso pela vida já escolhida e elaborada por outro, o psicólogo norte-americano Barry Schwartz (2004), em seu livro “O Paradoxo da Escolha” traz o conceito e definição de que quanto mais variáveis um indivíduo obter, para efetuar suas escolhas, mais paralisado ele se encontrará, apenas pelo desgaste de ter que avaliar tantas opções, e independente se foi uma boa ou má escolha para aquele momento, posteriormente ele se encontrará insatisfeito.

E com essa mesma ideologia a Sra. Sheena Iyengar e o Sr. Mark Lepper, psicólogos da universidade de Columbia e Stanford, nos anos 2.000, fizeram o estudo das geleias em um supermercado e comprovaram na prática que quanto mais opções, menos escolhas são efetuadas. Auxiliando a mapear pensamentos e comportamentos, através do paradoxo na paralisação pelo excesso de escolhas.

#### **4.4 Atuação do Psicólogo e a TCC**

Uma pesquisa feita pela Royal Society for Public Health (2017), em parceria com o Movimento de Saúde Jovem do Reino Unido, analisou os efeitos das redes sociais na saúde mental de jovens, e os resultados mostram que 90% das pessoas entre 14 e 24 anos usam mais as redes sociais do que qualquer outro grupo etário, evidenciando que esses jovens ficam mais expostos aos seus efeitos negativos. Diante dos estudos sobre os impactos da exposição dos influenciadores digitais na construção da identidade, autoestima e saúde mental dos jovens, Haidt (2024) afirma que houve um aumento significativo dos casos de ansiedade e depressão entre jovens e está diretamente relacionado ao aumento da exposição às redes sociais.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) metade de todas as condições de saúde mental se inicia aos 14 anos e se estima que de 10 a 20% dos adolescentes vivenciam psicopatologias, entretanto a grande maioria permanece diagnosticada e tratada de forma inadequada. De acordo com a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), abordagem desenvolvida por Aaron Beck na década de 1960, ao decorrer da vida, pessoas desenvolvem esquemas/crenças cognitivas que influenciam sua forma de interpretar suas experiências.

Esses esquemas podem se tornar disfuncionais, devido à experiências negativas ou distorcidas, e são eles que dão origem a crenças centrais negativas, que se manifestam por meio de pensamentos automáticos e tendem a manter ou agravar estados emocionais como ansiedade e depressão. Nesse contexto, Beck (2013), afirma que TCC pode ajudar a identificar e modificar esses pensamentos e crenças nucleares disfuncionais, através da aplicação de técnicas e do trabalho clínico do psicólogo da Terapia Cognitivo Comportamental.

De acordo com Young (2007) a dependência digital é mantida por padrões de pensamento distorcidos, busca de alívio emocional e reforço imediato, frequentemente reforçados pelo funcionamento das redes sociais. Atrelado à isso, Lembke (2021) afirma que o vício em redes, assim como transtornos adictivos, provém da recompensa dopaminérgica. A TCC se mostrou eficaz no tratamento de transtornos adictivos, como a dependência digital, onde o indivíduo busca validação, prazer ou alívio emocional através de curtidas, comentários e visualizações, o que ativa o sistema de recompensa e reforça o comportamento.

O psicólogo da TCC atua, através de técnicas, identificando os pensamentos automáticos distorcidos e trabalha na sua reestruturação cognitiva, além de propor intervenções comportamentais, que visam o equilíbrio em relação ao uso das redes sociais. Segundo Beck (2013), modificar crenças centrais desadaptativas, relacionadas a necessidade de validação pelas redes, é essencial para interromper o ciclo compulsivo. Técnicas como registro de pensamentos, planejamento de atividades prazerosas offline e análise funcional do comportamento são frequentemente utilizadas na clínica.

Assim, de acordo com Young (2007) a TCC oferece técnicas estruturadas, baseada em evidências, para promover autonomia emocional, controle dos impulsos e reconstrução da autoimagem fora do ambiente digital. Portanto, acredita-se que a importância da atuação do psicólogo é fundamental, principalmente na contemporaneidade com o avanço das redes sociais e de padrões veiculados por influencers, para contribuir com que os jovens construam de maneira saudável uma identidade autêntica respeitando e compreendendo sua singularidade, além de auxiliar na conscientização sobre as nuances negativas da cultura digital, na redução e prevenção dos danos psicológicos dos jovens.

Um método de prevenção e remediação da prática do imediatismo midiático, nos jovens afetados por qualquer que seja a disfunção citada neste artigo, poderia ser o desmame gradual das telas, não como um método de castigo, mas como um reforço positivo, em troca desta ação deveria ser implementado práticas autorais e que incentive a personalidade do jovem, atribuindo escolhas e singularidades. De acordo com Young, 2011, p.89 “A mudança de



padrões comportamentais exige estratégias graduais que envolvam substituição de hábito, reforço positivo e o desenvolvimento de formas mais adaptativas de autorregulação”.

## **5. Considerações Finais**

A presente revisão narrativa da literatura, com base na análise dos estudos incluídos, evidenciou de forma abrangente que a atuação dos influenciadores digitais desempenha um papel significativo na construção da identidade, na formação da autoestima e na saúde mental de adolescentes e jovens na contemporaneidade. Os influenciadores, ao compartilhar padrões idealizados de vida, consumo e comportamento, contribuem para a criação de expectativas irreais, comparações constantes e pressões sociais que podem gerar frustração, ansiedade e sentimentos de inadequação.

A atuação dos influenciadores digitais ocorre em um contexto marcado pela cultura do imediatismo, característica central da sociedade midiática contemporânea. A constante exposição a conteúdos rápidos, recompensas instantâneas e comparações sociais nas redes sociais intensifica a percepção de urgência em alcançar objetivos, contribuindo para o aumento da ansiedade, da impaciência e de padrões irreais de comportamento entre adolescentes e jovens.

A literatura evidencia que tais efeitos estão ligados à ativação de mecanismos neurobiológicos, como a dopamina, que reforça o imediatismo e a busca por recompensas rápidas nas redes sociais. Nesse contexto, estratégias baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), especialmente a psicoeducação sobre pequenos hábitos, podem auxiliar os jovens a desenvolverem tolerância ao tédio, atenção plena e consciência do momento presente.

Práticas simples, como desconectar-se de estímulos digitais, meditar ou realizar atividades do dia a dia sem distrações, promovem a desaceleração e o autoconhecimento, reforçando a capacidade de lidar com pressões externas e internas nessa fase do desenvolvimento de forma mais saudável. Além disso, refletir sobre a finitude da vida e sobre padrões de controle, perfeccionismo e autocritica (Rodrigues, 2006; Capelas, 2023) é essencial para que os jovens possam construir suas expectativas, fortalecer a autoestima e estabelecer relações mais equilibradas com o ambiente digital.

Portanto, a atuação dos influenciadores digitais, embora possa oferecer bons modelos de comportamento e referências sociais, está intrinsecamente ligada a fenômenos psicológicos. A compreensão crítica desse impacto, aliada a intervenções psicoeducativas e estratégias de TCC, se mostra fundamental para apoiar adolescentes e jovens na construção de identidade,

promoção da saúde mental e desenvolvimento emocional na era digital. Os estudos evidenciam a importância de conscientizar sobre o papel social dos influenciadores digitais na construção da identidade dos jovens.

Além disso, ressaltam os possíveis impactos negativos sobre o desenvolvimento humano na era digital, considerando a forte influência cultural das redes sociais nos padrões de comportamento contemporâneos. Portanto, espera-se que novas pesquisas sejam conduzidas para aprofundar a compreensão desse fenômeno, ampliando a visão sobre as dinâmicas envolvidas e possibilitando a criação de estratégias de conscientização, intervenções e ações educativas, tanto para o público jovem quanto para os influenciadores digitais.

Um método de prevenção e remediação da prática do imediatismo midiático entre os jovens afetados por qualquer uma das disfunções discutidas neste artigo anteriormente, pode ser o desmame gradual das telas. Essa estratégia não deve ser aplicada como forma de castigo, mas como um recurso de reforço positivo. Em contrapartida à diminuição do tempo de uso de dispositivos digitais, é recomendável a implementação de práticas autorais que incentivem a construção da personalidade do jovem, promovendo a autonomia, a expressão individual e a formação de escolhas singulares.

A neurociência já demonstra que a dopamina é um dos efeitos do imediatismo e pela TCC se é explorado a psicoeducação pelos pequenos hábitos, os jovens em questão devem treinar sua tolerância ao tédio pois o tédio nada mais é do que não suportar o presente sem qualquer ferramenta de distração, devendo-se experienciar o agora como ele é de fato, calmo e vazio, assim o indivíduo deveria viver o momento com propósito, fazendo exercícios para ganho próprio e de como singular, como ir meditar, ficar sem o celular enquanto faz algo importante, ver um filme ou podcast com calma, ficar em silêncio e sem estímulos, afim de reconectar sua mente com o agora, levando estas praticas como modo de autoconhecimento, Sêneca dizia “a vida se bem vivida é longa o suficiente, mas para viver bem é preciso desacelerar, refletir e olhar para o que está fazendo com sentido”.

Com tudo uma ferramenta atual lançada no ano de 2025, pode ser de grande valia para ajuda e tratamento da problemática antes exposta neste artigo. Chamada de Escala de Crença Compensatória para Comportamento de Gratificação Instantânea na Internet (CBS-IIGB) é uma ferramenta confiável e válida para medir a crença compensatória em situações em que o fascínio da gratificação imediata na Internet entra em conflito com objetivos de longo prazo, tanto entre funcionários de organizações (CBS-IIGB-E) quanto entre estudantes universitários (CBS-IIGB-S).”.

## Referências

- ABIDIN, Crystal. **Internet celebrity: Understanding Fame Online**. Bingley. Emerald Publishing, 2018.
- ALMEIDA, Kelly Cristina da Silva; SOUSA, Gláucia Maria de Lima. **Terapia Cognitivo-Comportamental e adolescência: uma revisão de literatura**. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, Campinas, v. 30, n. 1, p. 3-13, jan./mar. 2013.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- ANDRADE, Gabriela. Brasil é o 2º país em que usuários passam mais tempo on-line. *Metrópoles*, 4 abr. 2024.
- AZAYEM, Ala'a K.; NAWAZ, Faisal A.; JEYASEELAN, Lakshmanan; KAIR, Hawk M.; SULTAN, Meshal A. **Beyond the filter: Impact of popularity on the mental health of social media influencers**. *Digital Health*, v. 10, p. 1–16, out. 2024. DOI: 10.1177/20552076241287843.
- BANDURA, Albert; AZZI, Roberta Gurgel; POLYDORO, Soely Aparecida Jorge (orgs.). **Teoria social cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- BECK, Aaron T.; RUSH, A. John; SHAW, Brian F.; EMERY, Gary. **Terapia cognitiva: teoria e pratica**. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- BLANK, G.; JEYASEELAN, L.; AZAYEM, A.; et al. **Beyond the filter: Impact of popularity on the mental health of social media influencers**. *Digital Health*, v. 10, p. 1–16, 2024.
- CAPELAS, Heloisa. **A Cultura do Imediatismo e o Desgaste na Saúde**. 2023. Disponível em: <https://heloisacapelas.com.br/artigos/a-cultura-do-imediatismo-e-o-desgaste-na-saude>.
- CARBONARI, Pâmela. **Instagram é a rede social mais nociva à saúde mental, diz estudo**. Superinteressante, São Paulo, 19 maio 2017. Atualizado em 15 jan. 2023.
- COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (GGI.br). **Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil – TIC Kids Online Brasil**, 2014. São Paulo: CGI.br/NIC.br, 2015. Disponível em: [https://www.cgi.br/media/docs/publicacoes/2/TIC\\_Kids\\_2014\\_livro\\_eletronico.pdf](https://www.cgi.br/media/docs/publicacoes/2/TIC_Kids_2014_livro_eletronico.pdf). Acesso em: 29 out. 2025.

COTTET, Fabíola. **Precisamos falar sobre saúde mental, redes sociais e internet.** *Maverick* 360, 26 set. 2023.

CHRISTOPHER Baethge, SANDRA Goldbeck-Wood e STEPHAN Mertens. **SANRA-Uma escala para avaliação da qualidade de artigos de revisão narrativa.** *Research Integrity and Peer Review*, 2019.

ERIKSON, Erik H. **Identidade: juventude e crise.** Tradução de Álvaro Cabral. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

HAIDT, Jonathan. **A geração ansiosa: como as redes sociais estão causando uma epidemia de doenças mentais nos jovens.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2024.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade.** 11. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.

IYENGAR, SHEENA E MARK R. LEPPER “**Quando a escolha desmotiva: Será possível desejar demais uma coisa boa?**” *Revista de Personalidade e Psicologia Social* vol. 79, (1 de dezembro de 2000): 995-1006.

KIM, Sang-Hyun et al. **The Effects of Group Cognitive Behavioral Therapy on the Improvement of Depression and Anxiety in Adolescents with Problematic Internet Use.** *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, Seoul, v. 29, n. 2, p. 73–79, abr. 2018.

LAUTERT Keli Cristina e SILVA Sinara Leote. **Construção da profissionalidade de jovens trabalhadores na cultura do imediatismo.** 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.18316/dialogo.v0i35.2913>.

LEMBKE, Anna. **Nação dopamina: encontrando o equilíbrio na era dos excessos.** São Paulo: Fontanar, 2021.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura: A cultura digital na era da internet.** São Paulo: Ed. 34, 1999.

Loya, JM, Benitez, B. & Kiluk, BD. **O efeito da terapia cognitivo-comportamental na impulsividade em transtornos de dependência: uma revisão narrativa.** *Curr Addict Rep* 10 , 485–493 (2023). <https://doi.org/10.1007/s40429-023-00491-6> ou Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10805411/>.

LUESCHEN, Tori D. **Doomscrolling during the COVID-19 pandemic: The negative impact of excessive online news consumption on mental health.** *Frontiers in Psychology*, v. 13, 2022.

MARTINS, Lais Pereira; SILVA, Silvana Aparecida Alves da. **A busca pela felicidade nas redes sociais: um estudo sobre ostentação, bem-estar e adoecimento na cultura digital.** *Galáxia* (São Paulo), n. 46, p. 164-180, 2021.

McGINNIS, Patrick J. **Social Theory at HBS: McGinnis' Two FOs. *The Harbus***, Harvard Business School, 10 maio 2004. Acesso em: 20 jun. 2025.

NARDON, F. **A relação interpessoal dos adolescentes no mundo virtual e no mundo concreto. Trabalho de Conclusão de Curso**. Criciúma: Curso de graduação em Psicologia, Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2006.

OPINION BOX; HISTÓRIAS DE TER.A.PIA. **Saúde mental e bem-estar: como as pessoas estão se sentindo e cuidando do seu bem-estar psicológico nas diferentes esferas da vida**. Belo Horizonte: Opinion Box, 2023. Disponível em: <https://materiais.opinionbox.com/saude-mental-no-brasil>. Acesso em: 10 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Saúde mental dos adolescentes**. Genebra: OMS, 2018. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em: 21 de maio 2025.

PRZYBYLSKI, Andrew K.; MURAYAMA, Kou; DEHAAN, Cody R.; GLADWELL, QUIROGA, Fernando Lionel; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. **O adolescente e suas representações sociais: apontamentos sobre a importância do contexto histórico**. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 863–878, 2013.

ROCHA, Ana. **Influência e redes sociais: por um mundo digital positivo**. *The Trends Hub*, Porto, n. 4, p. 1-10, 2024.

ROSA, Hartmut. **Social acceleration: a new theory of modernity. Tradução de Jonathan Trejo-Mathys**. Nova York: Columbia: University Press, 2015. Disponível em: <https://www.ingramacademic.com/9780231148351/social-acceleration/>.

ROYAL SOCIETY FOR PUBLIC HEALTH. **Status of Mind: Social media and young people's mental health and wellbeing**. London: RSPH, 2017.

RUSHKOFF, Douglas. **Choque do Presente: Quando tudo acontece agora**. Tradução de Claudio Carina. São Paulo: Nova Alexandria, 2013.

SANTANA, Ramiro Rodrigues Coni et al. **Uso de redes sociais e saúde mental: um estudo qualitativo com adolescentes de Salvador e Região Metropolitana, Bahia**. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, Salvador, v. 13, e5823, 27 nov. 2024.

SCHWARTZ, Barry. **The Paradoxo f choice: why more is less**. New York: HarperCollins, 2004.

SENA, Janaina Machado de. **Influenciadores digitais: conceitos e práticas em discussão**. ResearchGate, 2020.

SÊNECA. **Da tranquilidade da alma**. Tradução de José Carlos Baracat Junior. São Paulo: Martins Fontes, 2014.

Seo HS, Jeong EK, Choi S, Kwon Y, Park HJ, Kim I. **Alterações nos neurotransmissores em jovens com dependência de internet e smartphones: uma comparação com controles saudáveis e alterações após terapia cognitivo-comportamental**. Am J Neuroradiol. 2020;41(7):1293–301.

SILVA, Ludmila Ribeiro da; MENEZES, Larissa Corrêa; SOUZA, Edvaldo Souza. **Trabalho digital, produção de si e os desafios para a saúde mental de influenciadoras e influenciadores**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 32, e320107, 2022.

SILVA, Sinara Leote. **Construção da profissionalidade de jovens trabalhadores na cultura do imediatismo**. 2013. Disponível em: <https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/Dialogo/article/view/2913>. Acesso em: 21 de maio 2025.

**Teoria social cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2009000400016>.

TRINDADE, Leandro Henrique; CHAVES, Laís Caroline; OLIVEIRA, Júlia Silva de; SOUSA, Amanda Barros de. **Doomscrolling: a busca infinita por informações e suas implicações**. Informação & Informação, Londrina, v. 29, e47901, 2024.

TURKLE, Sherry. **A solidão compartilhada: por que esperamos mais da tecnologia e menos uns dos outros**. Tradução de Vera Ribeiro. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2021.

TWENGE, Jean M. **iGen: por que os jovens superconectados estão crescendo menos rebeldes, mais tolerantes, menos felizes – e completamente despreparados para a vida adulta**. São Paulo: nVersos, 2017.

VALERIE. **Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out**. Computers in Human Behavior, [S.l.], v. 29, n. 4, p. 1841–1848, 2013.

WANG Y, QIN Y, LI H, YAO D, SUN B, GONG J, et al. **Identificando o vício em internet e avaliando a eficácia do tratamento com base na densidade de conectividade funcional: um estudo de aprendizado de máquina**. Front Neurosci. 2021;15:1–12. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/neuroscience/articles/10.3389/fnins.2021.665578/full>.

YIN, Bin e SHEN Yong. **Desenvolvimento e Validação da Escala de Crenças Compensatórias para o Comportamento de Gratificação Instantânea na Internet**. 2024. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10805770/>.

YOUNG, Kimberly S. **Cognitive behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications.** *CyberPsychology & Behavior*, v. 10, n. 5, p. 671–679, 2007.

# SINTOMA, CORPO E INCONSCIENTE: UMA LEITURA PSICANALÍTICA DAS HISTERIAS CONTEMPORÂNEAS

Dayane Silva Rafael de Oliveira<sup>1</sup>

Maria Eduarda Rezende<sup>2</sup>

Matheus Sousa P. Barcelos<sup>3</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>4</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>5</sup>

## RESUMO

Este trabalho busca fazer uma leitura psicanalítica das manifestações do sintoma psicossomático e das histerias contemporâneas, analisando suas implicações para a constituição subjetiva do sujeito, como eixo principal considera-se o corpo como forma de expressão do inconsciente. Diante disto, busca-se compreender como os fenômenos da relação entre o psíquico e o corpo (psicossomática) vem sendo discutidos na atualidade e de que modo o sintoma, que antes na histeria clássica freudiana possuía valor de metáfora do conflito inconsciente, hoje se apresenta através do corpo em resposta direta aos sofrimentos emocionais não elaborados. São discutidas as várias condições que envolvem o ser humano, sociais, ambientais e emocionais e como contribuem para o surgimento dessas manifestações e os manejos clínicos que abrem possibilidades para elaboração desses conteúdos que não foram possíveis de serem integrados na subjetividade. A pesquisa tem caráter qualitativo e foi realizada por meio de uma revisão narrativa da literatura, as bases consultadas foram Scielo e CAPES, os estudos considerados foram os publicados entre 2020 e 2025, apenas em língua portuguesa, com palavras em foco psicanálise e psicossomática. As obras de Freud, Winnicott, Lacan e outros autores da área subsidiaram a análise de base teórica, bem como a seleção de

---

<sup>1</sup> Graduanda de Psicologia do 10º período na Faculdade ESAMC no ano de 2025. Contato: [dayanesrafael@hotmail.com](mailto:dayanesrafael@hotmail.com)

<sup>2</sup> Graduanda de Psicologia do 10º período na Faculdade ESAMC no ano de 2025. Contato: [m.mariaeduardarezende@gmail.com](mailto:m.mariaeduardarezende@gmail.com)

<sup>3</sup> Graduando de Psicologia do 10º período na Faculdade ESAMC no ano de 2025. Contato: [mathbarcelos@hotmail.com](mailto:mathbarcelos@hotmail.com)

<sup>4</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. Contato: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>5</sup> Professor orientador pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Mestre em psicologia UFU (2022). Contato: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)



artigos que aprofundam a compreensão das manifestações das histerias sob a ótica da psicanálise.

**Palavras-chave:** corpo; inconsciente; neurose histérica; psicanálise; sintoma psicossomático.

## **ABSTRACT**

This article seeks to develop a psychoanalytic reading of the manifestations of psychosomatic symptoms and contemporary hysteria, analysing their implications for the subject's subjective constitution. As its central axis, it considers the body as a means of expressing the unconscious. In this context, the aim is to understand how phenomena involving the relationship between the psyche and the body (psychosomatics) have been discussed in the present day, and in what ways the symptom, previously endowed, in classical Freudian hysteria, with the value of a metaphor for unconscious conflict, now emerges through the body as a direct response to unprocessed emotional suffering. The study discusses the various social, environmental, and emotional conditions that shape human experience and contribute to the emergence of these manifestations, as well as the clinical approaches that create possibilities for elaborating contents that could not be integrated into subjectivity. This research adopts a qualitative design and was conducted through a narrative literature review. The databases consulted were SciELO and CAPES, and the studies included were those published between 2020 and 2025, in Portuguese only, using the keywords psychoanalysis and psychosomatics. Works by Freud, Winnicott, Lacan, and other authors in the field supported the theoretical analysis, along with selected articles that deepen the understanding of hysterical manifestations from a psychoanalytic perspective.

**Keywords:** body; unconscious; hysterical neurosis; psychoanalysis; psychosomatic symptom.

## **1 INTRODUÇÃO**

Desde suas produções iniciais, a psicanálise se interessa em sustentar uma atenção ao corpo nos territórios onde a biologia, por si só, não oferece respostas: o sonho, a fantasia, o desejo, a dor, o prazer, o amor e os afetos que atravessam e se manifestam no corpo. Diante disso, observa-se que desde os *Estudos sobre a histeria* (1895), Freud buscou teorizar que o sintoma histérico não é mero produto de uma disfunção orgânica, mas sim uma forma de simbolização do desejo e do recalçamento, termo este, que segundo Freud (1915) é um

mecanismo de repressão para afastar da consciência desejos, lembranças e pensamentos considerados inaceitáveis ou que sejam considerados ameaças e assim os empurrar para o inconsciente.

Nesse contexto, as pesquisas freudianas abriram um campo decisivo ao interpretar que o sintoma se estrutura como linguagem. Freud (1895) antecipava a ideia de que o inconsciente fala através do corpo, ou seja, o que não encontra lugar no discurso consciente emerge enquanto sintoma. Segundo Marty (1993), entende-se por psicossomática na visão psicanalítica, conflitos psíquicos que não possibilitam a simbolização e a partir disto há uma inscrição de sintomas no corpo, tais manifestações afetam múltiplos aspectos da vida de cada sujeito, podendo prejudicar a qualidade do sono, o bem-estar e até o funcionamento do corpo, como na fala e na própria regulação emocional. Fica evidente, portanto, a necessidade de não olhar para a dicotomia entre mente e corpo (soma), mas ultrapassar essa tradicional divisão, demonstrando como as questões psíquicas se expressam somaticamente.

Este trabalho visa compreender os fenômenos da relação entre o psíquico e o corpo vêm sendo discutidos na atualidade e a relevância nas práticas clínicas da atualidade, especialmente quando a ciência médica não encontra causas orgânicas para todos os sintomas fisiológicos. Desta forma, propõe-se a compreender, apresentar e discutir, sob uma perspectiva psicanalítica, de que forma a relação com o corpo, o outro e a neurose histérica pode resultar em manifestações psicossomáticas no sujeito.

Essa discussão é relevante tanto para a teoria quanto para a clínica psicanalítica. No campo teórico, enfatizar a questão da neurose e da psicossomática hoje significa provocar na psicanálise um questionamento diante dos discursos contemporâneos da ciência e da medicalização, conceito esse que segundo Birman (2012), é um processo do qual experiências humanas tidas como comuns ou de questões existenciais passam a ser tratados como algo a se curar por medicações e somente visto pela doença, reduzindo o sofrimento a dimensões biológicas. Trata-se de pensar a posição do analista frente às novas formas do sintoma, o que possibilita um maior arcabouço de estratégias para um cuidado que seja integrativo. O intuito é direcionar essa diferenciação para a escuta clínica, permitindo a identificação de sintomas com origem emocional e a realização de manejos qualificados que considerem o sujeito como um ser complexo.

Diante do exposto, é necessário investigar: Qual a relação do sintoma psicossomático manifestado na atualidade, suas expressões e quais suas implicações na constituição subjetiva do sujeito e no inconsciente? Abrindo espaço para reflexões em torno da psicossomática

como uma fronteira simbólica fundamental para entender o sofrimento do corpo e sua influência na estrutura psíquica.

## **2 MÉTODO**

Esta pesquisa possui caráter qualitativo e foi desenvolvida por meio de uma revisão narrativa da literatura. A revisão narrativa, conforme Rother (2007), consiste em um tipo de revisão bibliográfica que permite ao pesquisador descrever, contextualizar e discutir a produção existente sobre determinado tema, oferecendo uma síntese interpretativa baseada em diferentes referenciais teóricos. Trata-se de um método mais flexível que as revisões sistemáticas, pois possibilita articular ideias, reconhecer tendências e identificar lacunas na literatura.

A busca bibliográfica foi realizada entre janeiro e julho de 2025 nas bases SciELO e CAPES. Foram empregadas as palavras-chave “psicanálise” e “psicossomática”, definindo-se como critérios de inclusão: (a) artigos publicados em língua portuguesa; (b) recorte temporal entre 2020 e 2025; e (c) estudos que apresentassem relação direta entre corpo, sintoma e psicossomática sob uma perspectiva psicanalítica. Foram excluídos os materiais que abordavam a psicossomática exclusivamente sob enfoque biomédico ou que não apresentavam articulação teórica com a psicanálise. A busca inicial resultou em 65 artigos, dos quais foram selecionados somente aqueles que se aprofundavam na compreensão das manifestações psicossomáticas do sujeito à luz da teoria psicanalítica. A análise foi conduzida por meio de leitura exploratória e analítica, seguida de categorização temática, permitindo a organização dos achados segundo os principais eixos conceituais identificados na literatura.

Além da revisão dos artigos contemporâneos, utilizou-se uma fundamentação teórica clássica, distinta do levantamento bibliográfico. Essa fundamentação incluiu obras de referência de Freud, Winnicott e outros autores fundamentais da psicanálise, como Simonetti, Volich, Hisada, Wartel e Zimerman. Esses textos forneceram suporte conceitual para interpretar os achados da literatura recente e articular os aspectos teóricos sobre corpo, sintoma e subjetividade. A integração entre o levantamento bibliográfico atualizado e a fundamentação teórica clássica possibilitou estabelecer relações entre psicanálise e psicossomática, contribuindo para a compreensão das manifestações sintomáticas corporais na contemporaneidade.

### **3 DISCUSSÃO: Psicossomática e Psicanálise**

#### **3.1 Corpo, contexto histórico e falhas de simbolização: As neuroses clássicas às neuroses atuais**

Freud (1996), ao investigar sobre as histerias, relatou que o sintoma que se apresentava no corpo possuía um valor simbólico, este funcionava como substituto para uma palavra recalçada, assim neste contexto a histeria, traduzia em uma linguagem que se expressava no corpo o resultado de um conflito psíquico inconsciente. Portanto, para compreender essas manifestações retomamos Freud, nos estudos das histerias que ao elaborar o conceito de complacência somática, compreende a predisposição de certos órgãos a serem suporte de sintomas psíquicos, afirmando que “as histéricas sofrem de reminiscências”, essa fala indicava que traziam ao consciente um conteúdo recalçado, que permitia dirimir o sintoma.

Essa definição de Freud (1895) já dava indícios de um apontamento para articular corpo e psíquico, sendo que para a psicanálise, o corpo não é somente estrutura biológica, mas construção simbólica que sustenta o psiquismo. Assim, a palavra funcionava como mediadora entre afeto e o que isso representava, por isso a possibilidade de elaboração psíquica e a cura então, pela fala.

A sociedade atual é marcada pela lógica do consumo e da produtividade, que por sua vez produz novas formas de subjetivação e por conseguinte uma nova linguagem de sofrimento. Segundo Castilhos (2020), crianças cada vez mais cedo são adultizadas e compartilham mentalidade e desejos que são características de adolescentes ou adultos, visto como algo concernente de uma geração que favorece um apelo consumista e reflete em um modo de subjetivação próprio dessa geração que constroem assim um falso self, conceito esse na teoria de Winnicott usado para descrever a resposta que as crianças dão as demandas externas, neste caso: mídia, consumo, cultura produtivista que sustenta uma onipotência infantil que não passa pelo atrito da realidade, não ajudando, dessa forma, a criança a compreender que é ela não cria seu mundo sem uma realidade externa, ou seja, falta a falta. Esse processo compromete a possibilidade de o sujeito integrar suas experiências e simbolizar em algum nível o que precisa, assim abre-se espaço para as manifestações psicossomáticas.

Nesse sentido, torna-se importante articular a história do sintoma com sua contemporaneidade. Se antes, na histeria clássica descrita por Freud (1996), os sintomas de conversão possuíam valor simbólico que convergiam para paralisias, cegueiras, convulsões e dores sem causas orgânicas, que podiam ser interpretados como metáforas do conflito inconsciente, atualmente observamos manifestações não apenas como substitutos simbólicos,

mas como Lacan descreve, formas mais rígidas de estrutura histérica, onde a lógica edípica e fálica se organizam de formas diferentes, observando-se uma forma diferente com o gozo e o corpo, segundo Steibel (2011) no período de latência que no mundo contemporâneo vem sendo vivido de maneira encurtada na infância. Essa forma de histeria surge na conceituação para definir irrupções corporais como: vícios, comportamentos repetitivos, passagens ao ato desmedidas, modos distintos de sofrimento inseridos em um contexto sócio-histórico cultural de uma sociedade moderna. Diante disso, aproxima-se do campo da psicossomática onde Branco (2021) discute sobre estes fenômenos psicossomáticos sendo soluções para economia libidinal do sujeito, funcionando como resolução para conflitos psíquicos não elaborados, essas inscrições no corpo escapam ao sentido de significados, ainda que cumpram como função pulsional, liberando uma energia psíquica acumulada.

Se antes o conflito psíquico se manifestava no corpo para representar algo não elaborado, podia então assim, ser interpretado, associando-se a uma situação para compreender o que a dor “quer dizer”, hoje não como uma mensagem codificada, o conflito manifestado diretamente no corpo não consegue se ligar a um conflito específico, isto é, conteúdos psíquicos sem lugar na palavra retornam como símbolos corporais, exigindo do analista a possibilidade de recriar espaços de simbolização. Nas chamadas neuroses atuais, há uma modificação estrutural, portanto, na economia psíquica, assim não se tratando mais de um retorno do recalcado. Segundo Marty (1993), já se observava um empobrecimento de possibilidades para que houvesse ligação entre afeto e a sua representação. A palavra, que outrora servia para diminuir os sintomas, revela-se agora sem significante para conter esse excesso pulsional, embora esse pensamento tenha sido escrito em 1990, antecipa o modo de funcionamento psíquico que se intensifica na contemporaneidade.

Assim, as manifestações psicossomáticas resultam em falhas na simbolização e que ao não ser elaborado de forma psíquica se expressa no corpo. Autores como Birman (2000) e Groddeck (1984) traziam sustentações teóricas de que o corpo é expressão do inconsciente, este que é portador de desejos, medos e conflitos. Nesse sentido, a psicossomática surge como campo que exige pensar o sujeito em sua totalidade, considerando aspectos biológicos, sociais, históricos e relacionais.

Discussão essa que converge com Dunker (2021) que aponta as fronteiras conceituais da psicanálise, se demarcadas de forma rígida, geram padronização do dizer e que acabam sufocando a singularidade da fala. Assim, é possível pensar que na sociedade do século XXI há novas produções de linguagem do sofrimento, onde o corpo é chamado a expressar o que não encontra lugar de inscrição simbólica.

Pensando na historicidade proposta por Franz Alexander (1979), essa relação reducionista entre conflito emocional específico e doenças determinadas, foram criticadas e em contrapartida, a Escola psicossomática Francesa trouxe uma visão mais complexa, que ressalta, este adoecimento sendo ocorrido por falhas na simbolização e não dando causa linear. Hoje a psicossomática é estudada como saber interdisciplinar e assim, busca considerar que cada caso deva ser avaliado em sua singularidade, não só de seu biológico, mas da história de seu próprio desenvolvimento como sujeito, como nos propõe Winnicott, que contribui sobre a constituição que depende do manejo inicial do ambiente e que a ausência de *holding* adequado pode comprometer substancialmente a integração corpo e mente e desta forma favorecer a manifestações psicossomáticas.

Lacan amplia essa perspectiva ao dizer que corpo é lugar tomado pelo inconsciente como o de inscrição de gozo, assim, a clínica na contemporaneidade está diante de sujeitos cuja linguagem do sofrimento, se apresenta de forma diferente dos sintomas clássicos de sua histeria, mas em inscrições diretas no corpo.

### **3.2 Sintoma e linguagem: a formação da subjetividade e o empobrecimento simbólico**

Na psicanálise, o sintoma pode ser compreendido como forma de compromisso entre desejo e inconsciente, neste caso ele é uma tentativa que o sujeito encontra de dar forma diante de conflitos que não puderam ser simbolizados, retornando no corpo ou no comportamento como uma mensagem. Freud (1895) demonstrava, em casos como o de Anna O., que esses sintomas tidos no corpo poderiam se tornar palco de uma forma de linguagem e não eram redutíveis a uma disfunção orgânica, neles continham um valor inegável do simbólico: o que não podia ser dito pela via da palavra, encontrava formas de emergir através do corpo. Deste mesmo modo, em outros casos clínicos, Freud escreve sobre como “Homem dos Ratos” ou o “Homem dos Lobos”, estes sintomas neuróticos se apresentavam sendo via para inscrição de um desejo, mesmo que marcado pelo sofrimento. Simbolizar é o ato de transformar a dor em palavra, imagem, sonho e até pensamento.

Ainda hoje a clínica mostra que o corpo não pode ser simplesmente separado de um campo do significante, isto é, que aquilo que foi recalado retorna disfarçado como uma mensagem e este significante é a linguagem que carrega o valor simbólico para o sujeito. Nancy (2000), reivindica que, o corpo é sempre um corpo que está exposto, aberto ao mundo, através dessa reflexão é possível articular que o corpo e mente ainda não estão integrados como experiência de “eu”, o sintoma não é meramente advindo de uma falha biológica, mas de uma expressão subjetiva. Winnicott (1965/1996) acrescenta a importância do ambiente e

dos cuidados que precisam ser suficientemente bons, para que assim, o sujeito possa integrar corpo e mente e que seja capaz de sustentar o surgimento de experiências emocionais, se esses cuidados faltam, podem surgir certas falhas na constituição do eu e que logo mais serão expressas em dificuldades de vínculo e em manifestações somáticas.

Marty (1993), da Escola Psicossomática Francesa, faz a retomada da questão ao falar de “mentalização”: a capacidade que o sujeito tem de dar forma psíquica às experiências corporais. Quando essa capacidade encontra limitações, o corpo passa de outra forma a funcionar como se palco fosse para uma descarga do que não foi simbolizado, onde o não simbolizado de inscreve em ato. Pensar a psicossomática em uma perspectiva psicanalítica é entender o sintoma como um fenômeno que faz articulação entre corpo e linguagem, singularizando o sujeito na clínica. Para além de um problema a ser eliminado, este sintoma constitui a sua subjetividade, por isso, exige da escuta lugar para que a função desse sintoma possa ser decifrada e então reinscrita.

O empobrecimento simbólico do sujeito na modernidade se manifesta como incapacidade de suportar um tempo que é o da palavra, do silêncio e da falta, no lugar da simbolização a descarga imediata, seja pelo ato desmedido ou pela dor. O sintoma, pode-se dizer, aparece como última tentativa que o inconsciente tem de dar sentido onde a linguagem falha.

### **3.3 Clínica e Manejo: O corpo e a função da palavra**

Desde a década de 1940, a psicossomática integra medicina e psicologia, passando de foco apenas em doenças físicas isoladas (úlcera, asma, hipertensão e enxaqueca) para compreender qual a relação entre características emocionais e manifestações do corpo em pacientes em acompanhamento clínico. Mello- Filho (2002) descreve como Franz Alexander, por meio de observações de modo sistemático, associou fatores emocionais a estados chamados de conversivos e neuroses vegetativas, demonstrando de que maneira conflitos psíquicos podem se manifestar no corpo.

A psicanálise, segundo Pimentel (2023), contribuiu a conceitualização da psicossomática que considera a subjetividade do paciente e a influência da psique na relação sob os eventos de causas orgânicas, o que sinaliza a importância de uma escuta qualificada no tratamento clínico, a escuta psicanalítica, tem como tarefa ser espaço de sustentação para esse simbólico, onde antes operava soberano o silêncio do corpo, há possibilidade da palavra e construção de sentido. É nesse movimento que o sintoma, antes vivido na falha, agora se transforma em criação e subjetivação.

Além disso, à luz da teoria Winnicottiana e da compreensão de que o ambiente é fundamental para o desenvolvimento emocional primário, salienta-se que laços afetivos seguros favorecem a capacidade do sujeito de representar e simbolizar seus afetos. Nesse sentido, cabe ao analista reeditar, no setting terapêutico, um ambiente suficientemente bom, de modo a sustentar e possibilitar que os processos de simbolização do analisando possam emergir e se elaborar.

Nos contextos contemporâneos, os sujeitos são cada dia mais impactados por um tipo de estresse crônico, hipermedicalização e uma cultura do aceleração, o que se reflete em manifestações psicossomáticas. Estudos recentes destacam a relevância de abordar de forma interdisciplinar e de um cuidado de forma integral do sujeito, conectando psicologia da saúde, neurociência e psicanálise. (Kiecolt-Glaser, 2025) mostram indícios que traumas e tensões emocionais afetam diretamente sistemas do corpo humano como neuroendócrinos e imunológicos, o que demonstra corpo e mente serem inseparáveis e por isso a importância de olhar para questões emocionais.

A prática clínica, dessa maneira, deve estar além de um tratamento exclusivo apenas de sintomas físicos, a escuta qualificada promove a simbolização e a elaboração psíquica, o estudo das neuroses contemporâneas propõe compreender o corpo como expressão de experiências subjetivas, para que a clínica seja um lugar de reconstruir narrativas e relações afetivas. Estudos recentes (Antonio e Silveira, 2022; Stylus, 2020) reforçam que essa forma de abordar o sujeito contribui não apenas para um manejo de doenças autoimunes e crônicas, mas para a viabilização de bem-estar e qualidade de vida. Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) reconhece a conexão entre saúde mental e física como indissociável.

#### **4 RESULTADO**

Os resultados obtidos através desta revisão de literatura indicam que a compreensão psicanalítica do sintoma, embora preserve seu fundamento como expressão do inconsciente, apresenta novas configurações na contemporaneidade. Os artigos analisados apontam que o contexto social moderno é marcado por uma lógica de aceleração e produtividade. Esta característica, segundo identificado na literatura (Byung-Chul Han, 2024), gera uma "crise da narração", e é compreendida como uma crise simbólica, onde a perda da capacidade de construir sentidos através da narrativa de experiências compartilhadas diminui o espaço de elaboração psíquica do sujeito.

A revisão também permitiu identificar um contraste entre o sintoma na concepção freudiana clássica e na atualidade. Enquanto Freud compreendia o sintoma histérico como



uma metáfora do conflito inconsciente, uma formação de compromisso que dava à dor um valor de linguagem, os achados sobre as neuroses atuais apontam para uma perda dessa mediação simbólica. Nesse sentido, a literatura revisada aponta que as chamadas manifestações psicossomáticas resultam de falhas na simbolização. Constatou-se que o conteúdo não elaborado psiquicamente passa a se expressar diretamente no corpo, dessa forma, os resultados indicam que, se antes a palavra mediava o sofrimento, hoje "o corpo passa a falar".

A metodologia de revisão narrativa, utilizada neste trabalho para agregar e analisar a literatura pertinente, foi submetida a uma autoavaliação de qualidade utilizando a Escala para Avaliação de Artigos de Revisão Narrativa (SANRA). Este instrumento é projetado especificamente para aferir o rigor de revisões não sistemáticas, como esta. O presente estudo atingiu a pontuação máxima (12 de 12 pontos), demonstrando aderência aos critérios de qualidade da escala, incluindo a justificativa explícita da importância, a formulação de objetivos concretos, a descrição detalhada da busca bibliográfica, a referência robusta das declarações-chave, o raciocínio científico baseado em evidências apropriadas e a apresentação adequada dos dados.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este trabalho buscou compreender, diante de uma perspectiva psicanalítica, as manifestações psicossomáticas contemporâneas e suas implicações na constituição subjetiva do sujeito atravessado pela lógica da sociedade atual. É possível identificar, a partir da revisão narrativa da literatura, que os sintomas, longe de serem reduzidos a meros fenômenos orgânicos, representam modos de inscrição do inconsciente no corpo, funcionando como formas de expressão, um meio de comunicação, do que não pôde ser simbolizado pela via da linguagem.

A análise mostrou que, desde os estudos freudianos sobre a histeria, a psicanálise oferece instrumentos fundamentais para pensar o corpo como território simbólico, marcado pelo desejo, pelo recalque e pela singularidade de cada sujeito. Por sua vez, a clínica contemporânea, apresenta novos desafios, pois os sintomas psicossomáticos não se configuram apenas como metáforas de conflitos inconscientes, mas muitas vezes como descargas diretas no corpo, exigindo do analista a sustentação de um espaço que possibilite novas formas de simbolização.

Além disso, verificou-se a relevância do ambiente e dos laços afetivos, conforme apontam autores como Winnicott, para a constituição de um eu integrado. A ausência de um holding suficientemente bom pode comprometer o desenvolvimento emocional e favorecer a emergência de sintomas corporais.

Os resultados também mostram que, em um contexto social marcado pela produtividade, medicalização e aceleração, o corpo tem se tornado palco privilegiado de sofrimento psíquico. Essa constatação aponta para a necessidade de uma clínica que reconheça a complexidade da relação entre psique e corpo, evitando reducionismos biológicos ou psicológicos.

Em suma, conclui-se que a articulação entre psicanálise e psicossomática continua sendo um campo vasto de investigação e prática clínica. Este estudo reforça a importância de um olhar interdisciplinar que integre os saberes médicos, psicológicos e os sociais, reconhecendo o sujeito em sua totalidade. Para futuras pesquisas, é de tamanha importância a ampliação dos estudos sobre o impacto das condições sociais contemporâneas nos sintomas psicossomáticos, assim como desenvolver estratégias clínicas que possibilitem novas formas de simbolização e de cuidados.

## REFERÊNCIAS

ALEXANDER, F. **Psicossomática: a influência da mente sobre o corpo**. São Paulo: Cultrix, 1987.

ANTONIO, L.; SILVEIRA, M. **A clínica do corpo e os sintomas psicossomáticos: um estudo contemporâneo**. Revista Brasileira de Psicologia e Saúde, v. 14, n. 2, 2022.

ÁVILA, L. A. **A psicodinâmica do sofrimento, do prazer e do trabalho**. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33726/akdpapers2447-7656v11a72021p79-97> . Acesso em: 27 maio 2025.

ÁVILA, L. A. **O corpo e a psicanálise: uma introdução à psicossomática**. 2. ed. São Paulo: Escuta, 1997.

BALLONE, G. J.; ORTOLANI, C.; PEREIRA NETO, A. **Psicossomática: conceitos atuais**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.

BIRMAN, J. **O sujeito na contemporaneidade: espaço, dor e desalento**. 7. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2000.

BIRMAN, J. **Mal-estar na atualidade: a psicanálise e as novas formas de sofrimento**. *Estudos Psicanalíticos*, v. 6, p. 17–43, 2000.

BRANCO, D. R. **Sintoma e fenômeno psicossomático**. *Psicologia em Revista*, v. 26, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5752/p.1678-9563.2021v27n2p386-403>. Acesso em: 27 maio 2025.

CALAÇA, B. G.; NEVES, R. F.; CARDIA, M. C. G.; ANDRADE, P. R. **As abordagens terapêuticas não invasivas e a psicossomática: um mapeamento na literatura científica**. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 7, e162281073, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16228>. Acesso em: 27 maio 2025.

CAMPOS, R. **O corpo como linguagem: psicossomática e escuta clínica**. São Paulo: Escuta, 2011.

COELHO, C. C. **A pulsão e a desconstrução de um corpo: do limite singular em Freud e Nancy**. *Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica*, v. 27, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1809-4414-2024-267927>. Acesso em: 27 maio 2025.

DEJOURS, C. **A banalização da injustiça social**. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas, 2019.

DUNKER, C. I. L. **A pele como litoral: fenômeno psicossomático e psicanálise**. São Paulo: Planeta, 2021.

FIEIRA, J. T.; MOREIRA, S. M.; ZANELLA, C. B. **Doenças psicossomáticas e manifestações no trabalho**. *Contradição – Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais*, v. 1, n. 1, 2020. Disponível em: <http://revista.unifatecie.edu.br/index.php/revcontrad/article/view/7>. Acesso em: 27 maio 2025.

FREUD, S. **Além do princípio do prazer, psicologia de grupo e outros trabalhos**. 2. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1996. (Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, v. 18).

FREUD, S. **Estudos sobre a histeria**. In: FREUD, S. Obras completas. v. 2. Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 7–256.

GRODDECK, G. **O livro do Isso**. São Paulo: Martins Fontes, 1984.

HAN, Byung-Chul. **A crise da narração: sobre a decadência da experiência**. 1. ed. Petrópolis: Vozes, 2024.

KIECOLT-GLASER, J. K.; GLASER, R. **Depression and immune function: central pathways to morbidity and mortality**. Journal of Psychosomatic Research, v. 53, n. 4, p. 873–876, 2002. DOI: [https://doi.org/10.1016/s0022-3999\(02\)00309-4](https://doi.org/10.1016/s0022-3999(02)00309-4) acessado em: 15 outubro 2025

LACAN, J. **Escritos**. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J.-B. **Vocabulário da psicanálise**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

MADEIRA, M. O. M.; JORGE, M. A. C. **O encantador do isso: um retorno a Groddeck**. INDEPSI-ALSF, 2011. Disponível em: <https://www.alsf-chile.org/Indepsi/Georg-Groddeck/O-encantador-do-isso-um-retorno-a-Groddeck.pdf>. Acesso em: 27 maio 2025.

MARTY, P. **A ordem psicossomática**. Lisboa: Climepsi Editores, 1993.

MARTY, P. **A psicossomática do adulto**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1993.

MATÉ, G. **Quando o corpo diz não: o custo do estresse oculto**. São Paulo: Sextante, 2019.

MATÉ, G. **O corpo guarda a conta: mente, cérebro e corpo na cura do trauma**. São Paulo: Cultrix, 2019.

MCDUGALL, J. **Teatros do corpo: psicossoma e psicoterapia**. 2. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

MELLO FILHO, J. **Psicossomática hoje: fundamentos e práticas**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

MIJOLLA, A. de. **Dicionário internacional de psicanálise**. São Paulo: Martins Fontes, 2013.

NANCY, J.-L. **O corpo, a filosofia e a exposição ao mundo**. São Paulo: Editora 34, 2000.

NASCIMENTO, É. R. **O corpo em crise: psicossomática e trauma psíquico**. São Paulo: Cortez, 2016.

OGDEN, T. H. **Subjetividade e intersubjetividade na psicanálise**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

OMS. **Classificação Internacional de Doenças – CID-11**. 11. ed. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/classifications/icd/en/>. Acesso em: 27 maio 2025.

PEREIRA, L. M. de; NAYA, C. M. P.; COSTA, D. P. da; FREITAS, L. R.; KNEIP, R. C.; NEVES, S. F. das; JANSEN, K. T. S. **Quando o amor sufoca: aspectos psicossomáticos da asma na relação mãe-filho**. Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde, v. 3, cap. 31, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.58871/conbrasca.v3.31>. Acesso em: 27 maio 2025.

PIMENTEL, D. **O corpo e a subjetividade do sujeito**. Estudos de Psicanálise, v. 59, p. 63–74, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2175-3482.n59a07>. Acesso em: 27 maio 2025.

PINTO, V. N. C.; MADEIRO, L. S.; SILVA, E. P.; OLIVEIRA, A. S. C. **Interdisciplinaridade na saúde e educação pública: promoção do conhecimento à luz da teoria da complexidade**. *Cadernos de Pesquisa e Desenvolvimento*, v. 1, n. 1, p. 1–15, 2024.

PLAZAOLA, M. **Um caso clínico: a questão da psicossomática**. Stylus: Revista de Psicanálise da SPRJ, n. 17, p. 133–142, 2008. Disponível em: [https://revista.styluspsicanalise.org/artigos/17\\_8.pdf](https://revista.styluspsicanalise.org/artigos/17_8.pdf). Acesso em: 15 jun. 2025.

ROTHER, E. T. **Revisão sistemática x revisão narrativa**. Acta Paulista de Enfermagem, São

Paulo, v. 20, n. 2, p. v–vi, 2007. Disponível em: DOI:

<https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>

SANTOS, F. J. **Consumismo e adultização das infâncias através das mídias**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Católica do Salvador, Salvador, 2019. Disponível em: <https://ri.ucsal.br/bitstreams/b1cba5ba-0e72-4c4d-883a-c01959cffa6a/download>. Acesso em: 15 out. 2025.

SCHILLER, P. **Introdução à medicina psicossomática**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1991.

SEAWARD, B. L. **Gerenciamento do estresse: técnicas e estratégias**. São Paulo: Cengage Learning, 2009.

SIEGEL, D. J. **O cérebro da criança: 12 estratégias revolucionárias para nutrir a mente em desenvolvimento**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2015.

SIMÃO, M. F. **Perdido no corpo: o lúpus eritematoso sistêmico numa perspectiva psicossomática psicanalítica**. 2021. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa, 2021. Disponível em: <https://search.proquest.com/openview/00dc8bb559f3d7eda3fd041b177d5120/1>. Acesso em: 27 maio 2025.

SIMONETTI, E. **O corpo como expressão do inconsciente: uma leitura psicanalítica da psicossomática**. São Paulo: Vetor, 2015.

STEIBEL, D.; HALLBERG, A. E.; SANCHOTENE, B. **A latência na atualidade: considerações sobre crianças encaminhadas para psicoterapia**. Aletheia, n. 35–36, p. 51–68, 2011. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942011000200005](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942011000200005). Acesso em: 27 maio 2025.

STYLUS. **Revista de Psicanálise da SPRJ**. Rio de Janeiro, n. 40, 2020. Disponível em: <https://revista.styluspsicanalise.org/n40>. Acesso em: 27 maio 2025.

VOLICH, R. **Psicossomática: fundamentos e clínica**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

WINNICOTT, D. W. **O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional.** Porto Alegre: Artmed, 1983.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos da psicanálise: teoria, técnica e ética.** Porto Alegre: Artmed, 2001.

---

## A AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA E SEU PAPEL NA DETECÇÃO PRECOCE DE DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS EM IDOSOS

Dara Campos Ribeiro Soares<sup>1</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>2</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>

**Resumo:** O aumento da expectativa de vida e o consequente envelhecimento populacional têm contribuído para o crescimento da incidência de doenças neurodegenerativas, como Alzheimer, Parkinson e Demência. Nesse contexto, a avaliação psicológica assume papel essencial na detecção precoce dessas condições, possibilitando intervenções mais eficazes e melhor qualidade de vida aos idosos. Este trabalho tem como objetivo compreender como a avaliação psicológica pode colaborar no diagnóstico precoce dessas doenças, destacando sua importância no trabalho multidisciplinar da saúde. Por meio de entrevistas, observações comportamentais e aplicação de instrumentos psicológicos padronizados, o psicólogo pode identificar sinais iniciais de comprometimento cognitivo e alterações emocionais que muitas vezes antecedem o diagnóstico clínico. A pesquisa, realizada como uma revisão narrativa da literatura, evidenciou que a detecção precoce favorece tratamentos mais adequados e personalizados, permitindo retardar a progressão dos sintomas e promover maior autonomia e bem-estar ao idoso. Dessa forma, a avaliação psicológica se apresenta como ferramenta indispensável na prevenção, no cuidado integral e na promoção da saúde mental na terceira idade.

**Palavras-chave:** Avaliação Psicológica. Detecção Precoce. Doenças Neurodegenerativas. Idosos. Saúde Mental.

**Abstract:** The increase in life expectancy and the consequent population aging have contributed to a higher incidence of neurodegenerative diseases, such as Alzheimer's, Parkinson's, and Dementia. In this context, psychological assessment plays a key role in the early detection of these conditions, enabling more effective interventions and better quality of life for the elderly. This study aims to understand how psychological assessment can contribute to the early diagnosis of such diseases, emphasizing its relevance in multidisciplinary healthcare work. Through interviews

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [dara.camposrs@gmail.com](mailto:dara.camposrs@gmail.com)



<sup>2</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

<sup>3</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em Ciências da Saúde pela UFU. E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

behavioral observations, and the application of standardized psychological instruments, psychologists can identify early signs of cognitive impairment and emotional changes that often precede clinical diagnosis. Conducted as a narrative literature review, this research highlights that early detection favors more appropriate and personalized treatments, allowing the delay of symptom progression and promoting greater autonomy and well-being in older adults. Therefore, psychological assessment proves to be an essential tool for prevention, comprehensive care, and the promotion of mental health in aging.

**Keywords:** Psychological Assessment. Early Detection. Neurodegenerative Diseases. Elderly. Mental Health.

## 1 INTRODUÇÃO

O aumento do envelhecimento populacional se tornou um fato nas últimas décadas, após grandes avanços da medicina, com melhorias na qualidade de vida e queda nas taxas de natalidade. Segundo pesquisa realizada pelo IBGE, no Censo de 2022, o total de pessoas com 65 anos ou mais no país correspondeu a 10,9% da população, com alta de 57,4% em relação a 2010, quando esse contingente era de 7,4% da população.

A imagem da velhice que temos hoje, já não é mais a mesma de antigamente, que os idosos eram vistos como velhinhos meigos, sem perspectiva de vida e ociosos. Segundo Ramos (2004; p. 10) “o idoso do século XXI tem planos para o futuro que envolvem hobbies, prática de esporte, novos relacionamentos, viagens, dentre uma infinidade de atividades que despertam o interesse.” Isso portanto, revela também, que pode ocorrer um aumento na perspectiva de vida.

Com esse aumento da expectativa de vida, observou-se o crescimento de doenças crônicas e neurodegenerativas, comuns na terceira idade, como a Demência, o Alzheimer e o Parkinson. Consequentemente, a procura por profissionais qualificados, como psicólogos especializados em avaliação psicológica, neuropsicólogos, neurologistas e outros profissionais disponíveis no mercado de trabalho, para tratamento multidisciplinar dessas queixas, também aumentou.

Quando essas doenças foram detectadas tardiamente, comprometeram a qualidade de vida dos idosos, prejudicando a avaliação cognitiva, o que dificultou o

processo de intervenções, como a psicoterapia e processos cognitivos que avaliavam memória, atenção e funções executivas. Essas intervenções puderam retardar o avanço dos sintomas, não que houvesse uma cura ou paralisação total, mas possibilitaram uma evolução mais lenta dos quadros.

Uma das principais estratégias para detecção precoce de doenças neurodegenerativas em idosos foi a avaliação psicológica. No entanto, o diagnóstico, na maioria dos casos, ocorreu em estágios já avançados da doença, impossibilitando um tratamento adequado, visto que os danos já estavam consolidados. Com a detecção precoce, compreendeu-se que os tratamentos puderam oferecer mais qualidade e expectativa de vida ao indivíduo.

A Psicologia surgiu, então, como ferramenta fundamental, trazendo a avaliação psicológica como contribuição à detecção precoce de doenças neurodegenerativas em idosos, com a capacidade de identificar sinais iniciais de comprometimento cognitivo e alterações emocionais que podiam estar diretamente relacionados. Por meio de entrevistas psicológicas, acompanhamento comportamental e avaliações psicométricas, o psicólogo, em conjunto com uma equipe multidisciplinar da saúde, pôde realizar a detecção precoce dessas doenças.

Apesar de sua relevância, a avaliação psicológica e o trabalho do psicólogo ainda foram subestimados e subutilizados nos contextos da saúde do idoso, principalmente no que dizia respeito à avaliação preventiva. Essa lacuna se mostrou particularmente evidente no contexto da prevenção, onde a inclusão dessas práticas poderia trazer benefícios significativos para a qualidade de vida na terceira idade, como promoção de hábitos saudáveis, prevenção de complicações, redução do impacto psicológico com maior preparo emocional e fortalecimento do suporte social.

Quando detectadas tardiamente, as doenças, como a Demência, o Alzheimer e o Parkinson, comprometem a qualidade de vida dos idosos, dificultando o processo de intervenções, que poderiam retardar o avanço dos sintomas. E mesmo a medicina estando avançada com o diagnóstico clínico dessas doenças, mostra-se insuficiente. Por isso, com a integração da avaliação psicológica, haverá contribuição de uma detecção precoce mais eficiente. Surgindo, portanto, a seguinte questão: De que forma a avaliação psicológica pode colaborar na detecção precoce de doenças neurodegenerativas em idosos?

O objetivo geral desse trabalho é compreender o papel da avaliação psicológica como instrumento auxiliar na detecção precoce de doenças

neurodegenerativas em idosos. E os objetivos específicos são: discutir a importância da atuação do psicólogo em equipes multidisciplinares no contexto do envelhecimento e da saúde mental; entender a contribuição da avaliação psicológica para o encaminhamento precoce e adequado ao tratamento e compreender os principais instrumentos psicológicos utilizados na avaliação cognitiva e emocional de idosos.

## **2 METODOLOGIA**

O presente estudo foi desenvolvido por meio de uma Revisão Narrativa da literatura, cujo objetivo consistiu em reunir, analisar e sintetizar informações sobre um tema específico de maneira ampla e descritiva. Esse tipo de revisão não segue protocolos rígidos como os da revisão sistemática, mas possibilita uma visão geral e contextualizada do assunto, articulando diferentes pesquisas e publicações relevantes.

Durante o processo de levantamento, foram encontrados poucos artigos diretamente relacionados ao tema, o que tornou a pesquisa mais complexa, devido à limitação de acesso a produções atualizadas. Por esse motivo, optou-se por incluir publicações compreendidas entre os anos de 1980 e 2025. As buscas foram realizadas nas bases de dados Scielo, Google Acadêmico, PubMed, Scopus e em sites oficiais de órgãos governamentais. Foram utilizadas como palavras-chave: Avaliação Psicológica, Psicólogo, Saúde do Idoso, Doenças Neurodegenerativas, Detecção Precoce, Idoso, Testes Psicológicos, Psicologia Hospitalar, Alzheimer, Demência e Parkinson.

Os critérios de Inclusão foram: Idade: Apenas idosos, normalmente definidos como pessoas com 60 anos ou mais. Doenças Neurodegenerativas: Estudos que abordam doenças como Alzheimer, Parkinson, demência, entre outras, que afetam a cognição e funções cerebrais. Avaliação Psicológica: Estudos que utilizam instrumentos psicológicos (como neuropsicológicos, cognitivos, emocionais) para diagnóstico ou monitoramento do estado mental. Fase Precoce das Doenças: Estudos que tratam da detecção nas fases iniciais ou pré-clínicas das doenças neurodegenerativas. Método de Estudo: Pode incluir artigos de pesquisa clínica, estudos longitudinais, revisões sistemáticas ou outros que descrevem o uso da avaliação psicológica na detecção precoce. Resultados ou Aplicações: Estudos que

apresentam dados relevantes sobre como as avaliações psicológicas podem contribuir para a identificação precoce ou prevenção de doenças neurodegenerativas.

Os critérios de Exclusão foram: Idosos com Diagnóstico Estabelecido de Doença Neurodegenerativa: Não incluir estudos sobre a progressão ou tratamentos de doenças já diagnosticadas, focando somente na detecção precoce. Idosos com Condições Psiquiátricas: Excluir idosos com doenças mentais que não se enquadram como neurodegenerativas, como transtornos psicóticos ou depressivos graves. Estudos em População Não Idosa: Excluir pesquisas que abordam doenças neurodegenerativas em pessoas fora da faixa etária de idosos. Falta de Avaliação Psicológica: Excluir estudos que não utilizam instrumentos psicológicos ou avaliação psicológica no processo de detecção, diagnóstico ou monitoramento. Falta de Dados sobre Detecção Precoce: Excluir estudos que não foquem no início do diagnóstico, mas sim em tratamentos ou cuidados após o diagnóstico formal de uma doença neurodegenerativa.

No total, foram selecionados 10 artigos científicos que atenderam aos critérios estabelecidos e serviram de base para a análise e discussão desta pesquisa.

A qualidade deste estudo foi analisada pela Escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), que é composta por seis critérios: justificativa do tema, clareza dos objetivos, relevância da literatura, estrutura lógica, discussão crítica e qualidade das referências. O trabalho manteve uma pontuação de 11 em 12 pontos, evidenciando que apresenta justificativa bem estruturada, objetivos claros, interpretações fluídas com os achados e referências atualizadas.

### **3 RESULTADOS**

A revisão narrativa realizada permitiu identificar a relevância da avaliação psicológica como instrumento auxiliar na detecção precoce de doenças neurodegenerativas em idosos, evidenciando três eixos principais: a atuação do psicólogo em equipes multidisciplinares, a contribuição da avaliação psicológica no processo diagnóstico e os instrumentos utilizados na prática clínica.

No que se refere à atuação em equipes multidisciplinares, observou-se que o trabalho conjunto entre psicólogos, médicos, terapeutas ocupacionais, enfermeiros e outros profissionais potencializa o cuidado integral ao idoso. Segundo Souto et al.

(2025; p. 1) “a atuação multiprofissional contribui para a adesão ao tratamento, fortalecimento da autonomia e melhora da qualidade de vida dos pacientes”. A literatura analisada aponta que a inserção do psicólogo contribui para a identificação de alterações cognitivas e emocionais iniciais, frequentemente negligenciadas em diagnósticos exclusivamente médicos.

Em relação à contribuição da avaliação psicológica, os estudos revisados reforçam que, embora não exista cura para doenças neurodegenerativas, o diagnóstico precoce é essencial para retardar a progressão dos sintomas, promover intervenções mais eficazes e oferecer suporte emocional ao idoso e sua família.

A avaliação psicológica se destacou como recurso fundamental na diferenciação entre envelhecimento normal, comprometimento cognitivo leve e quadros demenciais iniciais, favorecendo encaminhamentos adequados e precoces. Segundo, Dias e Melo (2018; p.78) a avaliação neuropsicológica permite identificar déficits cognitivos específicos e diferenciá-los de alterações decorrentes do envelhecimento normal, auxiliando no diagnóstico precoce das doenças neurodegenerativas.

De modo geral, os resultados obtidos nesta revisão narrativa apontam que a avaliação psicológica ocupa papel central na detecção precoce de doenças neurodegenerativas em idosos, tanto por sua capacidade de identificar sinais iniciais quanto por possibilitar intervenções preventivas e de reabilitação que contribuem para a manutenção da qualidade de vida na terceira idade.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO EM EQUIPES MULTIDISCIPLINARES NO CONTEXTO DO ENVELHECIMENTO E DA SAÚDE MENTAL**

O envelhecimento populacional é uma realidade global, trazendo desafios significativos à saúde mental dos idosos, como doenças neurodegenerativas. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que 20% das pessoas com mais de 60 anos sofram de algum transtorno mental ou neurológico (OMS, 2021). Nesse cenário, a atuação do psicólogo, em conjunto com uma equipe multidisciplinar, é fundamental para garantir um cuidado humanizado.

O Conselho Nacional do Idoso, criou a Política Nacional do Idoso (PNI), que tem como objetivo garantir que as pessoas idosas tenham acesso a direitos fundamentais, como, saúde, educação, trabalho, cultura, lazer, previdência social, assistência social, habitação, transporte e justiça, promovendo sua cidadania e dignidade. Uma de suas leis afirma:

“Lei nº 8.842/94 aprovada e regulamentada pelo Decreto nº 1.948/96 (Seção I – Dos Princípios, Art. 3º parágrafo primeiro, Brasil – DF, 1994) destaca que a família, a sociedade e o estado têm o dever de assegurar ao idoso todos os direitos da cidadania, garantindo sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade, bem-estar e o direito à vida.”

Para que tais direitos sejam alcançados, é importante que equipes multidisciplinares, de saúde sejam preparadas para acolher e atender as demandas dessa idade.

Segundo a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) (2021), “Para que o idoso envelheça de forma saudável, ter equilíbrio físico e emocional é fundamental. Em muitos casos o acompanhamento psicológico se faz necessário.” Ainda de acordo com a SBGG, o trabalho conjunto de diferentes profissionais, como psicólogos, enfermeiros, terapeutas ocupacionais e médicos, permite uma abordagem mais completa e humanizada, contribuindo para a detecção precoce de sinais de comprometimento cognitivo e alterações emocionais.

De acordo com o Caderno de Atenção Básica, do Ministério da Saúde sobre o Envelhecimento e a Saúde da Pessoa Idosa (2006, p. 112) “o comprometimento das funções cognitivas é usualmente acompanhado e, às vezes, antecedido por alterações psicológicas, do comportamento e da personalidade.” No âmbito da avaliação psicológica, o psicólogo desempenha um papel central na aplicação de testes padronizados e entrevistas que ajudam a identificar precocemente alterações cognitivas, como comprometimento cognitivo leve (CCL), frequentemente associado a doenças neurodegenerativas.

O Psicólogo é o profissional indicado para o processo de avaliação psicológica que é a realização da entrevista psicológica estruturada ou semiestruturada, que é uma conversa com o paciente, para coleta de dados pessoais, e também para a parte da aplicação de testes psicológicos padronizados, questionários e observação comportamental desenvolvidos e aprovados pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP). Segundo a pesquisa sobre o parecer da Psicologia Hospitalar em Equipe Multiprofissional (2022, p. 10) “o conhecimento

técnico do profissional para identificar demandas psicológicas que talvez não sejam perceptíveis para outros profissionais de assistência.” Entende-se que, pela formação e conhecimentos adquiridos ao longo da experiência, o profissional psicólogo é indicado para participar de equipes multidisciplinares no contexto do envelhecimento e da saúde mental.

#### 4.2 CONTRIBUIÇÃO DA AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

Citando Kevin Walsh (1992, p. 122) “na realidade, praticamente não existem testes neuropsicológicos, apenas o método de elaborar inferências sobre os testes é neuropsicológico”. A avaliação psicológica é um conjunto de métodos como, entrevistas, observação comportamental, testes psicométricos e testes projetivos. É um processo científico que visa entender e averiguar os processos mentais e comportamentais de um indivíduo.

De acordo com o Caderno de Atenção Básica, (2006, p. 53) “quando pode-se identificar precocemente os sinais e sintomas, é possível a adoção de medidas de intervenção específicas que contribuam para o postergamento desse processo”. Existe um medo entre as pessoas, sobre o estigma de doenças neurodegenerativas, que pode impedi-las de procurar tratamento e receber um diagnóstico precoce. Analisa-se que assim como a detecção tardia, a detecção precoce, também é carregada de sofrimento e luto, porém, é a melhor das hipóteses, pois trará a capacidade de estimulação prévia, preparação do ambiente e preparação familiar para o diagnóstico.

A avaliação psicológica contribui para a detecção precoce e consequentemente para um tratamento precoce, que será adequado e personalizado para aquele indivíduo. “Atualmente não há cura para doenças neurodegenerativas, mas estão disponíveis tratamentos para retardar a progressão” (Gaion et al. 2020). Existem tratamentos para alívio dos sintomas; terapias experimentais; e também a possibilidade de promoção de um estilo de vida mais saudável.

A avaliação psicológica contribui também após diagnóstico, trazendo atividades e testes para analisar se há evolução ou estagnamento da doença. Segundo, Nabosne, Cruz e Borges (2024, p. 7) “Acredita-se que o desenvolvimento do diagnóstico precoce e do tratamento preventivo retardará o aparecimento de

sintomas específicos.” Os tratamentos mais significativos para alívio dos sintomas são os fármacos e terapias de reabilitação, como por exemplo, fisioterapia, fonoaudiologia, terapia ocupacional, que ajudam na funcionalidade diária.

Existem ainda as terapias experimentais, como a terapia gênica, que é a introdução de genes específicos para compensar ou corrigir mutações causadoras da doença; terapias com células-tronco, que pode substituir ou reparar neurônios danificados, e a imunoterapia, com vacinas ou anticorpos para reduzir o acúmulo de proteínas tóxicas no cérebro. Segundo Kumar, Srivastava e Muhammad (2022, p. 7) “adultos mais velhos que praticam atividade física têm maior pontuação de funcionamento cognitivo em comparação com adultos mais velhos sem atividade física.” Ademais, faz-se importante a adoção de um estilo de vida saudável, com dieta e prática de exercícios físicos que beneficiam a saúde do cérebro e a manutenção da atividade cognitiva, com estímulos como a leitura, aprendizado e socialização.

#### 4.3 COMPREENDER OS PRINCIPAIS INSTRUMENTOS PSICOLÓGICOS UTILIZADOS NA AVALIAÇÃO COGNITIVA E EMOCIONAL DE IDOSOS

Entende-se que por meio da utilização de testes psicológicos, é possível avaliar e estudar a mente humana, como a cognição, personalidade e humor. “Os testes de avaliação psicológica são fundamentais para o diagnóstico de doenças neuro-degenerativas, mas, também, na monitorização da sua evolução e identificação de necessidades de reabilitação.” (Simões, 2012). Com a aplicação de testes, questionários, entrevistas e observações clínicas é possível verificar: memória, resolução de problemas, percepção, atenção, compreensão e dentre alguns outros fatores.

Existe uma gama de avaliações psicológicas que podem ser aplicadas para o diagnóstico de doenças neurodegenerativas. Escrito por Gonçalves, Inês Faria de Souza (2014; p.7), apresenta os seguintes resultados:

“Após a pesquisa, identificação e organização dos testes de avaliação psicológica aplicáveis à população idosa, elencámos 44 na dimensão Funcionamento intelectual, 43 na Personalidade, 48 na Psicopatologia e funcionamento emocional, 8 na Autonomia e capacidade funcional e 29 na Qualidade de vida, perfazendo um total de 172 testes passíveis de aplicação a idosos.”



Analisa-se então, que já existe um número considerável de testes psicológicos que podem ser aplicados em idosos precocemente para detecção de doenças neurodegenerativas. Segundo o Instituto de Neurociências de Brasília (INCB) (2023), um dos testes mais utilizados para planejar intervenções e monitorar a progressão de doenças neurodegenerativas é o Teste de Memória Wechsler (TMW), capaz de identificar problemas de memória e lesões cerebrais.

Para que haja uma avaliação mais precisa é necessário a utilização de testes padronizados e validados para avaliar diferentes áreas cognitivas e emocionais. O site do Conselho Federal de Psicologia - SATEPSI apresenta todos esses testes. Para personalidade e técnicas projetivas pode ser indicado a seguinte avaliação: A técnica do Desenho da Casa-Árvore-Pessoa (HTP). Para Atenção Alternada, Atenção Concentrada, Atenção Difusa/Dividida, Atenção Geral pode-se utilizar a Bateria Diferencial de Atenção (BDA). Para avaliação de processos Perceptivos e Cognitivos o teste que pode ser indicado é o Destreza. Para o construto de Crenças/Valores/Atitudes, Processos afetivos/emocionais, Processos perceptivos/cognitivos, Saúde Mental e Psicopatologia é indicado o teste de Escala Baptista de Depressão - versão idosos (EBADEP - ID). Para Inteligência, pode-se utilizar o teste de Escala de Inteligência Wechsler para Adultos (WAIS III).

Compreende-se então, que a avaliação psicológica desempenha um papel crucial na elaboração de um diagnóstico minucioso, necessário à implementação de uma intervenção terapêutica eficaz. “Há métodos considerados clássicos e outros ainda em construção.” (JOAQUIM, 2010). Com um planejamento adequado de intervenção, preparado após um diagnóstico situacional os resultados podem ser positivos, havendo uma menor progressão de doenças.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo buscou compreender a contribuição da avaliação psicológica na detecção precoce de doenças neurodegenerativas em idosos, destacando sua relevância no contexto do envelhecimento populacional e no fortalecimento de práticas de cuidado multiprofissional. Diante do aumento expressivo da população idosa e da maior incidência de doenças como Alzheimer, Parkinson e Demência, evidenciou-se a necessidade de estratégias que possibilitem diagnósticos mais ágeis, humanizados e eficazes.

A revisão narrativa realizada permitiu constatar que a atuação do psicólogo, por meio de entrevistas, observação comportamental e aplicação de instrumentos padronizados, é indispensável para a identificação de sinais iniciais de comprometimento cognitivo e emocional. Esses sinais, muitas vezes sutis e facilmente confundidos com aspectos naturais do envelhecimento, podem ser reconhecidos precocemente, favorecendo encaminhamentos adequados e intervenções personalizadas.

Verificou-se também que a detecção tardia ainda predomina nos serviços de saúde, limitando o alcance dos tratamentos disponíveis. Nesse sentido, a avaliação psicológica se apresentou como um recurso valioso não apenas para a identificação precoce, mas também para o acompanhamento da evolução dos quadros, possibilitando ajustes terapêuticos e oferecendo suporte tanto ao paciente quanto à família.

Outro aspecto relevante foi a diversidade de instrumentos psicológicos disponíveis e já validados para o público idoso, que reforça a credibilidade e a aplicabilidade da prática no campo da saúde. Além disso, a integração entre psicólogos e outros profissionais de saúde demonstrou ser essencial para o desenvolvimento de um cuidado integral, alinhado às políticas públicas e ao respeito à dignidade da pessoa idosa.

Conclui-se, portanto, que a avaliação psicológica deve ser reconhecida e valorizada como ferramenta central no processo de detecção precoce de doenças neurodegenerativas, contribuindo para retardar a progressão dos sintomas, promover qualidade de vida e garantir maior autonomia aos idosos. Apesar dos avanços identificados, ainda existem desafios, segundo Chnaider e Nakano (2021; p. 9), “o número reduzido de publicações que abordam a avaliação psicológica aplicada ao idoso.” Dificultando portanto, estudos e aprimoramento nesse contexto.

Assim, espera-se que este trabalho contribua para a valorização do papel do psicólogo no cuidado com a população idosa, incentivando futuras pesquisas e práticas que fortaleçam a prevenção, a intervenção precoce e a promoção da saúde mental no processo de envelhecimento.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. **Diário Oficial da União: seção 1**, Brasília, DF, 5 jan. 1994. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8842.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8842.htm). Acesso em: 03 novembro 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. (Cadernos de Atenção Básica, n. 19). Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abcad19.pdf>. Acesso em: 03 novembro 2025.

BRASIL. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia (RBGG)**. v. 24, n. 1, 2024. Rio de Janeiro: UERJ. Disponível em: <https://www.rbgg.uerj.br/arquivos/edicoes/RBGG%2024-1PORT.pdf>. Acesso em: 03 novembro 2025.

CHNAIDER, Janaina; NAKANO, Tatiana de Cássia. Avaliação psicológica e envelhecimento humano: revisão de pesquisas. *Interação em Psicologia*, Curitiba, v. 25, n. 3, 2021. DOI: 10.5380/riep.v25i3.72089. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/72089/45481>. Acesso em 03 novembro 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos – SATEPSI: lista completa de testes psicológicos*. Brasília, 2025. Disponível em: [https://satepsi.cfp.org.br/lista\\_teste\\_completa.cfm](https://satepsi.cfp.org.br/lista_teste_completa.cfm). Acesso em: 03 novembro 2025.

DIAS, Bruno Meireles; MELO, Denise Mendonça de. Avaliação neuropsicológica e demências em idosos: uma revisão da literatura. *Cadernos de Psicologia*, Juiz de Fora, v. 2, n. 3, p. 64–84, jan. /jun. 2020. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/viewFile/2624/1726>. Acesso em: 03 novembro 2025.

FONSECA, Rosane do Rêgo Lopes. A importância da avaliação neuropsicológica para o diagnóstico precoce do comprometimento cognitivo leve. 2018. Monografia (Especialização em Avaliação Neuropsicológica) – Pontifícia

Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/36202/36202.PDF>. Acesso em: 03 novembro 2025.

GONÇALVES, Inês Faria de Sousa. *Instrumentos de Avaliação Psicológica em Idosos*. 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ismt.pt/server/api/core/bitstreams/1767f4a8-3f33-42a6-8def-239379669a2f/content>. Acesso em: 03 novembro 2025.

INSTITUTO NEUROPSICOLÓGICO DE BRASÍLIA. O papel da avaliação neuropsicológica no diagnóstico de doenças neurológicas. [S.l.]: INCB, [2025? ]. Disponível em: <https://incb.com.br/o-papel-da-avaliacao-neuropsicologica-no-diagnostico-de-doencas-neurológicas/>. Acesso em: 03 novembro 2025.

KUMAR, M.; SRIVASTAVA, S.; MUHAMMAD, T. *Relationship between physical activity and cognitive functioning among older Indian adults*. Scientific Reports, v. 12, p. 2725, 2022. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41598-022-06725-3>. Acesso em: 03 novembro 2025.

LARA, Lucas Pimentel de; KUROGI, Luciana Tiemi. O (a)parecer da psicologia hospitalar em equipe multiprofissional. *Revista da SBPH*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 3–22, jan./jun. 2022. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v25n1/02.pdf>. Acesso em: 03 novembro 2025.

NABOSNE, I.; CRUZ, R. C. da; BORGES, B. E. The importance of early detection of Alzheimer's to improve the patient's quality of life. São Paulo: Seven Editora, 2024. p. 59–72. DOI:10.56238/sevened2024.001-004. Disponível em: <https://sevenpubl.com.br/index.php/editora/article/view/3534>. Acesso em: 03 novembro 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Mental health of older adults. Genebra: OMS, 2021. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>.

Acesso em: 03 novembro 2025.

RAMOS, Thais Eliane Pessoa. Contribuição da avaliação neuropsicológica ao diagnóstico da doença de Alzheimer. 2004. 45 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização) – Universidade Federal do Ceará, Centro de Treinamento e Desenvolvimento, Curso de Especialização em Avaliação Psicológica Interventiva na Saúde e na Educação, Fortaleza, 2004. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/37812>. Acesso em: 03 novembro 2025.

SOUTO, Fabiana Bezerra de; GOMES, Nelson Pinto; CASTRO, Adriana Martins Monteiro de; FIALHO, Daniel Gomes; SANTANA, Elisabete Soares de; PEZZI JUNIOR, Sadi Antonio. A atuação da equipe multiprofissional no cuidado de pacientes psiquiátricos institucionalizados de longa permanência. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 7, n. 5, p. 595–609, maio 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n5p595-609>. Acesso em: 03 novembro 2025.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. Equipe multidisciplinar: sua importância para os cuidados da pessoa idosa. [S.l.]: SBGG, [2025? ]. Disponível em: <https://sbgg.org.br/equipe-multidisciplinar-sua-importancia-para-os-cuidados-da-pessoa-idosa/>. Acesso em: 03 novembro 2025.

VIEIRA, Ana Paula; SILVA, João Carlos. Envelhecimento humano: aspectos psicológicos e sociais. [S.l.]: EncontroGráfica, 2020. Disponível em: <https://encontrografia.com/wp-content/uploads/2020/03/ebook-Envelhecimento-humano.pdf>. Acesso em: 03 novembro 2025.

WALSH, Kevin W. *Neuropsychology: a clinical approach*. 4. ed. Edinburgh: Churchill Livingstone, 1992. p. 122.



# TRANSTORNO DE COMPULSÃO ALIMENTAR:

## Um olhar através da Terapia de Aceitação e Compromisso

Sophia Galvão Nery Santos<sup>1</sup>  
Mayara Marques Silva<sup>1</sup>  
Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos<sup>2</sup>

### Resumo

O Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA) é caracterizado pela ingestão recorrente de grandes quantidades de alimento, acompanhada por perda de controle e intenso sofrimento interno, sem o uso de comportamentos compensatórios. Trata-se de um dos transtornos alimentares mais prevalentes, frequentemente associado à obesidade, baixa autoestima e elevada comorbidade psiquiátrica, como ansiedade e depressão. Nas últimas décadas, a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) tem emergido como uma abordagem promissora, sendo vista como uma das principais representantes da terceira onda das terapias comportamentais. Fundamentada na promoção da flexibilidade psicológica, a ACT busca favorecer a aceitação de pensamentos e emoções desconfortáveis, através de processos como defusão, atenção plena, aceitação e valores pessoais. Foram realizadas a busca de artigos nas bases de dados SciELO, PubMed e Google Scholar, a partir dos seguintes descritores: transtorno de compulsão alimentar, compulsão alimentar periódica, terapia de aceitação e compromisso, ensaio clínico randomizado, comportamento alimentar, *eating disorder*, *acceptance and commitment therapy*, *binge eating*, sendo ao todo, incluídos 16 artigos. Embora os resultados dos estudos encontrados sejam válidos, observa-se a escassez de estudos específicos sobre a aplicação da ACT no tratamento do TCA. Espera-se que esses achados sejam úteis para o embasamento para o desenvolvimento teórico nesse campo e que contribuam para futuras pesquisas e intervenções clínicas.

**Palavras-chave:** Terapia de Aceitação e Compromisso; transtorno de compulsão alimentar; flexibilidade psicológica; revisão narrativa.

### Abstract

*Binge Eating Disorder (BED) is characterized by the recurrent intake of large amounts of food, accompanied by a loss of control and intense internal distress, without the use of compensatory behaviors. It is one of the most prevalent eating disorders, frequently associated with obesity, low self-esteem, and high psychiatric comorbidity, such as anxiety and depression. In recent decades, Acceptance and Commitment Therapy (ACT) has emerged as a promising approach and is regarded as one of the main representatives of the third wave of behavioral therapies. Based on the promotion of psychological flexibility, ACT seeks to foster the acceptance of uncomfortable thoughts and emotions through processes such as defusion, mindfulness, acceptance, and personal values.*

---

<sup>1</sup>Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [sophia\\_nery@outlook.com](mailto:sophia_nery@outlook.com)

<sup>1</sup>Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [mayaramarquesilva1@gmail.com](mailto:mayaramarquesilva1@gmail.com)

<sup>2</sup>Professora orientadora pela faculdade ESAMC Uberlândia - Doutoranda em Ciências da Saúde pela UFU. Email: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>2</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

*Articles were searched in the SciELO, PubMed and Google Scholar databases using the following descriptors: binge eating disorder, periodic binge eating, acceptance and commitment therapy, randomized clinical trial, eating behavior, eating disorder, acceptance and commitment therapy, and binge eating. In total, 16 articles were included. Although the results of the studies found are valid, there is a scarcity of research specifically focused on the application of ACT in the treatment of BED. It is expected that these findings will be useful for theoretical development in this field and contribute to future research and clinical interventions.*

**Keywords:** *Acceptance and Commitment Therapy; Binge Eating Disorder; Psychological Flexibility; Narrative Review.*

## 1 Introdução

De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que 4,7% dos brasileiros sofrem de compulsão alimentar, valor quase duas vezes superior à média global, analisada como 2,6%. Embora abordagens terapêuticas tradicionais, como a Terapia Cognitivo- Comportamental, sejam amplamente utilizadas no tratamento de transtornos alimentares, as abordagens contextuais apresentam novas ferramentas para complementar os estudos. Diante disso, torna-se viável explorar estratégias que auxiliem na modulação emocional e comportamento alimentar. O manejo do desconforto emocional através da aceitação, proposta pela Terapia de Aceitação e Compromisso, surge como uma alternativa, permitindo que os indivíduos possam desenvolver uma relação mais saudável com suas emoções, sem recorrer à comida como mecanismo de escape.

Além disso, a abordagem multidisciplinar no tratamento dos transtornos alimentares também se torna imprescindível, uma vez que viabiliza uma intervenção que abrange os aspectos psicológicos, nutricionais e físicos do indivíduo, com o intuito de oferecer uma recuperação integral e duradoura (Fernandes e Macário, 2020). Desse modo, existe um papel fundamental empregado à psicologia e nutrição, através de intervenções nutricionais personalizadas e correção de padrões disfuncionais, para que assim se desenvolva uma relação do paciente com o alimento de maneira saudável e equilibrada (Pisciolaro et al., 2011; Moraes, Maravalhas e Mourilhe, 2019).

Sendo assim, o objetivo geral desta pesquisa é compreender o transtorno de compulsão alimentar e apresentar as estratégias de intervenção para esse transtorno à luz da Terapia de Aceitação e Compromisso. Além disso, será composta por três tópicos principais, que possuem como objetivo caracterizar os transtornos alimentares com foco na compulsão alimentar, analisar a relação entre as emoções e o comportamento alimentar e apontar a



relevância da ACT para o tratamento do TCA. Visto isso, ao considerar o impacto desse transtorno na saúde mental e física, esta pesquisa busca contribuir para a o campo científico e para a sociedade, promovendo a discussão sobre uma abordagem contextual e seus efeitos positivos no manejo dos transtornos alimentares, em específico do TCA.

## 2 Método

Trata-se de um estudo qualitativo de revisão narrativa, método que possui como finalidade reunir e discutir produções científicas sobre o tema escolhido, caracterizado pela ausência de um seguimento criterioso e sistemático. Dessa forma, a revisão narrativa permite uma perspectiva mais ampla e flexível, possibilitando o desenvolvimento teórico, a identificação de lacunas na literatura e a construção de uma reflexão crítica.

As fontes foram buscadas nas bases de dados SciELO, PubMed e Google Scholar, utilizando-se os seguintes descritores: transtorno de compulsão alimentar, compulsão alimentar periódica, terapia de aceitação e compromisso, ensaio clínico randomizado, comportamento alimentar, alimentação emocional, *mindfulness*, *eating disorder*, *binge eating*, *acceptance and commitment therapy*.

Os critérios de inclusão consideraram publicações dos últimos quinze anos, estudos de casos e ensaios clínicos randomizados. Os critérios de exclusão, por sua vez, abrangeram artigos não acessíveis na íntegra, publicados em idiomas diferentes do inglês e português, bem como publicações duplicadas. Após a aplicação desses critérios, foram selecionados 16 artigos para compor esta revisão narrativa, os quais foram analisados de forma qualitativa, priorizando informações sobre intervenções baseadas em ACT, efeitos sobre sintomas do TCA, flexibilidade psicológica e regulação emocional.

## 3 Resultados

A busca inicial nas bases de dados identificou aproximadamente 38 materiais relacionados ao tema. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 33 textos, sendo 16 artigos científicos e 17 livros. A maioria das produções foram publicadas em português e inglês, com prevalência de publicações internacionais. Nas obras selecionadas, observou-se que grande parte das produções apresentou foco em intervenções voltadas à mudança de perspectiva sobre a imagem corporal em indivíduos com transtornos alimentares, bem como na aceitação e no não julgamento de pensamentos, por

meio de técnicas do *mindfulness* e *mindful eating* (alimentação consciente). Com base na literatura revisada, pode-se inferir que o problema de pesquisa foi abordado de maneira parcialmente satisfatória, uma vez que ainda há escassez de maior quantidade de achados específicos sobre a aplicação da ACT no tratamento do TCA. As produções sugerem que a ACT se configura como uma intervenção promissora para o manejo do TCA, porém verifica-se a necessidade de maior número de pesquisas que estabeleçam protocolos padronizados e avaliem seus efeitos a longo prazo.

Para a avaliação da qualidade metodológica desta revisão narrativa, foi utilizado o instrumento *Scale for the Assessment of Narrative Review Articles* (SANRA), apresentado por Baethge, Goldbeck-Wood e Mertens (2019). O SANRA é constituído por seis critérios que avaliam a consistência, relevância e estrutura de revisões narrativas, sendo eles: (1) justificção da importância do artigo; (2) declaração dos objetivos concretos ou formulação de perguntas; (3) descrição da busca de literatura; (4) referências; (5) raciocínio científico e (6) apresentação adequada dos dados. Cada item é pontuado de 0 a 2, de forma geral caracterizado como baixa ou alta qualidade, com a variação de resultado de 0 a 12 pontos.

Dessa maneira, o trabalho obteve pontuação de 10 em 12 pontos, revelando boa qualidade teórica e metodológica. Os itens referentes às justificativas da importância do estudo, definição dos objetivos, descrição da busca de literatura e uso de referências receberam nota máxima, demonstrando clareza e coerência na construção textual. Por sua vez, os itens 5 e 6 foram pontuados com nota 1, uma vez que, embora apresentem argumentação adequada da exposição dos achados, ainda requerem de aprofundamento analítico e de maior detalhamento na apresentação comparativa dos resultados dos estudos revisados. Visto isso, a avaliação realizada indica que o artigo apresenta sólida estrutura teórica e metodológica, com margem para aperfeiçoamento quanto à análise e à integração crítica dos dados.

## **4 Discussão**

### **4.1 Transtornos alimentares**

Os transtornos alimentares possuem como característica fundamental a perturbação insistente na alimentação ou em comportamentos a ela relacionados, cujo resultado pode ser o consumo excessivo de alimentos ou restrição severa, comprometendo de maneira significativa a saúde do indivíduo. Os principais transtornos e comumente conhecidos são a anorexia nervosa, bulimia nervosa e o transtorno de compulsão alimentar, sendo eles justificados por variantes psicológicas e comportamentais, portanto, acompanhados de seus respectivos

tratamentos (Barlow, 2023).

Segundo a American Psychiatric Association (2023), o DSM-5-TR define o transtorno de compulsão alimentar (TCA) com os seguintes critérios diagnósticos, essenciais para o reconhecimento clínico adequado, como: episódios recorrentes de ingestão excessiva de alimentos em um período determinado, como dentro de cada período de duas horas, sensação de perda de controle durante o episódio, enunciado sofrimento, episódios ao menos uma vez por semana durante três meses, além da compulsão não estar associada ao uso frequente de comportamento compensatório inadequado, como vômito ou uso de laxantes. De acordo com a frequência dos episódios, especifica-se a gravidade do transtorno.

Com relação à gravidade analisada do transtorno, esta varia segundo o número de episódios ocorridos na semana, sendo o nível leve: 1 a 3 episódios de compulsão; moderada: 4 a 7 episódios; grave: 8 a 13 episódios; extrema: 14 ou mais episódios. Por conseguinte, realizada análise devida da quantidade de episódios ocorridos, é possível constatar a gravidade do transtorno (American Psychiatric Association, 2023).

O TCA afeta um maior número de pessoas em detrimento da anorexia nervosa e da bulimia nervosa, sendo este caracterizado pela distribuição de gênero mais uniforme, com a faixa etária da adolescência até a meia-idade. Ademais, o transtorno tende a ocorrer em fases, onde há períodos em que a pessoa está mais sujeita à compulsão intercalados com outros períodos em que ela possui maior controle sobre a alimentação (Fairburn, 2024).

Segundo Barlow (2023), um episódio de compulsão alimentar não se limita obrigatoriamente a um único contexto, visto que um indivíduo pode iniciar a sua noite comendo de maneira compulsiva em um restaurante, e após permanecer a comer ao voltar para casa. Portanto, nesse cenário a sensação de perda de controle se instala, sendo um de seus indicadores a incapacidade de evitar comer ou de interromper o comer transtornado após iniciá-lo.

Conforme Almeida, Costa e Laus (2022), suas pesquisas apontam para uma comorbidade entre a obesidade e os transtornos alimentares, especialmente em indivíduos com índices elevados de massa corporal (IMC). A obesidade e transtorno alimentar estão associados a impactos significativos na saúde física, como doenças crônicas — diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão — e na saúde mental, com destaque para depressão, ansiedade e baixa autoestima. Diante deste cenário complexo, torna-se evidente a urgência na constante atualização e qualificação do cuidado oferecido aos pacientes.

Um estudo conduzido por Rodrigues e Silveira (2020) investigou a presença do transtorno de compulsão alimentar em mulheres com obesidade grave e superobesidade. Os

resultados revelaram uma associação entre a compulsão alimentar e a superobesidade, indicando que, embora essas condições possam coexistir, não são mutuamente exclusivas. Igualmente, segundo Ivatiuk et al. (2018), é importante destacar que um pode ocorrer sem a presença do outro, visto que não necessariamente o indivíduo obeso apresenta o transtorno, e nem todo portador deste apresenta obesidade.

Segundo Fairburn (2024), durante o episódio compulsivo, os primeiros momentos podem oferecer uma sensação de prazer. Todavia, esse sentimento logo dá lugar ao desgosto e culpa, ao passo que o indivíduo consome mais comida, além de existirem relatos de que algumas pessoas sentem repulsa pelo ato, mas mantém o comportamento compulsivo. Com relação aos alimentos consumidos em um episódio compulsivo, pode-se citar como respostas comuns “doces” ou “comidas proibidas” — como fast food, industrializados e refrigerantes — demonstrando em sua maioria que as compulsões ocorrem com os alimentos que o indivíduo procura evitar. Discutir sobre os alimentos que mais são consumidos durante os episódios contribui para uma melhor compreensão de causa e consequência, além de demonstrar como o indivíduo se relaciona com a comida que internamente evita.

#### 4.2 Emoções e comportamento alimentar

Segundo Alvarenga, Dahás e Moraes (2021), a psicologia exerce um papel especial na explicação da escolha alimentar do indivíduo, como também quando ele escolhe comer. Logo, o comportamento alimentar é influenciado por diferentes fatores, sendo eles psicológicos, biológicos e sociais, nos quais os processos emocionais e cognitivos atuam na regulação do apetite e escolha alimentar. A compulsão alimentar envolve uma busca incessante por comida, determinada por uma interação entre o sujeito e o ambiente. Nessa dinâmica, o alimento é procurado não apenas por sua função nutricional, mas sobretudo pelo papel regulador que assume na situação vivida, como forma de alívio imediato de estados emocionais— como de alegria, tristeza, estresse, ansiedade, entre outros.

Do mesmo modo, conforme Almeida, Costa e Laus (2022) o ato de consumir um alimento é, em sua essência, um comportamento analisado sob o viés dos nutrientes e energia fornecidos. Entretanto, torna-se relevante investigar os motivos das escolhas alimentares de um indivíduo, e seu consequente consumo, uma vez que essas decisões são influenciadas por variados fatores, sejam eles conscientes ou automáticos, envolvidos por crenças, emoções e pensamentos. Embora o comportamento alimentar se expresse de maneira observável, é fortemente moldado por variáveis internas.

Visto isso, o ato de comer pode ser uma estratégia do indivíduo de regular suas

emoções, na possibilidade de se desenvolver a compulsão alimentar (Hofmann, 2024). Tal estratégia pode ser classificada como tentativas de evitar, reduzir ou alterar eventos aversivos como pensamentos e emoções, dos quais podem amplificar o sofrimento vivenciado, no desejo de uma recompensa imediata (Hayes, Strosahl e Wilson 2021). Segundo Leahy, Tirsch e Napolitano (2013), tal fenômeno é compreensível, uma vez que o esforço exigido em evitar pensamentos que evoquem medo, inevitavelmente faz com que o indivíduo pense nele, o que pode, por consequência, refletir mais medo.

Segundo Hofmann (2024), as emoções, em sua essência, não são consideradas como boas ou ruins, porém experienciadas pelo ser humano como desagradáveis ou agradáveis, dado o contexto e interpretação realizados por ele. Logo, a “resposta emocional” diz respeito à reação provocada por gatilhos, sendo a compulsão alimentar uma resposta que o indivíduo expressa, dado a presença de uma emoção desagradável ou intensa. Enquanto “experiência emocional” pode ser definida como a atribuição de significado que o sujeito oferece a essa resposta, sendo as expectativas e o contexto incluídos nesta interpretação.

As emoções são parte essencial da existência e comportamento humano, sendo relacionadas de maneira íntima às escolhas alimentares. Nesse sentido, surge o termo alimentação ou fome emocional, definida como a tendência a comer em resposta a emoções difíceis, por alimentos saturados em energia e saborosos. Ademais, as emoções positivas também podem influenciar o consumo de alimentos da mesma maneira (Ljubičić, 2023).

Segundo Matos e Ferreira (2021), a fome emocional não é satisfeita após ser saciada, uma vez que o indivíduo se alimenta até estar desconfortavelmente saturado. Em contrapartida, na fome física, sente-se satisfeito quando o estômago já está cheio. A fome emocional não se encontra no estômago, mas se manifesta como desejo, cujo resultado em sua maioria é de arrependimento, culpa ou vergonha. Dessa forma, o indivíduo ao satisfazer a fome física, são pequenas as chances de que se culpe, uma vez que está apenas oferecendo ao seu organismo o que ele precisa. Por esta razão, se existe a culpa após o consumo, é provável que as razões para tal não sejam nutricionais.

Dessa maneira, a aceitação da emoção não significa acreditar que ela seja uma experiência positiva ou negativa, porém reconhecer que é uma experiência sendo vivenciada no momento presente. Aceitar faz com que o paciente se desvie das tentativas de se livrar dos sentimentos difíceis, sendo encorajado a observá-los como eventos transitórios, sem que haja identificação com eles (Leahy, Tirsch e Napolitano, 2013). Quando o indivíduo opta pela fuga de pensamentos ou sentimentos difíceis, estes caracterizam-se como importantes e passam a acontecer com mais frequência e força, visto que fugir também significa que sua mente está

levando seus pensamentos temerosos a sério, se tornando convincentes. Dessa maneira, a “dor da presença” aumenta, a medida em que a vida se estagna devido a luta contra os eventos internos. Ao mesmo tempo, a “dor da ausência” também se intensifica (Hayes; Smith, 2015).

Segundo Brewer (2024), fatores como a praticidade, engenharia de alimentos e emoções contribuem para a adoção de hábitos alimentares prejudiciais à saúde. Pode-se dizer que a sociedade vende em prateleiras uma fórmula: “alimente-se de seus sentimentos”, uma vez que a comida oferece distração ou alívio temporário, entretanto com consequências negativas para o futuro. Dessa forma, quanto mais associa-se estado de espírito com comida, mais esses comportamentos se tornam rotina, entretanto, há um caminho possível: compreender o funcionamento do cérebro. Na presença de dor emocional, ainda que não exista ameaça física, o cérebro pende para a fuga, a fim de aliviar o desconforto, porém o reforço negativo ocorre à medida em que ocorre a conexão entre comida e estado de espírito.

Na presença de tristeza, raiva e outras emoções intensas, o cérebro de sobrevivência passa a buscar algo que anime ou distraia o indivíduo, porém ele reconhece o prazer e alívio imediato que a comida pode oferecer. Nesse sentido, naturalmente o ser humano está inclinado em afastar-se de emoções desagradáveis, devido a dor causada, através de distrações que proporcionem um bem-estar passageiro, porém a consequência está na barreira criada para a compreensão da situação angustiante (Brewer, 2024).

Segundo Dantas (2021), práticas baseadas em atenção plena reduzem a reatividade emocional, aumentam o autocontrole e contribuem para uma relação mais saudável com o corpo e a comida. O paciente acometido pelo transtorno de compulsão alimentar apresenta distorção em sua percepção sobre a beleza, peso e comida, motivo pelo qual a flexibilidade psicológica surge como possibilidade para a construção de pensamentos saudáveis, uma vez que em grande parte o sofrimento se dá pelo significado atribuído ao contexto. Portanto, a aceitação e autoconhecimento serão consequências deste trabalho, além de um alinhamento do indivíduo com seus valores pessoais (Alvarenga, Dahás e Moraes, 2021).

Foi realizado um ensaio clínico randomizado por Fogelkvist et al. (2019), com o objetivo de comparar a eficácia de uma intervenção em grupo baseada na ACT com o tratamento usual (TAU – Treatment As Usual) para pacientes com sintomas residuais de transtorno alimentar e problemas com a imagem corporal. A amostra configurou 99 mulheres, sendo acompanhadas as que receberam o tratamento ACT por um período de 2 anos, apresentando uma redução significativamente maior nos sintomas e na perspectiva sobre imagem corporal, além de terem necessitado de menos cuidados especializados em detrimento das pacientes do grupo TAU. A intervenção foi uma aplicação oriunda de um livro de

autoajuda baseado em ACT, chamado *Viva com seu corpo*, voltado para indivíduos com problemas de imagem corporal. Segundo os autores, problemas com a imagem corporal são elementos centrais dos transtornos alimentares, tornando-se fatores de risco tanto para o seu desenvolvimento quanto para a recaída.

De acordo com Fogelkvist et al. (2019), o foco não foi o de promover diretamente uma imagem corporal positiva, mas sim o processo de aceitação do corpo e todas as experiências internas que ele evoca. Tais intervenções podem auxiliar o indivíduo a desenvolver mais do que apenas uma tolerância em relação ao próprio corpo, mas também estimular a escuta corporal e a participação em situações positivas que envolvam o corpo, produzindo além da simples ausência de insatisfação.

Dessa maneira, os seis processos centrais da ACT foram trabalhados na intervenção, demonstrando ao fim resultados satisfatórios, uma vez que indicaram que uma intervenção em grupo baseada em ACT, com foco na imagem corporal, foi eficaz na redução de sintomas residuais de transtornos alimentares e problemas relacionados à imagem corporal em uma amostra clínica. Os pacientes randomizados para o grupo ACT apresentaram redução significativamente maior dos sintomas em todas as medidas de desfecho. Visto isso, no caso da ACT, seguimentos a longo prazo podem estar associados a melhores desfechos, dado que essa abordagem não visa a redução imediata de sintomas, mas estimular uma “desesperança criativa” no curto prazo, propiciando o desenvolvimento da flexibilidade psicológica em um maior espaço de tempo. (Fogelkvist et al., 2019).

#### 4.3 Terapia de Aceitação e Compromisso

Segundo Zettle (2005, *apud* Barbosa e Murta, 2015), a história da ACT pode ser dividida em três períodos. O primeiro está entre as décadas de 1970 e 1980, quando a abordagem era nomeada de “distanciamento compreensivo”, apresentando uma extensão da terapia cognitiva. O seu desenvolvimento foi impulsionado pela função do comportamento verbal e a linguagem sobre o comportamento anormal. Por sua vez, o segundo período da ACT ocorreu entre 1985 e 1999, quando foi desenvolvida a Teoria dos Quadros Relacionais, a qual possui um enfoque comportamental pós-skinneriano da cognição e da linguagem. Durante esse período, o nome distanciamento compreensivo foi substituído por terapia de aceitação e compromisso, buscando a diferenciação do cognitivismo. Por fim, o terceiro período contempla o ano 2000 e a atualidade. Sendo assim, o ponto de partida para a sua disseminação foi a publicação do livro *Terapia de Aceitação e Compromisso: Uma*

Abordagem Experiencial à Mudança do Comportamento (Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999). Desde então, a ACT tem se desenvolvido como uma abordagem contextualista baseada na TQR.

A ACT é definida como intervenção psicológica embasada em princípios comportamentais e evolutivos, com a inclusão da Teoria das Molduras Relacionais (RFT), disponibilizando o modelo de psicopatologia, que abrange os seis processos da inflexibilidade psicológica, como também o modelo terapêutico da flexibilidade. De maneira introdutória, sob a visão da ACT e RFT, atribui-se uma perspectiva transdiagnóstica acerca do sofrimento humano, cujos processos de linguagem motivam o indivíduo para o escape ou evitação de sentimentos, viabilizando a perda de um contato flexível com o momento presente. A partir de seis dinâmicas que constituem a inflexibilidade psicológica, o ser humano produz ou intensifica seu sofrimento, sendo elas: atenção inflexível, evitação experiencial, fusão cognitiva, apego ao eu conceitualizado, inação ou impulsividade e falta de contato com valores. Esses processos são ilustrados em forma de um hexágono, onde cada ponto corresponde a um dos seis fatores — contribuintes ou causadores — do sofrimento e psicopatologia citados (Louma; Hayes; Walser, 2022).

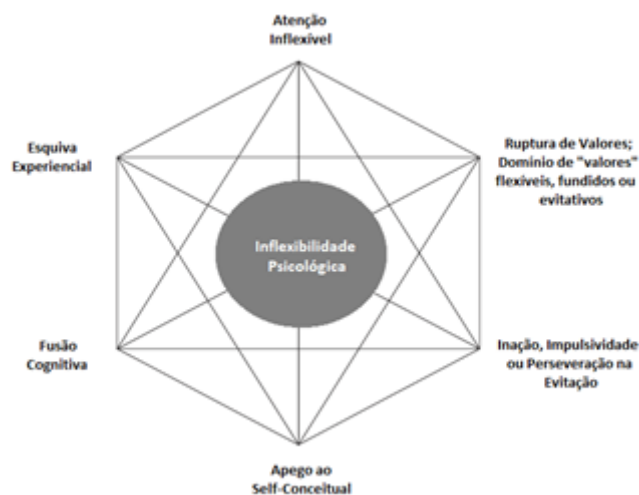


**Figura 1- Hexágono da Inflexibilidade Psicológica.** Tradução e adaptação de Wilson; Strosahl & Hayes, 2012, p. 62.

Visto o modelo de psicopatologia acima, criou-se o modelo do hexágono da flexibilidade psicológica, com os seis processos terapêuticos: atenção flexível, aceitação, desfusão, tomada de perspectiva flexível, ação comprometida e valores. Dessa maneira, cada processo será demonstrado, com o foco no tratamento do transtorno de compulsão alimentar,



sendo a atenção flexível ou estar presente, um dos pilares mais utilizados na prática clínica da ACT. Segundo Saban (2015), através do *mindfulness*, a atenção é direcionada para o aqui e agora, permitindo que o paciente desenvolva consciência corporal e emocional, a fim de que escolhas alimentares mais conscientes e menos impulsivas sejam realizadas. Essa habilidade possui o potencial para auxiliar no rompimento do ciclo automático entre emoção desagradável e ingestão compulsiva, abrindo espaço para decisões alinhadas aos valores pessoais. No tratamento da compulsão alimentar, o desenvolvimento da atenção plena é suscetível de acarretar resultados positivos na redução da frequência dos episódios e na melhora da relação com a comida.

Com relação ao eu conceitualizado ou tomada de perspectiva flexível, pode ser explicado pela construção de histórias do ser humano em relação a si mesmo, como também do outro. Dessa maneira, o indivíduo torna-se aprisionado a padrões inflexíveis, com base em pensamentos, julgamentos, rótulos e experiências passadas, agarrando-se às suas narrativas. Por sua vez, o processo chamado de inatividade, impulsividade ou evitação persistente, caracterizam-se como a predominância de escolhas que satisfaçam o eu conceitualizado em curto prazo, em detrimento da escolha de valores para um longo prazo. De certa forma, apresenta-se uma incapacidade de assumir compromissos, acompanhada de uma sensação de abandono da vida e ausência de vitalidade (Louma; Hayes; Walser, 2022). As dinâmicas de atenção inflexível, evitação experiencial, fusão cognitiva e falta de contato com valores serão exemplificadas no decorrer do texto.

#### 4.4 A relevância do tratamento da ACT para o TCA

A Terapia de Aceitação e Compromisso apresenta uma intervenção no padrão de comportamento compulsivo alimentar por meio de ferramentas como a aceitação emocional, desenvolvimento da consciência plena e seu foco principal na flexibilidade psicológica, cujo intuito é proporcionar ao paciente uma forma alternativa de lidar com seus pensamentos, sentimentos e comportamentos. Nesse sentido, é possível auxiliar o paciente a lidar com esses possíveis gatilhos que ocasionam a alimentação impulsiva, além de propor a aceitação de experiências internas, a fim de que o indivíduo aprenda a conviver com elas sem que determinem suas ações. Essa mudança de paradigma se mostra promissora na redução dos episódios de compulsão alimentar (Hayes; Strosahl; Wilson, 2012).

De acordo com Antonaccio e Figueiredo (2019), com origem no *mindfulness*, a prática em ascensão do *mindful eating*, ou alimentação consciente, tem se mostrado uma aliada

auspiciosa no tratamento da compulsão alimentar, por promover ressignificação entre corpo, mente e comida. A prática consiste na ideia de que o indivíduo esteja plenamente presente durante as suas refeições, contribuindo para a identificação precisa de sinais internos de fome e saciedade, além de promover escolhas mais alinhadas às reais necessidades do corpo. Ademais, as autoras ressaltam que comer com atenção plena não se trata de um método de controle rígido, mas sim de um processo de consciência e autocompaixão. Essa prática contribui para a interrupção do ciclo de comer automático e emocional, comum em pessoas com comportamento compulsivo.

A integração do *mindful eating* com estratégias da ACT pode potencializar os efeitos na intervenção terapêutica. Em suma, o indivíduo é encorajado a observar, sem julgamento, os impulsos alimentares, decidindo agir de forma coerente com seus princípios orientadores, assim, reforçando a autonomia e a mudança ativa do paciente e principalmente reduzindo medidas muitas vezes inconsequentes e ineficazes como dietas restritivas. Como afirmam as autoras, “comer com atenção plena é fazer as pazes com a comida e consigo mesmo” (Antonaccio; Figueiredo, 2019, p. 24).

A prática contínua da atenção procura levar o paciente à consciência da natureza transitória das experiências, sendo o reconhecimento desse fluxo uma maneira do indivíduo criar tolerância para pensamentos e emoções difíceis. Ademais, como benefício aditivo, a atenção plena pode trazer o foco para outras atividades e áreas da vida. (Stoddard; Afari, 2014) Nos últimos anos, observa-se um aumento na prevalência do TCA, juntamente com alternativas de tratamento. Deste modo, essa técnica tem sido uma das ferramentas terapêuticas que tem apresentado resultados significativos. (Pinto-Gouveia; Duarte; Ferreira, 2017). Portanto, a atenção plena pode ser ensinada e praticada, como em práticas de contemplações sobre a natureza, origem e o processamento do alimento enquanto se é consumido (Hofmann, 2024).

Warren, Smith e Ashwell (2017) realizaram uma revisão estruturada da literatura, da qual obtiveram como resultado que diversas revisões sistemáticas foram publicadas analisando a eficácia das intervenções baseadas em *mindfulness* para transtornos alimentares e obesidade. Ademais, observaram que o *mindfulness* auxiliou os participantes a se tornarem mais conscientes de seus estados internos de fome e saciedade. Em consonância, Barney et al. (2019) afirmou que as terapias baseadas em *mindfulness* e aceitação apresentam-se promissoras para o tratamento da bulimia nervosa e do transtorno de compulsão alimentar, sendo a avaliação dos mecanismos e moderadores fundamental no sentido de aperfeiçoar o estudo da eficácia do tratamento. Pinto-Gouveia et al. (2017) corroboraram com a indicação

da terapia de *mindfulness* na compulsão alimentar. Segundo autores, é possível perceber o componente perverso que o auto criticismo exacerbado e a inflexibilidade psicológica exercem no quadro geral da compulsão.

Segundo Dantas (2021) a prática do *mindfulness* tem se mostrado eficaz na redução dos episódios de compulsão alimentar, por promover maior consciência corporal e emocional. A autora ainda destaca que o treinamento de atenção plena possibilita que o indivíduo identifique sensações de fome e saciedade com mais precisão, além de reconhecer os gatilhos emocionais que impulsionam o comer automático. Essa consciência permite interromper o ciclo de reação imediata e substituí-lo por respostas mais alinhadas aos valores pessoais. Ao observar os pensamentos e emoções com atitude de aceitação e não julgamento, o paciente passa a compreender que o desconforto emocional é transitório e não precisa ser suprimido por meio da alimentação.

Em concordância, de acordo com Brewer (2024), o comer atento é comer com consciência, uma vez que se observa a aparência, textura, cheiro e sabor do alimento. Consequentemente, na medida em que o paciente presta mais atenção no que está sendo consumido, mais desencantado se torna por seus comportamentos disfuncionais, demonstrando que não são tão compensadores como pensado. Visto isso, a mudança de hábitos alimentares está condicionada pela atenção. Por exemplo, aplicado ao transtorno de compulsão alimentar, é possível lembrar ao paciente a sensação advinda do comer excessivo, como o fato de ficar cheio em excesso ser desconfortável, possibilitando que ele gradativamente não coma além do necessário.

Ademais, dedicar-se ao processo também se torna uma grande ferramenta, uma vez que comer devagar auxilia na atenção e consciência do sabor, além de ser mais trabalhoso engolir porções de guloseimas, chocolates, petiscos — alimentos que compõem grande parte dos hábitos alimentares não saudáveis. Além disso, é interessante demonstrar ao paciente que deposite sua atenção nos motivos pelos quais ele tem consumido um alimento, a fim de que perceba se é realmente necessidade ou emoção, como tédio, estresse, ansiedade, entre outras. Sendo assim, à medida em que a prática se intensifica, mais rapidamente é possível compreender as razões que levam o indivíduo a comer (Brewer, 2024).

A aceitação também se encontra como alternativa à evitação experiencial, através do envolvimento do indivíduo sobre seus eventos internos, na ausência de tentativas de mudar suas formas. No contexto da compulsão alimentar, a evitação surge como forma do paciente fugir do enfrentamento da ansiedade, medo ou tristeza, sendo a aceitação uma maneira de que o indivíduo permita a presença de todas as experiências, sejam elas agradáveis ou

desagradáveis. Por consequência, o comportamento de tentar se livrar ou controlar tais experiências, traz limitação de escolha e inflexibilidade psicológica, enquanto a aceitação promove uma ação baseada em valores. Na prática clínica em que um paciente está profundamente triste e planeja lutar com esse estado recorrendo-se à comida, a aceitação demonstra que pode ser uma experiência sentida sem que precise agir contra ela (Stoddard; Afari, 2014).

Um estudo realizado com uma amostra de 56 mulheres por Freitas et al. (2017), possuiu como objetivo avaliar o impacto de uma intervenção breve baseada em ACT para promoção da flexibilidade psicológica. Foram investigados segundo a gravidade da compulsão alimentar em mulheres com sobrepeso e obesidade, investigando as diferenças em evitação experiencial, desfusão cognitiva, sintomas de compulsão alimentar, insatisfação corporal, perda de peso, alimentação consciente e atividade física após a intervenção. A intervenção adotou a desesperança criativa, técnica que visou incentivar as participantes a perceberem sobre a efetividade e funcionalidade das estratégias utilizadas para lidar com as dificuldades relacionadas à compulsão alimentar. Sendo assim, a “desesperança” é reconhecer que o caminho percorrido não está funcionando, e a parte “criativa” é abrir espaço para viver outras experiências, que condizem com os valores pessoais. Por fim, as participantes foram convidadas a escolher ao menos uma ação comprometida relacionada aos seus valores. Ademais, o estudo apresentou que houve um aumento significativo na alimentação consciente e envolvimento em atividade física por pelo menos 30 minutos.

A desfusão cognitiva também é considerada como uma das ferramentas centrais da ACT, que possui como proposta auxiliar o paciente a perceber seus pensamentos de forma dissociada da realidade concreta. Em casos em que o indivíduo se identifica com seus eventos privados, ou seja, se identifica com seus pensamentos ou sentimentos — tal movimento, nomeado pela ACT como: fusão cognitiva — em vez de apenas observá-los como simples eventos mentais ou emocionais, que podem ou não ser relevantes para sua conduta, esse indivíduo tende a agir sob controle desses pensamentos. Essa habilidade é particularmente interessante no contexto da compulsão alimentar, pois muitos pacientes acreditam vigorosamente em seus pensamentos, sejam eles autodepreciativos ou distorcidos sobre si mesmos, seus corpos e suas possíveis válvulas de escape para alívio. Ao praticar a desfusão cognitiva, torna-se possível escolher uma resposta mais apropriada, mesmo na presença de pensamentos disfuncionais (Hayes; Strosahl; Wilson, 2012).

Segundo Luoma, Hayes e Walser (2022), a desfusão possui o significado de “desfazer a fusão”, onde o indivíduo observa seus pensamentos de maneira curiosa e imparcial. Uma

palavra é vista apenas como uma palavra, não com o seu significado, criando um contexto não literal, permitindo maior flexibilidade. Nesse sentido, um pensamento desagradável pode ser visto de maneira imparcial, através de, por exemplo, sua repetição em voz alta até que se torne não mais que um som, livre de significado. O resultado obtido é a redução no apego ao pensamento.

Com relação a tomada de perspectiva flexível e eu-como-contexto, através de metáforas, é possível que seja trabalhado com o paciente o contato com seu “eu”, sendo o objetivo o desenvolvimento de um plano a parte, do paciente como observador, independentemente da experiência vivenciada (Luoma, Hayes e Walser, 2022). A metáfora tabuleiro de xadrez pode ser utilizada como estratégia para o trabalho do eu como contexto, uma vez que é apresentado ao paciente os pensamentos e emoções como as peças do xadrez, enquanto o paciente é convidado a observar que ele não é nenhuma dessas peças. Em substituição disso, ele é o próprio tabuleiro, ou seja, o espaço que sustenta as peças que se movimentam (Stoddard; Afari, 2014). No contexto do transtorno de compulsão alimentar, o indivíduo pode ser o experienciador, que observa suas emoções difíceis se movimentando, sem que se identifique com elas, mas parta para ação orientada por seus valores.

Segundo Stoddard e Afari (2014), a ação comprometida é um dos processos que se configura como a mudança de comportamento intencional por meio dos valores escolhidos, na presença de disposição para experiências que possam aparecer durante o processo. Os valores oferecem o roteiro para que alterações sejam realizadas, além de definirem o tipo de pessoa que o indivíduo deseja se tornar e a sua maneira de viver. Dessa maneira, é fundamental persistir em ações que vão em direção aos valores reconhecidos pelo paciente, isto através do estabelecimento de metas, exposição, obtenção de habilidades e ativação comportamental. Sendo assim, esses processos não possuem o intuito de remover pensamentos ou desconforto, porém de criar um espaço para escolhas novas e valiosas.

De acordo com Hayes e Smith (2015), as consequências que surgem na vida de um indivíduo advêm de ações escolhidas por ele, sendo unicamente responsável por se envolver em fusão ou desfusão, aceitação ou evitação, viver em sua mente ou viver no presente. Além disso, a escolha dos valores também cabe ao próprio indivíduo, como também o caminho que deve ser escolhido a ser percorrido.

Segundo Saban (2015), diante de um tratamento terapêutico é necessário compreender se esse comportamento alimentar compulsório parte de uma esquiva experiencial, o real sentido da comida para o paciente e qual o gatilho para que essa cadeia de comportamentos aconteça. O engajamento do paciente com ações que melhor expressam seus valores pessoais

é um dos aspectos fundamentais e imprescindíveis da ACT. Esse princípio permite que o paciente atue de acordo com seus propósitos mais significativos, mesmo em contextos de sofrimento emocional, favorecendo escolhas conscientes diante do impulso de comer de forma desenfreada.

Quando o comportamento passa a ser conduzido por valores reais e não pela evitação de desconfortos internos, impulsiona mudanças mais sustentáveis. A ACT distingue de outras abordagens que têm como ênfase apenas a modificação de hábitos ou controle ou redução de sintomas, promovendo uma intervenção mais abrangente e alinhada à identidade do indivíduo, possibilitando uma mudança de direção do alívio imediato para a ação com sentido, em direção a uma jornada terapêutica mais ativa, autêntica e duradoura. Visto isso, a ACT se apresenta como uma proposta contemporânea que amplia o repertório de possibilidades diante da capacidade de lidar com as complexidades do comportamento alimentar e os aspectos subjetivos que o sustentam (Saban, 2015).

Um estudo conduzido por Pinto-Gouveia et al. (2017) possuiu como objetivo testar a eficácia do programa BEfree em uma amostra de mulheres com compulsão alimentar e sobrepeso ou obesidade, através da aplicação de intervenções visando a flexibilidade psicológica, atenção plena e autocompaixão. Foram selecionados 59 participantes, do sexo feminino, idade entre 18 e 55 anos e diagnóstico de Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica (TCAP), avaliado por meio da Entrevista de Avaliação de Transtornos Alimentares (Eating Disorder Examination – EDE). Foram utilizados os seguintes instrumentos: Questionário de Aceitação e Ação da Imagem Corporal, Questionário de Fusão Cognitiva da Imagem Corporal e Escala de Vida Engajada. O programa consistiu em 12 sessões, com duração de 2h30 cada, realizadas em pequenos grupos de 10 a 15 participantes.

Em concordância com os princípios da ACT, a quinta sessão abordou o esclarecimento de valores relacionados à saúde e os obstáculos de viver segundo eles, além da reflexão sobre como as participantes desejavam viver. A sexta e sétima sessão abordaram o distanciamento e aceitação de experiências internas indesejadas, no incentivo para vivenciá-las. A oitava e nona sessão focaram na atenção plena, a fim de desenvolver habilidades de meditação de respiração consciente e escaneamento corporal. Por fim, a décima segunda sessão apresentou a ação comprometida e estabelecimento de novas metas (Pinto-Gouveia et al., 2017).

Dessa maneira, a intervenção proposta por Pinto-Gouveia et al. (2017), demonstrou efeitos significativos no comportamento alimentar, vergonha, depressão e qualidade de vida. Além disso, observou-se diminuição na inflexibilidade psicológica relacionada à imagem corporal. Os resultados indicaram que os efeitos positivos do BEfree sobre a maioria dos

aspectos psicológicos e comportamentais foram preservados ao longo do tempo, revelando a durabilidade da intervenção. Portanto, esses achados validam o impacto positivo das intervenções baseadas em aceitação e atenção plena, a fim de promover flexibilidade psicológica e modulação emocional para o manejo da compulsão alimentar. Ademais, o estudo reforça a necessidade de serem utilizadas amostras maiores, inclusão de participantes do sexo masculino e aleatorização completa em futuros estudos.

Segundo Hayes (2023), a ACT estabelece os valores como qualidades escolhidas de ser e fazer, ou seja, são orientações prolongadas e contínuas, com a manifestação de ações condizentes. Desenvolver hábitos se torna mais efetivo quando os indivíduos iniciam com o que pode parecer um compromisso mínimo. Sendo assim, se o objetivo está em modificar os hábitos alimentares, porém as mudanças indicadas por um nutricionista se demonstraram difíceis, o paciente pode dar início ao desenvolvimento da habilidade de compromisso através de uma mudança menos complexa e mais manejável. Nesse contexto, a ação de honrar pequenos compromissos, como marcar um almoço com um amigo, pode representar o primeiro passo do processo. Dessa maneira, a mensagem básica da ACT está em não se esperar que o indivíduo desenvolva competências de forma imediata. O compromisso não implica infalibilidade, mas responsabilizar-se aos desvios cometidos dos padrões de vida criados para si. Isto pode ser ilustrado por meio de um exemplo: se um indivíduo com diabetes se vê diante da decisão de consumir uma sobremesa rica em açúcar, este pode realizar um exercício baseado em valores para se reconectar com o quanto importante é preservar sua saúde e as motivações para que se a mantenha.

Segundo Alvarenga, Dahás e Moraes (2021) uma revisão publicada em 2015 sobre a fundamentação da Terapia de Aceitação e Compromisso no tratamento dos transtornos alimentares destaca que essa abordagem tem como foco o desenvolvimento de estratégias para a prevenção e o manejo emocional dos pacientes. Os resultados indicam que a ACT promove melhorias no funcionamento geral e diminui os episódios de alimentação descontrolada, mostrando potencial para gerar benefícios sustentáveis a longo prazo.

Em um estudo conduzido por Mac Neil e Hudson (2018), a ACT foi utilizada como tratamento complementar para adultos com diagnóstico de transtorno alimentar, com o objetivo de examinar a experiência dos pacientes e a satisfação com a intervenção. Os participantes foram 68 adultos, sendo 61 mulheres e 7 homens, consistindo em 25% com o diagnóstico para anorexia nervosa, 27,9% para bulimia nervosa, 26,5% para outros transtornos alimentares especificados, 5,9% para transtorno de compulsão alimentar e 2,9% para transtorno alimentar não especificado. O grupo de ACT foi fundamentado em práticas

atuais e emergentes no tratamento de transtornos alimentares e dirigido em sessões semanais de 60 minutos. Sendo assim, algumas habilidades de desfusão foram submetidas por adaptação de obras como: adaptadas de obras como *Saia da sua mente e entre na sua vida*, *A Armadilha da Felicidade: Pare de Lutar, Comece a viver* e *Guia do praticante para ACT: Como preencher a lacuna entre a terapia cognitivo-comportamental e a terapia de aceitação e compromisso*.

Dessa maneira, dentre as temáticas abordadas, destacaram-se: uma tarefa de cartões de valores pessoais — que buscava como o transtorno alimentar pode se tornar uma barreira para viver de acordo com esses valores, bem como identificar valores distorcidos pelo próprio transtorno. Além disso, atividades como o “cartão dos 90 anos”, metáforas como “areia movediça” e “passageiros no ônibus”, pensamento “*hooking*”, metáfora do tabuleiro de xadrez e práticas de *mindfulness* foram algumas das estratégias utilizadas. A metáfora dos passageiros no ônibus foi modificada com o objetivo de levar o participante a refletir como o transtorno alimentar pode levá-lo a negociar com os “passageiros” para evitar vivenciar o sofrimento (por exemplo, “se eu exagerar no exercício após uma refeição, eu me acalmarei”). Em cada sessão, os participantes eram convidados a identificar um valor separado do transtorno alimentar, uma ação específica que pudessem realizar para se aproximar desse valor e barreiras as que poderiam influenciar esse processo (Mac Neil; Hudson, 2018).

O conteúdo central de cada sessão comunicava um dos seis elementos propostos pela ACT: aceitação, valores, ação comprometida, uso do self como contexto, contato com o momento presente e desfusão. As sessões de 1 a 4 abordaram a introdução ao modelo ACT, o esclarecimento de valores além do transtorno e a elaboração da ação comprometida; as sessões 5 a 8 enfatizaram a aceitação; as sessões 8 a 10 focaram em *mindfulness* e momento presente; sessões 10 a 13 trabalharam o self como contexto; e as sessões 13 a 16 enfatizaram a desfusão. Por fim, após as intervenções, os participantes responderam um questionário de autorrelato ao término de cada sessão, desenvolvido com base na Escala de Satisfação com o Tratamento. De maneira geral, o reconhecimento de valores pessoais, aplicabilidade das atividades e estratégias que facilitaram mudanças de comportamento foram as considerações relatadas (Mac Neil; Hudson, 2018).

Segundo Chew et.al (2023), no contexto do manejo de peso, a ACT possui o potencial de aprimorar a capacidade do indivíduo de lidar com os efeitos negativos dos desejos alimentares e comprometendo-se com comportamentos saudáveis que sejam coerentes com seus valores. Em linhas gerais, a ACT é eficaz na mudança de perspectiva sobre o estigma



relacionado ao peso através da flexibilidade psicológica, os quais podem se traduzir em uma melhor regulação comportamental e emocional dos hábitos alimentares.

Tone, Chelius e Miller (2025) realizaram um estudo piloto sobre a intervenção FACT, voltada a adultos em período de lista de espera para atendimento ambulatorial especializado em transtornos alimentares. A Terapia Focada em Aceitação e Compromisso (FACT) é um modelo de psicoterapia breve proposto por Strosahl, Robinson e Gustavsson (2012), que consiste em uma versão condensada da ACT, oferecendo seus principais métodos em um formato de uma a seis sessões.

O estudo foi conduzido com clientes do *Eating Disorders Queensland*, serviço comunitário ambulatorial especializado em transtornos alimentares, localizado em Queensland, Austrália. O objetivo consistiu em fornecer aos participantes habilidades de enfrentamento e recursos a serem empregados enquanto aguardavam o início de um tratamento psicoterapêutico mais intensivo. Foram selecionados 43 indivíduos, de 18 a 61 anos e em sua maioria do gênero feminino. Sendo assim, após intervenções aplicadas, os autores constataram reduções significativas na sintomatologia dos transtornos alimentares, além de observar que intervenções em listas de espera podem contribuir para melhorias precoces nos sintomas, impactando de maneira positiva nos resultados posteriores do tratamento. (Tone; Chelius; Miller, 2025).

Juarascio et al. (2017) realizaram um pequeno ensaio com 19 participantes, baseado na Terapia Comportamental Baseada na Aceitação (ABBT), que inclui componentes comportamentais da terapia cognitivo-comportamental e estratégias focadas na emoção advindas da ACT e da DBT. Os resultados sugerem que a ABBT pode ser uma abordagem promissora para o tratamento dos transtornos alimentares, com melhorias na sintomatologia e na flexibilidade psicológica dos participantes. Há evidências iniciais da eficácia das intervenções de abordagens da terceira onda para o transtorno de compulsão alimentar, cujas meta-análises recentes revelaram um efeito de magnitude moderada a grande dessas intervenções sobre a compulsão alimentar.

Considerando os avanços recentes das terapias contextuais - que integram as Terapias de Terceira Onda como Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), Terapia Comportamental Dialética (DBT) e ACT -, a Terapia de Aceitação e Compromisso tem sido apontada como uma abordagem promissora para o manejo de transtornos alimentares, como a compulsão alimentar. Apesar do avanço em estudos, disseminação e reconhecimento destas terapias de terceira onda, há falta de pesquisas e dados mais robustos da atuação da abordagem com esse tipo de transtorno. Autores nacionais destacam: "para que uma intervenção psicológica seja

considerada baseada em evidências, é imprescindível que esteja alicerçada em dados científicos sólidos, provenientes de estudos sistemáticos, controlados e replicáveis" (Leonardi, Silva, Bassani e Almeida, 2021, p. 32).

Autores reconhecidos por contribuições literárias também afirmam: "o modelo da ACT ainda requer validação empírica contínua, especialmente no tocante à mensuração dos processos de mudança que o sustentam, como a flexibilidade psicológica" (Hayes, Strosahl e Wilson, 2012, p. 105). Em síntese, percebe-se um crescente movimento de adesão por parte de psicólogos, porém ainda é uma abordagem que carece de maior número de estudos sobre sua aplicação para o transtorno de compulsão alimentar.

## 5 Considerações finais

O presente artigo teve como objetivo principal compreender o TCA e discutir as possibilidades de intervenção a partir da ACT. Com base nas obras literárias e artigos selecionados, conclui-se que a ACT se destaca como uma abordagem integrante da terceira onda das terapias comportamentais e contextuais, propondo uma perspectiva inovadora que valoriza a aceitação das experiências internas, o contato com o momento presente e o alinhamento do comportamento aos valores pessoais do indivíduo. Essa abordagem, ao priorizar o desenvolvimento da flexibilidade psicológica, apresenta-se como uma alternativa promissora para lidar com os principais mecanismos que sustentam o comportamento alimentar disfuncional, tais como a esquiva experiencial e a autocrítica excessiva.

Os estudos revisados ao longo deste trabalho indicam que a ACT favorece o desenvolvimento de maior consciência emocional e corporal, auxiliando o indivíduo a reconhecer seus impulsos e pensamentos automáticos sem, contudo, agir imediatamente a partir deles. Tal processo contribui para a interrupção do ciclo de compulsão alimentar, caracterizado pela tentativa de evitar emoções desagradáveis por meio do ato de comer. Com base nessas informações, observa-se que os estudos selecionados sugerem que o exercício de práticas como *mindfulness*, desfusão cognitiva e aceitação de emoções constitui um caminho de grande potencial para a construção de uma relação mais equilibrada entre mente, corpo e alimento, podendo promover não apenas a diminuição dos episódios compulsivos, mas também uma melhora significativa na qualidade de vida e no bem-estar psicológico.

Outrossim, artigos e pesquisas apontam que intervenções baseadas em ACT favorecem o fortalecimento de aspectos como a autocompaixão, a aceitação corporal e o comprometimento com ações coerentes aos valores individuais do paciente. Tais aspectos

revelam-se essenciais no processo de mudança comportamental, uma vez que auxiliam o indivíduo a romper padrões rígidos de controle frequentemente associados aos transtornos alimentares. Nesse contexto, o foco terapêutico desloca-se da tentativa de eliminar o sofrimento para o aprendizado de conviver com ele de forma mais saudável e funcional, ampliando, assim, a autonomia do paciente diante das próprias emoções e experiências internas.

Entretanto, embora os resultados obtidos sejam encorajadores, torna-se evidente a necessidade de ampliação das evidências empíricas sobre a eficácia da ACT no tratamento dos transtornos alimentares, especificamente do TCA. Tal intervenção ainda enfrenta as limitações decorrentes da escassez de estudos robustos, ensaios clínicos randomizados e amostras representativas. Assim, é evidente a necessidade de futuras pesquisas que aprofundem a investigação dos mecanismos de mudança envolvidos na ACT, considerando variáveis como tempo de tratamento, diversidade de amostras, mensuração dos resultados e maior número de estudos conduzidos com a população brasileira,

Diante disso, conclui-se que a ACT se configura como uma abordagem coerente e potencialmente eficaz frente às demandas atuais das intervenções psicológicas voltadas aos transtornos alimentares. Sua ênfase na aceitação, na atenção plena e na ação guiada por valores possibilita uma mudança no cuidado e estratégia clínica, promovendo não apenas a redução dos sintomas, mas também o desenvolvimento de uma vida mais significativa e orientada ao propósito do indivíduo. Assim, para que sua aplicação seja consolidada nos campos científico e clínico, torna-se indispensável a continuidade de pesquisas rigorosas que sustentem de forma mais robusta, a eficácia, a eficiência e a efetividade da ACT como ferramenta terapêutica no tratamento do TCA.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Sebastião de Sousa; COSTA, Telma Maria Braga; LAUS, Maria Fernanda. Psicobiologia do comportamento alimentar. 2. ed. São Paulo: Rubio, 2022.

ALVARENGA, Marle; DAHÁS, Liane; MORAES, César. Ciência do comportamento alimentar. 1. ed. Santana de Parnaíba: Manole, 2021. 416 p.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5. rev. ed. text. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ANTONACCIO, Cynthia; FIGUEIREDO, Manoela. Mindful eating: comer com atenção

plena. São Paulo: Editora Valentina, 2019.

BARLOW, David H. (org.). Manual clínico dos transtornos psicológicos: tratamento passo a passo. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Sandra; MERTENS, Steffen. SANRA—a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, p. 1–7, 2019. DOI: 10.1186/s41073-019-0064-8.

BARBOSA, L. M.; MURTA, S. G. Terapia de aceitação e compromisso: história, fundamentos, modelo e evidências. *Revista Brasileira de Terapia Cognitivo-Comportamental*, v. 17, n. 1, p. 2–20, 2015.

BARNEY, Jennifer L.; MURRAY, Helen B.; MANASSE, Stephanie M.; DOCHAT, Cara; JUARASCIO, Adrienne S. *Mechanisms and moderators in mindfulness- and acceptance-based treatments for binge eating spectrum disorders: A systematic review. European Eating Disorders Review*, v. 27, n. 4, p. 352–380, 2019.

BREWER, Judson. Desconstruindo o hábito da fome: por que comemos quando não temos fome – e como parar. Tradução de Beatriz Medina. Rio de Janeiro: Sextante, 2024.

CHEW, Han Shi Jocelyn; CHNG, Samuel; RAJASEGARAN, Nagadarshini Nicole; CHOY, Khun Hean; CHONG, Yuen Yu. *Effectiveness of acceptance and commitment therapy on weight, eating behaviours and psychological outcomes: a systematic review and meta-analysis. Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, v. 28, n. 1, p. 1–13, 2023.

DANTAS, A. E. C., da SILVA, A. D. M., LINS, J. A., Cartaxo Neves Filho, G. H., Bezerra Nunes, G. R., & Oliveira Bezerra, K. F. de. (2021). Mindfulness como terapêutica nos distúrbios alimentares: uma revisão integrativa de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 9076–9093.

FAIRBURN, Christopher G. Vencendo a compulsão alimentar: aprenda por que você come compulsivamente e como parar. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2024.

FERNANDES, D.; MACÁRIO, G. Compulsão alimentar: atuação multidisciplinar a partir da abordagem cognitivo-comportamental. *Revista Visões*, Ed. 1, Vol. 7, Macaé (RJ), 2020.

FOGELKVIST, M., GUSTAFSSON, S. A., KJELLIN, L., & Parling, T. (2019). *Acceptance and commitment therapy to reduce eating disorder symptoms and body image problems in patients with residual eating disorder symptoms: A randomized controlled trial. Journal Name, Volume(Issue), pages.*

FREITAS, Breno Irigoyen de; CANCIAN, Ana Carolina Maciel; ZANCAN, Renata Klein; OLIVEIRA, Margareth da Silva. *Responses to an ACT-based intervention according to binge eating severity in women. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, v. 19, n. 3, p. 49-62, 2017. Disponível em: <https://rbtcc.com.br/RBTCC/article/view/1054>. Acesso em: 5 out. 2025.

HAYES, Steven C. Uma mente livre: como se direcionar ao que realmente importa. Rio de

Janeiro: Alta Life, 2023. 448 p

HAYES, Steven C.; SMITH, Spencer. Saia da sua mente e entre na sua vida: a nova terapia de aceitação e compromisso. Porto Alegre: Artmed, 2015.

HAYES, Steven C.; STROSAHL, Kirk D.; WILSON, Kelly G. Terapia de aceitação e compromisso: o processo e a prática da mudança consciente. Porto Alegre: Artmed, 2012.

HOFMANN, Stefan G. Emoção em terapia: da ciência à prática. Porto Alegre: Artmed, 2024.

IVATIUK, ANA LUCIA et al. Obesidade e transtorno de compulsão alimentar periódica. Casos Clínicos em Saúde Mental: Diagnóstico e Indicação de Tratamentos Baseados em Evidências, 2022.

JUARASCIO, Adrienne S.; FORMAN, Evan M.; HERBERT, James D.; HAYES, Steven C.; GUILLEMINOTTI, Jean-Baptiste. *A pilot study of an acceptance-based behavioral treatment for binge eating disorder. Journal of Contextual Behavioral Science*, v. 6, p. 1–8, 2017.

LEAHY, Robert L.; TIRCH, Dennis; NAPOLITANO, Lisa A. Regulação emocional em psicoterapia: um guia para o terapeuta cognitivo-comportamental. Porto Alegre: Artmed, 2013.

Leonardi, J. L., Silva, M. A., Bassani, M. H., & Almeida, R. M. (2021). Intervenções Psicológicas Baseadas em Evidências: Fundamentos e Aplicações Clínicas. São Paulo: Editora Atlas.

LEONARDI, J. L.; SILVA, M. A.; BASSANI, M. H.; ALMEIDA, R. M. Intervenções Psicológicas Baseadas em Evidências: Fundamentos e Aplicações Clínicas. São Paulo: Editora Atlas, 2021.

LJUBIČIĆ, M. et al. Emoções e consumo alimentar: comportamento alimentar emocional em uma população europeia. *Foods*, Basel, v. 12, n. 4, p. 872, 2023.

LUOMA, J. B.; HAYES, S. C.; WALSER, R. D. Aprendendo ACT: manual de habilidades da terapia de aceitação e compromisso para terapeutas. 2. ed. Porto Alegre: Sinopsys, 2022.

MAC NEIL, Brad A.; HUDSON, Chloe C. *Patient experience and satisfaction with acceptance and commitment therapy delivered in a complimentary open group format for adults with eating disorders. Journal of Patient Experience*, v. 5, n. 3, p. 189–194, 2018.

MATOS, Suamilly Maria Rodrigues de; FERREIRA, José Carlos de Sales. Estresse e comportamento alimentar. *Research, Society and Development*, [S.l.], v. 10, n. 7, p. e26210716726, 21 jun. 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i7.16726. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/16726/14766>. Acesso em: 27 agosto 2025.

MORAES, Carlos Eduardo Ferreira de; MARAVALHAS, Rebecca de Almeida; MOURILHE, Carla. O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. *Debates em Psiquiatria*, v. 9, n. 3, p. 24–30, 2019. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/51>. Acesso em: 21 maio 2025.

PINTO-GOUVEIA, J., CARVALHO, S. A., PALMEIRA, L., CASTILHO, P., DUARTE, C.,

Ferreira, C., DUARTE, J., CUNHA, M., MATOS, M., & COSTA, J. (2017). *BEfree: A new psychological program for binge eating that integrates psychoeducation, mindfulness, and compassion. Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(6), 1090–1098.

PINTO-GOUVEIA, J., DUARTE, C., & FERREIRA, C. (2017). Mindfulness como terapêutica nos distúrbios alimentares: uma revisão integrativa de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 1–10.

RODRIGUES, A. P. S.; SILVEIRA, E. A. Fatores associados à superobesidade em mulheres: compulsão alimentar periódica e consumo alimentar. *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 12, n. 73, p. 643-654, 21 out. 2018.

SABAN, Michael Terena. Introdução à terapia de aceitação e compromisso. 2. ed. Belo Horizonte: Artesã Editora, 2015.

STODDARD, Jill A.; AFARI, Niloofar. O Grande Livro de Metáforas da ACT: um guia do clínico para exercícios experienciais e metáforas na terapia de aceitação e compromisso. [S. l.]: SINOPSYS, 2024. 304 p. ISBN 978 6555712018.

STROSAHL, Kirk D.; ROBINSON, Patricia J.; GUSTAVSSON, Thomas. *Brief Interventions for Radical Change: Principles and Practice of Focused Acceptance and Commitment Therapy*. Oakland: New Harbinger Publications, 2012.

TONE, Jessica; CHELIUS, Belinda; MILLER, Yvette D. *A pilot evaluation of a focused acceptance and commitment therapy program for individuals with an eating disorder waitlisted for treatment. International Journal of Eating Disorders*, v. 58, n. 8, p. 1198–1210, 2025.

WARREN, Janet M.; SMITH, Nicola; ASHWELL, Margaret. *A structured literature review on the role of mindfulness, mindful eating and intuitive eating in changing eating behaviours: effectiveness and associated potential mechanisms. Nutrition Research Reviews*, v. 30, n. 2, p. 272–283, 2017.

# O VAZIO DO EU E A BUSCA PELO OUTRO: A DEPENDÊNCIA EMOCIONAL NA CLÍNICA PSICANALÍTICA

Giovanna Emilly das Neves Mendes Rodovalho<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

---

**RESUMO:** A dependência emocional, discutida no campo clínico e teórico, desvela a fragilidade dos vínculos afetivos e a busca contínua por reconhecimento, articulando desejo, falta e alteridade. A literatura recente evidencia a relevância do tema, com abordagens distintas; aqui, assume-se a leitura psicanalítica, na qual a dependência não é fraqueza, mas expressão de um modo de amar e existir. Trata-se de revisão narrativa realizada entre 2017 e 2025 nas bases Google Scholar, SciELO e PubMed, com descritores 'dependência emocional', 'psicanálise' e 'amor', incluindo também literatura cinzenta (livros e dissertações). Observou-se produção heterogênea e relativa escassez de estudos que relacionem diretamente dependência emocional ao vazio do eu, mas forte convergência em torno de idealização, frustração e reconhecimento do Outro. Constatou-se que a dependência emocional deságua no campo do amor entendido como laço simbólico que não elimina a falta, mas a torna vivível; reforça-se a necessidade de ampliar investigações clínicas sobre o tema.

**Palavras-chave:** Dependência emocional; Psicanálise; Vazio do eu; Amor; Alteridade.

**ABSTRACT:** Emotional dependence, discussed in clinical and theoretical fields, reveals the fragility of affective bonds and the continuous search for recognition, articulating desire, lack, and alterity. Recent literature highlights the topic's relevance through distinct approaches; herein, the psychoanalytic reading is adopted, in which dependence is not weakness but an expression of a way of loving and existing. This is a narrative review conducted between 2017 and 2025 in Google Scholar, SciELO, and PubMed databases, using the descriptors 'emotional dependence', 'psychoanalysis', and 'love', and also including grey literature (books and theses). A heterogeneous body of publications and a relative scarcity of studies directly relating emotional dependence to the void of the self were observed, but strong convergence around idealization, frustration, and recognition by the Other. It was found that emotional dependence flows into the field of love as a symbolic bond that does not eliminate lack but makes it livable; the need to expand clinical investigations on the topic is reinforced.

**Keywords:** Emotional dependence; Psychoanalysis; Self-void; Love; Otherness.

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela ESAMC. Contato: [gigiemilly@hotmail.com](mailto:gigiemilly@hotmail.com)

<sup>2</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU). Mestre em Psicologia UFU (2006). Graduada em Nutrição (UFU). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como Psicóloga Clínica. Contato: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. Contato: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

## 1 INTRODUÇÃO:

Este artigo examina a dependência emocional à luz da psicanálise, com foco no vazio do eu, no amor e na relação com o outro e o Outro. Objetiva-se: (I) situar a dependência emocional como expressão do modo de amar atravessado pela falta; (II) discutir a distinção entre 'outro' e 'Outro' na constituição do sujeito; (III) articular como idealização e frustração sustentam a repetição; e (IV) indicar implicações para a clínica.

A dependência emocional pode ser compreendida como um padrão de relacionamento caracterizado pela necessidade excessiva de aprovação, validação e presença do outro para manutenção da autoestima e do sentimento de valor pessoal. Trata-se de um modo de vínculo no qual o sujeito tem dificuldade de sustentar sua estabilidade afetiva sem o olhar do parceiro, recorrendo frequentemente a comportamentos de busca, controle ou submissão para evitar vivências de abandono ou perda. Embora apareça na literatura como um fenômeno relacional, suas raízes são internas: envolvem fragilidades na constituição do eu, dificuldades de diferenciação entre self e outro e intenso medo de ruptura. Assim, a dependência emocional não se reduz a um traço de personalidade ou a um "excesso de amor", mas a um arranjo afetivo no qual o outro é convocado a ocupar o lugar de garantia psíquica, comprometendo a autonomia e o reconhecimento da alteridade.

Discute-se a dependência emocional como modo de laço atravessado por falta e idealização, o que produz vínculos assimétricos e sofrimento clínico. Ao mesmo tempo, a cultura contemporânea estimula relações de consumo afetivo, acelerando encontros e desencontros.

No campo teórico, a psicanálise oferece instrumentos potentes para compreender tal fenômeno sem reduzi-lo a diagnósticos. Conceitos como falta, desejo, ideal do eu e alteridade ajudam a distinguir cuidado de alienação, bem como a situar a repetição de padrões de controle e ciúme.

Autores contemporâneos enfatizam mudanças socioculturais no amor e na subjetividade. A leitura de Bauman sobre laços líquidos aproxima-se de críticas brasileiras à temporalidade acelerada e à precariedade dos vínculos (Kehl, Birman, Safatle), sugerindo novos modos de sofrer e amar.



Esta revisão narrativa (TCC) examina publicações de 2017 a 2025 nas plataformas Google Scholar, SciELO e PubMed, além disso foram utilizados também textos de literatura cinzenta (livros e dissertações) sem limite de datas, com foco em articulações teórico-clínicas que iluminem a prática.

A escolha deste tema também se relaciona ao interesse clínico da autora em compreender formas de amar e sofrer que atravessam vínculos contemporâneos. Essa aproximação nasce tanto do desejo de aperfeiçoamento pessoal quanto de uma vivência indireta da dependência emocional, que despertou o desejo de compreender, com respaldo teórico, os limites entre cuidado e perda de autonomia. Assim, o estudo transforma uma questão subjetiva em campo de reflexão científica e clínica.

Com isso, este artigo se orienta a partir da seguinte pergunta: de que maneira a psicanálise contribui para compreender a dependência emocional como forma de laço e quais implicações clínicas disso?

## **2 MÉTODO:**

Trata-se de revisão narrativa de literatura, adequada ao objetivo de articular conceitos psicanalíticos e apontamentos clínicos sobre dependência emocional. As buscas foram realizadas entre fevereiro e junho de 2025, contemplando publicações de 2017 a 2025. Esse recorte temporal assegura atualidade e permite incluir referências clássicas necessárias ao embasamento teórico.

As fontes consultadas foram Google Scholar, SciELO e PubMed. Empregaram-se descritores em português e inglês relacionados ao tema — “*dependência emocional*”, “*psicanálise*”, “*amor*”, “*ciúme*”, “*controle*” — combinados por operadores booleanos (AND/OR) para refinar os resultados. Foram considerados textos em português, inglês e espanhol e, quando pertinente à fundamentação, recorreu-se à literatura cinzenta (livros e dissertações).

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas: (1) triagem de títulos e resumos para verificar aderência ao tema; (2) leitura na íntegra dos textos elegíveis; e (3) extração de informações (objetivos, referenciais teóricos, articulação clínica) para organização em eixos temáticos. Critérios de inclusão: trabalhos com recorte

teórico-clínico alinhado à psicanálise e pertinência direta ao problema de pesquisa. Critérios de exclusão: materiais estritamente comportamentais/cognitivos, textos opinativos sem respaldo bibliográfico e duplicatas.

Quanto ao desenho e às limitações, trata-se de revisão narrativa: não abrangendo tudo, mas a reunião do que é mais relevante para sustentar a discussão teórico-clínica. Apontam-se como limites a variação terminológica entre autores e a ausência de indicadores padronizados de comparação, aspectos considerados na interpretação dos resultados.

Qualidade: o artigo foi submetido à avaliação da qualidade pela escala SANRA (Specific Appraisal of Narrative Review Articles), específica para revisão narrativa, e atendeu aos itens de justificativa, objetivo, método, referenciamento, raciocínio e apresentação. Obtendo pontuação total de 10/12, considerando: justificativa (2), objetivos (2), método (2), referenciamento (1), raciocínio científico (2) e apresentação/estrutura (1). Trata-se de autoavaliação da autora.

Implicação da pesquisadora: o interesse pessoal-profissional não comprometeu a análise; ao contrário, sustentou o compromisso ético de distinguir experiências subjetivas de formulações teóricas, em benefício da prática clínica.

### **3 RESULTADOS:**

A busca reuniu publicações heterogêneas, com predominância de textos teóricos e relatos clínicos, além de materiais de referência. Persistem poucos estudos que tratam diretamente da dependência emocional à luz do vazio do eu, o que evidencia a originalidade do enfoque.

Três eixos se destacaram: (a) idealização do parceiro e fantasia de completude; (b) frustração e repetição do padrão; (c) amor como laço simbólico que borda a falta. Surgiram ainda menções consistentes à distinção lacaniana entre 'outro' e 'Outro'.

Os textos convergem ao apontar que a dificuldade de reconhecer a alteridade do outro sustenta a dependência, favorecendo relações de fusão e apagamento do desejo. O reconhecimento aparece como operador clínico central.

No conjunto, os resultados indicam que a dependência emocional articula sofrimento e possibilidade, na medida em que o amor pode operar como dispositivo de simbolização da falta, sem a promessa de completude.

Eixo 1 – Eu e vazio: o ‘vazio’ é compreendido como falha de simbolização que convoca o outro a tamponar a inconsistência do eu. A demanda por provas de amor busca estabilização narcísica temporária (Freud, 1914/1996; Winnicott, 1965).

Eixo 2 – Idealização e apagamento de si: a fantasia de completude confere ao parceiro o lugar de garantia; fracassos do outro precipitam angústia e agressividade, reativando o circuito da dependência (Lacan, 1958/1998).

Eixo 3 – Controle, ciúme e repetição: vigilância, verificação e rupturas/retomadas compõem uma economia pulsional paradoxal que tenta evitar o desamparo e, ao mesmo tempo, o confirma (Kehl, 2011).

Eixo 4 – Fronteiras e autonomia: diferenciar cuidado de alienação é central; autonomia é construção processual e intersubjetiva, não atributo fixo (Birman, 2009).

Eixo 5 – Manejo clínico: sustentar enquadre, interpretar a implicação do sujeito e trabalhar as capturas transferenciais que tentam converter o analista em ‘garantia’ do eu. A aposta é deslocar o modo de laço, e não abolir a dependência em si (Safatle, 2016; Suy, 2019).

Nota SANRA: O manuscrito foi autoavaliado pela escala SANRA (Specific Appraisal of Narrative Review Articles), com 10/12 pontos.

## **4 DISCUSSÃO:**

Esta discussão articula os eixos identificados com a literatura psicanalítica clássica e contemporânea, destacando implicações clínicas e limites de generalização.

### **4.1 INFLUÊNCIA DO VAZIO DO EU NA DEPENDÊNCIA EMOCIONAL**

A psicanálise, especialmente a lacaniana, apresenta uma visão específica sobre a constituição do sujeito. Lacan segue a ideia de que o sujeito é essencialmente marcado por uma falta estrutural e estruturante, uma ausência interna que motiva uma constante busca pelo outro como forma de resposta ao desejo e confirmação simbólica de existência. Esse vazio não é algo que possa ser plenamente preenchido,

configurando-se como um aspecto central da experiência humana e resulta em incessantes demandas afetivas (LACAN, 1998).

Na teoria lacaniana, é importante destacar a diferença entre “o outro” (com letra minúscula), e “o Outro” (descrito com letra maiúscula). O “outro” é usado para se referir às pessoas reais com que o sujeito se relaciona, como parceiros, familiares, amigos. Já o “Outro” se refere a uma instancia simbólica, relacionada a linguagem, à cultura e também ao inconsciente, atuando como lugar da lei e do desejo. O Grande outro é, portanto, o lugar onde o sujeito busca por reconhecimento, porém nunca encontrando completude total. A dependência emocional gira em torno desse ponto: o sujeito busca não apenas em seu parceiro afetivo um apoio imediato, mas também busca no Outro simbólico uma garantia de ser.

Pessoas com dependência emocional são marcados pelo que a psicanálise configura como uma estrutura subjetiva, delimitada por excessivos investimentos no outro, na tentativa de ocupar o espaço da falta que o constitui. Essa constante tentativa de preencher tal vazio pode comprometer a autonomia e dificultar a constituição de um eu relativamente estável no registro simbólico, prendendo-os a padrões de repetição em suas relações afetivas. Como aponta Zimmerman (2010), essa dificuldade do sujeito de lidar com a falta simbólica o leva a buscar no outro uma constante fonte de apoio emocional e validação, perpetuando vínculos de dependência.

Ainda segundo Zimmerman (2010), essas manifestações são resultado de fragilidades surgidas em fases precoces do desenvolvimento emocional. Situações nas quais a criança vive carências afetivas significativas podendo gerar insegurança quanto à sua constituição psíquica em relação à identidade, criando uma base para o desenvolvimento posterior da dependência emocional. Essas experiências iniciais prejudicam a estruturação do eu, dificultando a capacidade de estabelecer relações maduras e equilibradas na vida adulta.

Outro ponto relevante destacado por Quinet (2009) é a tendência desses sujeitos a se anularem emocionalmente em favor de relações interpessoais. Frequentemente, suas necessidades pessoais são ignoradas em benefício do parceiro afetivo, o que gera um círculo vicioso de dependência e submissão emocional. Com isso, o sujeito se torna

cativo da aprovação externa, negligenciando a existência de sua identidade e autonomia.

Além disso, é importante destacar que essa anulação emocional constante pode levar a quadros de intenso sofrimento psíquico e baixa autoestima. A falta de um sentimento estável de identidade reforça ainda mais a necessidade do sujeito que busca emocionalmente uma aprovação contínua. Esses sujeitos podem apresentar comportamentos ansiosos ou depressivos, resultados da infrutífera busca por reconhecimento e aceitação do parceiro afetivo. Silva e Sousa (2020) destacam que a baixa autoestima associada à uma dependência emocional tende a agravar o sofrimento subjetivo, o que dificulta a construção da autonomia.

Ademais, esses relacionamentos muitas vezes geram comportamentos abusivos, uma vez que o dependente emocional tende a aceitar condições desfavoráveis a ele, ignorando limites pessoais e desrespeitando os próprios limites. Em longo prazo, essa dinâmica pode resultar em danos psicológicos profundos, dificultando não só o desenvolvimento pessoal, mas também o estabelecimento de vínculos futuros mais saudáveis e equilibrados. Segundo Cavalcante e Melo (2018), a dependência emocional faz com que haja uma anulação do sujeito diante a demanda do outro, favorecendo assim a perpetuação das relações disfuncionais e comprometendo a saúde psíquica.

Autores como Laplanche e Pontalis (2001) ressaltam que a constituição subjetiva implica necessariamente em lidar com as faltas e frustrações. No entanto, pessoas com dependência emocional apresentam uma grande dificuldade de admitir essas faltas como são naturais à condição humana. E como consequência, suas estratégias de enfrentamento são marcadas pela dependência afetiva e emocional exagerada, resultando em relacionamentos que reforçam sentimentos de inadequação e fracasso pessoal.

É fundamental, portanto, que a compreensão desses fenômenos seja ampliada, permitindo maior clareza e foco nas intervenções terapêuticas. Ao identificar esses padrões, profissionais podem oferecer melhores condições para que os pacientes enfrentem suas próprias inseguranças e medos, conduzindo-os com o tempo a um fortalecimento da autonomia emocional e ao desenvolvimento de uma identidade mais

estabelecida e saudável, como discute Kehl (2009), refletindo sobre a função do analista diante da falta constitutiva do sujeito.

Nessa perspectiva, é possível compreender que, como pensado por Lacan, o vazio do eu não consiste em um defeito ou falha pessoal, mas sim uma característica única da constituição subjetiva do ser. Dessa forma, ajuda a entender o motivo pelo qual indivíduos com dependência emocional buscam no outro uma forma de sustentação psíquica.

#### **4.2 BUSCA PELO OUTRO COMO RESPOSTA AO VAZIO DO EU**

No campo lacaniano, a constituição do desejo está intimamente ligada à experiência inaugural do Estágio do Espelho, momento em que o sujeito se percebe como imagem unificada diante de seu reflexo. Essa identificação precoce gera a ilusão de completude, embora, desde então, o eu já se encontre submetido às marcas da falta que estruturam a subjetividade (Lacan, 1966). O movimento de procurar fora de si aquilo que parece faltar se torna então, uma operação constante, ainda mais quando as carências afetivas ganham evidência na vida adulta.

Nas relações amorosas, esse mecanismo se aprofunda. O parceiro é investido de significados que saem dos limites de sua própria realidade, funcionando como objeto capaz de aplacar angústias internas. Na leitura lacaniana, essa aposta deposita no Outro a condição impossível de completar o sujeito, porque o desejo, em última instância, dirige-se ao objeto a minúsculo – causa do desejo – que sempre escapa à captura definitiva (Lacan, 1998). A idealização, portanto, não surge de um simples engano cognitivo, mas de um arranjo psíquico que coloca o amado no lugar de objeto de gozo e promessa de totalidade.

A distância entre a expectativa e a realidade, alimenta frustração e ressentimento do dependente. Quando as limitações do parceiro se tornam visíveis, o dependente emocional oscila entre decepção e redobrada insistência, muitas vezes recorrendo a estratégias de controle ou submissão para preservar o laço. Miller (2012) observa que o sujeito tenta tamponar a falta através de repetições compulsivas, reforçando a crença de que a insistência afetiva acabará por produzir a satisfação almejada. Entretanto, a cada fracasso, reafirma-se a lógica fundamental de impossibilidade humana, intensificando a ansiedade e a sensação de vazio.

É nesse movimento que se abre a discussão sobre o amor. Para a psicanálise, o amor não é só uma experiência afetiva romântica, mas uma maneira de responder à falta constitutiva do sujeito. Como diz Lacan (1998), “amar é dar o que não se tem a alguém que não é”. Isso quer dizer que o amor não tira o vazio, mas o faz compartilhável, criando um laço simbólico que sustenta o desejo. Freud (1914), ao falar sobre o amor narcísico, notou como o ser investe no outro um padrão de perfeição de si. Mesmo assim, certos pensadores atuais como Ana Suy (2016) enfatizam que o amor não pode ser reduzido ao narcisismo: ele é também uma tentativa de bordear o vazio. A dependência emocional, desse modo, pode ser vista como um jeito de amar marcado pela mescla e pela dificuldade em perceber o outro, mas ainda assim incluído nesse espaço onde o amor se mostra como uma promessa de completude.

A contemporaneidade reforça alguns pontos focais a esse cenário. Redes sociais e aplicativos de relacionamento oferecem múltiplas vitrines de reconhecimento, criando uma expectativa de curtidas e validações que, ao mesmo tempo em que alimentam o narcisismo, aprofundam a dependência da imagem que o outro devolve. Safra (2019) sugere que o sujeito conectado se vê envolto em um ciclo de exposição e espera que agrava a vulnerabilidade já presente na dependência emocional, pois a tela amplia a possibilidade de idealizações instantâneas e descartáveis.

Do ponto de vista clínico, essa necessidade incessante pelo olhar do Outro aparece na transferência sob a forma de expectativas de salvação depositadas no analista. Para Kehl (2014), somente a interpretação que devolve a falta ao sujeito possibilita a elaboração. Nesse ponto, enfatiza-se a necessidade de o terapeuta sustentar o lugar de escuta sem atuar na função de objeto de completude, favorecendo que o analisado reconheça a impossibilidade de satisfação total e, com o tempo, construa formas simbólicas para lidar com a “castração”.

Incluir o conceito winnicottiano de se preocupar consigo mesmo também contribui, pois o amadurecimento emocional implica na capacidade de estar só na presença do outro (Winnicott, 1975). Esse conceito trata da habilidade de voltar-se para si de forma cuidadosa, reconhecendo suas necessidades sem se anular mediante ao outro. Quando o sujeito apreende que o outro não existe para cobrir suas lacunas, e sim para compartilhar experiências, abre-se a possibilidade de relações menos

fusionais. A clínica então, caminha na direção de promover experiências em que o paciente possa trazer nome a suas necessidades, reconhecendo seus limites e construindo uma autonomia afetiva firmada no cuidado de si.

Muitas vezes, o sujeito nem percebe que a forma como se apega ao outro está ligada a um funcionamento psíquico mais profundo, e não a uma escolha consciente. Essa busca por alguém que o complete nasce da maneira como o desejo se estrutura desde cedo, a partir da experiência da falta. Como explica Lacan (1998), o desejo humano está sempre relacionado a algo que falta, e é justamente essa ausência que move o sujeito a buscar no outro uma resposta para o que sente que lhe falta. A psicanálise, então, ajuda a compreender que essa busca incessante por completude tem mais a ver com a estrutura do sujeito do que com acontecimentos específicos de sua história de vida ou com traços de sua personalidade.

Assim, a busca pelo outro entendida como uma tentativa de preencher o vazio interno, mostra como a falta, o desejo e a idealização se misturam de forma complexa. O percurso terapêutico tem como proposta deslocar o investimento focado no Outro para um processo de simbolização, no qual o sujeito possa aceitar e acolher sua incompletude como parte da condição humana. Essa virada permite construir vínculos que são sustentados pelo reconhecimento mútuo, e não pela expectativa onipotente de plenitude.

Dessa forma, ao passar pela relação entre o vazio do eu, a procura pelo outro e a dependência emocional, nota-se que todos esses lados terminam no domínio do amor. O amor aparece como uma cena privilegiada onde a pessoa tenta lidar com a própria falta: às vezes pela via fusional, às vezes pela possibilidade de reconhecer a alteridade do parceiro. Como relata Ana Suy (2016), o amor é inseparável do vazio, e que não se trata de haver um preenchimento, mas de aprender a habitá-lo em união com o outro. Ver a dependência emocional sob essa luz demonstra compreender que ela não é apenas uma patologia das relações, mas que também é uma expressão, mesmo que dolorosa, do modo como o amor atravessa a constituição subjetiva.

#### **4.3 EFEITO DA DEPENDÊNCIA EMOCIONAL NA CLÍNICA PSICANALÍTICA**

A presença de pacientes com dependência emocional na clínica psicanalítica impõe desafios específicos que atravessam tanto o manejo técnico quanto a



estabilidade de um vínculo clínico. Esses sujeitos, marcados por uma forte necessidade de amparo, tendem a ver o analista como figura capaz de promover a completude que eles buscam, gerando transferências fortemente carregadas de expectativa e uma mistura instável entre idealização e desvalorização. Kehl (2014) salienta que tal configuração exige do terapeuta uma postura de escuta capaz de devolver ao paciente a responsabilidade sobre seus afetos, contudo sem cair em respostas de rejeição ou acolhimento indiscriminado que reforcem a dinâmica fusional, ou seja, um tipo de relação em que o sujeito tenta se fundir emocionalmente ao outro como forma de tamponar a própria falta.

O primeiro aspecto para se considerar é a constituição do vínculo transferencial. Nesses casos, a transferência aparece como uma forma de pedido implícito de salvação: o paciente anseia que o analista lhe devolva respostas prontas ou estratégias rápidas para reduzir a angústia. Essa postura, se não manejada com interpretações pontuais, pode cristalizar a dependência dentro da própria relação terapêutica, transformando o processo em um cenário de reforço sintomático. Por isso, a intervenção precisa direcionar para uma impossibilidade de completude, ajudando o paciente a reconhecer que o analista não ocupará a posição de objeto de gozo, mas de parceiro simbólico que sustenta a falta constitutiva, como pontua Miller (2012), ao discutir os efeitos da transferência no tratamento psicanalítico.

No manejo clínico, a identificação dos movimentos de idealização e desvalorização se tornam fundamentais. Conforme é citado por Safra (2019), tais oscilações refletem a dificuldade do sujeito em manter uma imagem estável do Outro: quando o analista não corresponde às expectativas, surge o risco de rupturas abruptas ou de reações agressivas veladas. Interpretar esses momentos como atualização do drama interno de abandono permite que o paciente desloque a hostilidade para a palavra, elaborando o afeto e reduzindo a compulsão à repetição.

A contratransferência, por sua vez, pode ser mobilizada de forma intensa. O terapeuta muitas vezes sente-se pressionado a fornecer cuidado excessivo ou, inversamente, a afastar-se diante de demandas percebidas como invasivas. Bleichmar (2009) ressalta que essas reações precisam ser reconhecidas e simbolizadas, pois a segurança do processo terapêutico acaba dependendo da capacidade do analista de

manter a posição de sujeito do suposto saber, sem ceder à tentação de oferecer respostas onipotentes ou de recusar sistematicamente o pedido de ajuda.

Através do ponto de vista técnico, as intervenções centradas na interpretação da falta e na responsabilização subjetiva se mostram eficazes. Quando o analista devolve ao paciente a pergunta sobre o que de fato, deseja do Outro, abre-se espaço para que o dependente emocional reconheça a dimensão fantasmática de suas demandas. Essa operação analítica promove a diferença entre necessidade real de cuidado e uma fantasia de fusão, favorecendo o surgimento de um eu capaz de tolerar frustrações, como discute Bleichmar (2009) ao abordar a construção da autonomia psíquica na clínica.

Outro recurso clínico relevante é o trabalho com os atos do paciente fora da sessão. Como observa Miller (2012), a dependência emocional tende a se manifestar em comportamentos de monitoramento obsessivo do parceiro, mensagens repetitivas ou tentativas de controle. Ao trazer esses atos à fala, o analista faz com que o paciente associe tais repetições à lógica de tamponamento da falta, destacando a circularidade que acaba produzindo sofrimento e reforço sintomático. A elaboração simbólica dessas ações, gradualmente deslocam o foco da compulsão para a palavra, permitindo ganhos de autonomia.

Resultados clínicos relatados por Nasio (2007) indicam que, quando o tratamento consegue atingir a cena fantasmática central, geralmente remetida a vivências de abandono na infância, ocorre redução significativa da necessidade de validação externa. O paciente passa a reconhecer que nenhum Outro detém a chave de sua completude e, desse modo, pode construir relações mais equilibradas, aceitando o outro como ele é sem fusão de ambos.

A literatura psicanalítica atual também enfatiza a importância de articular a prática clínica com dispositivos grupais ou psico-educativos, sobretudo em fases avançadas do tratamento. Grupos terapêuticos, por exemplo, oferecem ao dependente emocional a possibilidade de experimentar múltiplos olhares, relativizando a centralidade de um único objeto de amor. Essa experiência diversifica as fontes de reconhecimento, contribuindo para um sentimento de valor menos condicionado a um

vínculo exclusivo, como apontam Benevides e Passos (2017) ao refletirem sobre intervenções coletivas na clínica contemporânea.

Em resumo, o efeito da dependência emocional na clínica psicanalítica envolve manejo cuidadoso da transferência, não visando uma “cura para esse vazio”, mas sim o reconhecimento das oscilações contratransferências e interpretações que possam devolver ao paciente a responsabilidade sobre sua falta e o entendimento de que a falta é parte da condição humana. O objetivo é auxiliar na construção de um eu que suporte a castração simbólica, permitindo que haja vínculos afetivos baseados na reciprocidade e não na impossibilidade de uma completude. Esse caminho, embora desafiador, oferece uma trajetória de transformação profunda e duradoura, possibilitando que o sujeito amplie a autonomia psíquica e a capacidade de viver relações mais saudáveis, como discute Kehl (2014), refletindo sobre o papel do analista em sustentar a falta sem oferecer respostas totalizantes.

Em síntese, compreender a dependência emocional como modo de laço permite deslocar a demanda por garantias para a responsabilização do sujeito, ampliando possibilidades de cuidado sem normatizações.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS:**

O estudo mostrou que a dependência emocional, entendida psicanaliticamente, emerge do encontro entre falta, amor e reconhecimento, e que a distinção entre ‘outro’ e ‘Outro’ é decisiva para compreender sua manutenção e suas saídas possíveis.

Em relação à pergunta orientadora, não se identificou resposta totalizante; constatou-se, contudo, que a tentativa de bordear a falta por meio do amor é recorrente e pode ser trabalhada clinicamente sem a expectativa de completude.

Foram encontradas lacunas na literatura quanto a estudos que articulem, de modo explícito, dependência emocional e vazio do eu em contextos clínicos contemporâneos.

Como principais achados, destacam-se: a centralidade da idealização e da frustração; a operação do amor como laço simbólico; e a relevância do reconhecimento na direção do tratamento. São recomendados estudos futuros que ampliem a investigação clínica e teórica, incluindo recortes metodológicos diversos e contextos relacionais atuais.

Conclui-se que a dependência emocional, lida pela psicanálise, desloca-se de um rótulo diagnóstico para um arranjo de laços sustentado pela fantasia de completude. O manejo clínico visa abrir espaço para novas posições de desejo e para a aceitação da falta.

Formação: recomenda-se que estágios e supervisões abordem sistematicamente vínculos, especialmente quando o terapeuta é convocado como garantidor do eu do paciente.

Limitações: heterogeneidade de termos, poucos estudos empíricos e ausência de métricas comuns. Pesquisas futuras podem articular estudos de caso com indicadores clínicos de processo e desfecho.

Do ponto de vista pessoal e formativo, a investigação representou percurso de implicação e reflexão, permitindo à autora ressignificar experiências e ampliar a escuta clínica frente à dependência emocional.

## REFERÊNCIAS:

- BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Steff; MERTENS, Sabine. SANRA: a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, art. 5, p. 1–12, 2019.
- BAUMAN, Zygmunt. *Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.
- BIRMAN, Joel. *Mal-estar na atualidade: a psicanálise e as novas formas de subjetivação*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2009.
- BLEICHMAR, Hugo. *Narcisismo: estados e tramas*. Porto Alegre: Artmed, 2009.

CAVALCANTE, A. M. B.; MELO, F. L. D. Dependência emocional: entre o desejo de fusão e a dificuldade de separação. *Revista Brasileira de Psicologia*, v. 8, n. 1, p. 72–83, 2018.

DELGADO, Carlos; SOUZA, Raquel; PEREIRA, João. Group psychoanalysis for affective dependence: outcome report. *Psicologia Clínica*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 1, p. 99–118, 2023.

FREITAS, Paula; BLEICHMAR, Hugo. Transferência e fusão: desafios do setting com dependentes emocionais. *Percursos*, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 135–150, 2019.

FREUD, Sigmund. Introdução ao narcisismo (1914). In: *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. *O mal-estar na civilização* (1930). São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

FREUD, Sigmund. Sobre o narcisismo: uma introdução. 1914. In: *Obras completas*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

GONZÁLEZ, Patricia; et al. Self-deficit and emotional dependence: a qualitative study. *International Journal of Psychology*, Hoboken, v. 55, n. 4, p. 512–521, 2020.

HARRIS, James. The mirror stage revisited: new empirical findings. *Psychoanalytic Psychology*, Washington, DC, v. 34, n. 3, p. 349–360, 2017.

KEHL, Maria Rita. *O tempo e o cão: a atualidade das depressões*. São Paulo: Boitempo, 2009.

KEHL, Maria Rita. *O tempo e o cão: a atualidade das depressões*. 2. ed. São Paulo: Boitempo, 2011.

KEHL, Maria Rita. Transferência e dependência afetiva na clínica. In: KEHL, Maria Rita. *Ensaio sobre o inconsciente*. 2. ed. São Paulo: Boitempo, 2014. p. 75–92.

LACAN, Jacques. A direção do tratamento e os princípios de seu poder (1958). In: *Escritos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

LACAN, Jacques. *Écrits*. Paris: Seuil, 1966.

LACAN, Jacques. *Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise* (Seminário, Livro XI). Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

LAPLANCHE, Jean; PONTALIS, Jean-Bertrand. *Vocabulário da psicanálise*. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

MILLER, Jacques-Alain. *Elucidations of Lacan*. London: Karnac, 2012.

MOURA, Renata; KEHL, Maria Rita. Idealização amorosa e dependência afetiva em tempos de redes sociais. *Estilos da Clínica*, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 77–92, 2018.

NASIO, Juan-David. A cena fantasmática central na dependência emocional. *Revista Brasileira de Psicanálise*, Rio de Janeiro, v. 41, n. 2, p. 211–225, 2007.

NASIO, Juan-David. *O livro do amor e do desejo*. Rio de Janeiro: Zahar, 1997.

QUINET, Antonio. *O sujeito na contemporaneidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2009.

ROGERS, Julia; CLARK, Frank. Handling dependency in psychodynamic therapy: a systematic review. *Clinical Psychology Review*, Oxford, v. 78, 101852, 2020.

SAFATLE, Vladimir. *O circuito dos afetos: corpos políticos, desamparo e o fim do indivíduo*. Belo Horizonte: Autêntica, 2016.

SAFRA, Gilberto. A busca de validação na cultura digital: implicações clínicas. *Revista Brasileira de Psicanálise*, Rio de Janeiro, v. 53, n. 3, p. 211–225, 2019.

SILVA, D. M.; SOUSA, J. L. S. A baixa autoestima e a dependência emocional nas relações afetivas. *Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente*, v. 11, n. 2, p. 49–60, 2020.

SILVA, Roberta; PRADO, Mariana. Falta estrutural e constituição do sujeito: releituras contemporâneas de Lacan. *Revista Latino-Americana de Psicopatologia*, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 45–60, 2021.

SUY, Ana. *Não pise no meu vazio*. Porto Alegre: Dublinense, 2019.

SUY, Ana. *Não pise no meu vazio*. São Paulo: nVersos, 2016.

WINNICOTT, D. W. *O ambiente e os processos de maturação*. Porto Alegre: Artmed, 1965.

WINNICOTT, Donald W. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

ZIMMERMAN, David E. *Psicoterapia de grupo na prática clínica*. Porto Alegre: Artmed, 2010.

ŽIŽEK, Slavoj. The lack-in-being. In: \_\_\_\_\_. *Lacan today*. London: Routledge, 2019. p. 45–62.

## OS IMPACTOS DO SUICÍDIO NAS DINÂMICAS SOCIAIS E FAMILIARES: ESPECIFICIDADES E DESDOBRAMENTOS

Joyce de Almeida Costa<sup>1</sup>  
Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

### RESUMO

O suicídio é um fenômeno complexo e um dos principais problemas de saúde pública em escala global, que impacta significativamente as dinâmicas familiares e sociais. O luto decorrente de uma morte por suicídio possui características particulares, sendo frequentemente permeado por preconceitos, culpa e um intenso estigma social que torna seu processo de elaboração mais complexo para os sobreviventes. Este estudo, configurado como uma revisão narrativa da literatura, tem como objetivo discutir os impactos emocionais e sociais decorrentes do suicídio entre familiares e, simultaneamente, analisar criticamente a aplicabilidade de modelos psicológicos dominantes, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), para essa demanda. A metodologia consistiu na análise de produções científicas publicadas nos últimos 10 anos (2015 a 2025), consultadas em bases de dados como SciELO e Google Acadêmico. Observa-se que a literatura tende a focar na prevenção, negligenciando as consequências e impactos para os sobreviventes, e frequentemente recorre a modelos que não abarcam a totalidade do sofrimento coletivo. Constatou-se que, embora a TCC ofereça ferramentas para o manejo individual do luto, as profundas dimensões socioculturais e sistêmicas do fenômeno expõem uma lacuna em abordagens focadas no indivíduo, sinalizando a necessidade de referenciais com maior repertório histórico-cultural, como o da Psicologia Social, para uma compreensão e intervenção mais abrangentes.

**Palavras-chave:** Suicídio; Luto Complicado; Estigma Social; Intervenção Psicológica; Revisão Narrativa.

### ABSTRACT

Suicide is a complex phenomenon and a major global public health issue, significantly impacting family and social dynamics. The resulting grief is characterized by features, often permeated by prejudice, guilt, and intense social stigma that complicates the grieving process for survivors. This study, a narrative literature review, aims to discuss the emotional and social impacts of suicide among family members while critically analyzing the applicability of dominant psychological models, such as Cognitive-Behavioral Therapy (CBT), for this demand. The methodology involved analyzing scientific productions from the last 10 years (2015-2025) from databases like SciELO and Google Scholar. Literature tends to focus on

---

<sup>1</sup> Graduanda em psicologia pela faculdade ESAMC - Uberlândia. E-mail: joycedalmeidacosta@gmail.com

<sup>2</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU). Mestre em Psicologia UFU (2006). Graduada em Nutrição (UFU). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como Psicóloga Clínica. E-mail: cleycianefaria@gmail.com

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela Universidade do Triângulo (UNITRI); Mestre em Psicologia pela UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: albert.manoel@hotmail.com

prevention, neglecting the consequences for survivors, and often relies on models that do not encompass the entirety of collective suffering. It was found that while CBT offers tools for individual grief management, the profound sociocultural and systemic dimensions of the phenomenon expose a gap in individually focused approaches, signaling the need for frameworks with a greater historical-cultural repertoire, such as Social Psychology, for a more comprehensive understanding and intervention.

**Keywords:** Suicide; Complicated Grief; Social Stigma; Psychological Intervention; Narrative Review.

## 1 INTRODUÇÃO

A complexidade do suicídio envolve muitas dimensões diferentes, fazendo dele um tema de difícil compreensão e estudo, o que impacta significativamente as dinâmicas familiares e sociais, sendo considerado um dos principais problemas de saúde pública em escala global. Dados epidemiológicos recentes apontam que o comportamento suicida demonstra variações significativas entre gênero, país, faixa etária e classe social, mas permanece como uma das principais causas de morte prematura (Nock, 2008; LU, 2019). Afetando não apenas quem comete o ato, mas reverberando nas relações interpessoais e nas estruturas familiares, provocando rupturas e dificuldades emocionais.

Os sobreviventes, como são denominados na literatura os familiares enlutados, podem abranger uma gama de pessoas ainda maior se forem incluídos os amigos, companheiros, profissionais que lidaram com o paciente e os indivíduos que tiveram contato durante a vida. Sendo assim, para cada morte por suicídio, no mínimo entre 10 e 15 pessoas podem ser afetadas (Andriessen & Krysinska, 2012; WHO, 2014). Evidenciando as proporções e os efeitos duradouros dessa tragédia.

Nesse cenário, as intervenções psicológicas são cruciais. Abordagens consolidadas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), são frequentemente citadas como eficazes para o manejo de sintomas individuais do luto complicado. Contudo, este estudo parte de um questionamento central: seria um modelo focado no indivíduo suficiente para abarcar um sofrimento cujas raízes e manifestações são eminentemente sociais e sistêmicas? O estigma, a culpa compartilhada e a desestruturação dos laços familiares são fenômenos que transcendem a esfera cognitiva individual.

Portanto, o objetivo geral deste trabalho é discutir os impactos emocionais e sociais decorrentes do suicídio entre familiares, enquanto se analisa criticamente a aplicabilidade dos modelos psicológicos tradicionalmente utilizados, com foco na TCC. Busca-se, assim, especificamente:



Compreender as especificidades do luto por suicídio e as necessidades dos familiares enlutados;

Analisar como os fatores socioculturais afetam na busca por ajuda psicológica durante o luto;

Identificar os processos que tornam o luto por suicídio mais suscetível a cronicidade e quais são as orientações clínicas diante do sofrimento no processo de luto complexo.

## **2 METODOLOGIA**

A presente pesquisa realizada é uma revisão narrativa, que se caracteriza por apresentar um relato da literatura desenvolvida sobre o assunto, trazendo uma visão geral podendo ser baseada em vários tipos de bibliografia diferentes, sendo está qualitativa e descritiva. O objetivo é reunir, analisar e interpretar produções científicas que abordem as especificidades do luto por suicídio, seus impactos nas dinâmicas familiares e sociais, bem como as intervenções psicológicas associadas ao manejo desse processo.

A análise realizada em produções publicadas nos últimos 10 anos (2015 a 2025), garantiu a atualidade das evidências utilizadas. Por tanto, foram consultadas as seguintes bases de dados: SciELO, Google Acadêmico, além de diferentes revistas médicas e jornais reconhecidos, também integra documentos oficiais de instituições reconhecidas, como o Ministério da Saúde, a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e a Organização Mundial da Saúde (OMS).

Os descritores utilizados foram: “luto por suicídio”, “luto complicado”, “luto complexo” e “especificidades do luto por suicídio”. A combinação desses termos garantiu um levantamento abrangente e representativo da literatura sobre o tema. Foram encontrados aproximadamente 150 artigos relacionados ao tema. Após a aplicação dos critérios de inclusão, foram selecionados apenas cerca de 20 artigos científicos, sendo eles: abordar diretamente a temática, ano de publicação, artigos completos e base sólida na literatura e coerentes com a população estudada e literatura de base.

Os critérios de exclusão aplicados são: artigos de opinião, artigos não disponíveis na íntegra, resenhas, período de publicação anterior a 2010, bem como a exclusão de artigos que não estivesse relacionado ao tema e, intervenções baseadas em abordagens muito distintas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). A análise dos materiais selecionados foi conduzida de forma interpretativa, permitindo articular os dados teóricos aos objetivos da

pesquisa e construir reflexões sobre o papel das intervenções psicológicas no manejo do luto por suicídio.

Dessa forma, esse estudo sobre o luto por suicídio pode impactar diretamente ou indiretamente os familiares, trazendo benefícios como conscientização, visibilidade, um olhar minucioso do suicídio nas relações interpessoais e às possibilidades de intervenção que possam contribuir para um suporte psicológico mais eficaz e sensível às especificidades desse tipo de luto, pois mesmo quando abordado em estudos, ainda há lacunas a serem exploradas.

Para avaliar a qualidade deste artigo, foi aplicado a escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), composta por seis critérios de avaliação: justificativa do tema, pesquisa da literatura, referências utilizadas, apresentação dos dados, interpretação dos resultados e conclusão. Essa ferramenta permite verificar o rigor metodológico e a consistência das revisões narrativas, contribuindo para a credibilidade e a transparência científica do estudo. A nota obtida por este artigo na escala foi 12, os resultados completos dessa análise estão apresentados na Tabela 1 para melhor compreensão.

Tabela 1: Avaliação da revisão narrativa pelo método SANRA

| Item | Descrição do Item                                      | Pontuação |
|------|--------------------------------------------------------|-----------|
| 1    | Explicação da importância do tema da revisão           | 2         |
| 2    | Declaração clara dos objetos da revisão                | 2         |
| 3    | Descrição da busca literária utilizada                 | 2         |
| 4    | Referências adequadas e apresentação apropriada        | 2         |
| 5    | Raciocínio científico e fundamentação teórica do texto | 2         |
| 6    | Apresentação de dados finais relevantes e apropriados  | 2         |
|      | Pontuação total máxima (12)                            | 12        |

Fonte: a autora (2025). Adaptado de BAETHGE; GOLDBECK-WOOD; MERTENS (2019).

### 3 RESULTADOS

A análise da literatura revela o uma tensão fundamental entre a dimensão individual e a dimensão coletiva do luto por suicídio, o que, por sua vez, expõe os limites das abordagens clínicas tradicionais, que aponta para uma lacuna fundamental: um modelo centrado nos

processos cognitivos do indivíduo possui um alcance limitado para intervir sobre os fatores que, em grande medida, produzem o sofrimento.

De que forma a reestruturação cognitiva de uma pessoa pode, por si só, restaurar a dinâmica disfuncional de um sistema familiar ou combater o estigma social que o isola? A própria metodologia deste estudo, ao excluir abordagens muito distintas da TCC, revela um campo onde a aplicação deste modelo de forma sistêmica ainda é pouco explorada. Que por sua vez convoca a uma ampliação do repertório da psicologia.

Para lidar com fenômenos de natureza coletiva, são necessários referenciais que tenham o social como foco. A literatura já aponta que o “fortalecimento dos laços familiares, rede de apoio e suporte social eficiente” são fatores importantes para abrandar o sofrimento. Abordagens como a Psicologia Social, com suas ferramentas para compreender processos grupais, representações sociais e dinâmicas de poder, oferecem um caminho promissor. Uma intervenção psicossocial, articulada com os indispensáveis grupos de apoio, não se limitaria a tratar o indivíduo, mas poderia atuar na comunidade e no sistema familiar, criando espaços legitimados de fala e fortalecendo a rede de apoio social de forma direta e eficaz.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 As Especificidades do Luto por Suicídio**

Historicamente, o suicídio foi cercado de estigma, silêncio e incompreensão, o que dificultou tanto a prevenção quanto o acolhimento dos sobreviventes enlutados. O estigma social é um dos fatores cruciais que promovem o isolamento dos familiares, dificultando o acesso a serviços de saúde mental e rede de apoio (TESSEMA et al., 2024). Portanto, o luto por suicídio surge como uma experiência única e desafiadora, diferente de outros tipos de luto, este é frequentemente marcado por sentimentos intensos de culpa, raiva e questionamentos de como poderiam ter evitado a tragédia (ANDRIESSEN et al., 2017). Esses sentimentos podem gerar um ciclo de sofrimento silencioso e prolongado, no qual os enlutados se afastam da rede de apoio.

A literatura aponta que parentes e amigos próximos que perderam alguém por suicídio, apresentam uma maior probabilidade de desencadear transtornos psicológicos, como depressão, estresse pós-traumático e ansiedade, além de serem mais suscetíveis a pensamentos e comportamentos suicidas (DEVILLE et al., 2020; ANDRIESSEN et al., 2017). Nesse contexto a supervisão da família ocupa um lugar central tanto na prevenção de novos casos

quanto no processo de luto. Estudos sinalizam que baixa supervisão, conflitos e casos anteriores de suicídio na família, estão interligados a frequência com que principalmente crianças e adolescentes tem ideação e tentativas suicidas (WANG et. la.,2019; DEVILLE et al.,2020; RUNESON, 1998). Em contrapartida, o fortalecimento dos laços familiares, rede de apoio e suporte social eficiente, são fatores importantes capazes de abrandar o sofrimento e até promover os primeiros passos para a superação (SCHARPF et. al., 2023).

Autores de outras abordagens trazem suas próprias narrativas acerca do tema, sobretudo é um consenso quase que universal, que a maneira como a desvalorização desses sentimentos e a forma que os estigmas se perpetuam, a morte por suicídio ainda é vista e tratada de maneira banal. Uma vez que, de acordo com Silva, Sougey e Silva (2015, p. 423):

O suicídio, “[...] bem como sua tentativa, tornou-se grande pecado, vergonha e, por fim, crime, tudo isso sob a égide da tradição religiosa, que contribuiu sobremaneira para essa marginalização”.

A necessidade de um olhar específico para o suicídio também é salienta pelo autor, Fine (2018, p.14):

O suicídio é diferente das outras mortes. Nós, os que ficamos para trás, não podemos dirigir nossa raiva à justiça de uma doença mortal, de um acidente aleatório ou de um assassino desconhecido. Em vez disso, sofremos pela mesma pessoa que tirou a vida de nosso ente querido. Antes de começar aceitar nossa perda, precisamos lidar com as razões dela e com o reconhecimento gradual de que talvez nunca saibamos o que aconteceu, nem por quê.

De modo geral, pode-se afirmar que o luto por suicídio não é um processo linear e apresenta grande variabilidade conforme a cultura, as crenças religiosas e as características psicossociais dos sobreviventes enlutados e as respostas emocionais podem variar amplamente de indivíduo para indivíduo.

#### **4.2 Fatores Sociais e Culturais no Impacto Familiar e Comunitário**

Considerando que toda comunidade possui suas próprias regras para que os indivíduos possam expressar suas dores, porém, quando há um enlutado que não se encaixa as normas do contexto social da qual está inserido, seu luto pode não ser validado (Botega, 2023). Uma vez

que, tanto o luto quanto o suicídio estão simultaneamente ligados à Morte, essa que segue sendo um dos grandes mistérios e desafios para a Humanidade, compreender como ela é significada e experienciada socialmente é importante para que haja um melhor entendimento dos estigmas e dos tabus sociais que circundam o luto e o Suicídio. Como é descrito por Melo (2000, p.2):

O estigma é um atributo que produz um amplo descrédito na vida do sujeito; em situações extremas, é nomeado como “defeito”, “falha” ou desvantagem em relação ao outro; isso constitui uma discrepância entre a identidade social virtual e a identidade real. Para os estigmatizados, a sociedade reduz as oportunidades, esforços e movimentos, não atribui valor, impõe a perda da identidade social e determina uma imagem deteriorada, de acordo com o modelo que convém à sociedade. O social anula a individualidade e determina o modelo que interessa para manter o padrão de poder, anulando todos os que rompem ou tentam romper com esse modelo.

As dimensões sociais e culturais desempenham papel fundamental na maneira como o suicídio é percebido, compreendido e enfrentado pelos familiares e pela comunidade. A ocultação das emoções e a ausência de espaços legitimados para o compartilhamento do sofrimento são fatores que reforçam o abismo entre o acolhimento e a informação. O suicídio desestabiliza os laços comunitários e provoca sentimentos coletivos de insegurança, impotência e medo, especialmente em comunidades pequenas. Martins e Lima (2014, p. 11) descrevem que:

A morte ocupa um lugar de exclusão na sociedade ocidental, não se fala sobre o assunto ou então, ao citá-lo, usam-se termos para encobrir o real sentido como: passagem e descanso. O sigilo que é atribuído a essa parte de nossas vidas revela o despreparo que possuímos ao lidar com situações que revelam o que há de mais frágil e particular em cada um de nós.

Podemos notar a não aceitação da morte como algo inerente à condição humana na cultura ocidental e que pode ser considerada uma das causas da estigmatização do luto e do suicídio. Dessa forma, o processo de luto para a família tem como resultado da tragédia vivida e do impacto da quebra do caráter harmônico, o desequilíbrio e a mudança abrupta na dinâmica familiar, sentimentos de dor e ausência que transformam o seio familiar harmônico, agora, em um ambiente psicologicamente perturbador e disfuncional (KRÜGER, 2010).

É possível compreender que as respostas sociais e comunitárias ao suicídio são mediadas por fatores culturais, religiosos e históricos, que devem ser considerados nas estratégias de prevenção e pós-venção. Não há como pensar em políticas de apoio aos enlutados sem compreender as dinâmicas culturais que moldam as respostas ao suicídio.

#### **4.3 O Papel das Intervenções Psicológicas e dos Grupos de Apoio**

O acesso ao cuidado pós-suicídio (pós-venção) é de fato desigual e insuficiente, especialmente em países como o Brasil, onde as ações estruturadas ainda são limitadas e concentram-se em iniciativas de organizações não governamentais (DANTAS; BREDEMEIER; AMORIM, 2022; TADMON; BEARMAN, 2023). Pensando em manejo clínico, o luto por suicídio é considerado a segunda demanda mais difícil de ser trabalhada em psicoterapia, só ficando atrás da perda ambígua, essa sendo o sentimento de uma perda não confirmada que ocorre quando há uma ausência física e/ou psicológica de uma pessoa querida, como, por exemplo, alguém que está desaparecido, foi sequestrado ou está com Alzheimer, o que impede o processo de elaboração do luto devido à falta de uma constatação e ritualização de tal perda.

No acompanhamento com indivíduos em processo de luto a TCC tem como objetivo auxiliar para que o indivíduo crie habilidades e consiga resolver os conflitos vivenciados com a perda do ente querido. Kübler-Ross (2017), menciona que é possível observar que durante o processo do luto a pessoa passa por várias fases até a aceitação.

Enquanto o modelo de Kübler-Ross (2017) popularizou a ideia de "estágios" passivos, abordagens mais contemporâneas focadas na intervenção, como a de J. William Worden (2018), são mais alinhadas ao pragmatismo terapêutico. Worden substitui os estágios por "Tarefas do Luto" ativas. Para elaborar a perda, o enlutado precisaria: 1) Aceitar a realidade da perda; 2) Processar a dor e os sentimentos (incluindo culpa, raiva e vergonha, tão presentes no luto por suicídio); 3) Ajustar-se a um mundo sem o falecido; e 4) Encontrar uma conexão duradoura com o falecido enquanto embarca em uma nova vida. As intervenções psicológicas, portanto, visam auxiliar ativamente o indivíduo a navegar e completar essas tarefas.

Quando o luto falha em progredir o que é comum no luto por suicídio devido ao trauma, culpa e estigma pode-se desenvolver o Transtorno de Luto Prolongado (TLP). M. Katherine Shear (2015), principal pesquisadora da área, desenvolveu a Terapia para o Luto Prolongado (CGT), uma abordagem baseada em evidências que integra técnicas da TCC

(como exposição e reestruturação cognitiva) e da teoria do apego. O foco é identificar os "pontos de emperramento" (como a ruminação sobre a culpa ou a evitação de lembranças) que impedem a adaptação natural à perda, demonstrando a necessidade de técnicas específicas.

Este transtorno, agora formalmente reconhecido na literatura psiquiátrica como Transtorno de Luto Prolongado (TLP), teve seus critérios diagnósticos consolidados na mais recente revisão do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR). Esta inclusão é significativa pois diferencia o TLP do luto normal (ou "descomplicado"). De acordo com o DSM-5-TR, o diagnóstico requer que a morte de uma pessoa próxima tenha ocorrido há pelo menos 12 meses para adultos (ou 6 meses para crianças). Além do critério temporal, a resposta ao luto deve ser persistente e incluir a presença de sintomas específicos:

**Sintomas Centrais:** Pelo menos um dos seguintes deve estar presente quase diariamente: 1) Saudade ou anseio intenso e persistente pela pessoa falecida; ou 2) Preocupação persistente com pensamentos ou memórias do falecido.

**Sintomas Adicionais:** Pelo menos três dos seguintes sintomas devem estar presentes: perturbação da identidade (sentir que parte de si morreu), descrença acentuada sobre a morte, evitação de lembretes da perda, dor emocional intensa (como raiva, amargura), dificuldade de reintegração social, apatia emocional, sentimento de que a vida perdeu o sentido ou solidão intensa.

O critério-chave é que a perturbação cause sofrimento clinicamente significativo ou prejuízo no funcionamento social, profissional e em outras áreas importantes. Além disso, a duração e a intensidade da reação devem exceder claramente aquilo que é esperado dentro do contexto cultural, social ou religioso do próprio indivíduo.

A TCC tem sido adaptada a clientes com diferentes níveis de educação e renda, bem como a uma variedade de culturas e idades, desde crianças pequenas até adultos com idade mais avançada. É usada atualmente em hospitais e clínicas, escolas, programas vocacionais e prisões, entre outros contextos. É utilizada nos formatos de grupo, casal e família (BECK, 2022 p.32).

Para além de sua ampla aplicação, é crucial detalhar como a TCC atua. O manejo clínico, conforme descrito por Beck (2022), parte do modelo cognitivo de que o sofrimento patológico é mantido por interpretações disfuncionais. No luto por suicídio, o foco do

terapeuta recai sobre o processamento de crenças de culpa (ex: "Eu deveria ter feito algo", "A culpa foi minha") e a vergonha decorrente do estigma social. O papel do psicólogo é intervir diretamente nesses processos.

Na prática, essa intervenção ocorre via técnicas de reestruturação cognitiva. O terapeuta utiliza o Questionamento Socrático para guiar o enlutado a examinar a validade e as evidências de seus pensamentos de culpa, sem invalidar sua dor, mas buscando flexibilizar a autoatribuição de responsabilidade. O Registro de Pensamentos Disfuncionais (RPD) é adaptado para que o paciente possa identificar, contestar e formular respostas mais adaptativas para as cognições que surgem (Beck, 2022), diferenciando a dor da perda da culpa paralisante.

Além da reestruturação cognitiva, o componente comportamental é vital. O isolamento social, intensificado pelo estigma, é tratado com a Ativação Comportamental (AC), que planeja a retomada gradual de atividades e contatos sociais significativos. A TCC também pode usar técnicas de Exposição cuidadosa para processar memórias traumáticas da perda, permitindo que o paciente possa reconectar-se com as memórias positivas da vida do ente querido, e não apenas de sua morte.

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é eficaz na reestruturação de pensamentos disfuncionais e na prevenção do luto complicado, constituindo componentes fundamentais na abordagem do luto por suicídio, tanto no sentido de promover a elaboração saudável da perda quanto na prevenção de complicações psicopatológicas.

Além das intervenções individuais, os grupos de apoio são ferramentas essenciais para a promoção do acolhimento e do suporte mútuo entre os enlutados. O luto por suicídio exige intervenções específicas e sensíveis, com ações que vão desde o suporte imediato até o acompanhamento de longo prazo, visando reduzir o sofrimento, promover adaptação saudável e prevenir novos casos de suicídio. A literatura destaca a importância de abordagens integradas, baseadas em evidências e adaptadas ao contexto sociocultural dos enlutados.

Apesar da validade e da eficácia comprovada dessas técnicas para o sofrimento subjetivo, é neste ponto que os limites do modelo se tornam evidentes. A TCC é altamente eficaz em ajudar o indivíduo a responder ao estigma (tratando seu pensamento "O que vão pensar de mim?"), mas ela não tem ferramentas para atuar sobre o estigma, que é um fenômeno social. Da mesma forma, a reestruturação cognitiva de um membro da família tem alcance limitado se o restante do sistema familiar permanecer em um ciclo de culpa e silêncio.



Isso expõe a lacuna que este trabalho investiga, sinalizando a necessidade de referenciais que integrem o individual ao psicossocial.

A lacuna deixada pelas abordagens estritamente individuais convoca a psicologia a ampliar seu repertório, como já apontado nos resultados. Para lidar com um fenômeno cujas raízes são o estigma, o silêncio e a ruptura de laços, são necessários referenciais que tenham o social como foco. Além das intervenções individuais, os grupos de apoio são ferramentas essenciais para a promoção do acolhimento e do suporte mútuo entre os enlutados. Estes grupos, aliás, são uma demonstração prática da interface psicossocial. A Psicologia Social, através dos estudos de Processos Grupais e Representações Sociais, permite ao psicólogo compreender como o estigma é construído e mantido na comunidade, e como ele dita as "regras" do luto. Uma intervenção de base psicossocial pode atuar não apenas na cognição do indivíduo, mas na própria dinâmica da comunidade, facilitando a criação de espaços legitimados de fala e o fortalecimento direto da rede de apoio social.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Verificou-se que modelos focados no indivíduo, como a Terapia Cognitivo-Comportamental, embora ofereçam ferramentas válidas e indispensáveis para o sofrimento subjetivo como a reestruturação cognitiva da culpa e a ativação comportamental contra o isolamento mostram-se limitados para intervir sobre as dimensões coletivas e sistêmicas que são centrais neste fenômeno.

Essa limitação não invalida a TCC, mas aponta para a necessidade urgente de ampliar seu escopo de atuação, reconhecendo que o sofrimento do enlutado por suicídio não é apenas cognitivo, mas profundamente social, moldado pelo estigma e pela dinâmica familiar.

Conclui-se que futuros estudos e práticas clínicas devem buscar desenvolver e implementar modelos de intervenção mais integrativos. Estes modelos devem ser de base psicossocial, capazes de articular as eficazes técnicas de manejo individual (cognitivas e comportamentais) com estratégias de intervenção nos sistemas familiares e comunitários, como os grupos de apoio e programas anti-estigma, oferecendo um suporte mais completo e eficaz para aqueles que permanecem.

## **REFERÊNCIAS**

ANDRIESSEN, K. et al. Prevalence of exposure to suicide: A meta-analysis of population-based studies. **Journal of Psychiatric Research**, v. 88, p. 113-120, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.01.017>. Acesso em: 5 jun. 2025.

ARAÚJO, Davi França; OLIVEIRA, Maria Ana Sebastião de. Luto por suicídio sob o olhar da Gestalt-terapia. 112 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – **Unidade Educacional de Palmeira dos Índios, Universidade Federal de Alagoas, Palmeira dos Índios**, 2021.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Suicídio: informando para prevenir. **Associação Brasileira de Psiquiatria, Comissão de Estudos e Prevenção de Suicídio**, 2014.

BECK, J.S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. Porto Alegre: **Artmed**, 2022.

BOTEGA, N. J. (2023). Crise suicida: avaliação e manejo (2nd ed.). **Artmed**.

DEVILLE, D. et al. Prevalence and family-related factors associated with suicidal ideation, suicide attempts, and self-injury in children aged 9 to 10 years. **JAMA Network Open**, v. 3, n. 2, e1920956, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2019.20956>. Acesso em: 5 jun. 2025.

GONÇALVES, Francisca Tatiana Dourado et al. Os impactos do suicídio no âmbito familiar e social. **Revista Eletrônica Acervo Saúde/Electronic Journal Collection Health ISSN**, v. 2178, p. 2091.

KRÜGER LL, WERLANG BSG. A dinâmica familiar no contexto da crise suicida. 114 f. Tese (Doutorado). Psicologia, **Universidade Católica do Rio Grande do Sul**, 2007.

KÜBLER-ROSS, E. Sobre a Morte e o Morrer. 10. Ed. **São Paulo: Martins Fontes**, 2017.

LU, L. et al. Prevalence of suicide attempts in individuals with schizophrenia: A meta-analysis of observational studies. **Epidemiology and Psychiatric Sciences**, v. 29, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S2045796019000313>. Acesso em: 5 jun. 2025.

MARTINS, M.; LIMA, P. V. de A. Contribuições da Gestalt-terapia no enfrentamento das perdas e da morte. **Revista IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 20, p. 01-39, Jan./jun. 2014.

NOCK, M. et al. Suicide and suicidal behavior. **Epidemiologic Reviews**, v. 30, p. 133-154, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/epirev/mxn002>. Acesso em: 5 jun. 2025.

OSMARIN V. Suicídio: O luto dos sobreviventes. **Rio Grande do Sul: LUSPE**, 2016. 13 p. Monografia, Formação em Aconselhamento Psicológico para o luto. LUSPE, 2015.

OWLIAEY, H. et al. Investigating the characteristics of suicide and its relationship with family history of suicide. **International Journal of High Risk Behaviors and Addiction**, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.5812/ijhrba-143591>. Acesso em: 5 jun. 2025.

RUNESON, B. History of suicidal behaviour in the families of young suicides. **Acta Psychiatrica Scandinavica**, v. 98, p. 1-6, 1998. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1998.tb10126.x>. Acesso em: 5 jun. 2025.

SCHARPF, F. et al. Prevalence of suicidality and associated factors of suicide risk in a representative community sample of families in three East African refugee camps. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, v. 59, p. 245-259, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s00127-023-02506-z>. Acesso em: 5 jun. 2025.

SHEAR, M. K. Complicated Grief. **The New England Journal of Medicine**, v. 372, n. 2, p. 153-160, 2015.

SHNEIDMAN, ES (1973). *Mortes do Homem*. **Quadrangle/New York Times Book Co.**

SILVA, Keilane Maria da Costa; ALVES, Larissa Arrais; SANTIAGO, Juliana Beatriz Santos; PEREIRA, Mayara Carneiro Alves. EFEITOS PSICOLÓGICOS NOS FAMILIARES ENLUTADOS POR SUICÍDIO: UMA ABORDAGEM TANATOLÓGICA DA DOR E DA RECUPERAÇÃO. **Revista Políticas Públicas & Cidades**, [S. l.], v. 13, n. 2, p. e861, 2024. Disponível em: <https://journalppc.com/RPPC/article/view/861>. Acesso em: 5 jun. 2025.

SILVA, T. DE P. S. DA .; SOUGEY, E. B.; SILVA, J.. Estigma social no comportamento suicida: reflexões bioéticas. **Revista Bioética**, v. 23, n. 2, p. 419–426, maio 2015.

TESSEMA, S. et al. Suicidal behaviours and associated factors among residents of Jimma Town, Southwest Ethiopia: A community-based cross-sectional study. **BMJ Open**, v. 14, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-085810>. Acesso em: 5 jun. 2025.

WANG, M. et al. Prevalence and correlates of suicidal ideation among college students: A mental health survey in Jilin Province, China. **Journal of Affective Disorders**, v. 246, p. 166-173, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.055>. Acesso em: 5 jun. 2025.

WORDEN, J. W. Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner. 5ª ed. **New York: Springer Publishing Company**, 2018.

---

# O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS EM PESSOAS COM TRANSTORNO BIPOLAR

Gabriel Felipe Moraes Gomes <sup>1</sup>  
Micael Pereira Oliveira <sup>1</sup>  
Cleyciane Alves de Faria <sup>2</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos<sup>2</sup>

## RESUMO

Este estudo tem como tema o impacto das redes sociais em pessoas com transtorno bipolar, analisando de que maneira essas plataformas digitais influenciam a saúde mental e o cuidado em rede. Considerando que o transtorno bipolar é uma condição crônica que afeta milhões de pessoas no Brasil e no mundo (APA, 2023; SANAR, 2023), investigar como o uso das redes sociais interfere na estabilidade emocional torna-se essencial para a prática clínica em Psicologia. A literatura revisada mostra que as redes sociais podem desempenhar um papel ambivalente: de um lado, promovem apoio social, biossociabilidade e espaços de acolhimento (Corrêa; Lima, 2020), mas, por outro, podem agravar sintomas de ansiedade, depressão, insônia e impulsividade, além de favorecer comportamentos de risco (Tostes, 2022; Silva et al., 2021; Rydahl, 2022). O estudo foi realizado por meio de uma revisão narrativa de literatura, baseada em artigos publicados entre 2010 e 2025, localizados nas bases SciELO e Google Acadêmico, a partir de descritores relacionados ao transtorno bipolar, saúde mental e redes sociais. Foram encontrados 35 textos, dos quais 20 foram incluídos após análise dos critérios de inclusão e exclusão. Os resultados evidenciam o predomínio de estudos sobre riscos associados ao uso excessivo das redes sociais, embora também tenham sido identificados benefícios relacionados ao fortalecimento de vínculos sociais e à troca de experiências. Observou-se, ainda, escassez de estudos aplicados diretamente à prática clínica da Psicologia. Assim, conclui-se que as redes sociais exercem um papel duplo sobre indivíduos com transtorno bipolar, podendo tanto contribuir para o cuidado em rede quanto desencadear ou intensificar crises de humor. Espera-se que esta pesquisa fomenta novas investigações e auxilie profissionais da saúde mental na construção de práticas mais eficazes de intervenção.

**Palavras-chave:** Redes sociais; Transtorno bipolar; Teoria Cognitivo-Comportamental; Revisão.

<sup>1</sup>

## ABSTRACT

This study addresses the impact of social media on individuals with bipolar disorder, analyzing how these digital platforms influence mental health and networked care. Considering that bipolar disorder is a chronic condition affecting millions of people in

---

<sup>1</sup> Graduandos em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [gabrielufelipe@gmail.com](mailto:gabrielufelipe@gmail.com) e [micaeloliveira3398@gmail.com](mailto:micaeloliveira3398@gmail.com).

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com).

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela Universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

Brazil worldwide (APA, 2023; SANAR, 2023), investigating how the use of social media interferes with emotional stability becomes essential for clinical practice in Psychology. The reviewed literature shows that social media can play an ambivalent role: on the one hand, it promotes social support, biosociality, and safe spaces for sharing experiences (Corrêa; Lima, 2020); on the other hand, it can worsen symptoms of anxiety, depression, insomnia, and impulsivity, in addition to encouraging risk behaviors (Tostes, 2022; Silva et al., 2021; Rydahl, 2022). The study was conducted through a narrative literature review, based on articles published between 2010 and 2025, retrieved from SciELO and Google Scholar databases, using descriptors related to bipolar disorder, mental health, and social media. A total of 35 papers were found, of which 20 were included after applying inclusion and exclusion criteria. The results highlight the predominance of studies focused on risks associated with excessive use of social media, although benefits related to strengthening social bonds and sharing experiences were also identified. Furthermore, a scarcity of studies directly applied to clinical psychology practice was observed. Thus, it is concluded that social media plays a dual role in the lives of individuals with bipolar disorder, being able to both contribute to networked care and trigger or intensify mood crises. It is expected that this research will foster new investigations and support mental health professionals in developing more effective intervention practices.

**Keywords:** Social media; bipolar disorder; Cognitive-Behavioral Therapy; Review.

## INTRODUÇÃO

O transtorno bipolar, segundo o DSM-5-TR (APA, 2023), caracteriza-se por episódios de mania, hipomania e depressão e a ciclotimia, afetando significativamente a vida social e emocional. Estima-se que cerca de 4% da população adulta brasileira conviva com essa condição, o que equivale a aproximadamente 6 milhões de pessoas (Sanar, 2023).

Além disso, o artigo diferencia a mania um dos episódios característicos do transtorno bipolar e é marcada por um humor excessivamente elevado, expansivo ou irritável, durante os episódios maníacos, a pessoa pode apresentar comportamentos impulsivos, decisões arriscadas, aumento de energia, diminuição da necessidade de sono, fala acelerada e ideias grandiosas. Esses episódios muitas vezes levam a problemas significativos no funcionamento social, ocupacional e até mesmo no contexto familiar (Moreno, Moreno & Ratzke, 2005).

A hipomania, é um estado mais leve e breve com sintomas semelhantes, mas de menor intensidade e menor duração. Embora a pessoa com hipomania ainda possa se sentir mais energética, otimista ou criativa, a hipomania não causa o nível de disfunção significativa que a mania provoca. Ela pode durar pelo menos quatro dias, e os sintomas podem ser percebidos por outras pessoas, mas a pessoa em si pode não perceber ou pode até achar a experiência agradável. (Moreno, Moreno & Ratzke, 2005).

Da mesma forma, o Transtorno Ciclotímico, é uma condição caracterizado por oscilações crônicas e menos graves do humor, alternando entre sintomas de hipomania e depressão leve. Tais flutuações, que podem ocorrer até no mesmo dia, frequentemente não são reconhecidas como patológicas, sendo erroneamente interpretadas como características de um temperamento instável ou irresponsável (Sanar, 2023).

Ademais as redes sociais digitais configuram-se como ferramentas importantes tanto na promoção da saúde mental quanto na avaliação clínica de pessoas com transtorno bipolar, uma vez que oferecem formas de expressão que permitem compreender melhor o paciente. Contudo, ainda são pouco exploradas em sua aplicação prática pela psicologia, exigindo maior investigação sobre sua eficácia e utilização profissional (Martini, 2018).

A pesquisa aponta que ao observar o comportamento de pacientes com Transtorno de Humor Bipolar (THB) nas redes sociais digitais, apresentam resultados benéficos que podem melhorar a qualidade de vida. As plataformas digitais apresentam uma forma de inserção social, e essas trocas de informações auxiliam no desenvolvimento de habilidades profissionais o que acarreta ao surgimento de tratamentos focados no ambiente digital o que aproxima o terapeuta da realidade do paciente com THB ajudando a criar novas formas de abordagens de tratamento que leve em consideração o campo digital (Martini, 2018).

No contexto atual, as redes sociais digitais se consolidaram como espaços de expressão e interação que impactam diretamente a subjetividade dos usuários (Martini, 2018). Para pessoas com transtorno bipolar, esses ambientes podem se tornar tanto fatores de risco — pela comparação social, excesso de estímulos e interrupção do sono (Tostes, 2022; Silva et al., 2021), quanto ferramentas de apoio, ao oferecer vínculos de biossociabilidade e acolhimento (Corrêa; Lima, 2020).

A escolha deste tema decorre da necessidade de compreender se o uso das redes sociais por pessoas com transtorno bipolar funciona como uma forma de conexão e apoio social ou como fator agravante de crises emocionais e instabilidade do humor. O problema norteador é, portanto: “O uso das redes sociais por pessoas com transtorno bipolar contribui para o apoio social ou representa um risco de agravamento de sintomas?”.

O objetivo geral deste trabalho é analisar, por meio de uma revisão narrativa, como o uso das redes sociais impacta a saúde mental de indivíduos com transtorno bipolar, fundamentando-se na Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC). Como objetivos específicos, buscar e identificar os principais impactos positivos e negativos das redes sociais, assim também compreender, a partir da TCC, como padrões de pensamento

disfuncionais podem ser ativados ou intensificados e mapear estratégias de enfrentamento que promovam um uso mais saudável dessas plataformas.

## **MÉTODO**

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória, realizada por meio de uma revisão narrativa da literatura. Esse tipo de revisão permite que o pesquisador analise e sintetize o conhecimento existente sobre um determinado tema específico, utilizando fontes acadêmicas como artigos, livros e outros materiais.

As bases de dados utilizadas para a seleção dos artigos foram Scielo e Google Acadêmico. Para a seleção dos trabalhos foram artigos publicações entre 2010 e 2025, em português e inglês. Foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “transtorno bipolar”, “redes sociais”, “saúde mental” e “teoria cognitivo-comportamental”.

Os critérios de inclusão para a seleção dos trabalhos foram artigos científicos indexados que abordassem a relação entre transtorno bipolar, saúde mental e redes sociais, além de teses, dissertações, livros e textos da literatura cinzenta **com fundamentação teórica relevante à Psicologia**, entretanto para os critérios de exclusão, foram os textos de opinião, ensaios não científicos, cartas ao editor e publicações sem metodologia clara ou sem relação com o objetivo de estudo. Foram também descartados materiais repetidos, duplicados que não apresentassem dados teóricos relevantes à Psicologia.

No total, foram encontrados 35 artigos, dos quais 20 atenderam aos critérios estabelecidos e foram analisados. Esses artigos contribuíram significativamente para entender como o uso das redes sociais impacta o bem-estar emocional, o comportamento e o cuidado em rede de pessoas com transtorno bipolar. A avaliação dos artigos foi conduzida de forma descritiva e interpretativa, com o objetivo de integrar os principais achados da literatura e conectar os conceitos da Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC), buscando responder de forma clara à questão central da pesquisa.

## **RESULTADOS**

A análise da literatura revelou que o predomínio dos estudos aponta para os impactos negativos do uso das redes sociais em pessoas com transtorno bipolar. De modo recorrente, as pesquisas destacam que o uso excessivo dessas plataformas está associado à intensificação de sintomas, principalmente alterações significativas no sono, um fator

crítico para a estabilidade emocional, frequentemente desregulado pelo consumo noturno de conteúdos digitais (Silva et al., 2021).

Além disso, a exposição constante a padrões de vida idealizados favorece comparações sociais negativas que produzem sentimentos de inadequação e, conseqüentemente, contribuem para a intensificação de sintomas depressivos (Tostes, 2022). Outro dado relevante é a presença de comportamentos de risco durante o uso das redes, sobretudo em fases de mania e hipomania, manifestados em compras impulsivas, interações sexuais imprudentes ou discussões agressivas, muitas vezes seguidos por arrependimento (Rydahl et al., 2022). Esses achados reforçam que o ambiente digital pode atuar como um importante fator desestabilizador do humor (Martini, 2018).

Nesse contexto, os autores apontam a hipótese de que a impulsividade associada à mania pode se manifestar mesmo nos períodos de estabilidade (eutimia), indicando ser um traço da personalidade que leva a comportamentos exagerados nas redes sociais, independente da fase da doença (Martini, 2018).

Em relação à qualidade do conteúdo online, o estudo de Patel et al. (2023) analisou publicações sobre o transtorno bipolar na plataforma Instagram, avaliando sua qualidade e confiabilidade. Os autores identificaram que 70,4% das postagens foram publicadas por indivíduos diagnosticados com THB, enquanto apenas 4,6% foram produzidas por profissionais da saúde. Embora as postagens desses profissionais tenham apresentado melhor pontuação de qualidade, observou-se que a maior parte do conteúdo disponível possui baixa credibilidade e fundamentação científica, evidenciando uma carência de informações seguras no ambiente digital.

Outro ponto importante evidenciado pela revisão foi a relação entre o uso das redes sociais e a necessidade de desenvolver estratégias de enfrentamento fundamentadas na Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC). Diversos estudos evidenciam a eficácia dessa abordagem na identificação e modificação de pensamentos disfuncionais relacionados à comparação social e à busca por validação digital (Brown, 2022; Green, 2023).

Por fim, a análise revelou uma carência de estudos que apliquem diretamente os achados no contexto clínico da Psicologia. Embora haja avanços em pesquisas conceituais, como o estudo sobre o fenótipo digital, que investiga os padrões de comportamentos online para entender as manifestações específicas do transtorno bipolar e prever episódios de mania ou depressão, ainda é evidente uma lacuna importante em estudos longitudinais e



em intervenções clínicas que integrem esses achados de forma prática e aplicada no atendimento psicológico (Martini, 2018).

Para a avaliação da qualidade metodológica desta revisão narrativa foi realizada utilizando o instrumento Scale for the Assessment of Narrative Review Articles (SANRA), desenvolvido por Baethge, Goldbeck-Wood e Mertens (2019). A SANRA é composta por seis critérios fundamentais: (1) justificativa da importância do artigo; (2) definição clara dos objetivos da revisão; (3) descrição da busca de literatura utilizada; (4) adequação e apresentação das referências; (5) raciocínio científico e fundamentação teórica; e (6) apresentação de dados finais relevantes e apropriados. Cada critério é pontuado de 0 a 2, com a pontuação máxima totalizando 12 pontos.

Dessa maneira, o trabalho obteve pontuação de 10 pontos em 12 possíveis, evidenciando uma boa qualidade teórica e metodológica. Os itens relativos à justificação do tema, à clareza nos objetivos e à descrição da busca de literatura foram pontuados com nota máxima, demonstrando que o trabalho está bem estruturado e fundamentado. No entanto, os critérios relacionados às referências e à apresentação dos dados finais, apesar de adequados, receberam a pontuação 1, Isso evidencia uma escassez de pesquisas voltadas diretamente à aplicação prática desses achados no contexto clínico da Psicologia, o que sugere que há necessidade de aprofundamento, especialmente na integração dos dados com a prática clínica.

A tabela abaixo apresenta os critérios avaliados, a descrição de cada item e a pontuação atribuída em cada um deles, com base na análise do trabalho.

| Item | Descrição do Item                                      | Pontuação  |
|------|--------------------------------------------------------|------------|
| 1    | Explicação da importância do tema da revisão           | 2          |
| 2    | Declaração clara dos objetivos da revisão              | 2          |
| 3    | Descrição da busca de literatura utilizada             | 2          |
| 4    | Referências adequadas e apresentação apropriada        | 1          |
| 5    | Raciocínio científico e fundamentação teórica do texto | 2          |
| 6    | Apresentação de dados finais relevantes e apropriados  | 1          |
| 7    | <b> Pontuação total máxima <b>                         | <b> 10 <b> |

**Fonte:** a autora (2025). Adaptado de BAETHGE; GOLDBECK – WOOD; MERTENS (2019)

Portanto, embora o trabalho apresente uma base teórica e metodológica sólida, ainda existem pontos que podem ser aprimorados. A análise indicou que a apresentação dos dados poderia ser mais detalhada e que seria necessária uma articulação mais

aprofundada entre os resultados obtidos e a prática clínica da Psicologia. A pontuação final de 10 pontos reflete uma boa qualidade geral do trabalho, mas também sinaliza que há áreas que podem ser desenvolvidas, especialmente no que diz respeito à análise crítica dos achados e à clareza na forma como os dados são apresentados.

## **DISCUSSÃO**

### **4.1 Aspectos Conceituais da Mania e Hipomania.**

A mania é caracterizada por um humor excessivamente elevado e por um aumento significativo de energia. Nesse estado, a pessoa pode experimentar uma redução no sono, um aumento na velocidade dos pensamentos, e uma impulsividade intensa. É comum também que surjam ideias grandiosas, que podem se tornar prejudiciais, tanto para a pessoa quanto para aqueles ao seu redor, gerando críticas e julgamentos. A mania pode dificultar o funcionamento social e ocupacional, afetando a capacidade de tomar decisões racionais e mantendo a pessoa em um estado constante de euforia, sem perceber as consequências de suas ações (APA, 2023).

Diagnosticar a mania pode ser complicado, especialmente quando há irritabilidade, delírios paranoides, sintomas depressivos ou episódios mistos, onde a pessoa apresenta tanto sintomas de mania quanto de depressão. De acordo com o DSM-IV, a mania deve durar no mínimo uma semana, com pelo menos três ou quatro sintomas característicos. Já o CID-10 apresenta critérios mais amplos, considerando que a irritabilidade não é suficiente para o diagnóstico e que não há uma duração mínima estabelecida. Os critérios também incluem sintomas como distratibilidade, grandiosidade e perda de inibições sociais. Além disso, Akiskal sugere que a mania pode envolver também uma ativação psicomotora (aumento de atividade física), humor depressivo ou ansioso, e a ausência de autocontrole crítico (Moreno, Moreno & Ratzke, 2005).

Por outro lado, a hipomania é vista como uma forma mais leve de mania. Ela é marcada por uma alteração do humor para estados de euforia ou irritabilidade, mas com menor intensidade e duração mais curta, geralmente menos de uma semana. O paciente pode se sentir mais energético, mais sociável, mais impulsivo e ter um aumento nas atividades prazerosas, como a busca por sexo e diversão. Embora esses sintomas possam afetar a vida do paciente, o prejuízo não é tão intenso quanto na mania, e a pessoa consegue manter algum nível de controle sobre suas ações. No entanto, mesmo com esses

sintomas mais leves, a hipomania pode ser confundida com um simples aumento de energia, sem o devido reconhecimento de que se trata de um transtorno (Sanar, 2023).

De acordo com o DSM-IV, para um episódio de hipomania ser diagnosticado, ele deve durar pelo menos quatro dias. Já o CID-10 é menos específico e descreve apenas que o episódio pode durar “vários dias”. Na prática clínica, a diferenciação entre mania, hipomania e estados mistos pode ser difícil, principalmente quando há oscilações rápidas de humor e a pessoa, muitas vezes, não reconhece ou minimiza seus sintomas. O subdiagnóstico é comum, pois os critérios diagnósticos podem ser insuficientes para capturar todas as nuances dos episódios. Portanto, a avaliação cuidadosa, que considere tanto o quadro atual quanto episódios anteriores, é fundamental para garantir um diagnóstico preciso e eficaz (Tostes, 2022).

#### **4.2. A Cronicidade da Distímia no Contexto da TCC.**

Embora a maioria dos estudos abordados nesta revisão se concentre no Transtorno Afetivo Bipolar (TAB), é importante também considerar o Transtorno Depressivo Persistente (Distímia), que se caracteriza por uma forma crônica e de menor intensidade de depressão. Os indivíduos com distímia enfrentam sintomas depressivos constantes que duram por longos períodos, geralmente por mais de dois anos. Esses sintomas estão frequentemente associados a crenças centrais de desvalia e negativismo, ou seja, a pessoa tende a se ver de forma pessimista e acredita que não tem valor ou capacidade para alcançar seus objetivos. A distímia, portanto, representa um quadro emocional que, embora não tão grave quanto a depressão maior, pode gerar grandes dificuldades na vida cotidiana e afetar profundamente o bem-estar emocional (Sanar, 2023).

As redes sociais podem intensificar esses sintomas, já que a exposição constante a padrões ideais e comparações sociais tende a agravar sentimentos de inadequação e isolamento, características centrais da distímia, onde a exposição a padrões de vida idealizados nas redes sociais acentua seus sentimentos, intensificando os sintomas depressivos. A disrupção do sono, comum entre os usuários de redes sociais, também contribui para a instabilidade emocional, prejudicando ainda mais a saúde mental de indivíduos com distímia (Tostes, 2022; Silva et al., 2021).

Para lidar com esses quadros crônicos, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma ferramenta importante no tratamento da distímia e de transtornos relacionados, pois ajuda a identificar e modificar padrões disfuncionais de pensamento. A TCC também

ensina estratégias eficazes de enfrentamento, promovendo uma visão mais equilibrada da vida e das relações sociais (Brown, 2022; Green, 2023). Ela possibilita que o paciente modifique distorções cognitivas, como o catastrofismo, e desenvolva hábitos mais saudáveis, reduzindo os sintomas depressivos e promovendo maior autonomia emocional.

#### **4.3. Ambiguidade e Riscos da Exposição Digital.**

Os resultados apontam para uma realidade complexa e ambivalente: as redes sociais podem ser, ao mesmo tempo, fatores de risco e de proteção para pessoas com transtorno bipolar. Do ponto de vista patológico, o predomínio de estudos evidencia que a superexposição digital favorece interrupção do sono, comparações sociais negativas e intensificação de sintomas depressivos e maníacos (Tostes, 2022; Silva et al., 2021). Isso reforça a necessidade de monitoramento clínico no uso dessas plataformas. Por outro lado, pesquisas também destacam a biossociabilidade, conceito que descreve a construção de vínculos e saberes compartilhados em comunidades online. Nesse sentido, as redes funcionam como espaços de acolhimento, suporte emocional e empoderamento, diminuindo o estigma associado ao transtorno bipolar. Ao se conectarem com outras pessoas que vivem experiências semelhantes, os usuários podem sentir-se menos isolados e mais compreendidos, o que contribui para a promoção da saúde mental, além disso as redes sociais oferecem espaços de circulação de informações relevantes sobre uso de medicação, estratégias de autocuidado e enfrentamento cotidiano, promovendo maior autonomia e suporte prático aos usuários (Timakum, 2023). A biossociabilidade, portanto, oferece um contraponto positivo ao impacto potencialmente negativo das redes sociais, destacando seu papel como ferramenta de apoio e solidariedade (Rabinow, 1999; Corrêa & Lima, 2020).

#### **4.4. O Papel do Psicólogo e a TCC como Ferramenta Mediadora no Processo de Intervenção.**

O papel do psicólogo torna-se essencial ao compreender como o Transtorno do Humor Bipolar (THB) interfere nas interações online e na forma como o paciente utiliza as redes sociais. A partir dessa compreensão, o profissional consegue identificar déficits de socialização, dificuldades de comunicação e padrões de uso digital que podem estar intensificando sintomas ou favorecendo comportamentos prejudiciais. Esse olhar clínico inicial é o ponto de partida para a criação de estratégias de reabilitação no ambiente virtual,

permitindo que o paciente desenvolva formas mais saudáveis de se relacionar digitalmente (Martini, 2013).

Além disso, as intervenções baseadas na TCC se revelam uma ferramenta essencial para equilibrar a ambivalência associada ao uso das redes sociais, ajudando os indivíduos a identificar e modificar padrões disfuncionais de pensamento e comportamento. A TCC foca na maneira como os pensamentos distorcidos e as crenças negativas influenciam as emoções e as ações, permitindo que as pessoas compreendam e reajam de forma mais saudável às situações. Esse processo é crucial, especialmente para indivíduos com transtorno bipolar, que frequentemente experimentam flutuações extremas de humor e podem ter dificuldades em interpretar suas experiências de maneira equilibrada (Brown, 2022; Green, 2023).

Além disso, as intervenções baseadas na TCC podem transformar o uso das redes sociais em uma prática mais consciente e saudável. Ao ensinar o paciente a monitorar seus pensamentos e a avaliar o impacto emocional das interações digitais, a TCC ajuda a criar limites saudáveis no ambiente virtual. Isso permite que o indivíduo aproveite os aspectos positivos das redes sociais, como conexões sociais e apoio emocional, enquanto minimiza os riscos associados à comparação social e à exposição excessiva a conteúdo emocionalmente prejudicial (Brown, 2022; Green, 2023).

#### **4.5. Psicoeducação e Combate à Desinformação**

Além de sua atuação clínica, o psicólogo desempenha um papel estratégico no ambiente digital, especialmente quando se trata de promover psicoeducação e combater a desinformação sobre o Transtorno do Humor Bipolar (THB). Em um cenário no qual muitos indivíduos buscam, nas redes sociais, informações, apoio e até validação de suas experiências emocionais, torna-se fundamental que conteúdos confiáveis e baseados em evidências que estejam acessíveis ao público. A presença ativa do psicólogo contribui para reduzir a circulação de conteúdos equivocados, que frequentemente agravam sintomas e reforçam estigmas (Patel et al., 2023).

A psicoeducação, quando realizada em linguagem clara e acessível, atua como ferramenta poderosa para fortalecer a autonomia e ampliar o entendimento dos pacientes sobre sua própria condição. Ao compreender melhor os sintomas, gatilhos e formas de manejo, o indivíduo se torna mais preparado para lidar com situações do cotidiano e para identificar quando conteúdos digitais podem ser prejudiciais. Dessa forma, a

psicoeducação funciona como um protetor cognitivo, permitindo que o paciente desenvolva discernimento crítico diante do volume de informações disponíveis online (Martini, 2013).

Nesse sentido, o psicólogo também contribui para ampliar o cuidado terapêutico, tornando as redes sociais um espaço complementar de intervenção, onde é possível promover saúde mental, oferecer orientações seguras e desmistificar crenças equivocadas sobre o THB. Essa presença ética e técnica no ambiente digital é fundamental, pois permite transformar as mídias sociais em ferramentas de conscientização, apoio e educação, especialmente para indivíduos em busca de compreensão e pertencimento (Patel et al., 2023).

#### **4.6. Mediação e a Dinâmica do Leigo-Especialista**

É essencial que o psicólogo compreenda que a internet se tornou um espaço onde os pacientes frequentemente se "diagnosticam" com base em pesquisas online. Nesse contexto, o profissional de psicologia deve entender a dinâmica do "leigo-especialista", ou seja, a tendência dos pacientes em buscar informações na internet e adotá-las como se fossem conhecimentos científicos, sem a devida distinção entre fontes confiáveis e informações informais. O psicólogo, portanto, precisa ser capaz de orientar o paciente para diferenciar esses tipos de conhecimento, ajudando-o a ressignificar suas experiências e a desenvolver uma visão mais crítica sobre o que é consumido digitalmente (Corrêa & Lima, 2018).

Além disso, é importante que o psicólogo guie o paciente para que as redes sociais e grupos online possam ser utilizados como complementos terapêuticos, ou seja, espaços para compartilhar suas dores e encontrar apoio, mas sempre com a conscientização de que essas interações não devem substituir o acompanhamento especializado. O profissional deve estar atento a essa dinâmica, assegurando que a orientação terapêutica seja mantida como a principal forma de cuidado e que o ambiente digital seja usado de forma saudável e equilibrada (Corrêa & Lima, 2018).

#### **4.7. Síntese do Cuidado Clínico e Digital**

Portanto, observa-se que o psicólogo tem um papel central na mediação entre a subjetividade digital e o cuidado clínico, auxiliando o indivíduo com transtorno bipolar a ter acesso seguro ao que acompanha nas redes sociais, visando não apenas neutralizar a

desinformação de baixa qualidade, mas orientar e capacitar os leitores e comunidades a discernir fontes confiáveis e a minimizar os riscos de consumir informações sem base científica, dessa forma transformar a internet em um espaço de apoio, aprendizado e equilíbrio emocional, onde o paciente possa se fortalecer emocionalmente, sem ser vulnerável a informações de baixa qualidade (Corrêa & Lima, 2018).

Ao fazer isso, o psicólogo transforma o ambiente digital em uma ferramenta de cuidado, onde o paciente pode encontrar apoio, compartilhar experiências e até aprender com os outros, sempre dentro de um contexto saudável e seguro. Isso contribui para um cuidado ampliado, que vai além do consultório e integra as dinâmicas do mundo digital de forma terapêutica (Corrêa & Lima, 2018).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo evidenciou que o uso das redes sociais por pessoas com transtorno bipolar apresenta um caráter ambivalente, configurando-se, ao mesmo tempo, como um fator de risco para a intensificação de sintomas e como um espaço de apoio e ressignificação da experiência subjetiva. De um lado, a superexposição digital pode agravar quadros de ansiedade, depressão, alterações de sono e impulsividade; de outro, os ambientes virtuais oferecem a possibilidade de construção de vínculos, compartilhamento de vivências e redução do estigma social associado à condição.

Nesse contexto, destaca-se o papel central do psicólogo, que deve atuar como mediador crítico entre o indivíduo e o ambiente digital. Cabe a esse profissional orientar o uso consciente das redes, desenvolver estratégias de enfrentamento fundamentadas em abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental e integrar tais práticas ao cuidado terapêutico. Dessa forma, é possível transformar um espaço potencialmente desestabilizador em um recurso complementar de apoio e promoção de saúde mental.

Contudo, ainda se observam lacunas importantes na literatura. Há uma carência de pesquisas robustas que explorem intervenções práticas no âmbito da Psicologia Clínica, além de uma escassez de estudos longitudinais capazes de acompanhar, em médio e longo prazo, os efeitos do uso das redes sociais na vida de pessoas com transtorno bipolar. Soma-se a isso a necessidade de investigações que articulem de forma mais profunda a relação entre tecnologia, subjetividade e cuidado em rede, de modo a ampliar a compreensão dos impactos do ambiente digital sobre o sofrimento psíquico.

Diante desse contexto, o uso das redes sociais por pessoas com transtorno de humor bipolar, pode ser ambivalente e agravar sintomas como ansiedade e impulsividade, mas também é um ambiente que oferece apoio encontrado em grupos online. O psicólogo tem um papel importante como um mediador direcionando o paciente a um uso mais consciente das redes sociais digitais de forma em que o paciente possa integrar suas experiências com as intervenções terapêuticas recebidas durante as sessões de terapia.

É importante reconhecer que o transtorno de humor bipolar tem manifestações que vão além dos sintomas que conhecemos atualmente e merece um olhar minucioso no campo digital. O que leva a prática do psicólogo a ser aprimorada o que pode levar além das abordagens que podem fazer com que o profissional de psicologia tenha mais conhecimento sobre a dinâmica das redes sociais na vida do paciente.

Visto que a rede social é um meio a qual o paciente constrói suas subjetividades, compartilha de suas dores e tem reconhecimento com relatos de outros integrantes membros do grupo online. É a forma com que o profissional vai se desenvolver e orientar o paciente a como lidar melhor com suas frustrações e enfrentar melhor suas emoções diante as informações obtidas tanto online quanto nas intervenções profissionais.

Espera-se, portanto, que novos estudos avancem nesse campo, ampliando a base de evidências científicas e fornecendo subsídios para a construção de práticas clínicas e sociais mais eficazes. Ao aprofundar o diálogo entre Psicologia e tecnologia, vislumbra-se a possibilidade de transformar as redes sociais em instrumentos de cuidado mais humanizado, voltados à promoção da qualidade de vida e ao fortalecimento da autonomia de pessoas que convivem com o transtorno bipolar.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico d e transtornos mentais: DSM-5-TR**. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BROWN, Graham; JONES, Bob. The-Cognitive-Behavioural-Model. In: **Rational Emotiv e Behaviour Therapy in a Nutshell**. London: SAGE Publications, 2022. p. 25-36.

CORRÊA, Luisa Motta; LIMA, Rossano Cabral. Bipolar disorder in the network: the construction of the diagnosis in an online group. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 4, e280406, 2018.



CORRÊA, Luisa Motta; LIMA, Rossano Cabral. Uma etnografia virtual em um grupo sobre o transtorno bipolar: sociabilidades e saberes produzidos no meio on-line. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação**, Botucatu, v. 24, e190882, 2020.

DA SILVEIRA, Francis Moreira et al. Impacto das redes sociais na saúde mental de pacientes com Transtorno Bipolar. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 9, p. e5459, 2024.

GREEN, Jonathan. Social validation. In: **The new CBT: A Clinician's Guide to Contextual Behavioral Science**. Academic Press, 2023. p. 283-294. (Ver Nota 1)

MACKEY, Tim K.; SCHOENFELD, T. Lot. The Spread of Fake News: A Landscape of Research and Practice. In: VOS, T.; FOOLEN, T. (eds.). **The Routledge Companion to Fake News & Disinformation**. New York: Routledge, 2016.

MARTINI, Thaís Cunha. **O padrão de uso da internet e redes sociais on-line no Transtorno do Humor Bipolar**. 2013. 115 f. Dissertação (Mestrado em Psiquiatria) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

MARTINI, Thaís Cunha. **Avaliação de mídias sociais como preditoras de episódios depressivos no transtorno bipolar e promotoras de saúde mental na internet**. 2018. 150 f. Tese (Doutorado em Psiquiatria) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

MORENO, Ricardo Alberto; MORENO, Doris Hupfeld; RATZKE, Roberto. Diagnóstico, tratamento e prevenção da mania e da hipomania no transtorno bipolar. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 32, p. 39-48, 2005.

PATTO, Maria Helena Souza. **A produção do fracasso escolar: histórias de submissão e rebeldia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

PATEL, Prachi et al. Bipolar Disorder in Social Media: An Examination of Instagram's Role in Disseminating Accurate Information. **Cureus**, v. 15, n. 9, p. e46296, 30 set. 2023.

RABINOW, Paul. Artificiality and enlightenment: from sociobiology to biosociality. In: RABINOW, P. **Essays on the Anthropology of Reason**. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1999. p. 91-111.

RYDAHL, Klara FK et al. Transtorno bipolar e comportamentos arrependidos em relação ao uso de mídias sociais e namoro online. **Bipolar Disorders**, v. 24, n. 1, p. 27-38, 2022.

SANAR. **Transtorno afetivo bipolar**. SanarMed, 2023. Disponível em: <https://sanarmed.com/transtorno-afetivo-bipolar/>.

SILVA, Leticia et al. Gestão de emoções e o uso abusivo das redes sociais: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, e598101422325, 2021.

TIMAKUM, Tatsawan; XIE, Qing; LEE, Soobin. Identifying mental health discussion topic in social media community: subreddit of bipolar disorder analysis. **Frontiers in Research Metrics and Analytics**, v. 8, p. 1243407, 2023.

TOSTES, Alice Maria Gonçalves; LANES, Camila Couto; DE CASTRO, Geane Freitas Pires. Correlação entre o uso depreciativo das mídias sociais e transtornos de ansiedade e depressão em adolescentes: uma revisão bibliográfica. **Revista Transformar**, v. 16, n. 1, p. 188-208, 2022.

ZIEBLAND, Sue; WYKE, Sally. The role and contribution of patient experience in a digital world. **Journal of Medical Internet Research**, v. 14, n. 6, e164, 2012.

# IMPACTOS DA EXPOSIÇÃO AO MUNDO DIGITAL E O USO DE TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA E OS DESAFIOS PARA PSICOLOGIA ESCOLAR

Ana Luiza Fonseca<sup>1</sup>  
Dalila Ramos Da Silva<sup>2</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>

**Resumo:** A exposição precoce ao mundo digital e o uso frequente de telas durante a primeira infância têm sido objeto de crescente interesse na psicologia escolar devido aos potenciais impactos no desenvolvimento cognitivo e social das crianças. A teoria da mente, que se refere à habilidade de compreender os estados mentais próprios e alheios, é um dos constructos centrais avaliados em estudos que investigam as consequências dessa exposição. A partir da busca sistemática em bases de dados científicas, observou-se a escassez de pesquisas que abordem especificamente a relação entre o uso de dispositivos digitais e o desenvolvimento da teoria da mente em crianças pequenas no contexto escolar. Contou-se com um número limitado de artigos que indicam associações negativas entre o excesso de tempo diante de telas e a habilidade de empatia e reconhecimento emocional, elementos fundamentais para o convívio social e desempenho escolar. Espera-se que futuras pesquisas ampliem esse campo de estudo, oferecendo subsídios sólidos para estratégias pedagógicas e intervenções psicológicas que promovam o equilíbrio entre o uso saudável da tecnologia e o desenvolvimento integral na infância.

**Palavras-Chave:** Terapia cognitivo-comportamental; desenvolvimento infantil; uso de telas; ambientes digitais; psicologia escolar; revisão narrativa.

**Abstract:** Early exposure to the digital world and frequent use of screens during early childhood have been the subject of growing interest in school psychology due to the potential impacts on children's cognitive and social development. Theory of mind, which refers to the ability to understand one's own and others' mental states, is one of the central constructs evaluated in studies that investigate the consequences of this exposure. From the systematic search in scientific databases, it was observed the scarcity of research that specifically addresses the relationship between the use of digital devices and the development of theory of mind in young children in the school context. A limited number of articles were found that indicate negative associations between excessive screen time and the ability to empathize and recognize emotionally, which are fundamental elements for social interaction and school performance. It is hoped that future research will expand this field of study, offering solid subsidies for pedagogical strategies and psychological interventions that promote the balance between the healthy use of technology and integral development in childhood.

**Key words:** Cognitive-behavioral therapy; child development; use of screens; digital environments; school psychology; narrative review.

---

<sup>1</sup> - Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: analuiza.1533@icloud.com.

<sup>2</sup> - Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: dalilaramos509@gmail.com

<sup>33</sup> – Professora Orientadora da Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em Ciências da Saúde pela UFU. E-mail: cleycianefaria@gmail.com.

## **Introdução**

Na contemporaneidade, marcada pela crescente inserção das tecnologias digitais no cotidiano, observa-se uma transformação significativa nos padrões de interação, aprendizagem e desenvolvimento humano, especialmente em crianças na primeira infância, fase crucial para a formação das habilidades cognitivas, emocionais e sociais (Becker, 2021).

O acesso precoce e frequente a dispositivos como tv's, tablets, smartphones e computadores tem ampliado a exposição das crianças a estímulos visuais e interativos, o que suscita questões relevantes acerca dos efeitos desse fenômeno no desenvolvimento infantil e, conseqüentemente, na prática da psicologia escolar (Cavalcanti, 2022).

A psicologia escolar encontra-se diante do desafio permanente de equilibrar o uso pedagógico das tecnologias digitais com a prevenção dos riscos associados ao uso excessivo dessas ferramentas, como a dependência digital e os prejuízos à saúde mental infantil (Araújo et al., 2023).

Ademais, o acesso desigual a dispositivos e a ausência de orientações claras sobre seu uso consciente reforçam as disparidades educacionais e exigem intervenções inclusivas e contextualizadas (Tanabe, 2021). Nesse cenário digital em expansão, o papel do psicólogo escolar torna-se essencial para mediar as relações e garantir que o desenvolvimento integral da criança não seja comprometido.

Diante da complexidade e da relevância do assunto, esta pesquisa tem como objetivo geral analisar os impactos da exposição digital na primeira infância e identificar os desafios enfrentados pelo psicólogo escolar para atuar de forma efetiva em meio a essa realidade. Os objetivos específicos consistem em: expor os efeitos do uso de dispositivos digitais no desenvolvimento infantil, com foco nos aspectos cognitivos, emocionais e sociais; identificar os principais desafios enfrentados pelos profissionais da psicologia escolar diante do crescente uso das tecnologias; e compreender de que forma pais, educadores e psicólogos podem mitigar os impactos negativos e potencializar os benefícios do uso tecnológico na infância.

Por meio de revisão bibliográfica e análise crítica de estudos científicos atuais, espera-se contribuir para o avanço do conhecimento e a elaboração de práticas que promovam um equilíbrio entre inovação tecnológica e o bem-estar e a saúde infantil.

Diante disso, a presente pesquisa visou colaborar com o entendimento dos impactos da exposição excessiva aos ambientes digitais na primeira infância,

forneendo auxílio teórico e prático para atuação do Psicólogo Escolar nesse cenário. A relevância do estudo resulta do impacto crescente da tecnologia no ambiente educacional e familiar, tornando-se essencial compreender suas consequências e estabelecer formas adequadas de atuação.

## **Métodos**

Este estudo foi desenvolvido por meio de uma revisão literária narrativa de abordagem qualitativa, com o objetivo de analisar criticamente a relevância dos impactos da exposição excessiva aos ambientes digitais na primeira infância e os desafios para o psicólogo escolar. Para isso, foram consultadas fontes científicas diversificadas, incluindo bases de dados como a SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), PubMed/Medline, Google Scholar, Periódicos CAPES, e outras publicações de repositórios de Universidades. A estratégia de busca foi orientada por descritores-chave como: psicologia escolar, tecnologia, exposição excessiva aos ambientes digitais, primeira infância e superexposição às telas, selecionados para alinhar a pesquisa aos objetivos propostos.

Para garantir a atualidade e relevância, foram priorizados estudos publicados entre 2019 e 2024, embora trabalhos anteriores possam ter sido incluídos quando essenciais para a fundamentação teórica. Como critérios de inclusão buscou-se artigos originais e revisões sistemáticas em português, inglês ou espanhol, publicações dentro do período de 2019 a 2024 e que estivessem dentro da temática escolhida. Como critérios de exclusão, foram descartadas publicações que não estivessem dentro do prazo pré-determinado e não se ativessem à temática discutida.

Por se tratar de uma revisão bibliográfica, não houve necessidade de aprovação por comitê de ética. A diversidade de fontes permitiu uma visão holística, essencial para orientar estratégias que promovessem a potencialização dos resultados da psicologia escolar diante da nova realidade que permeia a contemporaneidade.

## **Resultados**

Os resultados obtidos por meio da revisão literária indicam a existência de uma quantidade limitada de estudos científicos sobre a exposição de crianças pequenas ao mundo digital e ao uso de telas, e seus impactos no desenvolvimento infantil. Foram analisados aproximadamente 15 trabalhos acadêmicos publicados entre 2019 e 2024, incluindo artigos científicos, dissertações e relatórios que abordam aspectos cognitivos, emocionais e sociais decorrentes do uso precoce de dispositivos digitais. Essa base documental permitiu uma compreensão aprofundada das implicações da digitalização na infância e dos desafios enfrentados pela psicologia escolar para promover o desenvolvimento saudável nesse contexto.

Entre os estudos analisados, selecionou-se 10 publicações que abordavam os efeitos do uso excessivo de telas sobre a capacidade de atenção, o desenvolvimento da teoria da mente e as habilidades sociais das crianças. Cinco destas publicações discutiram as consequências emocionais associadas ao uso inadequado das tecnologias digitais, como o aumento dos níveis de ansiedade e sintomas depressivos. Outras cinco pesquisas destacaram estratégias de intervenção da psicologia escolar para orientar educadores e responsáveis, promovendo um uso equilibrado da tecnologia e a prevenção de efeitos prejudiciais.

Os dados demonstram que a questão da exposição digital na primeira infância é amplamente discutida na comunidade científica, porém ainda existem lacunas quanto aos protocolos de atuação para a psicologia escolar, o que reforça a necessidade de investigações mais específicas e a criação de diretrizes claras. A relevância do tema é evidenciada pela crescente preocupação com os impactos dessa exposição sobre o desenvolvimento integral das crianças, indicando um campo promissor para pesquisas futuras e intervenções práticas.

Assim, esta revisão buscou fundamentar a compreensão dos efeitos da tecnologia na primeira infância e orienta a atuação da psicologia escolar. A seleção criteriosa dos materiais, alinhada às normas da ABNT, contribui para a confiabilidade dos resultados e aponta para a urgência de ações e políticas educativas que promovam o equilíbrio entre inovação digital e bem-estar infantil.

## **Discussão**

A partir de uma leitura detalhada das publicações selecionadas, foi possível observar que a literatura específica sobre a temática aqui discutida é unânime no que se refere ao impacto ocasionado pela superexposição das crianças ao mundo digital, o uso abusivo de telas. De acordo com Tanabe (2021), a relação entre o uso de aparelhos digitais e o desenvolvimento infantil tem sido amplamente investigada por profissionais da saúde e educação, para confrontar a relação entre os excessos e o mau uso dos referidos dispositivos bem como dos distintos impactos causados.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), alerta sobre o fato de que crianças menores de 2 anos não devem ser expostas a telas, enquanto o tempo de uso para aquelas entre 2 e 5 anos deve ser limitado a uma hora diária, sob supervisão. Essa recomendação visa reduzir os riscos como atrasos no desenvolvimento cognitivo e linguístico, já que a exposição precoce e excessiva compromete a formação de conexões neurais essenciais para a aprendizagem (SBP, 2020).

Araújo et al., (2023) asseguram que no âmbito cognitivo, a superestimulação por conteúdos fragmentados reduz a capacidade de atenção sustentada. Pesquisa demonstra que crianças de 3 a 8 anos expostas a mais de duas horas de telas por dia, apresentaram menor desempenho em testes de memória operacional e resolução de problemas. Já Cavalcanti (2022), relata que a passividade diante das telas substitui atividades sensoriais fundamentais, como manipulação de objetos e interações sociais, prejudicando o desenvolvimento motor e criativo.

Ademais, a saúde física também é afetada. Segundo Becker (2021), 89% das crianças brasileiras entre 9 e 12 anos utilizam dispositivos digitais por mais de quatro horas diárias, associando-se a casos de obesidade, miopia precoce e alterações posturais. Outro aspecto a se considerar é que a luz azul emitida por telas interfere na produção de melatonina, gerando distúrbios do sono, como insônia e sonolência diurna, com repercussões no humor e no rendimento escolar.

Já no campo socioemocional, a exposição desregulada a dispositivos está ligada a transtornos como ansiedade e depressão. Um estudo com adolescentes, identificou-se que o uso excessivo de redes sociais se correlaciona com baixa autoestima e maior incidência de *cyberbullying*, o que é preocupante. É relevante ressaltar, dentro deste mesmo contexto que a substituição de brincadeiras presenciais por interações virtuais limita o desenvolvimento de habilidades

empáticas e de resolução de conflitos, essenciais para a maturidade emocional (Alves, 2023; Silva e Costa, 2022).

Apesar dos riscos, a tecnologia pode ser benéfica quando utilizada de forma qualificada e mediada. A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece que aplicativos educativos, quando supervisionados por adultos, estimulam o raciocínio lógico e a alfabetização digital. Contudo, a chave está no equilíbrio: "O tempo de tela não deve substituir experiências concretas, como leitura compartilhada, brincadeiras ao ar livre e diálogos familiares" (Mendes, 2022, p. 12).

Desta forma, o uso excessivo sem critérios e não supervisionado de telas são pontos de alerta e reflexão e sobretudo de compromisso dos responsáveis pelas crianças. Ao reconhecer que os dispositivos são apenas ferramentas e ao assumir a responsabilidade coletiva sobre seu uso, pode-se garantir que a tecnologia seja uma aliada no crescimento das crianças, e não um obstáculo.

### **Principais desafios do psicólogo escolar diante da superexposição do uso de tecnologias digitais na infância**

A superexposição de crianças às telas digitais configura um desafio multifacetado para a psicologia escolar, exigindo intervenções que equilibrem os aspectos pedagógicos, socioemocionais e de saúde. O uso excessivo de dispositivos digitais está associado a atrasos na aquisição de linguagem, redução da capacidade de concentração e prejuízos à memória operacional (Tanabe, 2021).

Na escola, isso se reflete em dificuldades para seguir instruções, manter o foco em tarefas prolongadas e lidar com desafios acadêmicos. A hiperestimulação visual e sonora dos conteúdos digitais favorece respostas impulsivas, comprometendo a autorregulação emocional e a habilidade de esperar competências críticas para a adaptação ao ambiente escolar (Ferreira, 2020).

O psicólogo escolar enfrenta o desafio de identificar casos de isolamento digital, onde crianças priorizam interações virtuais em detrimento de vínculos reais. Pesquisas mostram que o *cyberbullying* e a exposição a conteúdos violentos exacerbam o sofrimento psíquico, demandando programas de apoio emocional e mediação de conflitos no ambiente escolar (Cavalcanti, 2022).



A psicologia escolar precisa atuar na promoção de equidade, trabalhando de modo a contribuir para que políticas públicas assegurem acesso às tecnologias educacionais de qualidade e orientem famílias sobre riscos do uso excessivo. Escolas em regiões periféricas, por exemplo, muitas vezes desprovidas de recursos, necessitam de uma maior e melhor infraestrutura para integrar ferramentas digitais de forma crítica, perpetuando ciclos de exclusão (Ferreira, 2020).

Ressalta-se enfim, que a psicologia escolar não pode ignorar a realidade digital, mas deve mediar seu uso de forma crítica e humanizada. Assim, "dispositivos digitais são ferramentas, não substitutos das relações humanas" (Oliveira, 2023, p. 21). Isso exige sinergia entre escolas, famílias e políticas públicas, priorizando o desenvolvimento integral físico, emocional e social em detrimento da mera adaptação tecnológica. A chave está em transformar a tecnologia em aliada, nunca em antagonista, da infância.

### **O psicólogo escolar atuando na redução dos problemas**

A presença do psicólogo escolar na instituição de ensino promove significativos benefícios. Entre eles, destacam-se a melhora do desempenho educacional, a promoção de um ambiente escolar mais saudável, o fortalecimento da saúde mental de alunos e educadores, a redução da evasão escolar e o desenvolvimento de habilidades essenciais para a vida (Silva et. al., 2019).

Contudo, a atuação do psicólogo escolar no Brasil ainda enfrenta desafios. A carência de profissionais em muitas escolas, a necessidade de maior reconhecimento e valorização da profissão, e a superação de concepções que limitam a atuação do psicólogo apenas ao atendimento individualizado de problemas são obstáculos a serem transpostos. Apesar disso, a promulgação da Lei nº 13.935, de 11 de dezembro de 2019, que dispõe sobre a presença de psicólogos e assistentes sociais nas redes públicas de educação básica, representa um avanço significativo para a consolidação e ampliação da atuação da psicologia escolar no país (Santos et. al., 2020).

A superexposição a telas digitais passa a ser problema para a psicologia escolar, a partir da sua considerável influência no desenvolvimento cognitivo, emocional, social e físico de crianças e adolescentes. O psicólogo escolar, nesse

contexto, assume um papel estratégico, atuando em múltiplas frentes para diagnosticar, intervir e prevenir os impactos negativos associados ao uso excessivo de dispositivos tecnológicos (Ferreira, 2020).

Inicialmente, o processo de diagnóstico envolve a observação de comportamentos como dificuldade de concentração, irritabilidade e isolamento social, frequentemente relatados por professores e familiares. Essa avaliação permite compreender como a superexposição às telas compromete o desempenho no ambiente escolar, a qualidade das interações sociais, o sono e o equilíbrio emocional dos alunos. É crucial diferenciar esses sintomas de outros transtornos, uma vez que a falta de estímulos variados, decorrente da imersão digital, pode mascarar ou agravar condições como ansiedade ou déficit de atenção (Souza et al., 2023).

No âmbito das intervenções, o psicólogo escolar promove ações direcionadas aos alunos, como rodas de conversa e atividades lúdicas, para conscientizá-los sobre os riscos do uso desregrado de telas. Essas iniciativas, alinhadas às recomendações médicas, incentivam a substituição de horas diante de dispositivos por práticas saudáveis, como leitura, esportes e brincadeiras ao ar livre (Mendes, 2022).

Paralelamente, trabalha-se o desenvolvimento de habilidades de autorregulação, capacitando os jovens a gerenciar o tempo de tela de forma consciente, estratégia respaldada por especialistas. A promoção de atividades extracurriculares, como clubes de arte ou grupos esportivos, surge como alternativa para estimular interações presenciais e reduzir a dependência do universo digital (Becker, 2021)

A exposição precoce e excessiva ao mundo digital, particularmente o uso de telas em crianças de zero a seis anos, representa um fator de risco significativo para o desenvolvimento infantil, interferindo em processos cognitivos, emocionais e sociais, o que exige intervenções específicas da psicologia escolar. Essa interação pode gerar atrasos no desenvolvimento cognitivo, como déficits de atenção, linguagem e memória, além de problemas emocionais, incluindo ansiedade e impulsividade, uma vez que mais de duas horas diárias de exposição reduzem

interações sociais reais essenciais para o aprendizado e alteram padrões de sono e comportamento (Gondim; Hilário; Pancieri; Mello, 2022).

A alternância rápida de estímulos visuais nas telas treina o cérebro infantil para uma atenção fragmentada, prejudicando a concentração sustentada necessária para atividades escolares, conforme perspectivas da psicologia histórico-cultural que enfatizam a mediação por ferramentas culturais e interações sociais na formação de funções psicológicas superiores (Ferreira, 2020).

No âmbito socioemocional, observa-se o aumento de comportamentos agressivos e isolamento, com riscos de dependência digital, e a Organização Mundial da Saúde recomenda zero exposição a telas para menores de dois anos e no máximo uma hora para crianças de dois a cinco anos, destacando a necessidade de supervisão para mitigar impactos negativos na saúde física, emocional e cognitiva (Organização Mundial da Saúde, 2019).

Esses efeitos são intensificados em contextos escolares, onde o uso não mediado de dispositivos agrava desigualdades, especialmente em famílias com acesso desigual à tecnologia, comprometendo a construção de significados e interações significativas (Crespi; Noro; Nobile, 2020).

As teorias da mente, que se referem à capacidade da criança de compreender que os outros possuem pensamentos, crenças e intenções distintas das próprias – um marco social emergente entre os três e cinco anos –, são fundamentais para o desenvolvimento da empatia, cooperação e resolução de conflitos, construídas principalmente por interações face a face, brincadeiras e narrativas sociais (Bortolozzi; Milani, 2019).

No entanto, a exposição excessiva a telas interfere negativamente nessa habilidade, substituindo interações reais por estímulos unilaterais e passivos, o que resulta em déficits na reconhecimento de emoções alheias e na previsão de comportamentos, levando a dificuldades sociais na escola, como bullying ou isolamento (Araújo et al., 2023).

Jogos digitais isolados reduzem oportunidades de "leitura mental", atrasando o desenvolvimento da teoria da mente em até 20-30% em comparação a crianças com interações offline, criando um ciclo vicioso de ansiedade social agravado por conteúdos digitais idealizados que distorcem percepções de realidade (Tanabe,

2021). Essa passividade das telas também afeta funções executivas, como planejamento e execução de tarefas, dificultando o aprendizado de linguagem e a autorregulação emocional, especialmente na primeira infância, período de alta plasticidade cerebral (Bressan, 2025).

Nesse contexto, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) surge como uma abordagem psicoterapêutica eficaz para contrabalançar esses efeitos, focando na identificação e modificação de padrões de pensamento disfuncionais e comportamentos maladaptativos, adaptável à primeira infância por meio de técnicas lúdicas, como jogos e histórias, que promovem regulação emocional e cognitiva (Ferreira, 2020).

Aplicada à exposição digital, a TCC auxilia na gestão do "vício em telas" ao reestruturar crenças como a necessidade de recompensas instantâneas comuns em aplicativos gamificados, substituindo-as por hábitos saudáveis, como pausas ativas, com estudos demonstrando redução de até 40% no tempo de tela e melhoria na atenção em crianças excessivamente expostas, incorporando técnicas de mindfulness adaptadas (Marques, 2022).

Além disso, ela aborda ansiedade induzida por conteúdos digitais, ensinando habilidades de *coping* para frustrações offline, e integra-se às teorias da mente por meio de exercícios de perspectiva-taking, como *role-playing* de cenários digitais *versus* reais, ajudando a diferenciar intenções virtuais de presenciais e mitigando déficits sociais ao fomentar empatia e reduzir impulsividade (Bressan, 2025). Sessões de TCC podem utilizar narrativas interativas para reconstruir experiências digitais prejudiciais, melhorando o julgamento moral baseado em intenções, especialmente em crianças a partir dos seis anos, embora adaptável a idades menores com recursos concretos e abstratos (Ferreira, 2020).

A psicologia escolar enfrenta desafios substanciais ao lidar com esses impactos, particularmente na era digital pós-pandemia, onde o ensino remoto acelerou a integração de tecnologias, resultando em quedas no desempenho escolar devido a hiperatividade e baixa retenção em crianças com alta exposição (Bressan, 2025).

Programas de TCC podem ser incorporados para treinar foco, mas faltam protocolos padronizados e formação para educadores, além de resistência à

mediação entre famílias dependentes de telas para entretenimento e currículos escolares. O isolamento digital agrava problemas de interação e teoria da mente imatura, sobrecarregando psicólogos escolares com a necessidade de intervenções em grupo, enquanto lacunas em diretrizes nacionais, como as do Ministério da Saúde de 2025, recomendam equilíbrio sem detalhar aplicações escolares, exacerbando desigualdades socioeconômicas em que crianças de baixa renda sofrem maior exposição desregulada (Brasil, 2025a).

Para superar esses obstáculos, propõem-se programas híbridos com TCC em sessões curtas escolares, combinadas a atividades offline para fomentar a teoria da mente, e capacitação docente, com evidências indicando redução de riscos em até 50% por intervenções precoces. Essa integração destaca a TCC como ferramenta proativa para mitigar efeitos digitais, enquanto as teorias da mente reforçam a importância de interações humanas, demandando abordagens inclusivas na psicologia escolar para equilibrar inovação e bem-estar infantil (Marques, 2022).

Para uma análise mais aprofundada, dados adicionais sobre contextos específicos, como faixas etárias ou ambientes escolares regionais, poderiam aprimorar essas recomendações. Junto às famílias, o psicólogo escolar oferece orientações por meio de workshops e palestras, baseadas em diretrizes de órgãos como a Sociedade Brasileira de Pediatria e a Organização Mundial da Saúde (OMS) (Ferreira, 2020).

Esses espaços discutem a importância de limitar o tempo de tela conforme a faixa etária e apresentam estratégias práticas, como a criação de "zonas sem dispositivos" em casa. Em casos específicos, o aconselhamento individualizado auxilia os pais a estabelecerem rotinas que equilibrem tecnologia e interação familiar, reforçando a necessidade de os adultos darem exemplo no controle do próprio uso de telas (Marques, 2022).

A colaboração com a instituição de ensino é igualmente vital, e neste sentido o psicólogo escolar deve atuar capacitando professores para identificar sinais de superexposição e integrar o tema do uso consciente da tecnologia no currículo, promovendo debates em sala de aula. Além disso, contribui na formulação de políticas escolares claras, como a restrição ao uso de celulares em horários

específicos, medida para minimizar distrações e criar ambientes mais focados no aprendizado (Ferreira, 2020).

Por fim, a atuação do psicólogo escolar, fundamenta-se em uma abordagem sistêmica, o que significa, que deve ir além da resolução de casos individuais para promover mudanças estruturais na comunidade escolar, integrando prevenção, educação e políticas públicas. O objetivo é garantir que a tecnologia seja uma ferramenta de apoio ao desenvolvimento integral, nunca um substituto para as interações humanas e as experiências concretas que moldam uma infância saudável.

### **Considerações Finais**

Este estudo, ao explorar a relação entre a terapia cognitivo-comportamental (TCC), as teorias da mente e a exposição ao mundo digital na primeira infância, revela os impactos multifacetados do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil, com ênfase nos desafios para a psicologia escolar. A análise demonstra que a exposição precoce a dispositivos digitais compromete funções cognitivas, como atenção e autorregulação, e habilidades socioemocionais, incluindo a capacidade de perspectiva-taking inerente às teorias da mente, o que pode perpetuar ciclos de ansiedade e isolamento social.

Nesse contexto, a TCC emerge como uma ferramenta estratégica e adaptável, capaz de mitigar esses efeitos por meio de intervenções lúdicas que promovem hábitos equilibrados e fortalecem a empatia, alinhando-se às recomendações da Organização Mundial da Saúde para um uso supervisionado de telas.

Os desafios identificados para a psicologia escolar, como a falta de protocolos padronizados, a sobrecarga de profissionais e as desigualdades socioeconômicas, destacam a urgência de políticas educativas integradas, que combinem capacitação docente, programas híbridos de TCC e atividades offline para fomentar interações humanas autênticas.

Embora evidências apontem para reduções significativas de riscos com intervenções precoces, lacunas persistem na adaptação dessas abordagens a contextos brasileiros diversificados, reforçando a necessidade de pesquisas

longitudinais que avaliem a eficácia de diretrizes nacionais, como as do Ministério da Saúde de 2025.

E assim, equilibrar a inovação digital com o bem-estar infantil exige uma abordagem holística, onde a TCC e as teorias da mente servem como pilares para intervenções proativas na psicologia escolar. Futuras investigações, incorporando dados empíricos de ambientes escolares reais, poderão refinar essas estratégias, promovendo um desenvolvimento integral e inclusivo para as gerações mais jovens.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R. T.; BASTOS, A. T. Diretrizes da OMS para o uso de telas na primeira infância. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 57, n. 1, p. 45-56, 2023.

ALVES, M. **Infância e tecnologia: desafios na formação socioemocional**. São Paulo: Editora Educar, 2023.

ARAÚJO, R. et al. **Impacto do tempo de tela no desenvolvimento cognitivo infantil**. *Revista Brasileira de Pediatria*, v. 45, n. 2, p. 112-120, 2023.

BECKER, D. **Saúde na infância: manual para pais e educadores**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2021.

BORTOLOZZI, F.; MILANI, R. G. O brincar digital e uso das tecnologias na saúde da criança. **Perspectivas em Diálogo**, Naviraí, v. 6, n. 125, p. 1-15, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Governo Federal lança guia sobre o uso saudável de telas por crianças e adolescentes**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025a. Disponível em: <https://www.gov.br/mds/pt-br/noticias-e-conteudos/desenvolvimento-social/noticias-desenvolvimento-social/governo-federal-lanca-guia-sobre-o-uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes>. Acesso em: 15 set. 2025.

BRASIL. Secretaria de Comunicação Social. **Crianças, Adolescentes e Telas: Guia sobre Usos de Dispositivos Digitais**. Brasília, DF: Secretaria de Comunicação Social, 2025b. Disponível em: [https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia/guia-de-telas\\_sobre-usos-de-dispositivos-digitais\\_versaoweb.pdf](https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia/guia-de-telas_sobre-usos-de-dispositivos-digitais_versaoweb.pdf). Acesso em: 27 set. 2025.

BRESSAN, R. A. **Exposição digital e plasticidade cerebral na primeira infância**. São Paulo: Editora da USP, 2025.

CAVALCANTI, L. **Desenvolvimento infantil em tempos digitais**. Porto Alegre: Artmed, 2022.

CAVALCANTI, M. C. Impactos do tempo de tela no desenvolvimento infantil. **Revista Saúde UNIFAN**, v. 3, n. 1, p. 58-66, 2024.

CRESPI, L.; NORO, D.; NÓBILE, M. F. **Desenvolvimento na primeira infância: Convergindo neurociências e educação**. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2020.

EDUCAÇÃO PÚBLICA. Exposição excessiva a telas e teoria da mente em crianças. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 14, p. 1-10, 2023.

FERREIRA, D. F. M. **O Mundo Digital e Seus Impactos Na Vida Infantil**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade UNA de Catalão. 2020. Disponível em: <file:///C:/Users/lizal/Downloads/TCC%20-%20O%20mundo%20digital%20e%20seus%20impactos%20na%20vida%20infantil.-1.pdf>. Acesso em: 15 set. 2025.

GALVÃO, A.; MEDEIROS, B.; MEDEIROS, C. Uso de telas e desigualdades educacionais na infância. **Revista Brasileira de Educação**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 112-130, 2024.

GONDIM, E. C.; HILÁRIO, J. S. M.; PANCIERI, L.; MELLO, D. F. de. **Influências do uso de telas digitais no desenvolvimento social na primeira infância: estudo de revisão**. Revista Enfermagem UERJ, Rio de Janeiro, v. 30, n. 1, e67961, 2022.

MARQUES, A. L. **Educação midiática na escola básica**. Curitiba: Editora Positivo, 2022.

MENDES, C. **Psicologia e tecnologia: diálogos necessários**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia de saúde digital para famílias**. Brasília: MS, 2023.

OLIVEIRA, P. **Crianças conectadas: riscos e oportunidades**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2023.



OMS. **Diretrizes para o uso de telas na primeira infância**. Genebra: OMS, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **OMS divulga recomendações sobre uso de aparelhos eletrônicos por crianças de até 5 anos**. Nações Unidas no Brasil, 26 abr. 2019. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/82988-oms-divulga-recomenda%C3%A7%C3%B5es-sobre-uso-de-aparelhos-eletr%C3%B4nicos-por-crian%C3%A7as-de-at%C3%A9-5-anos>. Acesso em: 27 set. 2025.

PRESTES, Z.; TUNES, E. **Teorias da mente e interações sociais na infância**. Rio de Janeiro: E-papers, 2018.

SANTOS, T. A. S. et al. **O acesso a tecnologias pelas crianças: necessidade de monitoramento**. Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação, Lisboa, n. 38, p. 45-60, 2020.

SBP. **Manual de orientação: saúde de crianças e adolescentes na era digital**. São Paulo: SBP, 2020.

SILVA, E. R. T. BORTOLOZZI.; MILANI, R. G. O brincar digital e uso das tecnologias na saúde da criança. **Perspectivas em Diálogo**. Navirai, v.6, n.125. Revista de Educação e Sociedade, 2019.

SILVA, J.; COSTA, M. **Redes sociais e saúde mental juvenil**. Psicologia: Teoria e Prática, v. 24, n. 3, p. 45-60, 2022.

SOUZA et al. Superexposição a telas e sintomas emocionais em crianças. **Revista de Psicologia Escolar**, v. 12, n. 1, p. 30-45, 2023.

TANABE, R. **O brincar e o desenvolvimento infantil**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2021.

TIVERON, A. C. Impacto da exposição digital no desenvolvimento infantil e psicologia escolar. **Revista de Psicologia da Educação**, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 78-92, 2024.

# A INTERSEÇÃO ENTRE DESAFIOS DE CUIDADO E DIFICULDADES FINANCEIRAS PARA PAIS DE CRIANÇAS AUTISTAS

Nicolhy da Silva Ferreira<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

**RESUMO:** Este trabalho analisa a interseção entre os desafios de cuidado e as dificuldades financeiras enfrentadas por famílias de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) no Brasil. A partir de uma revisão narrativa da literatura, buscou-se compreender os impactos dessa realidade no bem-estar familiar e no acesso a recursos essenciais. Foram investigados estudos publicados entre 2015 e 2025 em bases como PubMed, PePsic e SciELO, além de documentos institucionais. Os resultados apontam que a alta demanda de cuidados especializados, somada ao elevado custo de terapias multidisciplinares e à insuficiência de suporte público, gera sobrecarga emocional, social e econômica para os pais. A falta de recursos compromete a continuidade das intervenções, impactando o desenvolvimento infantil e a qualidade de vida familiar. Constatou-se também que redes de apoio e políticas inclusivas são fundamentais para minimizar desigualdades e fortalecer estratégias de enfrentamento. Assim, torna-se imprescindível a ampliação do suporte público e o fortalecimento de iniciativas sociais que assegurem acesso a cuidados adequados e equitativos.

**Palavras-chave:** Transtorno do Espectro Autista; Cuidado Familiar; Dificuldades Financeiras; Qualidade de Vida; Acesso a Terapias.

**ABSTRACT:** This article analyzes the intersection between care challenges and financial difficulties faced by families of children with Autism Spectrum Disorder (ASD) in Brazil. Through a narrative literature review, the study sought to understand the impacts of this reality on family well-being and access to essential resources. Research included studies published between 2015 and 2025 in databases such as PubMed, PePsic, and SciELO, in addition to institutional documents. Findings indicate that the high demand for specialized care, combined with the elevated cost of multidisciplinary therapies and insufficient public support, generates emotional, social, and economic burdens on parents. Limited resources compromise continuity of interventions, affecting child development and family quality of life. It was also found that support networks and inclusive policies are crucial to reduce inequalities and strengthen coping strategies. Therefore, expanding public support and strengthening social initiatives that ensure access to adequate and equitable care is essential.

**Keywords:** Autism Spectrum Disorder; Family Care; Financial Difficulties; Quality of Life; Access to Therapies.

1. Graduada de psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia.  
nicolhy\_ferreira@hotmail.com

2. Professora orientadora do trabalho de conclusão de curso da faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela Universidade Federal de Uberlândia. cleycianeFaria@gmail.com

3. Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI). Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia.  
albert.manoel@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente, o Brasil tem registrado maior visibilidade nos diagnósticos de Transtorno do Espectro Autista (TEA), o que demanda maior conscientização e cuidado na aplicação de testes sempre realizados por profissionais capacitados. Ocorreu um fato inédito no Censo Demográfico 2022, quando o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) incluiu um questionamento sobre o TEA, revelando que 2,4 milhões de pessoas no Brasil receberam o diagnóstico de autismo, correspondendo a cerca de 1,2% da população. Essa maior identificação pode ser atribuída a vários fatores, como uma maior divulgação de informações e a capacitação de profissionais na área da saúde e da educação, que identificam os sinais e alertam os responsáveis, iniciando assim uma intervenção precoce.

Apesar do avanço da ciência, o consenso é que não existe uma única causa para o TEA, mas sim uma interação entre fatores genéticos e ambientais, como deficiência nutricional durante a gravidez, exposição a toxinas e poluentes, idade parental avançada, complicações durante o parto (como prematuridade, infecções maternas ou sofrimento fetal, como falta de oxigênio) e até a herdabilidade. De acordo com o Centers For Disease Control and Prevention – CDC, o autismo resulta de uma combinação complexa de fatores genéticos e ambientais, o que reforça a importância de diagnósticos precoces e intervenções contínuas. Embora os estudos pareçam complexos, o avanço do conhecimento científico, juntamente com um suporte eficaz e personalizado às famílias com TEA, permite intervenções e recursos mais eficazes.

O tornar-se pai e mãe é marcado por uma série de expectativas acerca do bebê, e qualquer situação que venha a divergir dessa idealização pode impactar a realidade do casal. A notícia de ter um filho no espectro autista marca o início de desafios e descobertas que redefinem a experiência e as expectativas iniciais, sendo comum o surgimento de sentimentos como frustração, ansiedade e revolta nesse cenário. A busca por um tratamento adequado exige atenção e energia, sendo necessário adaptar toda a rotina já existente para encaixar as terapias e os cuidados necessários.

A singularidade das necessidades e do cuidado de cada criança do espectro demanda um alto nível de atenção, frequentemente gerando uma rotina exaustiva e desafiadora, que impacta significativamente o físico, emocional, social e profissional

dos pais e cuidadores devido à constante adaptação nos aspectos cotidianos da família. Altos níveis de tensão e estresse vivenciados pelos familiares de crianças com TEA interferem diretamente na qualidade de vida, evidenciando a dificuldade em estruturar suas vidas sociais, sejam elas familiares ou com a comunidade, além de favorecer o aparecimento de quadros de ansiedade e depressão, correlacionados ao quadro da criança de comprometimento intelectual, social e de comunicação. Segundo o Instituto IBAC, o bem-estar psicológico dos pais influencia diretamente o desenvolvimento das crianças com TEA, sendo fundamental oferecer suporte emocional e redes de apoio para evitar o esgotamento familiar.

O cuidado gera custos, e a falta de recursos limita o cuidado, restringindo o acesso a serviços e intervenções de qualidade, o que é agravado pela falta de suporte social. O tratamento do autismo comumente envolve intervenções multidisciplinares - médicos, psicólogos, fonoaudiólogos, pedagogos, fisioterapeutas e terapeutas ocupacionais - tornando imprescindível facilitar o acesso a esses recursos essenciais para garantir o bem-estar de todos. Devido à complexidade e singularidade de cada criança com TEA, a demanda por cuidados especializados desempenha um papel fundamental para o desenvolvimento integral e maior qualidade de vida das crianças. Os tratamentos, frequentemente intensivos e prolongados, acarretam custos elevados, sobrecarregando financeiramente as famílias e gerando despesas indiretas, como transporte e materiais adaptados.

Diante desse cenário, emerge a questão central desta pesquisa: de que maneira a interseção entre os desafios de cuidado de crianças com TEA e as dificuldades financeiras vivenciadas por seus pais impacta o bem-estar familiar e o acesso a recursos essenciais no contexto brasileiro?

O objetivo geral deste estudo é compreender os impactos dessa interseção no acesso a tratamentos e serviços essenciais, bem como no bem-estar das famílias. Para isso, estabelecem-se os seguintes objetivos específicos: Identificar as principais demandas de cuidado no atendimento a crianças com TEA; Analisar como as dificuldades financeiras das famílias interferem no acesso a serviços de saúde, educação e apoio especializado; Discutir estratégias de enfrentamento e o papel das redes de apoio, destacando o lugar da Psicologia enquanto ciência e prática no acolhimento emocional, no suporte aos cuidadores e na promoção da qualidade de vida familiar.

Assim, esta pesquisa busca evidenciar como o fator financeiro se constitui em um obstáculo central para famílias de crianças com TEA, comprometendo o acesso a serviços especializados e, conseqüentemente, a qualidade do cuidado oferecido. Compreender essas dinâmicas é essencial para fortalecer políticas públicas, orientar profissionais de diferentes áreas — em especial da Psicologia — e contribuir para uma rede de apoio mais eficaz às famílias brasileiras.

## **2 METODOLOGIA**

Este artigo foi desenvolvido como uma pesquisa qualitativa e descritiva, utilizando o método de Revisão Narrativa da Literatura. O objetivo desta abordagem metodológica foi investigar e explorar o conhecimento científico disponível, acerca das barreiras ao acesso às terapias especializadas para crianças com Transtornos do Espectro Autista (TEA) no Brasil, focando nos desafios enfrentados por seus pais. A revisão narrativa se caracteriza por uma ampla análise interpretativa da literatura existente sobre determinado tema, permitindo assim uma construção crítica e contextualizada. Esta abordagem possibilita que se tenha diferentes perspectivas e a indicação de pontos que necessita de mais investigação na área.

O período dos artigos pesquisados foi limitado aos trabalhos publicados nos últimos dez anos, se estendendo de 2015 até o presente ano de 2025, visando garantir relevância e atualidade nas informações. Os locais da busca incluem, PubMed, PePsic (Periódicos de Psicologia), SciELO (Scientific Electronic Library Online), literatura cinzenta, sites governamentais e instituições de referência na área TEA, a fim de complementar os dados contextuais.

Para a seleção dos materiais utilizados, os descritores utilizados foram “Transtorno do Espectro Autista”, “TEA”, “Cuidado Familiar”, “Terapias”, “Apoio Social”, “Brasil”, “Custo”, “Barreiras”, “Acesso a Terapias” e “Autismo Infantil”. Após esse processo da busca inicial, o número de artigos que irão compor a revisão será de 14 trabalhos.

A última etapa de seleção desses artigos, será por meio de critérios de inclusão e exclusão. Como critérios de inclusão, serão considerados os artigos que abordam os impactos dos desafios na dinâmica e bem-estar das famílias no contexto brasileiro, artigos que analisem estratégias de enfrentamento, como

iniciativas de apoio e políticas públicas e artigos que apresentem a aplicação das terapias especializadas para TEA. Como critérios de exclusão, serão descartados os artigos que se concentram em TEA com comorbidades e o relacionando a tratamentos farmacológicos, artigos que são desenvolvidos levando em consideração estruturas financeiras e sistemas de saúde diferentes do Brasil e artigos que não oferecem profundidade necessária para que ocorra uma revisão sobre os impactos sociais, 14 trabalhos que não se encaixem no período temporal definido e trabalhos focados em adolescentes, adultos ou idosos.

A avaliação dos artigos selecionados por meio do método SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles) evidenciou, de forma geral, boa qualidade metodológica e narrativa. As pontuações variaram entre 9 e 11 pontos, em uma escala máxima de 12, o que demonstra que os trabalhos apresentam justificativas bem estruturadas, objetivos claros, referências atualizadas e interpretações consistentes com os achados. Entre os pontos fortes observados, destacam-se a relevância atribuída ao estudo do Transtorno do Espectro Autista (TEA) em diferentes contextos e a coerência das análises apresentadas, que contribuem para a compreensão das demandas de cuidado, estratégias terapêuticas e impactos na dinâmica familiar.

Por outro lado, verificou-se que alguns artigos apresentaram limitações quanto à sistematização dos dados e à amplitude da literatura revisada, aspectos que impactaram parcialmente na clareza e robustez da discussão. Ainda assim, o conjunto dos estudos analisados pode ser considerado de boa a alta qualidade narrativa, oferecendo sustentação científica adequada para a revisão desenvolvida neste trabalho.

### **3 RESULTADOS**

A revisão narrativa possibilitou identificar que os principais desafios enfrentados por famílias de crianças com Transtornos do Espectro Autista (TEA) estão diretamente relacionados ao alto custo do cuidado especializado, à sobrecarga emocional dos cuidadores e às limitações no acesso a serviços de saúde e educação. Os estudos revisados indicam de maneira consistente que a rotina dessas famílias é marcada pela necessidade de múltiplas terapias,

acompanhamento médico contínuo e adaptações escolares, fatores que, somados, geram um impacto significativo no aspecto financeiro e no bem-estar familiar.

Com a aplicação do método SANRA para a avaliação de qualidade dos artigos, a maioria obteve classificação entre 9 e 11 pontos, indicando consistência metodológica e relevância científica. De maneira geral, os trabalhos apresentaram fundamentação consistente e objetivos claramente definidos, além de trazerem análises relevantes sobre a realidade das famílias brasileiras. Entretanto, em alguns artigos foram identificadas limitações, especialmente na ausência de maior sistematização dos dados e no alcance limitado da literatura revisada, o que reduziu parcialmente a profundidade das análises.

Um aspecto importante identificado é que, embora os artigos reconheçam a sobrecarga emocional dos cuidadores, o papel do psicólogo nem sempre é destacado com valorização necessária. Em alguns estudos, o psicólogo aparece como parte da equipe multidisciplinar responsável pelo cuidado, mas em muitos casos sua função é tratada de maneira secundária ou pouco aprofundada. Essa lacuna revela uma necessidade de maior valorização da psicologia no contexto do TEA, sobretudo no apoio aos cuidadores, na mediação de estratégias de enfrentamento e na promoção da saúde mental familiar.

De acordo com Bezerra (2018), o trabalho de uma equipe multidisciplinar é essencial no tratamento de crianças com TEA, pois a integração entre profissionais de diferentes áreas como a psicologia, fonoaudiologia e terapia ocupacional, promove uma abordagem mais ampla e eficaz. Essa integração permite o desenvolvimento de intervenções que consideram as necessidades específicas de cada criança, contribuindo para resultados mais satisfatórios. Nesse mesmo sentido, Brito et al. (2021) apontam que a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) se destaca por auxiliar na regulação emocional e no aprimoramento das habilidades sociais das crianças, especialmente quando associada ao suporte familiar e psicológico.

Gomes, Coelho e Miccione (2016) enfatizam que as estratégias de intervenção devem ser planejadas de forma individualizada, respeitando as particularidades de cada criança. Segundo os autores, o sucesso das terapias está relacionado à personalização das técnicas aplicadas e à continuidade das intervenções. Esse olhar individualizado fortalece o vínculo entre terapeutas, pais e

criança, e contribui para um desenvolvimento mais consistente. De forma complementar, Gross (2004) ressalta a importância da regulação emocional no processo terapêutico, tanto para a criança quanto para os cuidadores, uma vez que o manejo adequado das emoções favorece o equilíbrio psicológico e o bem-estar familiar.

Com o avanço das tecnologias, novas abordagens têm sido implementadas para ampliar a eficácia das terapias. Jaliawala e Khan (2018) destacam o potencial das ferramentas digitais e da inteligência artificial na melhoria da comunicação e aprendizado de crianças com TEA, especialmente aquelas com limitações verbais. Além disso, Lei e Ventola (s.d.) defendem o uso de intervenções naturalistas que integram o processo terapêutico ao ambiente familiar, tornando as interações mais espontâneas e efetivas.

No conjunto, os resultados desta revisão reforçam que o fator econômico constitui um dos principais limitadores do acesso a tratamentos adequados e contínuos, gerando repercussões emocionais e sociais para os pais e cuidadores. Ao mesmo tempo, evidenciam-se iniciativas de enfrentamento, como fortalecimento das redes de apoio social e a busca por políticas públicas inclusivas que se configuram como recursos essenciais para minimizar os impactos do cuidado e promover maior qualidade de vida às famílias.

#### **4 DISCUSSÃO**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma alteração neurológica que resulta em uma condição complexa que se desenvolve no início da infância, impactando diversas áreas do desenvolvimento infantil, sendo elas, a deficiência social, dificuldades de linguagem e comunicação e comportamentos repetitivos e/ou restritivos, de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (5ª edição) - DSM – 5 (APA, 2014) que é o material utilizado internacionalmente para traçar diagnósticos psiquiátricos, no intuito de padronizar.

O autismo é considerado um espectro pois, junto com o diagnóstico do TEA estão presentes níveis de gravidade e necessidades de suporte para as atividades cotidianas, sendo classificadas em nível leve o suporte 1, o moderado suporte 2 e severo sendo o suporte 3. Podendo apresentar também, outras comorbidades como Transtorno do Déficit de atenção com Hiperatividade, Ansiedade, Deficiência



intelectual, entre outras. Apesar de ser dividido desta forma, cada criança autista manifesta o transtorno de forma individualizada, devendo cada criança ser analisada e receber um tratamento personalizado.

Os níveis de suporte do TEA foram estabelecidos pelo DSM-5 e têm a função de definir os níveis de suporte de auxílio no cotidiano, principalmente nas áreas comuns que são a comunicação, socialização e autonomia. O nível 1 corresponde ao grupo que necessita de suporte leve, mas que ainda assim precisam de orientações em interações sociais e na adaptação e mudanças de rotina. No nível 2, a necessidade de suporte é moderada e mais visível, em que as dificuldades de comunicação e padrões repetitivos de comportamento são mais evidentes, demandando um apoio regular em diferentes contextos. O nível 3 é caracterizado como suporte intenso ou severo, com comprometimento significativo da comunicação, autonomia e adaptação ao ambiente, demandando acompanhamento constante e múltiplas intervenções.

#### 4.1 PRINCIPAIS DEMANDAS DE CUIDADO NO ATENDIMENTO DE CRIANÇAS COM TEA

A intervenção terapêutica especializada é um pilar fundamental ao atendimento de crianças com TEA, necessitando ser individualizada e, quase sempre, acompanhada por uma equipe multidisciplinar e de forma intensiva. Entre as opções de tratamento, a Análise do Comportamento Aplicada (ABA) se destaca por ser fundamentada nos princípios da ciência do comportamento, que tem suas raízes nos trabalhos de Burrhus Frederic Skinner. Para Skinner (1974), as intervenções éticas e sistemáticas, iniciadas de formas sutis, poderiam desencadear mudanças significativas no comportamento humano. No entanto, a ABA demanda um investimento financeiro considerável devido à sua intensidade.

Crianças do espectro autista demandam um acompanhamento médico de forma indispensável, sendo neuropediatras e, se necessário, psiquiatras infantis. Esse monitoramento atua na identificação do desenvolvimento contínuo da criança ou no surgimento de uma possível comorbidade, como o distúrbio do sono, o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, entre outros. Como informado pelo Ministério da Saúde (2022), as estratégias devem ser elaboradas devido às necessidades individuais, com o intuito de promover uma melhor adaptação,

reabilitação e autonomia de forma integral, por meio de uma análise geral sobre o impacto da deficiência sobre sua funcionalidade. Ao longo do acompanhamento, se necessário, as intervenções farmacológicas podem ser prescritas, visando uma melhora e facilitação às intervenções educacionais e terapêuticas.

Promover as Habilidades de vida diária (HVDs) é essencial para uma maior e melhor qualidade de vida, já que estas habilidades envolvem higiene pessoal, alimentação, sono e até habilidades sociais. Segundo Penteado (2020), a promoção da autonomia em atividades de vida diária é crucial para garantir a independência futura de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), visto que ausência de quaisquer habilidades citadas compromete todos os níveis sociais, já que torna a criança um ser totalmente dependente nas funções essenciais, limitando as opções de escolhas e causando um atraso nas transições da infância para a adolescência e, conseqüentemente, a vida adulta.

Nesse contexto, apesar de seu foco não ser necessariamente crianças autistas, Dewey (s.d.) destaca que a participação ativa da criança na comunidade, de forma funcional, pode impulsionar a capacidade de se desenvolver, tornando suas respostas inteligentes em função da associação da comunicação com o outro. É comum que crianças do espectro apresentem dificuldade em interagir e se comunicar, além de ser frequente a existência de comportamentos repetitivos e interesses restritos, dificultando a interação social.

O manejo e a compreensão dos comportamentos desafiadores desenvolvem um papel extremamente importante no cuidado para com essas crianças, já que, entre esses comportamentos desafiadores estão a autoagressão, heteroagressão e estereotípias que, por vezes, podem atuar como forma de regulação sensorial, forma de comunicação para indicar que alguma necessidade no momento não está sendo atendida ou uma certa dificuldade em se adaptar no ambiente em que se encontra. Segundo Schmidt, Nunes e Bosa (2007), compreender a função desses 9 comportamentos é essencial para o planejamento de intervenções mais eficazes, que considerem tanto o contexto quanto às necessidades individuais da criança.

A ABA atua na identificação da função desses comportamentos, através de uma análise funcional, substituindo os comportamentos inadequados por alternativas mais eficazes, por vezes socialmente aceitas e, com esse estudo, modificar o que antecede, reduzindo a frequência e intensidade. Para Skinner

(1974, p.21.), “O comportamento operante é modelado e mantido por suas consequências”, este pensamento enfatiza que, o foco central não é o porquê do comportamento, mas sim o que acontece após e como isso molda os futuros comportamentos.

Dentro da perspectiva ABA, o conceito de comportamento operante é fundamental para compreender as ações de uma criança com TEA. Skinner (1974, p. 23) explica que “O comportamento operante é uma classe de respostas que se modifica em função das suas consequências”, ele indica que as crianças são moldadas pelo que ocorre após o comportamento. Desta forma, entende-se que o comportamento operante é voluntário e influenciado pelas consequências que sucedem a ele, podendo aumentar ou diminuir sua ocorrência.

A oferta limitada de recursos e de materiais complementares é mais um obstáculo importante a ser citado, pois, para que as intervenções sejam realizadas de forma eficaz, o uso de recursos visuais, materiais sensoriais, aplicativos e softwares educacionais adaptados e equipamentos de comunicação alternativa e aumentativa (CAA) é essencial. No entanto, um estudo realizado pela Fundação Getúlio Vargas (FGV, 2020) mostra como os custos extras para famílias com pessoas com deficiência é desproporcional, tornando certos recursos inacessíveis, comprometendo a continuidade das estratégias fora da clínica, limitando a generalização das habilidades de aprendizagem.

A demanda de um apoio educacional inclusivo é um grande desafio para crianças com deficiência. A Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Lei nº13.146/2015) foi criada no intuito de assegurar o direito à educação inclusiva; entretanto, isso requer profissionais capacitados, seja na formação de professores regentes ou auxiliares. Contudo, a realidade é que escolas da rede pública e da rede privada ainda carecem de profissionais com qualificação o suficiente, apesar das criações de leis para assegurar uma educação de qualidade, a infraestrutura escolar costuma ser insuficiente para atender as necessidades sensoriais e comportamentais dos alunos no espectro.

A infraestrutura escolar, normalmente não possuem espaços adaptados sensorialmente, como iluminação controlada, possuem excesso de estímulos visuais e possui escassez de materiais pedagógicos acessíveis e tecnologias assistivas, que atuam no desenvolvimento das habilidades cognitivas e sociais.

## 4.2 IMPACTOS DAS DIFICULDADES FINANCEIRAS AO ACESSO DE SERVIÇOS ESSENCIAIS

As barreiras às terapias especializadas são obstáculos que limitam e impedem o acesso das famílias aos tratamentos terapêuticos, estas podem ser constituídas por limitações financeiras, geográficas, sociais e até mesmo por questões legais. O alto custo dos tratamentos pode levar as famílias ao endividamento, afetando diretamente a saúde financeira, física e mental, a qualidade de vida e o desempenho profissional. Uma pesquisa realizada pelo Instituto PENSI (2024) revelou que famílias com filhos autistas de nível de suporte 1 e 2 gastam cerca de 21,2% do orçamento familiar com saúde, e o gasto exclusivo com filho de nível de suporte 3 é superior a 36,5%. Esses dados demonstram a gravidade da situação e a carga financeira, impactando todo o acesso à qualidade de vida, e a ameaça constante de uma possível interrupção de tratamentos.

O custo elevado dessas intervenções se agrava quando há ausência de planos de saúde ou quando é oferecida uma cobertura limitada, visto que, normalmente, a frequência considerada ideal para se ter um resultado considerável e eficaz demanda uma alta intensidade de terapias, podendo chegar a até 10h semanais. Desta forma, os gastos mensais atingem níveis insustentáveis para grande parte das famílias com filhos atípicos, impulsionando essas famílias a um possível endividamento. Assim, inviabiliza-se uma intervenção contínua e com serviços adequados para o desenvolvimento da criança, comprometendo todo o potencial e possibilidade de autonomia, já que uma intervenção descontinuada impacta diretamente de forma negativa, atrasando o processo.

Nesse cenário, uma alternativa que muitas famílias buscam é o Benefício de Prestação Continuada (BPC), previsto na Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS). O BPC garante um salário-mínimo mensal à pessoa com deficiência que comprove não possuir meios de prover a própria manutenção, nem de tê-la provida por sua família. Como o TEA é reconhecido legalmente como deficiência, crianças diagnosticadas podem ter direito ao benefício, desde que atendidos os critérios de renda familiar per capita estabelecidos pela legislação. Embora represente uma importante forma de amparo financeiro, o processo de solicitação e concessão do BPC ainda é marcado por burocracias, perícias médicas e análises

socioeconômicas, o que dificulta o acesso de muitas famílias. Ainda assim, para aquelas que conseguem o benefício, o recurso se torna essencial para garantir parte das despesas com terapias, transporte, medicamentos e materiais de apoio, funcionando como um suporte mínimo para reduzir o impacto das desigualdades no cuidado.

Assim como o cuidado direto com as crianças, o apoio psicológico e emocional para as famílias, capacitação e treinamentos oferecidos através de informações e orientações aos pais é importante, visando ainda que, parte considerável de famílias atípicas possui certa carência financeira e acesso restrito às informações. Segundo Favero e Santos (2005), intervenções realizadas de forma precoce, clínicas com aconselhamento informativo, treino parental e aumento do suporte social, são algumas alternativas que demonstram eficácia na melhoria do bem-estar familiar, impactando positivamente no desenvolvimento da criança. Tais medidas atuam capacitando os cuidadores, tornando-os agentes ativos no tratamento, onde mesmo diante das limitações financeiras, com acesso às informações corretas, conseguem tomar decisões assertivas sobre o tratamento e a educação, reduzindo a dependência das intervenções clínicas.

A realidade da saúde pública brasileira, apesar de alguns avanços, ainda apresenta diversas falhas que comprometem o acesso a um tratamento digno. Diante de tantas lacunas, foi criada a Lei Berenice Piana (Lei nº12.764/2012), no intuito de trazer a garantia dos autistas ao acesso de seus direitos e garantias, como educação inclusiva, atendimento especializado e medicamentos pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Entretanto, a escassez de centros especializados e de profissionais capacitados para o atendimento de pessoas com TEA deixa novamente os pais sem outra opção, a não ser recorrer às redes de tratamento particular, já que a falta de cobertura adequada resulta em longas listas de espera para os tratamentos multidisciplinares, e o cenário fica ainda pior em regiões mais afastadas dos grandes centros urbanos.

A intensa demanda de acompanhamento da criança nas consultas e nas terapias, impõe uma realidade desafiadora às famílias e que pela necessidade do cuidado e pela necessidade de garantir o desenvolvimento da criança, em muitos casos um dos cuidadores é obrigado a reduzir ou até a abandonar o trabalho. Apesar da carência em artigos e pesquisas informando porcentagens sobre pais e

mães que abandonam a carreira devido o cuidado dos filhos, a ENGEMA USP (2024), apresentou dados que cerca de 73% dos cuidadores brasileiros enfrentam dificuldades financeiras, e há relatos de mães que se tornaram dependentes financeiras de seus companheiros ou que tiveram sua renda reduzida ao precisarem abandonar seus empregos para cuidar dos filhos. Essa questão normalmente afeta o funcionamento familiar, já que fica em evidência a ausência de suporte adequado para acomodar o cuidado da vida profissional com o familiar.

O cenário de privação financeira se traduz também em um desgaste decorrente da sobrecarga de cuidados e constante preocupação com as finanças, podendo levar ao esgotamento parental. Conforme mostrado por Martins, Oliveira e Silva (2022), a sobrecarga de demandas parentais, especialmente por pais de filhos atípicos, afeta o funcionamento social e familiar, satisfação geral do ambiente, distúrbio do sono, estranheza no relacionamento, uso de medicamentos, entre outros. O termo burnout parental é usado para descrever esse quadro, podendo se tornar um estresse crônico desencadeando diversas comorbidades.

#### 4.3 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E O IMPACTO POSITIVO DAS REDES DE APOIO NA QUALIDADE DE VIDA FAMILIAR

Diante de tantas barreiras impostas e tamanha burocracia, muitas famílias são obrigadas a optar pela busca judicial como meio de assegurar um acesso de qualidade, seja pelo SUS ou pelos planos de saúde. Conforme relatado pela Câmara dos Deputados (2023), persistem dificuldades significativas no acesso ao tratamento adequado, tanto na rede pública quanto na privada, destacando a carência de profissionais capacitados e a desigualdade estrutural entre regiões. Apesar de ser um processo desgastante, essa é uma escolha que tem dado um resultado consideravelmente eficaz na obtenção de direitos fundamentais, embora haja uma variação anual, o Conselho Nacional de Justiça (CNJ), possui uma quantia considerável de ações relacionadas à saúde no Brasil.

A CNN Brasil (2024) destaca que muitos desses casos de judicialização envolvem famílias de crianças autistas que buscam acesso às terapias essenciais, refletindo as falhas na cobertura dos planos de saúde e nas políticas públicas existentes. O portal Mais PB (2024) complementa apontando que, somente em 2023, mais de 565 mil ações judiciais relacionadas ao direito à saúde foram

ajuizadas no país, revelando a gravidade e a urgência de políticas mais inclusivas. Essa realidade reforça que, embora a via judicial seja uma alternativa de defesa de direitos, ela não deve substituir políticas públicas eficazes e acessíveis, capazes de garantir atendimento especializado a todas as famílias que necessitam.

Apesar da notável limitação e escassez dos serviços especializados de saúde pública, para muitas famílias a busca por recursos disponíveis é a única estratégia possível. Instituições como os Centros de Atenção Psicossocial Infanto-juvenil (CAPSi), núcleos de apoio e alguns hospitais-escolas oferecem serviço essencial e terapias multidisciplinares, é indiscutível que esses locais trabalham com longas filas de espera, comprometendo a questão da intervenção precoce. O Relatório de Levantamento sobre o TEA em Pernambuco, realizado pelo Tribunal de Contas do Estado (TCE-PE, 2023) destaca a escassez de redes existentes, e prega a necessidade de cooperação entre os serviços, visando otimizar o acesso e qualificar o atendimento, assim trazendo aos cuidadores o apoio necessário e a diminuição do sentimento da necessidade de uma constante vigilância.

São múltiplos os benefícios gerados por uma rede de apoio social às famílias de crianças com TEA, fortalecendo a capacidade de enfrentamento. Essas redes podem ser formadas por familiares, amigos, outros familiares com filhos atípicos, profissionais ou grupos de apoio estruturados. Grupos de apoio e as associações, além do apoio emocional, redução do isolamento e do compartilhamento de experiência, esses espaços promovem acolhimento e ações coletivas reivindicando direitos e políticas públicas inclusivas. Segundo o Instituto Singular (2023), "a rede de 13 apoio é essencial para que pais de crianças com TEA não enfrentem o cuidado de forma solitária, promovendo suporte emocional, social e prático no dia a dia". A AMA (Associação de Amigos do Autista), fundada em 1983 e presente em diversas cidades do Brasil, é um exemplo notável de como a força coletiva contribui para o enfrentamento dos desafios.

A falta de conhecimento sobre o espectro pode gerar isolamento, angústia às famílias, às direcionando a soluções inadequadas e profissionais não capacitados. Em 2007, a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleceu que o dia 02 de abril seria o Dia Mundial de Conscientização sobre o Autismo, visando uma conscientização global e a promoção dos direitos, essa medida foi importante pois através dela, o Brasil adotou campanhas educativas desmistificando o transtorno e

promovendo a informação. Desta forma, possibilitando o empoderamento das famílias com crianças com TEA e promovendo maior acesso às informações acerca do espectro, ajudando as famílias a compreenderem seus direitos.

A inclusão escolar de crianças com TEA também é um direito garantido por lei no Brasil. O Estatuto da Pessoa com Deficiência (Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015) reconhece o autismo como uma deficiência e além de garantir o direito à educação, ela visa adaptações curriculares e recursos de acessibilidade para atender as necessidades específicas dos alunos. Apesar disto, a falta de preparo dos profissionais se torna um obstáculo recorrente e ocasiona também uma falta de disciplinas e materiais específicos, tornando a sala de aula um local com excesso de estímulos e com superlotação de alunos, comprometendo a concentração e o aprendizado. Essa deficiência escolar impõe novamente aos pais a pressão de complementar esta educação em casa ou buscar alternativas, aumentando a pressão financeira novamente.

A tecnologia tem sido uma aliada no suporte ao desenvolvimento e comunicação alternativa de crianças com TEA, através de um estudo publicado na Revista Brasileira de Informática na Educação (RBIE), Alencar e Marques (2021) "os aplicativos utilizados promoveram boa experiência de uso, incluindo benefícios no aprendizado e desenvolvimento da comunicação". A comunicação Alternativa Aumentada (CAA) é um exemplo de recurso eletrônico que permite que pessoas não verbais ou que possuem limitações na comunicação possam expressar suas necessidades e sentimentos. Contudo, a acessibilidade a essas ferramentas se torna um desafio, tendo em vista o custo e a necessidade de equipamentos específicos, 14 isso ressalta a importância de políticas que democratizam o acesso a essas inovações.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo teve como objetivo compreender a interseção entre os desafios de cuidado de crianças com transtorno do espectro autista e as dificuldades financeiras enfrentadas por seus pais no Brasil. A revisão narrativa realizada permitiu identificar que a sobrecarga emocional, a rotina exaustiva de terapias e os



altos custos envolvidos no tratamento são fatores que comprometem tanto o bem-estar familiar quanto o acesso a serviços de saúde e educação.

Os resultados mostraram que as dificuldades financeiras exercem papel central na limitação do cuidado, tornando muitas vezes inviável a continuidade de intervenções especializadas. Essa realidade contribui para o desgaste físico e psicológico dos cuidadores, além de intensificar o sentimento de frustração, ansiedade e isolamento social. Por outro lado, foram identificadas estratégias de enfrentamento que amenizam tais impactos, como o apoio de familiares, grupos comunitários, instituições de suporte e benefícios sociais, embora ainda sejam insuficientes para atender completamente às demandas.

Outro ponto relevante foi a análise do papel do psicólogo, que, apesar de aparecer em alguns artigos como parte da equipe multiprofissional, ainda é pouco valorizado. Sua atuação é essencial não apenas no acompanhamento da criança, mas também no acolhimento emocional dos pais e cuidadores, oferecendo suporte diante da sobrecarga, mediando estratégias de enfrentamento e fortalecendo a qualidade das relações familiares.

Dessa forma, este trabalho evidencia que o fator econômico é um dos principais obstáculos ao cuidado adequado de crianças com TEA, mas aponta também para a importância de políticas públicas eficazes e do fortalecimento das redes de apoio. Além disso, visa contribuir para fortalecer sua relevância no campo da psicologia e pode abrir caminhos para estudos futuros que aprofundem sua aplicabilidade. Conclui-se que apenas por meio de ações interdisciplinares, com a participação ativa da psicologia e com maior investimento em serviços acessíveis, será possível garantir às famílias condições de cuidado mais inclusivas e humanizadas.

## REFERÊNCIAS

ALENCAR, A. I. S.; MARQUES, A. B. S. Como o uso de aplicativos móveis educacionais impacta o cotidiano de crianças autistas? Uma avaliação por meio de diários de usuário. *Revista Brasileira de Informática na Educação*, v. 29, 2021. Disponível em: <https://journals-sol.sbc.org.br/index.php/rbie/article/view/2907>.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Sandra; MERTENS, Stephan. SANRA: a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, p. 1-7, 2019. Disponível em: <https://researchintegrityjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41073-019-0064-8>.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (Org.). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BEZERRA, L. C. A equipe multidisciplinar no tratamento do autismo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivo-Comportamentais*, v. 10, n. 2, p. 45–56, 2018.

BRASIL. Lei nº 12.764, de 27 de dezembro de 2012. Institui a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista. Brasília, 2012. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm).

BRASIL. Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 152, n. 127, p. 2–11, 7 jul. 2015. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm).

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diretrizes de Atenção à Reabilitação da Pessoa com Transtornos do Espectro do Autismo (TEA). Brasília, 2014. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes\\_atencao\\_reabilitacao\\_pessoa\\_autismo.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_atencao_reabilitacao_pessoa_autismo.pdf).

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Linha de Cuidado à Saúde da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista (TEA) no Ciclo de Vida. Brasília, 2022. Disponível em: <https://www.saude.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/9/2024/01/RESOLUCAO-291-ANEXO-Linha-de-Cuid-Integral-a-Pes-c-Transtorno-do-Especto-Autista-TEA.pdf>.

BRITO, H. K. M. et al. O impacto da terapia cognitivo-comportamental no transtorno do espectro autista. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 2, p. 7902–7910, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n2-323. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/27974>.

CÂMARA DOS DEPUTADOS. Debatedores relatam dificuldades no acesso a tratamento para autistas nas redes pública e privada. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/829853-debatedores-relatam-dificuldades-noaceso-a-tratamento-para-autistas-nas-redes-publica-e-privada/>.

CDC – CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. Causas do autismo. Disponível em: <https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/causes.html>.

CNN BRASIL. Tratamento inadequado em crianças autistas leva a ações na Justiça, traumas a famílias e prejuízo a planos. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/economia/negocios/tratamento-inadequado-emcriancas-autistas-leva-a-acoes-na-justica-traumas-a-familias-e-prejuizo-a-planos/>.

GOMES, A. R.; COELHO, M. S.; MICCIONE, R. A. Intervenção eficiente no tratamento do transtorno do espectro autista. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivo-Comportamentais*, v. 12, n. 1, p. 34–42, 2016.

GROSS, J. J. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, v. 39, n. 3, p. 281–291, 2004.

IBAC. Autismo: os desafios enfrentados pelos pais e as estratégias na promoção da saúde mental. Disponível em: <https://ibac.com.br/autismo-os-desafios-enfrentadospelos-pais-e-as-estrategias-na-promocao-da-saude-mental/>.

INSTITUTO INCLUSÃO BRASIL. DSM-5-TR e CID-11: diagnóstico de transtorno do espectro autista. Disponível em: <https://institutoinclusaobrasil.com.br/dsm-5-tr-e-cid11-diagnostico-de-transtorno-do-espectro-autista/>.

INSTITUTO NEUROSABER. DSM-5 e TEA: o diagnóstico do autismo. Disponível em: <https://institutoneurosaber.com.br/artigos/dsm-5-e-tea-o-diagnostico-doautismo/>.  
INSTITUTO SINGULAR. Cuidado aos pais de crianças com TEA. Disponível em: <https://institutosingular.org/blog/cuidado-pais-tea/>.

JALIAWALA, M. S.; KHAN, R. A. Can autism be catered with artificial intelligenceassisted intervention technology? A literature review. *arXiv*, 2018. Disponível em: <https://arxiv.org/abs/1803.05181>.

LEI, J.; VENTOLA, P. Naturalistic interventions in autism: A review of recent studies. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, v. 44, s/p.

MAIS PB. CNJ: 565 mil ações foram ajuizadas para garantir direito à saúde em 2023. 2024. Disponível em: <https://www.maispb.com.br/736518/cnj-565-mil-acoesforam-ajuizados-para-garantir-direito-a-saude.html>.

PENTEADO, L. A. Habilidades de vida diária e autismo: revisão de literatura. 2020. Monografia (Especialização em Transtorno do Espectro do Autismo) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/35957>.

SCHMIDT, C.; NUNES, M. L. T.; BOSA, C. A. Comportamentos desafiadores em crianças com transtorno do espectro autista: uma revisão da literatura. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 12, n. 2, p. 303–311, 2007.

# MÃE SOLO: OS EFEITOS PSICOLÓGICOS DE UMA ROTINA EXAUSTIVA

*Mariana Oliveira Dantas*<sup>1</sup>

*Cleyciane Alves de Faria*<sup>2</sup>

*José Alberto Manoel dos Santos*<sup>3</sup>

## RESUMO

A maternidade solo, entendida como a condição em que a mulher assume integralmente a criação dos filhos sem a presença de alguma rede de apoio, configura-se como um fenômeno social relevante no Brasil. A literatura já evidencia que essa realidade impõe sobrecarga física, emocional e financeira às mulheres, mas ainda há escassez de estudos que aprofundem especificamente os efeitos psicológicos decorrentes dessa condição. Para o desenvolvimento deste trabalho, foram consultados artigos acadêmicos disponíveis em bases como Google Acadêmico, além de obras da literatura cinzenta, incluindo relatórios institucionais e documentos oficiais, como os do IBGE e da FGV. A análise mostrou predomínio de pesquisas voltadas aos aspectos sociais e econômicos da maternidade solo, enquanto estudos direcionados às consequências psicológicas permanecem limitados. Constatou-se que a ausência de redes de apoio e de políticas públicas eficazes compromete diretamente a saúde mental dessas mulheres, gerando sintomas como ansiedade, exaustão, baixa autoestima e síndrome de burnout. Espera-se que este estudo contribua para ampliar a visibilidade da temática, incentivando futuras pesquisas e fortalecendo políticas públicas e estratégias de acolhimento que promovam melhores condições de vida e bem-estar para mães solo no Brasil.

**PALAVRAS-CHAVES:** mãe solo, exaustão psicológica, saúde mental, revisão narrativa.

## ABSTRACT

Single motherhood, understood as the condition in which a woman fully assumes the upbringing of her children without the presence of any support network, is configured as a relevant social phenomenon in Brazil. The literature already shows that this reality imposes physical, emotional, and financial overload on women, but there is still a scarcity of studies that specifically delve into the psychological effects resulting from this condition. For the development of this work, academic articles available in databases such as Google Scholar were consulted, as well as works from the gray literature, including institutional reports and official documents, such as those from IBGE and FGV. The analysis showed a predominance of research focused on the social and economic aspects of single motherhood, while studies directed toward psychological consequences remain limited. It was found that the absence of support networks and effective public policies directly compromises the mental health of these women, generating symptoms such as anxiety, exhaustion, low self-esteem, and burnout syndrome. It is expected that this study will contribute to increasing the visibility of the theme, encouraging future research and

1 - Graduada no curso de Psicologia pela ESAMC. [marianaoliveira2510@hotmail.com](mailto:marianaoliveira2510@hotmail.com)

2 - Professora orientadora do trabalho de conclusão de curso da faculdade ESAMC Uberlândia, doutoranda em Ciências da Saúde, UFU. [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

3 - Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

strengthening public policies and support strategies that promote better living conditions and well-being for single mothers in Brazil.

**KEYWORDS:** Solo mothers, psychological exhaustion, mental health, narrative review.

## INTRODUÇÃO

A maternidade solo, compreendida como a condição em que a mulher assume integralmente a criação e educação dos filhos sem a presença paterna, representa uma realidade social no cenário brasileiro. O termo surgiu como uma ressignificação da expressão “mãe solteira”, antes utilizada de forma pejorativa, e passou a enfatizar a autonomia e a responsabilidade dessas mulheres.

Esse arranjo familiar implica múltiplas funções que recaem sobre um único indivíduo, gerando sobrecarga física, emocional e financeira. A ausência de uma rede de apoio contribui para a intensificação desse cenário, visto que essas mães frequentemente precisam conciliar demandas profissionais, cuidados com os filhos e tarefas domésticas, o que pode resultar em estresse, ansiedade e exaustão emocional.

Nesse contexto, compreender os impactos da rotina exaustiva e do acúmulo de funções torna-se relevante para a Psicologia, especialmente ao se considerar as repercussões sobre a saúde mental e a qualidade de vida dessas mulheres. Além disso, o artigo favorece reflexões acerca da importância do suporte social e da construção de estratégias que minimizem os efeitos da sobrecarga materna.

Diante desse cenário, esta pesquisa busca responder à seguinte problemática: Quais são os efeitos psicológicos decorrentes de uma sobrecarga de funções que mães solas enfrentam? Para tanto, o objetivo geral consiste em compreender os efeitos psicológicos decorrentes da sobrecarga de tarefas enfrentada por mães solo no desempenho de múltiplas funções, a partir de uma revisão narrativa da literatura.

De forma complementar, apresentam-se os seguintes objetivos específicos: contextualizar a maternidade solo no cenário brasileiro, destacando aspectos sociais, econômicos e familiares que contribuem para a

sobrecarga; identificar os efeitos psicológicos da sobrecarga de trabalho em mães que executam múltiplas tarefas; e apresentar estratégias de intervenção que possam mitigar os efeitos da sobrecarga mental enfrentada por essas mulheres. Ao considerar tais aspectos, busca-se mostrar a importância deste estudo para incentivar discussões acadêmicas, apoiar a criação de políticas públicas e ajudar na promoção da saúde mental dessas mulheres.

## **MÉTODO**

Este estudo foi conduzido por meio de uma revisão bibliográfica narrativa, com o objetivo de analisar as produções acadêmicas acerca dos impactos psicológicos da sobrecarga em mães solo. Esse tipo de revisão possibilita reunir e discutir diferentes contribuições teóricas, permitindo uma compreensão ampla e contextualizada do fenômeno.

As buscas foram realizadas na base de dados do Google Acadêmico, com período de publicação de 2014 a 2025, de modo a abranger estudos contemporâneos. Para a localização dos estudos, foram utilizadas as seguintes palavras-chaves: mães solo, exaustão psicológica, saúde mental e revisão narrativa. A pesquisa retornou aproximadamente 1.730 resultados, dos quais foram selecionados apenas os textos que apresentavam relação direta com a maternidade solo, conforme os critérios de inclusão: Publicações em português; ser mãe solo; artigos que abordem mães solo no contexto de saúde mental, sobrecarga emocional ou no ambiente de trabalho. Foram excluídos artigos duplicados; artigos que não residem com os filhos ou que tenham guarda compartilhada; trabalhos sem texto completo disponível.

No que se refere à qualidade metodológica dos artigos selecionados, foi aplicada a avaliação por meio do SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles). No processo de levantamento bibliográfico, foram identificados sete artigos científicos que atenderam aos critérios de inclusão e foram avaliados pelo método SANRA, onde o resultado foi de 10 pontos, evidenciando que os estudos apresentam relevância. Além dos artigos, a análise contou com a literatura cinzenta, composta por teses, dissertações, livros, relatórios institucionais e documentos oficiais como IBGE e FGV.

## RESULTADOS

No processo de levantamento bibliográfico, foram localizadas produções acadêmicas relacionadas à maternidade solo no Brasil. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados sete artigos científicos que abordam aspectos psicológicos, sociais e econômicos desse estudo. Além disso, dez produções da literatura cinzenta incluindo teses, dissertações, livros e documentos oficiais como IBGE e da FGV, foram consideradas, contribuindo para uma compreensão mais ampla e contextualizada do fenômeno.

Entre os artigos analisados, destaca-se Araújo, Fontes e Andrade (2024), em “A exaustão silenciosa: burnout em mães solo contemporâneas”, que aponta a incidência crescente de síndrome de burnout entre mães solo, associando o esgotamento emocional e físico à ausência de rede de apoio e à sobrecarga da responsabilidade exclusiva pelos filhos. As autoras observam ainda que a exaustão se manifesta em sintomas como ansiedade, fadiga crônica, sentimentos de culpa e impotência, reforçando a necessidade de políticas públicas de suporte psicológico e social.

Outro artigo de destaque é o de Oliveira, Pereira e Rolim (2021), “Eficácia do dispositivo materno: possíveis influências da romantização da maternidade na saúde mental de mães-solo”, que discute como a idealização social da maternidade intensifica a autocrítica e o sofrimento psíquico das mães solo. O estudo evidencia que a romantização do papel materno cria uma pressão social que impede o reconhecimento do cansaço e das limitações, levando a sentimentos de culpa, inadequação e baixa autoestima.

De forma complementar, Magalhães, Nascimento e Rocha (2022) em “Aspectos psicossociais de mães-solo em contexto de vulnerabilidade social”, destacam que a falta de apoio institucional e financeiro agrava os quadros de estresse e exaustão, afetando diretamente o desenvolvimento familiar. Já Juliano e Yunes (2014), em “Reflexões sobre rede de apoio social como mecanismo de proteção e promoção de resiliência”, reforçam que o fortalecimento das redes de apoio, sejam elas familiares, comunitárias ou institucionais atua como fator protetivo essencial para o bem-estar e a resiliência dessas mulheres.



Os artigos de Santos et al. (2024) e Pinto et al. (2018) também abordam o impacto das condições socioeconômicas e emocionais das mães solo, evidenciando que a vulnerabilidade social está diretamente associada à fragilidade emocional, isolamento e dificuldades de acesso a recursos públicos. Por fim, Verza, Sattler e Strey (2015) discutem, sob uma perspectiva de gênero e terapia familiar, como a sobrecarga emocional e o acúmulo de papéis influenciam a identidade feminina e o funcionamento psicológico das mães solo.

Dessa forma, os resultados apontam que a maternidade solo é marcada por múltiplas vulnerabilidades que influenciam diretamente a saúde mental dessas mulheres, manifestando-se em sintomas como ansiedade, burnout, exaustão, sentimentos de culpa e baixa autoestima. Embora haja produções relevantes sobre o tema, evidencia-se ainda escassez de estudos voltados exclusivamente aos efeitos psicológicos e uma necessidade de pesquisas futuras que ampliem a discussão sobre intervenções psicológicas e políticas públicas de suporte voltadas à realidade das mães solo no Brasil.

## **DISCUSSÃO**

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022), 14,23% das famílias brasileiras são compostas por mães solo. Esse dado revela a consolidação de uma estrutura familiar que demanda políticas públicas específicas, considerando os desafios enfrentados por essas mulheres na conciliação entre trabalho, cuidado dos filhos e gestão do lar, frequentemente sem suporte emocional ou financeiro. A sobrecarga resultante dessas condições expõe a vulnerabilidade social, econômica e emocional vivenciada por mães solo em diferentes contextos do país.

A construção social da maternidade contribui para a sobrecarga das mães solo. A percepção da maternidade como um papel naturalmente atribuído às mulheres permanece enraizada no imaginário social e cultural. A maternidade é construída historicamente como destino natural das mulheres, sendo muitas vezes tratada como vocação (Emidio, 2021). Esse ideal, quando aplicado às mães solo, intensifica a cobrança social por um desempenho materno perfeito, desconsiderando as limitações concretas enfrentadas no cotidiano.

A realidade das mães solo apresenta desafios adicionais quando associada à precariedade no acesso à moradia, transporte e serviços básicos. Em contextos de maternidade solo, a presença da pobreza é mais comum, o que contribui para que essas famílias vivenciem condições de vida mais precárias e desafiadoras (Santos, 2020). Essa realidade amplia a exclusão e perpetua ciclos de pobreza, impactando a qualidade de vida das mães e no desenvolvimento de seus filhos.

Do ponto de vista do trabalho, a maternidade solo apresenta limitações. A dificuldade em conciliar as demandas do cuidado com as exigências do mercado de trabalho é um obstáculo constante. As mães solo enfrentam diversos obstáculos no mercado de trabalho, especialmente pela ausência de redes de apoio, o que contribui para sua inserção em empregos informais, com baixa remuneração e sem proteção social (Feijó, 2023). Além disso, a ausência de políticas públicas que favoreçam a conciliação entre trabalho e família, como a ampliação da oferta de creches e jornadas adaptáveis, contribui para o isolamento e a sobrecarga.

A ausência de uma rede de apoio efetiva, em muitos casos, vai além da falta de presença, mas também na negligência financeira e no abandono das responsabilidades cotidianas. Mães solo enfrentam muitos desafios emocionais, assumindo sozinhas a criação dos filhos, muitas vezes sem apoio, gerando uma sobrecarga (Dalbem 2024). Esse cenário contribui para o esgotamento físico e psicológico dessas mulheres, que ficam sobrecarregadas não apenas com tarefas diárias, mas também pela solidão emocional de não ter com quem compartilhar responsabilidades parentais.

A contextualização da maternidade solo no cenário brasileiro revela que a sobrecarga enfrentada por essas mulheres pode estar relacionada à ausência de políticas públicas eficazes, à idealização cultural do papel materno e à falta de apoio emocional e financeiro. Além das responsabilidades cotidianas, essas mulheres precisam cuidar da casa, garantir educação e atenção redobrada aos filhos, enfrentando ainda um contexto social marcado pela ausência de rede de apoio, preconceitos e desafios relacionados à reintegração no mercado de trabalho (Ferreira; Menezes; Marinho, 2023). A compreensão dessa realidade permite refletir sobre alternativas que, embora

não solucionem as desigualdades, podem oferecer suporte prático e emocional.

## MATERNIDADE SOLO NO BRASIL: UMA REALIDADE SOCIAL, ECONÔMICA E FAMILIAR

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022), 14,23% das famílias brasileiras são compostas por mães solo. Esse dado revela a consolidação de uma estrutura familiar que demanda políticas públicas específicas, considerando os desafios enfrentados por essas mulheres na conciliação entre trabalho, cuidado dos filhos e gestão do lar, frequentemente sem suporte emocional ou financeiro. A sobrecarga resultante dessas condições expõe a vulnerabilidade social, econômica e emocional vivenciada por mães solo em diferentes contextos do país.

A construção social da maternidade contribui para a sobrecarga das mães solo. A percepção da maternidade como um papel naturalmente atribuído às mulheres permanece enraizada no imaginário social e cultural. A maternidade é construída historicamente como destino natural das mulheres, sendo muitas vezes tratada como vocação (Emidio, 2021). Esse ideal, quando aplicado às mães solo, intensifica a cobrança social por um desempenho materno perfeito, desconsiderando as limitações concretas enfrentadas no cotidiano.

A realidade das mães solo apresenta desafios adicionais quando associada à precariedade no acesso à moradia, transporte e serviços básicos. Em contextos de maternidade solo, a presença da pobreza é mais comum, o que contribui para que essas famílias vivenciem condições de vida mais precárias e desafiadoras (Santos, 2020). Essa realidade amplia a exclusão e perpetua ciclos de pobreza, impactando a qualidade de vida das mães e no desenvolvimento de seus filhos.

Do ponto de vista do trabalho, a maternidade solo apresenta limitações. A dificuldade em conciliar as demandas do cuidado com as exigências do mercado de trabalho é um obstáculo constante. As mães solo enfrentam diversos obstáculos no mercado de trabalho, especialmente pela ausência de redes de apoio, o que contribui para sua inserção em empregos informais, com baixa remuneração e sem proteção social (Feijó, 2023). Além disso, a ausência

de políticas públicas que favoreçam a conciliação entre trabalho e família, como a ampliação da oferta de creches e jornadas adaptáveis, contribui para o isolamento e a sobrecarga.

A ausência de uma rede de apoio efetiva, em muitos casos, vai além da falta de presença, mas também na negligência financeira e no abandono das responsabilidades cotidianas. Mães solo enfrentam muitos desafios emocionais, assumindo sozinhas a criação dos filhos, muitas vezes sem apoio, gerando uma sobrecarga (Dalbem 2024). Esse cenário contribui para o esgotamento físico e psicológico dessas mulheres, que ficam sobrecarregadas não apenas com tarefas diárias, mas também pela solidão emocional de não ter com quem compartilhar responsabilidades parentais.

A contextualização da maternidade solo no cenário brasileiro revela que a sobrecarga enfrentada por essas mulheres pode estar relacionada à ausência de políticas públicas eficazes, à idealização cultural do papel materno e à falta de apoio emocional e financeiro. Além das responsabilidades cotidianas, essas mulheres precisam cuidar da casa, garantir educação e atenção redobrada aos filhos, enfrentando ainda um contexto social marcado pela ausência de rede de apoio, preconceitos e desafios relacionados à reintegração no mercado de trabalho (Ferreira; Menezes; Marinho, 2023). A compreensão dessa realidade permite refletir sobre alternativas que, embora não solucionem as desigualdades, podem oferecer suporte prático e emocional.

## IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA SOBRECARGA DE TAREFAS EM MÃES SOLO

A maternidade solo impõe às mulheres uma série de responsabilidades que, quando acumuladas sem o devido suporte, podem desencadear diversos impactos psicológicos. As diversas dificuldades enfrentadas pelas mulheres, como as limitações econômicas e sociais, favorecem o surgimento de sentimentos como frustração, medo, insegurança e baixa autoestima (Pinto et al., 2020). Essa ausência de uma rede de apoio efetiva e a necessidade de fazer diversas funções comprometem a saúde mental das mães solo, afetando sua qualidade de vida e dos seus filhos.

A sobrecarga também pode afetar a autoestima e a percepção de competência materna. Mesmo antes de ser encarada como uma escolha, a condição de ser mãe solo envolve diversas consequências negativas, especialmente quando não foi planejada ou desejada. Esse contexto gera sofrimento emocional que pode impactar diretamente a autoestima, provocar sentimentos de culpa e fracasso, além de afetar a maneira como a mãe administra as tarefas parentais e o vínculo com os filhos (Verza; Sattler; Strey, 2015). Esse sofrimento demonstra como a maternidade solo exige não apenas habilidades práticas, mas também um grande esforço psicológico, reforçando a necessidade de apoio emocional para essas mulheres.

A conciliação entre trabalho e vida pessoal é um desafio constante para mães solo. A síndrome de burnout nas mães solo está diretamente relacionada aos efeitos negativos gerados pela combinação entre o estresse do trabalho, as responsabilidades familiares e as dificuldades financeiras, que acabam comprometendo a saúde mental dessas mães (Araújo; Fontes; Andrade 2024). Esse cenário evidencia a necessidade de estratégias que serão detalhadas no próximo tópico para que possam ajudar essas mulheres a lidarem com a sobrecarga diária e prevenir impactos emocionais mais graves.

A experiência de ser mãe solo pode potencializar sofrimentos psíquicos, já que essas mulheres enfrentam sozinhas múltiplas pressões sociais. Após a maternidade, sua saúde mental pode ser impactada, manifestando-se em sintomas como ansiedade, síndrome do pânico, exaustão mental e frustração (Oliveira; Pereira; Rolim, 2021). Ignorar esses sinais pode levar ao agravamento do quadro emocional, tornando ainda mais difícil para essas mulheres manterem o equilíbrio entre demandas maternas e pessoais.

A pressão para equilibrar as funções maternas e profissionais sem uma rede de apoio, geram impactos psicológicos como ansiedade, baixa autoestima e desgaste emocional. Essa rotina faz com que as mães solo estejam sempre lidando com múltiplas tarefas ao mesmo tempo, buscando atender às demandas físicas, emocionais e financeiras de suas famílias, o que gera essa sensação de sobrecarga (Santos et al., 2024). Assim, compreender essa realidade é essencial para ampliar a visibilidade desse grupo e oferecer acolhimento e suporte efetivo diante das múltiplas tensões enfrentada no dia a dia.

## ESTRATÉGIAS PARA LIDAR COM OS DESAFIOS DA MATERNIDADE SOLO

Diante das inúmeras responsabilidades da maternidade solo, construir uma rede de apoio pode fazer a diferença para reduzir a sobrecarga emocional e física enfrentada por essas mulheres. As interações estabelecidas entre indivíduos e seus contextos sociais podem servir como fontes de apoio em momentos de crises ou transição, além de oferecer oportunidades para o crescimento pessoal, seja por meio das condições de subsistência, acesso a trabalho, educação, relações de amizade, lazer ou vínculos afetivos (Juliano; Yunes, 2014). A rede de apoio não se restringe à presença de um companheiro, podendo incluir familiares, amigos, vizinhos e instituições públicas que ofereçam acolhimento emocional, contribuindo para que essas mães enfrentem os desafios do cotidiano.

Além disso, os grupos de apoio têm se mostrado estratégias eficazes para atender às demandas físicas, emocionais e sociais dessas mulheres. Esses grupos funcionam como espaços eficazes de cuidado, capazes de acolher as múltiplas necessidades das participantes (Antunes, 2018). Ao oferecer um ambiente seguro para a troca de experiências, o grupo de apoio ajuda a reduzir sentimentos de isolamento e promove a construção de vínculos solidários. Dessa forma, torna-se uma ferramenta para auxiliar essas mulheres no enfrentamento, contribuindo para sua qualidade de vida.

O papel do psicólogo no contexto das mães solo vai muito além do atendimento clínico. Essas mulheres enfrentam múltiplas vulnerabilidades, como dificuldades financeiras, isolamento social e sobrecarga emocional. Além de reconhecer a importância da intervenção psicológica no apoio às mães solo, é necessário compreender que apenas ações clínicas e remediativas não bastam para gerar mudanças efetivas que reduzam o sofrimento psicológico dessas mulheres. (Magalhães, Nascimento e Rocha, 2022). A atuação psicológica deve se dar também em nível preventivo e comunitário, por meio de intervenções psicoeducativas, oficinas temáticas, grupos terapêuticos e ações de promoção de saúde mental em espaços coletivos, como escolas, centros comunitários e serviços de assistência social.

A maternidade solo pode ser compreendida, sob a ótica da psicologia social, a partir das influências e representações que a sociedade atribui a esse papel. Segundo Moscovici (2015), as representações sociais funcionam como formas de conhecimento que circulam no cotidiano e orientam as relações entre as pessoas, determinando como grupos sociais são compreendidos e tratados dentro da sociedade. Nesse sentido, analisar a maternidade solo sob a ótica da Psicologia social possibilita compreender não apenas os desafios individuais, mas também os fatores coletivos e culturais que sustentam a desigualdade e intensificam os efeitos psicológicos dessa experiência, indicando a necessidade de estratégias que promovam redes de apoio, reconhecimento social e políticas públicas voltadas para essa realidade.

Para que as estratégias individuais e comunitárias sejam efetivas no enfrentamento da maternidade solo, é essencial que sejam acompanhadas por políticas públicas que promovam a conciliação entre trabalho e cuidado. É essencial que as empresas adotem políticas que ofereçam apoio e flexibilidade às mães solo, permitindo que conciliem as demandas familiares e profissionais. Essa abordagem contribui para promover mais inclusão e equidade no ambiente de trabalho (Oliveira 2023). Essas ações facilitam a inserção e permanência dessas mulheres no mercado de trabalho, e contribuem para o bem-estar emocional, permitindo que desempenhem seus papéis profissionais e familiares com mais tranquilidade.

A atuação do Estado por meio de políticas intersetoriais, que integrem áreas como saúde, educação, assistência social e trabalho, pode favorecer melhorias nas condições de vida de mães solo. A integração e a articulação entre os diversos serviços das políticas sociais, por meio de ações intersetoriais e complementares, têm o potencial de promover melhorias na qualidade de vida da população. (Wanderley; Martinelli; Paz, 2022). Nesse sentido, o fortalecimento dessas políticas públicas, aliado à atuação das diferentes esferas governamentais, pode contribuir para ampliar o acesso a direitos e oferecer suporte mais adequado às demandas específicas enfrentadas por essas mulheres.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A presente pesquisa buscou compreender as múltiplas vulnerabilidades que permeiam a experiência da maternidade solo no Brasil, destacando seus impactos psicológicos e algumas formas de enfrentamento. Ao longo da revisão, constatou-se que a realidade dessas mulheres não se limita a uma questão de sobrecarga cotidiana, mas está enraizada em fatores estruturais, como precarização das condições de trabalho e ausência ou fragilidade de políticas públicas de apoio. Esse conjunto de fatores reflete diretamente no bem-estar emocional, intensificando sentimentos de ansiedade, baixa autoestima, frustração e exaustão mental.

A maternidade solo precisa ser reconhecida como uma questão social e de saúde pública, e não apenas no individual. O sofrimento psíquico dessas mulheres não decorre apenas de suas escolhas ou condições pessoais, mas sim de um cenário de vulnerabilidade ampliada que evidencia desigualdades culturais ainda pouco falada. Assim, o artigo reforça a necessidade de um olhar multidisciplinar, que envolva não apenas a Psicologia, mas também áreas como Serviço Social e Políticas Públicas, para que as demandas dessas mães sejam acolhidas.

Tornou-se evidente que a Psicologia desempenha papel essencial no acolhimento das mães solo, oferecendo espaços de escuta qualificada e promoção de estratégias de enfrentamento diante das dificuldades cotidianas. Mais do que intervenções clínicas, é fundamental que a atuação psicológica dialogue com práticas comunitárias e preventivas, favorecendo a criação de redes de apoio e a ressignificação das experiências de maternidade em contextos adversos.

Entretanto, este estudo revelou lacunas importantes que precisam ser preenchidas por pesquisas futuras. Ainda são escassas as investigações que avaliem a efetividade das políticas públicas já existentes e a aplicabilidade de programas comunitários de apoio. Torna-se igualmente necessário aprofundar pesquisas que possibilitem uma visão mais abrangente sobre os impactos da maternidade solo na saúde mental e sobre as formas de enfrentamento utilizadas por essas mulheres.

Portanto, esta pesquisa pretendeu abrir caminhos para novas reflexões, contribuindo para uma maior visibilidade e compreensão da realidade das mães solo. Ao reconhecer suas dores, potencialidades e estratégias de



enfrentamento, o papel do Psicólogo vai além do acolhimento individual e da escuta ativa, abrangendo também ações comunitárias, educativas e preventivas que favoreçam a criação de redes de apoio e a promoção da saúde mental.

## REFERÊNCIAS

**ANTUNES, Juliana Russo.** *O cuidado de mulheres em um serviço de Atenção Básica: problematização de uma experiência de trabalho interprofissional*. 2018. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) — Universidade de São Paulo, São Paulo. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/108/108131/tde-12092018-153842/publico/JulianaRussoAntunesVersaoOriginal.pdf>. DOI:

<https://teses.usp.br/teses/disponiveis/108/108131/tde-12092018-153842/pt-br.php>. Acesso em: 19 maio 2025.

**ARAÚJO, Maria Clara Oliveira; FONTES, Maria das Dores; ANDRADE, Daniel Ramos de.** A exaustão silenciosa: burnout em mães solo contemporâneas. *Revista Rease*, v. 4, n. 6, p. 1–14, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/16341/8919>. DOI: <https://doi.org/10.51891/rease.v10i10.16341>. Acesso em: 20 maio 2025.

**BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Sandra; MERTENS, Stephan.** SANRA: a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, p. 1-7, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>. Acesso em: 25 outubro 2025.

**DALBEM, Ingrid Ellen Pimentel.** A maternidade solo direta. *JusBrasil*, 2024. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/a-maternidade-solo-direta/2815990584>. Acesso em: 25 maio 2025.

**EMÍDIO, Thassia Souza.** *Diálogos entre feminilidade e maternidade: um estudo sob o olhar da mitologia e da psicanálise*. São Paulo: Editora UNESP, 2011. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/pbkjh/pdf/emidio-9786557145210.pdf>. DOI: <https://doi.org/10.7476/9786557145210>. Acesso em: 25 maio 2025.

**FEIJÓ, Cláudia.** Mães solo no mercado de trabalho crescem 1,7 milhão em dez anos. *Blog do IBRE FGV*, 2023. Disponível em: <https://blogdoibre.fgv.br/posts/maes-solo-no-mercado-de-trabalho>. Acesso em: 23 maio 2025.

**FERREIRA, Beatriz de Souza; MENEZES, Rita de Cássia da Silva Bezerra de; MARINHO, Rosiana Soares.** *Mães que caminham sozinhas: quais os impactos psicossociais da maternidade monoparental*. Recife: Grupo Unibra, 2023. Disponível em: <https://www.grupounibra.com/repositorio/PSICO/2023/maes-que-caminham-sozinhas-quais-os-impactos-psicossociais-da-maternidade-monoparental.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

**IBGE.** Censo 2022: *panorama de indicadores*. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/indicadores.html?localidade=BR>. Acesso em: 24 maio 2025.

**JULIANO, Maria Cristina Carvalho; YUNES, Maria Angela Mattar.** Reflexões sobre rede de apoio social como mecanismo de proteção e promoção de resiliência. *Ambiente & Sociedade*, v. 17, n. 3, p. 135-154, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/asoc/a/BxDVLkfcGQLGXVwnHp63HMH/?format=pdf&lang=pt>. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-753X2014000300009>. Acesso em: 24 maio 2025.

**MAGALHÃES, Márcia Alfaia Lins; NASCIMENTO, Leandro Almeida; ROCHA, Wollace Scantbelruy Da.** Aspectos psicossociais de mães-solo em contexto de vulnerabilidade social: identidade e enfrentamentos. 2022. Disponível em: <https://revistaft.com.br/aspectos-psicossociais-de-maes-solo-em-contexto-d-e-vulnerabilidade-social-identidade-e-enfrentamentos/>. DOI: 10.5281/zenodo.7342888. Acesso em: 24 maio 2025.

**MOSCOVICI, Serge.** Representações sociais: investigações em psicologia social. 11. ed. Petrópolis: Vozes, 2015. Disponível em: [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/46042805/MOSCOVICI\\_\\_S\\_-\\_Representacoes\\_Sociais-libre.pdf?1464532703=&response-content-disposition=attachment%3B+filename%3DMOSCOVICI\\_S\\_Representacoes\\_Sociais.pdf&Expires=1756482874&Signature=XRDHW5dB6NeICsWTvIaWST2~5uJ95rMs5yiugHnckKhrvNqYzXI-8vxd~CeSvu8D-wR0-ehLFfuhW1kd83KvvtU6dMvjTvoIXZGwjikhsgYHI](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/46042805/MOSCOVICI__S_-_Representacoes_Sociais-libre.pdf?1464532703=&response-content-disposition=attachment%3B+filename%3DMOSCOVICI_S_Representacoes_Sociais.pdf&Expires=1756482874&Signature=XRDHW5dB6NeICsWTvIaWST2~5uJ95rMs5yiugHnckKhrvNqYzXI-8vxd~CeSvu8D-wR0-ehLFfuhW1kd83KvvtU6dMvjTvoIXZGwjikhsgYHI)

[H6RmBFCK~AkmmEM5BiCE9-F0HGOFnmtiuYh3oTbiRhoQSO8OC0Hxp2t1BRu~n-NbQNECr5p8EqW5ArD48sTa0761PrfuwLDD6~Jhd56~MYFDPN6cjKyU2Y3TZ0ZspHvfznLUaF3ncAFuQIAEj0rOUSgG~lxQ4da0JIBmpztlxwh6tDdWehmRpF6jLpCenEm3B0RkQjMlpLgDyiea-ZzosZAr4nT09xZjYDoJ1NwQ\\_\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://www.researchgate.net/publication/354000006/H6RmBFCK~AkmmEM5BiCE9-F0HGOFnmtiuYh3oTbiRhoQSO8OC0Hxp2t1BRu~n-NbQNECr5p8EqW5ArD48sTa0761PrfuwLDD6~Jhd56~MYFDPN6cjKyU2Y3TZ0ZspHvfznLUaF3ncAFuQIAEj0rOUSgG~lxQ4da0JIBmpztlxwh6tDdWehmRpF6jLpCenEm3B0RkQjMlpLgDyiea-ZzosZAr4nT09xZjYDoJ1NwQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA). Acesso em 29 agosto 2025.

**OLIVEIRA, Lídy Carolayne Freitas de; PEREIRA, Luana Raquel da Silva; ROLIM, Julianne Milenna Padilha.** Eficácia do dispositivo materno: possíveis influências da romantização da maternidade na saúde mental de mães-solo na cidade de Arcoverde-PE. *RECIMA21*, v. 2, n. 3, p. 1–18, 2021. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/451/391>. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v2i6.451>. Acesso em: 24 maio 2025.

**OLIVEIRA, Márcia Moraes de.** *Além da maternidade: os desafios das mães solo no mercado de trabalho*. Ouro Preto: Universidade Federal de Ouro Preto, 2023. Disponível em: <http://www.monografias.ufop.br/handle/35400000/6470>. Acesso em: 24 maio 2025.

**PINTO, Rosa Maria Ferreira et al.** Condição feminina de mulheres chefes de família em situação de vulnerabilidade social. *Serviço Social & Sociedade*, n. 133, p. 167-190, jan./mar. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sssoc/a/WTL3xcZ4gctQxh3tfCTszMq/?lang=pt&format=pdf>. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-66282011000100010>. Acesso em: 25 maio 2025.

**SANTOS, Antonio Nacílio Sousa dos et al.** A fortaleza invisível: reflexões sobre aspectos socioemocionais e de saúde mental das mães solas no Brasil. *Cuadernos de Educación*, v. 15, n. 35, p. 1-25, 2024. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/download/4510/3458/12301>. DOI: <https://doi.org/10.55905/cuadv16n6-101>. Acesso em: 25 maio 2025.

**SANTOS, Laura Mendes Toledo Dal’Ava dos.** *Repercussões da maternidade solitária na insegurança alimentar domiciliar, na saúde mental e na qualidade de vida entre mulheres em situação de pobreza*. 2020. 74 f., il. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) — Universidade de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: [https://www.unbciencia.unb.br/images/Noticias/2021/Documentos/20210412\\_DissertacaoLauraDalAvaDosSantos.pdf](https://www.unbciencia.unb.br/images/Noticias/2021/Documentos/20210412_DissertacaoLauraDalAvaDosSantos.pdf). Acesso em: 25 maio 2025.

**VERZA, Fabiana; SATTLER, Marli Kath; STREY, Marlene Neves.** Mãe, mulher e chefe de família: perspectivas de gênero na terapia familiar. *Pensando Famílias*, v. 19, n. 1, p. 45-58, 2015. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/penf/v19n1/v19n1a05.pdf>. Acesso em: 25 maio 2025.

**WANDERLEY, Mariangela Belfiore; MARTINELLI, Maria Lúcia; PAZ, Rosangela Dias O. da.** Intersetorialidade nas Políticas Públicas. *Serviço Social & Sociedade*, São Paulo, n. 140, p. 646–666, out./dez. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0101-6628.198>. Acesso em: 08 jun. 2025.

# **PATERNIDADE E O DESENVOLVIMENTO PSÍQUICO:**

## **IMPACTOS DA RELAÇÃO PAI-FILHO NA INFÂNCIA**

**Lucas Mariano de Oliveira<sup>1</sup>**

**Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>**

**José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>**

### **RESUMO**

O relacionamento com as figuras parentais, especialmente com o pai, nos primeiros anos de vida, exerce influência significativa na formação de identidade do sujeito e no seu amadurecimento emocional. Embora haja Estudos com ênfase na figura materna, a importância do papel paterno no desenvolvimento da criança tem recebido grande atenção em estudos. O presente trabalho trata-se de uma revisão narrativa cuja seleção do material ocorreu por meio da busca e análise de livros, artigos científicos, dissertações, teses e documentos oficiais disponíveis nas bases PubMed, SciELO, Scispace e Google Acadêmico. Foram utilizados descritores como “Pai-filho”, “Paternidade”, “Desenvolvimento psíquico”, “Relação paterna”. Inicialmente foram identificadas cerca de 300 referências, das quais 49 artigos e três livros. Observa-se uma quantidade maior de estudos mencionando a o papel da mãe no desenvolvimento infantil em comparação com o papel do pai o que revela a necessidade de mais pesquisas com foco na relação Pai-filho. Constata-se que a relação pai-filho se mostra essencial ao desenvolvimento infantil, com efeitos emocionais, psíquicos e sociais duradouros, O envolvimento paterno ativo e afetivo contribui significativamente para a segurança emocional, autoestima, resiliência e habilidades sociais da criança, tal como sustentam a psicanálise e a teoria do apego. Por outro lado, a ausência ou falha paterna gera consequências negativas, incluindo dificuldades emocionais e nas relações interpessoais. Espera-se que diante disso, que os achados possam colaborar para uma maior compreensão desses impactos, colaborando para o desenvolvimento de intervenções e políticas públicas que garantam o bem-estar e o crescimento saudável das crianças. **Palavras-chave:** Relação Paterna; Pai-filho; desenvolvimento psíquico; Relação Paterna; revisão narrativa.

### **ABSTRACT**

---

<sup>1</sup> Graduando em Psicologia pela ESAMC – Uberlândia-MG. E-mail: lukasmariano@gmail.com

<sup>2</sup> Professora orientadora faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. E-mail: cleycianefaria@gmail.com

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. Contato: albert.manoel@hotmail.com

The relationship with parental figures, especially with the father, in the early years of life exerts a significant influence on the construction of the subject's identity and on emotional maturation. Although there are studies with an emphasis on the maternal figure, the importance of the paternal role in child development has increasingly received attention in academic research. The present study consists of a narrative review, in which the selection of materials was carried out through the search and analysis of books, scientific articles, dissertations, theses, and official documents available in the PubMed, SciELO, Scispace, and Google Scholar databases. Descriptors such as "Father-child," "Fatherhood," "Psychological development," and "Paternal relationship" were used.

Initially, approximately 300 references were identified, of which 49 articles and three books were selected. A greater number of studies addressing the role of the mother in child development was observed when compared to the role of the father, which reveals the need for further research focusing on the father-child relationship. It is evidenced that the father-child relationship is essential to child development, with lasting emotional, psychological, and social effects. Active and affectionate paternal involvement contributes significantly to the child's emotional security, self-esteem, resilience, and social skills, as supported by psychoanalysis and attachment theory. Conversely, paternal absence or failure generates negative consequences, including emotional difficulties and impairments in interpersonal relationships.

It is expected that these findings may contribute to a broader understanding of these impacts, supporting the development of interventions and public policies that ensure children's well-being and healthy growth. **Keywords:** Paternal relationship; Father-child; Psychological development; Father-child relationship; Narrative review.

## 1. INTRODUÇÃO

O relacionamento com as figuras parentais, especialmente com o pai, nos primeiros anos de vida, exerce influência significativa na formação da identidade da criança e no seu amadurecimento emocional. Embora a psicologia tradicional tenha enfatizado a figura materna, a importância do papel paterno no desenvolvimento infantil tem recebido atenção. O envolvimento do pai tem se mostrado crucial não apenas para os aspectos emocionais da criança, mas também para seu desenvolvimento psíquico e social, com efeitos que podem se prolongar ao longo de toda a vida.

A metodologia adotada para essa investigação é a revisão narrativa, envolvendo uma análise de livros, artigos e estudos sobre o impacto da presença do pai na infância. Este trabalho, fundamentado nas teorias psicanalíticas de Donald W.

Winnicott e na Teoria do Apego de John Bowlby, propõe-se a descrever e avaliar não apenas os efeitos da presença ativa e afetiva do pai enquanto figura de apego, mas também as implicações da ausência paterna ou de uma presença emocionalmente disfuncional e suas possíveis repercussões na vida adulta.

Para tanto, esta pesquisa será estruturada em três tópicos. O primeiro utilizará a revisão da literatura para discutir a paternidade e seu papel no processo de amadurecimento do indivíduo. O segundo aprofunda-se nas teorias da psicanálise e da teoria do apego sobre paternidade, explorando suas contribuições para a compreensão das relações pais-filhos. E, finalmente, o terceiro foca nas intervenções que psicólogos podem usar para fortalecer os laços emocionais entre pais e filhos, incluindo terapias que podem ajudar a melhorar esse vínculo fundamental no desenvolvimento saudável da criança.

Este trabalho se propõe a aprofundar a compreensão das dinâmicas da relação da relação pai-filho, sendo esse estudo voltado para o pai cisgênero, heterossexual, que muitas vezes foi referido como “pai provedor” ou “pai tradicional” explorando como as interações e os laços afetivos moldam o desenvolvimento da criança. Ao identificar a influência da figura paterna sob a perspectiva da psicanálise e da teoria do apego, busca-se construir um panorama mais amplo sobre os efeitos da presença, da ausência ou da disfuncionalidade emocional paterna ao longo do processo de amadurecimento emocional.

A relevância desta pesquisa se estende à sociedade e ao campo acadêmico, pois ao investigar os impactos psicossociais da relação pai-filho, o estudo promove reflexões importantes sobre o papel do pai na formação do sujeito e nas relações sociais. Além disso, pode contribuir para o fortalecimento de práticas profissionais voltadas ao apoio familiar e à promoção de vínculos afetivos mais saudáveis, aprofundando a compreensão das influências da relação pai-filho no desenvolvimento infantil

## **2. MÉTODO**

A pesquisa desenvolvida adotou uma abordagem qualitativa e descritiva, utilizando o método de Revisão Bibliográfica Narrativa sendo um tipo de revisão acadêmica que tem como objetivo apresentar um panorama abrangente e

interpretativo sobre um determinado tema ou área de pesquisa, a partir da análise e síntese de fontes bibliográficas relevantes como principal caminho metodológico. Esse tipo de revisão permitirá a análise aprofundada da produção científica existente sobre o tema, favorecendo a construção de hipóteses e proposições de intervenção baseadas exclusivamente na literatura selecionada. A escolha desse método se justificará pela necessidade de reunir e discutir, de maneira crítica, sob as lentes da psicanálise e da teoria do apego.

A seleção do material ocorreu por meio da busca e análise de livros, artigos científicos, dissertações, teses e documentos oficiais disponíveis em bases de dados reconhecidas, como PubMed, SciELO, Google Scholar e Scispace. A delimitação temporal para a inclusão dos artigos foi baseada em referências predominantemente dos últimos 25 anos, com maior concentração nos últimos 10 anos. Referenciais mais antigos, anteriores a esse período, foram utilizados como base teórica ou histórica.

Os descritores utilizados e palavras-chave diretamente relacionados ao tema, tais como: “Pai-filho”, “Paternidade”, “Desenvolvimento psíquico”, “Relação paterna”, esses descritores foram definidos a partir dos objetivos centrais da pesquisa e ajustados conforme as necessidades observadas durante o processo de busca. A revisão será composta por 50 produções científicas, respeitando os seguintes critérios de inclusão: materiais publicados em português, espanhol ou inglês; textos que tratem diretamente da relação entre paternidade e desenvolvimento psíquico infantil; e publicações com respaldo teórico ou empírico nas áreas da Psicanálise, Teoria do Apego ou Psicologia do Desenvolvimento. Serão excluídos artigos duplicados, textos opinativos sem base científica e materiais cuja abordagem não esteja alinhada aos objetivos da pesquisa.

A análise dos dados ocorrerá de forma sistemática e interpretativa, com foco na identificação de lacunas, convergências e divergências nos estudos encontrados. A partir dessa análise, serão formuladas hipóteses e proposições de intervenção teórica coerentes com o referencial adotado e com as evidências levantadas, sempre buscando embasamento consistente para as contribuições sugeridas no decorrer do trabalho.

### **3. RESULTADOS**



Os resultados revelaram que a relação pai-filho se mostra essencial ao desenvolvimento infantil, com efeitos emocionais, psíquicos e sociais duradouros (Cabrera, 2020). O envolvimento paterno ativo e afetivo contribui significativamente para a segurança emocional, autoestima, resiliência e habilidades sociais da criança, tal como sustentam a psicanálise e a teoria do apego (Lamb; Lewis, 2005). Por outro lado, a ausência ou falha paterna gera consequências negativas, incluindo dificuldades emocionais e nas relações interpessoais (FU, 2022). Diante disso, compreender esses impactos é crucial para o desenvolvimento de intervenções e políticas públicas que garantam o bem-estar e o crescimento saudável das crianças.

A atuação do psicólogo revela-se crucial para promover a conscientização sobre aspectos desagradáveis podendo fortalecer os vínculos afetivos entre pais e filhos. Intervenções terapêuticas, como as da Teoria do Apego, Psicanálise (Young, 1999), oferecem meios eficazes para que os pais reconheçam e reflitam sobre suas questões sobre a paternidade, criando um ambiente emocionalmente saudável para o desenvolvimento infantil. A psicoterapia individual e as intervenções em grupo para pais mostram-se ferramentas valiosas para restaurar a confiança e promover a comunicação efetiva entre pais e filhos (Fiuza et al., 2022).

Em relação ao problema de pesquisa compreender os impactos da relação Pai-Filho na criança na sociedade, os dados obtidos evidenciam que essa relação pode causar grandes impactos no sujeito logo em sua infância tanto no desenvolvimento social, cognitivo e emocional dos indivíduos. Assim, os resultados indicam que a questão proposta foi respondida de forma satisfatória por meio da literatura analisada, reforçando a necessidade de atenção especial ao tema no âmbito da saúde mental da criança e da Família.

Para garantir a validade científica deste artigo, o mesmo foi submetido a uma avaliação por meio da SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), na qual foram avaliados a relevância do tema, a clareza dos objetivos, a consistência teórica, a organização textual, a atualidade das referências e a adequação ao público-alvo (Baumann et al., 2017). A aplicação dessa escala resultou em uma pontuação de 10, em 12 possíveis, o que demonstra um desempenho satisfatório dentro dos critérios exigidos para uma revisão narrativa (ANEXO I).

## 4. DISCUSSÃO

### 4.1 PATERNIDADE A LUZ DA PSICANÁLISE E TEORIA DO APEGO

Com base nos estudos considerados, o pai possui significados subjetivos e abrangentes, englobando papéis simbólicos na paternidade. O retrato do pai feito por Freud oscila entre uma figura de autoridade central e uma presença simbólica mais abstrata, refletindo as complexidades das relações familiares (Adams-Tucker; Adams, 1980). Historicamente, o pai foi visto como uma figura de autoridade, proteção e provisão, mas, com o tempo, autores pós-freudianos, como Donald W. Winnicott, também o conceberam como uma figura de cuidado e afeto. Este autor acrescenta o ambiente como um fator influente no desenvolvimento do sujeito, expandindo essa visão e trazendo à tona questões como o papel do pai e seu envolvimento na criação de um ambiente que pode impactar o desenvolvimento do filho (Pretorius, 2014).

O Complexo de Édipo, formulado por Freud, que ocupa uma posição central na psicanálise, a figura paterna é inicialmente uma figura de construção de limites e autoridade (Liu; Wang, 2011). É por meio desse enfrentamento e da internalização dessa figura que a criança começa a desenvolver sua autonomia e estrutura psíquica, processo relevante para alcançar a maturidade psicológica (Telles; Hashimoto, 2012). De acordo com (Laplanche; Pontalis, 2016, p.77), o Complexo de Édipo é um conjunto organizado de desejos, tanto amorosos quanto hostis, que a criança direciona aos pais. Essa configuração emocional pode se manifestar de duas formas: como desejo inconsciente pelo genitor de sexo oposto e rivalidade em relação ao do mesmo sexo, ou sentimentos invertidos de amor pelo genitor do mesmo sexo e hostilidade em relação ao do sexo oposto. Quando vivenciado de forma positiva, proporciona o desenvolvimento da sexualidade e da identidade do indivíduo.

Segundo Jacques Lacan, o pai não é somente uma figura biológica ou afetiva, mas também uma figura com função simbólica. Lacan desloca o foco da presença real do pai para o papel que ele exerce no registro simbólico da linguagem e da lei. Para o psicanalista, o importante não é quem é o pai, mas o que esse pai representa na estrutura psíquica do sujeito, nesse caso, na criança. O pai introduz a lei do desejo, que é o limite que separa o sujeito da fusão inicial com a mãe. Esse corte

simbólico é fundamental para que a criança passe a se constituir como sujeito desejante. Nesse contexto, o pai é apresentado como o Nome-do-Pai, um elemento crucial da ordem simbólica que personifica essa interdição, a separação simbólica da mãe (Zenoni, 2006; Vanheule, 2022).

Enquanto Freud e Lacan focam no papel simbólico e autoritário do pai, Winnicott amplia essa visão ao considerar a função emocional e de cuidado do pai na criação de um ambiente seguro para o desenvolvimento da criança. Ele se afasta da ênfase na lei e no interdito para valorizar a qualidade da presença paterna como suporte emocional e elemento de integração familiar. De acordo com Rosa (2013), o pai na visão Winnicottiana exerce um papel que vai muito além de uma função secundária, ocupando funções de equilíbrio com a mãe. Se o pai está emocionalmente estável e presente, ele pode sustentar a relação mãe-filho, permitindo que a criança tenha um cuidado estável e acolhedor. Além disso, à medida que a criança cresce, o pai atua como um mediador das emoções ambivalentes da criança, como amor e ódio, ajudando-a a elaborar melhor suas frustrações e a desenvolver resiliência emocional.

Embora a psicanálise clássica tenha focado primariamente na relação mãe-filho, na obra do psiquiatra e psicanalista Winnicott, o pai sempre esteve, de certa forma, envolvido no processo de amadurecimento, pois é ele quem proporciona o ambiente seguro para que a mãe possa exercer a função de "mãe suficientemente boa". Isso ocorre quando a mãe, ou cuidador, consegue cumprir o papel de se adaptar e atender às necessidades do bebê, criando para ele um ambiente seguro e protegido no qual poderá amadurecer e explorar o mundo ao seu redor (Ferreira; Aiello-Vaisberg, 2006). A relevância do papel paterno é ainda mais enfatizada por (Rosa 2014) que, em seus estudos sobre a obra winnicottiana, aponta que o envolvimento ativo do pai, ou a falha neste, tem implicações diretas para o desenvolvimento do filho.

"Apesar da ênfase na provisão materna, Winnicott não deixou de tratar da questão do pai e da enorme importância e valor que sua presença, ações, falhas exercem durante toda a vida da criança, desde o momento da concepção, passando pelas fases iniciais – quando o pai, em conjunto com a mãe, forma o ambiente total no qual o bebê habita – e acompanhando todas as fases posteriores (concernimento, vida familiar, relações triangulares com base genital, adolescência e etc.) do amadurecimento humano." (Rosa, 2014, p. 2)

A Teoria do Apego de Bowlby, por sua vez, destaca a importância da presença paterna para a formação de um apego seguro e estável, essencial para o

desenvolvimento psíquico da criança. Desenvolvida por John Bowlby e aprofundada empiricamente por Mary Ainsworth com suas observações sobre as interações de cuidadores e crianças a partir de 1960, esta teoria propõe que os vínculos emocionais estabelecidos na primeira infância são vitais para um desenvolvimento psíquico saudável (Chen, 2022). Bowlby destaca que a presença constante e responsiva de um cuidador oferece uma base segura, a partir da qual a criança pode explorar o mundo e construir relações afetivas e estáveis. A qualidade desse vínculo pode influenciar a forma como a criança irá expressar suas emoções em relacionamentos futuros (Bowlby, 2024).

De acordo com os estudos realizados por Bowlby e Ainsworth, os tipos de apego surgem através dessa interação inicial e conexão da criança com seus cuidadores e são classificados com base nessas interações iniciais entre eles (Granot, 2018), sendo identificados em quatro tipos principais: O apego seguro ocorre quando o cuidador é responsivo e consistente, permitindo à criança explorar o ambiente com confiança e buscar conforto quando necessário. O apego ansioso é caracterizado pela busca constante de proximidade com o cuidador, devido à inconsistência no atendimento de suas necessidades emocionais ocorre quando o cuidador é ambivalente em suas reações hora estando em alguns momentos disponível e em outros inacessível. O apego evitativo surge em crianças que evitam ou minimizam a proximidade com o cuidador, geralmente em contextos de rejeição ou insensibilidade. Por fim, o apego desorganizado é associado a comportamentos contraditórios, refletindo medo ou confusão em relação ao cuidador, muitas vezes devido a abusos ou negligência. Esses tipos de apego, segundo os autores, podem ter impacto significativo no desenvolvimento emocional e social da criança, influenciando suas relações na vida adulta (Chen, 2022; Ainsworth, 1978).

Tradicionalmente, a conceptualização do apego tende a focar na relação materna, relegando o pai a um papel secundário, de suporte ou substituto. Contudo, é fundamental definir que uma figura de apego é qualquer pessoa em quem o indivíduo confia como uma base segura de suporte emocional. Nesse contexto, embora a mãe seja primordial, estudos como os de (Grossmann et al., 1999) demonstram a contribuição significativa do pai para o desenvolvimento de apegos seguros, estáveis, equilibrados e exploratórios, ressaltando seu papel fundamental na criação desses vínculos (Grossmann et al., 2005).

Em estudos feitos por Grossman et al. (2005), que classificaram a interação entre pais e filhos em uma sessão de brincadeiras de 10 minutos, constatou-se que a combinação pai e mãe em múltiplas dimensões de apego tem maior tendência a trazer segurança ou insegurança da representação de apego na fase adulta do indivíduo do que a influência de um dos pais separadamente. No entanto, há um ponto de preocupação: adultos que apresentam respostas confusas, sobrecarregadas de afeto e não estruturadas podem ter uma forte ligação com a rejeição e a falta de sensibilidade do pai durante a infância. Desse modo, o desenvolvimento da clareza de pensamento e da capacidade de lidar com emoções desagradáveis, sem sobrecarga, nos filhos parece estar diretamente associado a pais suficientemente bons.

Os pais, assim como as mães, manifestam uma sensibilidade particular que se traduz em elogio, encorajamento e na capacidade de sustentar o apego seguro e o afeto positivo nos filhos. No contexto da teoria do apego, essa sensibilidade paterna é evidenciada por comportamentos que demonstram a confiança da criança no cuidador para atender às suas necessidades emocionais e físicas. Exemplos práticos incluem a criança que explora um novo ambiente, mas retorna periodicamente aos pais em busca de conforto, ou que busca o colo paterno/materno quando se sente insegura, bem como a adaptação calma em situações de separação, confiando no retorno dos pais (Bakel; Hall, 2020).

Em resumo, a psicanálise explora as dinâmicas inconscientes e simbólicas, como o Complexo de Édipo (Freud, 1923), e, embora Winnicott (2019) mencione o pai, sua ênfase recai na relação materna inicial. Em contrapartida, a teoria do apego (Bowlby, 1988) salienta o papel ativo do pai na formação de vínculos seguros e no desenvolvimento emocional. Ambas as teorias, portanto, complementam-se: a psicanálise aprofunda os processos internos, enquanto a teoria do apego aborda as interações práticas, enriquecendo a análise do desenvolvimento emocional infantil.

#### **4.2 IMPACTOS DA RELAÇÃO PAI-FILHO NA INFÂNCIA**

A relação pai-filho e sua importância no desenvolvimento psíquico e emocional da criança pode gerar impactos significativos, conforme indica o estudo realizado por Phillips e Shonkoff (2000). Neste capítulo, será explorada a influência

dessa relação no desenvolvimento infantil e os possíveis resultados que podem acompanhar o indivíduo ao longo de seu ciclo de vida, afetando a forma como ele se relaciona consigo mesmo e com seus círculos sociais.

Para compreender essa relação, descreve-se a seguir os possíveis impactos no desenvolvimento infantil em aspectos como segurança emocional, autoestima, habilidades sociais e desenvolvimento cognitivo. Um dos impactos no bom desenvolvimento infantil, conforme a psicanálise, é a formação do Ego e do Superego. As interações entre pais e filhos são fundamentais para o desenvolvimento dessas instâncias psíquicas, essenciais ao comportamento e à moral social (Nafisah et al., 2023).

A presença do pai pode proporcionar segurança emocional para a criança, visto que a relação familiar é a primeira vivência significativa. A figura paterna se torna uma base segura onde a criança se apoia e confia para se arriscar e explorar, sabendo que terá para onde retornar e que será bem-vinda e aceita. Essa relação afetuosa com o pai, que nutre emocional e fisicamente, e conforta em momentos de angústia ou medo, desenvolve o senso de segurança infantil (Sarkadi et al., 2007). A segurança emocional, também citada na psicanálise como um fator de impacto positivo, indica que um relacionamento afetuoso entre pais e filhos promove a segurança emocional, permitindo que a criança explore o ambiente com confiança e desenvolva mecanismos de enfrentamento saudáveis (Diem-Wille, 2014).

A relação pai-filho impacta positivamente diversas áreas do desenvolvimento infantil. As habilidades de linguagem, por exemplo, são aprimoradas pela comunicação paterna, que oferece oportunidades para o desenvolvimento da fala e influencia diretamente as futuras relações interpessoais. Além disso, interações paternas positivas incentivam as crianças a expressarem seus pensamentos e sentimentos, culminando em melhor inteligência emocional e habilidades de expressão (FU, 2022). Um forte vínculo com o pai também fomenta a resiliência, capacitando a criança a lidar com o estresse e as adversidades, o que promove a saúde mental a longo prazo (Furquim; Silva, 2024). Interações positivas, como o contato físico, igualmente contribuem para a regulação emocional e a redução do estresse, promovendo uma melhor saúde emocional da criança (Norholt, 2020).

Crianças com vínculos de apego seguro com o pai demonstram melhores habilidades sociais e de adaptabilidade, qualidades essenciais para a sua inserção em diversos ambientes. A participação em jogos familiares, especialmente em

brincadeiras com o pai, pode fortalecer o vínculo afetivo e aumentar a capacidade de adaptação. Além disso, o apego seguro ao pai incentiva o caráter de exploração do filho, colaborando para seu amadurecimento e crescimento cognitivo, e para a abertura a novas oportunidades de aprendizagem (Xu, 2023). Essa qualidade do apego, ao estimular a curiosidade, aprimora a capacidade das crianças de interagir e aprender com o ambiente (Anggrini; Emmanuel, 2016).

Nos últimos anos, a relação paterna e seus impactos nos filhos têm ganhado destaque como objeto de estudo em diversos países. Um estudo realizado no Japão por Kato et al. (2023), por exemplo, mostrou que quando os pais se envolvem mais ativamente nos cuidados dos filhos, o risco de atrasos no desenvolvimento motor, nas habilidades sociais e na resolução de problemas diminui. O risco de atraso no desenvolvimento motor grosso, por exemplo, foi 24% menor para crianças cujos pais estavam mais presentes. Isso indica que a participação ativa dos pais pode ser um fator importante para um desenvolvimento mais saudável das crianças, evidenciando a necessidade de maiores pesquisas e avaliações sobre essa relação pai-filho e seus impactos na infância.

A influência das vivências e percepções do indivíduo sobre o papel paterno em sua família de origem pode moldar seu comportamento como pai no futuro (Pereira; Freitas, 2020). Adicionalmente, há evidências de que o envolvimento paterno nos cuidados infantis contribui para a diminuição do estresse materno. Um estudo japonês, por exemplo, revelou que a participação do pai no cuidado de crianças de até um ano pode reduzir o risco de sofrimentos psicológicos nas mães (Nomaguchi et al., 2017).

Enquanto os apegos seguros são benéficos, os apegos inseguros podem levar a dificuldades emocionais e sociais, ressaltando a importância de cultivar relacionamentos saudáveis para o desenvolvimento ideal da criança. Conflitos, negligência, abandono e perda dos pais podem gerar desafios significativos, afetando adversamente o desenvolvimento e o bem-estar infantil (Halford et al., 2017). Na perspectiva psicanalítica, essas dinâmicas negativas – como atitudes patológicas do pai, suas falhas, ausência ou perda – destacam-se como causas de diversos problemas psicológicos nas crianças. Por exemplo, a quebra do relacionamento familiar, seja por separação ou divórcio, está ligada ao aumento da ansiedade, depressão e comportamento antissocial em crianças. Além disso, a tensão econômica crônica e o aumento da psicopatologia paterna exacerbam esses

resultados negativos, podendo levar à delinquência e a comportamentos potencialmente criminosos (Harold; Leve, 2018).

Atitudes patológicas no pai podem impedir o desenvolvimento emocional e psicológico da criança, muitas vezes resultando em mecanismos de enfrentamento mal adaptados para a resolução de problemas (Mestermann et al., 2023). Ademais, a transmissão transgeracional do abuso indica que filhos de pais abusivos correm maior risco de desenvolver transtornos mentais e podem perpetuar o ciclo de maus-tratos nas gerações familiares (Rosso, 2022).

Dificuldades no estabelecimento de relacionamentos sociais e sua manutenção na infância podem ter relação com a perda e separação do pai, interrompendo a relação inicial dele como figura de apego, podem levar a uma economia psíquica focada em evitar a ansiedade, limitando o potencial de desenvolvimento do filho. Decepções precoces e sentimentos de abandono, em caso de perda e separação, podem se manifestar como problemas psicológicos de longo prazo no filho, enfatizando a importância de abordar essas dinâmicas desde o início (Anzieu-Premmereur, 2022).

Problemas emocionais são exemplos de impactos negativos no filho. Pesquisas Tao et al indicam que apegos inseguros, particularmente em crianças que experimentam privação ou deprivação da relação com os pais, correlacionam-se com o aumento dos sentimentos de solidão e depressão. Tanto o apego em relação ao pai quanto à mãe prediz negativamente esses problemas, embora a relação com a mãe possa ter um impacto maior, a influência da privação de relacionamento com o pai é igualmente importante. Um estudo constatou que emoções negativas decorrentes de vínculos inseguros com os pais podem levar a comportamentos de automutilação em crianças e adolescentes. Essa relação é mediada por estilos de enfrentamento emocional, indicando que o apego deficiente pode exacerbar o sofrimento emocional (Tao et al., 2020).

O apego inseguro devido à negligência e omissão do pai pode impedir o estabelecimento de vínculos seguros, levando ao aumento de ansiedade e depressão. Crianças de origem negligente frequentemente lutam contra a confiança e a comunicação eficaz em seus relacionamentos futuros (Sciarrino et al., 2018). O medo e a ansiedade em um relacionamento onde o pai falha devido a comportamentos imaturos ou ciúmes do papel materno, manifestando comportamentos superprotetores ou supercontroladores, podem promover



ansiedade excessiva nos filhos, como a gelotofobia, que corresponde ao medo de ser ridicularizado. Isso sugere que a natureza do apego entre pais e filhos pode influenciar diretamente os medos emocionais das crianças (Wu et al., 2019).

A relação pai-filho se mostra essencial ao desenvolvimento infantil, com efeitos emocionais, psíquicos e sociais duradouros (Cabrera, 2020). O envolvimento paterno ativo e afetivo contribui significativamente para a segurança emocional, autoestima, resiliência e habilidades sociais da criança, tal como sustentam a psicanálise e a teoria do apego (Lamb; Lewis, 2005). Por outro lado, a ausência ou falha paterna gera consequências negativas, incluindo dificuldades emocionais e nas relações interpessoais (FU, 2022). Diante disso, compreender esses impactos é crucial para o desenvolvimento de intervenções e políticas públicas que garantam o bem-estar e o crescimento saudável das crianças.

#### **4.3 A ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NA MEDIAÇÃO DE LAÇOS AFETIVOS ENTRE PAI E FILHO**

Conforme discutido ao longo do trabalho, a construção de laços afetivos entre pais e filhos é um processo essencial para o desenvolvimento emocional e psicológico da criança (Bowlby, 1988). Com base na teoria do apego, na psicanálise em um contexto clínico, é possível aplicar intervenções terapêuticas para fortalecer esses laços entre pai e filho, levando o pai a refletir sobre sua própria história espacialmente a relação paterna que teve ou não em sua infância, possíveis repetições que podem interferir na forma como esse pai se relaciona com o filho e outros aspectos que veremos a seguir.

Para que o psicólogo atue de forma eficaz, é necessário, primeiramente, compreender o histórico do pai, identificar padrões de repetição inconscientes e promover intervenções que fortaleçam a ligação emocional e o apoio contínuo (Allgood et al., 2012). Frequentemente, pais reproduzem padrões de comportamento estabelecidos em sua infância que podem ser prejudiciais à relação com seus filhos (Monirpoor et al., 2012). O objetivo da intervenção é auxiliar o pai a elaborar seus modelos internos de identidade e suas figuras de apego, podendo ressignificar experiências negativas passadas, permitindo enxergar as pessoas de forma mais realista no presente (Bowlby, 2024). O Psicólogo pode ajudar o pai fornecendo um

espaço para que eles expressem suas ansiedades e transferências, facilitando a reflexão e a compreensão dos problemas de seus filhos, promovendo um vínculo mais forte e apoiando o desenvolvimento emocional e psicológico da criança (Silva & Tavares dos Reis, 2017).

Outros caminhos de atuação seria orientar os pais no reconhecimento de suas influências inconscientes, que podem afetar seu relacionamento com a criança, facilitando assim um ambiente mais favorável ao desenvolvimento (Salomonsson, 2015), ajudar os pais interpretando suas fantasias inconscientes e abordando suas interações com a criança, promovendo o apego, facilitando o desenvolvimento e melhorando as interações entre pais e filhos por meio de sessões de terapia conjunta que promovem a uma relação com impactos satisfatórios no desenvolvimento da criança.

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O comprometimento paterno, distinto do papel materno, oferece uma contribuição única para o comportamento socioemocional da criança, fortalecendo sua confiança, autoestima e habilidades sociais (Bowlby, 2024). Estudos demonstram que o engajamento paterno nas atividades cotidianas e no cuidado direto com o filho está positivamente relacionado ao desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e resiliência emocional na criança (Zhong, 2023). O psicólogo pode, portanto, orientar o pai sobre como estabelecer momentos de conexão emocional genuína, incluindo contato físico, escuta ativa e apoio constante.

Além dos aspectos mencionados, os pais contemporâneos enfrentam uma série de desafios que podem impactar sua capacidade de construir laços afetivos saudáveis com seus filhos. Exemplos incluem a ausência prolongada por motivos de trabalho, a insegurança econômica, as separações conjugais e a pressão social sobre as expectativas de masculinidade, que podem dificultar a expressão de afeto e o envolvimento emocional dos pais (Pereira; Freitas, 2020). Muitos pais enfrentam dificuldade em se conectar emocionalmente com seus filhos devido à pressão de desempenhar papéis tradicionais de provedor e figura de autoridade, o que pode gerar distanciamento emocional. Nesse cenário, os psicólogos desempenham um papel crucial ao apoiar os pais na superação desses desafios, promovendo a

reflexão sobre o papel emocional que desempenham na vida dos filhos e encorajando-os a criar espaços de afeto e empatia (Simonic, 2015).

Em suma, este estudo reafirma a necessidade de novas pesquisas sobre a importância da paternidade no desenvolvimento psicossocial das crianças e a necessidade de intervenções terapêuticas que integrem tanto os aspectos emocionais quanto os sociais dessa relação. A construção de laços afetivos saudáveis entre pai e filho é um processo significativo que impacta positivamente a saúde mental da criança, proporcionando-lhe uma base sólida para lidar com os desafios da vida adulta.

As políticas públicas direcionadas à promoção da paternidade ativa — que englobam a oferta de licença parental remunerada como a dos projetos de Lei PL 3.773/2023 de autoria do Senador Jorge Kajuru (PSB-GO) que visa o aumento da Licença Paternidade remunerada começando de 30 e podendo chegar a 60 dias e também e a PL 139/2022 do Senador Randolfe Rodrigues(PT-AP), programas eficazes de visitação domiciliar, iniciativas voltadas ao bem-estar social e à mitigação da pobreza, bem como a implementação de sistemas de apoio comunitário — precisam ser revistas e aprimoradas, sobretudo em nosso País. Essas ações colaboram para a qualificação do ambiente familiar, contribuindo para o aprimoramento das competências parentais e para a melhoria dos indicadores de desenvolvimento familiar. Isso, por sua vez, colaborará na promoção de uma paternidade ativa e emocionalmente engajada, essencial para o desenvolvimento saudável das novas gerações (Garbarino et al., 2019).

Ao analisar a literatura, foi possível responder à pergunta de pesquisa, evidenciando que a relação da criança com o Pai compromete o bem-estar e a o desenvolvimento dela exigindo um maior envolvimento do Pai nesse processo para impactos satisfatórios no filho, e que tanto impactos satisfatórios quanto impactos insatisfatórios podem acontecer da presença, ausência e presença-ausente desse Pai. Podem auxiliar nesse processo abordagens terapêuticas integradas que envolvam psicoeducação, apoio familiar e analise tanto da criança quanto do Pai. O papel do terapeuta, nesse contexto, é essencial para a promoção da autonomia e da ressignificação da relação Parental e da criação de vínculo satisfatório entre Pai e filho.

Mesmo com os avanços nas pesquisas sobre o assunto, ainda faltam muitas respostas – principalmente quando se fala em Relação Pai-filho, função Paterna, o

ser Pai e o ser filho. Assim, destaca-se a necessidade de realização de novos estudos, que ampliem o entendimento sobre as dinâmicas e significados dessa relação e ofereçam subsídios para intervenções mais eficazes e adaptadas às demandas da sociedade contemporânea.

## REFERÊNCIAS

ADAMS-TUCKER, Christine; ADAMS, Paul L. Role of the Father. *In*: Kirkpatrick, Martha. **Women's Sexual Development**: Explorations of Inner Space. 1. ed. New York: Springer New York, 1980. cap. 12, p. 223-237. *Women's Sexual Development*. Disponível em: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4684-3656-3>. Acesso em: 25 maio 2025.

AINSWORTH, Mary D. Salter et al. **Patterns of Attachment**: A Psychological study of the strange situation. [S. l.]: Routledge, 1978. 148 p. E-book (148 p.).

Allgood, S. M. et al. The role of father involvement in the perceived psychological well-being of young adult daughters: A retrospective study. **North American Journal of Psychology**, [S.l.] v. 14, n. 1, p. 95, 29 fev. 2012. Disponível em: <https://www.questia.com/library/journal/1G1-281111794/the-role-of-father-involvement-in-the-perceived-psychological>. Acesso em: 27 maio 2025.

ANGGRAINI, Henni; EMMANUEL, Sarah. Hubungan kelekatan dengan kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial pada anak usia dini. **Jurnal Pedagogi**, [S. l.], v. 2, n. 3, p. 18-26, 1 ago. 2016. Disponível em: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/Pedagogi/article/download/527/416>. Acesso em: 27 maio 2025.

ANZIEU-PREMMEREUR, Christine. Babies in therapy, psychoanalytic interventions for infants and their parents. **Frontiers in Psychiatry**, [S. l.], v. 13, p. 1-9, 23 nov. 2022. DOI <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1054372>. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2022.1054372/full>. Acesso em: 27 maio 2025.

BAUMANN, Felix et al. Evaluation of the quality of narrative review articles in medical journals using the SANRA scale. **Research Integrity and Peer Review**, [S. l.], v. 2, n. 6, 2017. Disponível em: <https://researchintegrityjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41073-019-0064-8/figures/1>. Acesso em: 04 Novembro 2025.

BAKEL, Hedwig J. A. van; HALL, Ruby A. S. The Father-infant relationship beyond caregiving sensitivity. **ATTACHMENT & HUMAN DEVELOPMENT**, [S. l.], ano 2020, v. 22, n. 1, p. 27-31, 28 mar. 2019. DOI <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1589058>. Disponível em:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14616734.2019.1589058>. Acesso em: 27 maio 2025.

BOWLBY, John. **Uma base segura**: Aplicações clínicas da teoria do apego. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2024. 232 p.

CABRERA, Natasha J. Father involvement, father-child relationship, and attachment in the early years. **Attachment & Human Development**, [S. l.], v. 22, n. 1, p. 134-138, 10 abr. 2019. DOI <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1589070>. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14616734.2019.1589070>. Acesso em: 27 maio 2025.

CHEN, Zhile. The Relationship between Father's Parenting Behavior and Adult Attachment. **Lecture Notes in Education Psychology and Public Media**, New York, v. 3, p. 1068-1075, 4 ago. 2022. DOI 10.54254/2753-7048/3/2022602. Disponível em: <https://www.ewadirect.com/proceedings/Inep/article/view/364>. Acesso em: 27 maio 2025.

DIEM-WILLE, Gertraud. **Young Children and Their Parents**: Perspectives from Psychoanalytic Infant Observation. London: Karnac, 2014. 369 p. ISBN 978-1-78049-143-1. DOI 10.26530/oapen\_497778. Disponível em: <https://library.oapen.org/handle/20.500.12657/33368>. Acesso em: 27 maio 2025.

FERREIRA, Marcela Casacio; AIELLO-VAISBERG, Tânia Maria José. O pai suficientemente bom: algumas considerações sobre o cuidado na psicanálise winnicottiana. **Mudanças**: Psicologia da Saúde, São Bernardo do Campo, SP, v. 14, n. 2, p. 136-142, 2006. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/item/001611432>. Acesso em: 27 maio 2025.

FIUZA, Debora Rickli et al. O papel do afeto parental no desenvolvimento psíquico infantil. **Emancipação**, Ponta Grossa - PR, Brasil., v. 22, p. 1-15, 2022. DOI: 10.5212/Emancipacao.v.22.2216515.003. Disponível em: <https://revistas.uepg.br/index.php/emancipacao/article/view/16515>. Acesso em: 27 maio. 2025.

FREUD, Sigmund. **O Ego e o Id e outros trabalhos**: (1923 - 1925). [S. l.]: Imago, 1923. 170 p. v. 19.

FU, Mengfei. The Importance of the Parent-child Relationship to Children's Psychological Development. **Lecture Notes in Education Psychology and Public Media**, Melbourne, v. 6, p. 286-291, 18 dez. 2022. DOI 10.54254/2753-7048/6/20220334. Disponível em: <https://www.ewadirect.com/proceedings/Inep/article/view/1566>. Acesso em: 27 maio 2025.

FURQUIM, Thiago Juliani; SILVA, Diego da. A importância da presença dos pais na primeira infância: Um olhar da psicanálise. **Revista Ibero-Americana de**

**Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 9, n. 12, p. 566–586, 2024. DOI: 10.51891/rease.v9i12.12003. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12003>. Acesso em: 27 maio. 2025.

GARBARINO, James *et al.* Parenting and Public Policy. *In*: BORNSTEIN, Marc H. *et al.* **Handbook of Parenting**: The practice of parenting. 3. ed. [S. l.]: Routledge, 2019. v. 5, p. 491–514. Disponível em: <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780429401695-17/parenting-public-policy-james-garbarino-amy-governale-kathleen-kostelny>. Acesso em: 27 maio 2025.

GARCÍA, Daniel García. **El amor en las relaciones paterno-filiales**: desarrollo personal y vínculo afectivo de niños y niñas en situación de riesgo con medidas de preservación familiar. 2017. 298 p. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universitat Jaume I, [S. l.], 2017. DOI <https://doi.org/10.6035/14016.2017.90399>. Disponível em: <https://www.tdx.cat/handle/10803/404722#page=1>. Acesso em: 27 maio 2025.

GRANOT, D. (2018). Using Semi-Projective Doll Play Methods to Classify Middle Childhood Children Into Four Attachment Types: Types Associations With Distinctive Psychosocial Adaptation. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 8(2), 1. <https://doi.org/10.5539/JEDP.V8N2P1>. <https://www.ccsenet.org/journal/index.php/jedp/article/view/75272>. Acesso em: 05 de Junho 2025

GROSSMANN, Karin *et al.* A wider view of attachment and exploration: Stability and change during the years of immaturity.. *In*: CASSIDY, Jude; SHAVERHANDBOOK OF ATTACHMENT, Philip R. **Handbook of attachment**: theory, research, and clinical applications. New York: Guilford Press, 1999. p. 760–786. *E-book* (948 p.).

GROSSMANN, Karin *et al.* Early Care and the Roots of Attachment and Partnership Representations: The Bielefeld and Regensburg Longitudinal Studies. *In*: GROSSMANN, K. E.; GROSSMANN, K.; WATERS, E. **Attachment from infancy to adulthood**: The major longitudinal studies. New York: Guilford Press, 2005. p. 98-136. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2005-08055-005>. Acesso em: 27 maio 2025.

HALFORD, W. K. *et al.* Effects of the Parents' Relationship on Children. *In*: SANDERS, Matthew R.; MORAWSKA, Alina. **Handbook of Parenting and Child Development Across the Lifespan**. New York: Springer, 2018. cap. 5, p. 97-120. Disponível em: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-94598-9\\_5#citeas](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-94598-9_5#citeas). Acesso em: 27 maio 2025.

HAROLD, Gordon T.; LEVE, Leslie D. Parents as partners: how the parental relationship affects children's psychological development. *In*: BALFOUR, Andrew; MORGAN, Mary; VINCENT, Christopher. **How Couple Relationships Shape our World**: Clinical Practice, Research, and Policy Perspectives. 1. ed. London: Routledge, 2018. p. 25-56. Disponível em:

<https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780429475597-3/parents-partners-parental-relationship-affects-children-psychological-development-gordon-harold-leslie-leve>. Acesso em: 27 maio 2025.

HARTKE, Raul. The Oedipus complex: A confrontation at the central cross-roads of psychoanalysis. **The International Journal of psycho-analysis**, [S. l.], v. 97, n. 3, p. 893-913, 31 dez. 2017. DOI <https://doi.org/10.1111/1745-8315.12561>. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1111/1745-8315.12561>. Acesso em: 27 maio 2025.

HINE, Benjamin et al. Fathers' Experiences of Relationship Breakdown Including Post-Separation Abuse and Parental Alienating Behaviours. **Social sciences**, [S. l.], v. 14, n. 1, p. 1-17, 10 jan. 2025. DOI <https://doi.org/10.3390/socsci14010031>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2076-0760/14/1/31>. Acesso em: 27 maio 2025.

KATO, Tsuguhiko *et al.* Paternal involvement in infant care and developmental milestone outcomes at age 3 years: the Japan Environment and Children's Study (JECS). **Pediatric Research**, [S. l.], ano 2024, v. 95, p. 785–791, 8 jul. 2023. DOI <https://doi.org/10.1038/s41390-023-02723-x>. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41390-023-02723-x#citeas>. Acesso em: 27 maio 2025.

LAMB, M. E.; LEWIS, C. The Role of Parent-Child Relationships in Child Development. In: BORNSTEIN, M. H.; LAMB, M. E. **Developmental science: An advanced textbook**. 5. ed. [S. l.]: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2005. p. 429-468. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2005-04586-010>. Acesso em: 27 maio 2025.

LAPLANCHE, Jean; PONTALIS, Jean-Bertrand Lefebvre. **Vocabulário da Psicanálise**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2016. 576 p.

LIU, Yan; WANG, Chencheng. Oedipus Complex in Literature Works. **Journal of Language Teaching and Research**, Finland, v. 2, n. 6, p. 1420-1424, 10 jan. 2011. DOI 10.4304/jltr.2.6.1420-1424. Disponível em: <https://www.academypublication.com/issues/past/jltr/vol02/06/28.pdf>. Acesso em: 25 maio 2025.

MESTERMANN, Stefan et al. The Father's Part: Influences of Paternal Psychopathology and Parenting Behavior on Child and Adolescent Well-Being. **Healthcare**, [S. l.], ano 2023, v. 11, n. 15, p. 1-14, 25 jul. 2023. DOI <https://doi.org/10.3390/healthcare11152119>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2227-9032/11/15/2119>. Acesso em: 27 maio 2025.

MONIRPOOR, Nader *et al.* Role of Father–Child Relational Quality in Early Maladaptive Schemas. **International Journal of High Risk Behaviors and Addiction**, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 50-54, 24 jul. 2012. DOI <https://doi.org/10.5812/ijhrba.4381>. Disponível em: <https://brieflands.com/articles/ijhrba-93543.html>. Acesso em: 27 maio 2025.

NAFISAH, Aisyah Durrotun et al. The Impact of Father Involvement in the Early Childhood Problematic Behavior. **JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 14-30, 30 abr. 2023. Disponível em: <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jpud/article/view/34854>. Acesso em: 27 maio 2025.

NOMAGUCHI, Kei *et al.* Fathers' Participation in Parenting and Maternal Parenting Stress: Variation by Relationship Status. **Journal of Family Issues**, Bowling Green, OH, USA, v. 38, n. 8, p. 1-25, 30 dez. 2015. DOI 10.1177/0192513X15623586. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28479649/>. Acesso em: 27 maio 2025.

NORHOLT, Henrik. Revisiting the roots of attachment: A review of the biological and psychological effects of maternal skin-to-skin contact and carrying of full-term infants. **Infant Behavior and Development**, [S. l.], v. 60, p. 1-19, 27 jun. 2020. DOI <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2020.101441>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0163638319301663?via%3Dihub>. Acesso em: 27 maio 2025.

PEREIRA, C. V. G.; FREITAS, M. C. A. DE .. Transmissão psíquica geracional vinculada com as dimensões de repetição e transformação. **Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica**, v. 23, n. 1, p. 103–110, jan. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-44142020001012>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/agora/a/8HdjGySz4vfg9JhDhCnvXhN/?lang=pt>. Acesso em: 27 maio 2025.

PRETORIUS, Nicky. **Winnicott's Theories on the Influence of an Infant's Early Environment on the Development of Anti-social Tendencies in Adolescence**. Orientador: Keith Tudor. 2014. 82 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Auckland University of Technology, [S. l.], 2014. Disponível em: <https://openrepository.aut.ac.nz/items/c2ded4ce-7c01-43de-b32f-a166d9e5fd68>. Acesso em: 25 maio 2025.

ROSA, Claudia Dias. O pai em Winnicott. **Winnicott ePrints - Revista Internacional de Psicanálise Winnicottiana**, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 1-34, 1 jun. 2013. DOI <https://doi.org/10.59539/1679-432x-v8n1-16>. Disponível em: <https://revistas.dwwe.com.br/index.php/We-Prints/article/view/16>. Acesso em: 25 maio 2025.

ROSA, Claudia Dias. **E o pai?: Uma abordagem Winnicottiana**. São Paulo: DWWeditorial, 2014. 336 p.

ROSSO, Anna Maria. Psychoanalytic Interventions with Abusive Parents: An Opportunity for Children's Mental Health. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Genoa, Italy, v. 19, p. 1-23, 11 out. 2022. DOI <https://doi.org/10.3390/ijerph192013015>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/20/13015>. Acesso em: 27 maio 2025.



SALOMONSSON, B. (2015). Therapeutic action in psychoanalytic therapy with toddlers and parents. *Journal of Child Psychotherapy*, 41(2), 112–130. <https://doi.org/10.1080/0075417X.2015.1048122>. Therapeutic action in psychoanalytic therapy with toddlers and parents: Journal of Child Psychotherapy: Vol 41 , No 2 - Get Access. Acesso em: 06 de junho 2025.

SARKADI , Anna *et al.* Fathers' involvement and children's developmental outcomes: a systematic review of longitudinal studies. **Acta Paediatrica**, [S. l.], ano 2008, v. 97, n. 2, p. 153–158, 3 dez. 2007. DOI <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2007.00572.x>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18052995/>. Acesso em: 27 maio 2025.

SCIARRINO, Nicole A. *et al.* Neglect and Attachment Insecurity. In: SCIARRINO, Nicole A.; HERNANDEZ, Tyler Elizabeth; DAVIDTZ, Jennifer. **Understanding Child Neglect: Biopsychosocial Perspectives**. 1. ed. New York: Springer, 2018. cap. 3, p. 19-24. Disponível em: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-74811-5\\_3](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-74811-5_3). Acesso em: 27 maio 2025.

SHONKOFF, Jack P.; PHILLIPS, Deborah A. **From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development**. Washington, D.C.: National Academy Press, 2000. 608 p. ISBN 978-0-309-06988-5. DOI 10.17226/9824. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25077268/>. Acesso em: 27 maio 2025.

SILVA, J. M., & Tavares dos Reis, M. E. B. (2017). Psychoanalytical Child Psychotherapy: The Parent's Role. 25(1), 251–266. <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-15EN> Acesso em: 06 de junho 2025

SIMONIC, Barbara. Empathic parenting and child development. **The person and the challenges**, [S. l.], v. 5, n. 2, p. 109-121, 12 jan. 2015. Disponível em: <https://czasopisma.upjp2.edu.pl/thepersonandthechallenges/article/view/1525>. Acesso em: 27 maio 2025.

TAO, Yun *et al.* The Impact of Parent–Child Attachment on Self-Injury Behavior: Negative Emotion and Emotional Coping Style as Serial Mediators. **Frontiers in Psychology**, [S. l.], v. 11, p. 1-10, 31 jul. 2020. DOI <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01477>. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.01477/full>. Acesso em: 27 maio 2025.

TELLES, Karin Kristina Prado; HASHIMOTO, Francisco. O ambiente na clínica winnicottiana: Inovação teórica e prática. **Colloquium Humanarum**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 57-68, 11 set. 2012. Disponível em: <https://journal.unoeste.br/index.php/ch/article/view/416>. Acesso em: 27 maio 2025.

VANHEULE, Stijn. The father, the Wager, and the question of psychosis in Lacan's work. **Philosophical Psychology**, [S. l.], v. 36, n. 8, p. 1604-1626, 29 dez. 2022. DOI <https://doi.org/10.1080/09515089.2022.2159797>. Disponível em:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09515089.2022.2159797>. Acesso em: 27 maio 2025.

WINNICOTT, Donald Woods. **O brincar e a realidade**: 1. 1. ed. rev. São Paulo: Ubu Editora, 2019. 256 p.

WU, Ching-Lin *et al.* Parent–child attachment as a mediator of the relationship between parenting style and gelotophobia among adolescents. **International Journal of Psychology**, [S. l.], v. 54, n. 4, p. 548-556, 22 jun. 2022. DOI <https://doi.org/10.1002/ijop.12493>. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ijop.12493>. Acesso em: 27 maio 2025.

XU, Lan. The Influence of Paternal masculinity Behavior on the Formation of Individual Attachment. **Journal of Education, Humanities and Social Sciences**, [S. l.], ano 2023, v. 8, p. 549-555, 2 jul. 2023. DOI <https://doi.org/10.54097/ehss.v8i.4304>. Disponível em: <https://drpress.org/ojs/index.php/EHSS/article/view/4304>. Acesso em: 27 maio 2025.

YOUNG, Jeffrey E. **Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach**. [S. l.]: Professional Resource Exchange Inc, 1999. 83 p.

ZENONI, Alfredo. Versões do Pai na psicanálise lacaniana: o percurso do ensinamento de Lacan sobre a questão do pai. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 13, n. 1, p. 15-26, 7 jun. 2007. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/psicologiaemrevista/article/view/258/267>. Acesso em: 27 maio 2025.

Fonte Senado Federal:  
[https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2025/01/16/senado-pode-votar-em-2025-ampliacao-de-licenca-maternidade-e-paternidade#:~:text=O%20PL%20139/2022%20%C3%A9,Barros%20\(PDT%2DDF\)](https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2025/01/16/senado-pode-votar-em-2025-ampliacao-de-licenca-maternidade-e-paternidade#:~:text=O%20PL%20139/2022%20%C3%A9,Barros%20(PDT%2DDF)).  
 Acesso: 06 de junho 2025.

## ANEXO I: SANRA

## Scale for the Assessment of Narrative Review Articles – SANRA

Please rate the quality of the narrative review article in question, using categories 0–2 on the following scale. For each aspect of quality, please choose the option which best fits your evaluation, using categories 0 and 2 freely to imply general low and high quality. These are not intended to imply the worst or best imaginable quality.

### 1) Justification of the article's importance for the readership

- The importance is not justified. \_\_\_\_\_ 0  
 The importance is alluded to, but not explicitly justified. \_\_\_\_\_ 1  
 The importance is explicitly justified. \_\_\_\_\_ 2

2

### 2) Statement of concrete aims or formulation of questions

- No aims or questions are formulated. \_\_\_\_\_ 0  
 Aims are formulated generally but not concretely or in terms of clear questions. \_\_\_\_\_ 1  
 One or more concrete aims or questions are formulated. \_\_\_\_\_ 2

2

### 3) Description of the literature search

- The search strategy is not presented. \_\_\_\_\_ 0  
 The literature search is described briefly. \_\_\_\_\_ 1  
 The literature search is described in detail, including search terms and inclusion criteria. \_\_\_\_\_ 2

1

### 4) Referencing

- Key statements are not supported by references. \_\_\_\_\_ 0  
 The referencing of key statements is inconsistent. \_\_\_\_\_ 1  
 Key statements are supported by references. \_\_\_\_\_ 2

2

### 5) Scientific reasoning

(e.g., incorporation of appropriate evidence, such as RCTs in clinical medicine)

- The article's point is not based on appropriate arguments. \_\_\_\_\_ 0  
 Appropriate evidence is introduced selectively. \_\_\_\_\_ 1  
 Appropriate evidence is generally present. \_\_\_\_\_ 2

1

### 6) Appropriate presentation of data

(e.g., absolute vs relative risk; effect sizes without confidence intervals)

- Data are presented inadequately. \_\_\_\_\_ 0  
 Data are often not presented in the most appropriate way. \_\_\_\_\_ 1  
 Relevant outcome data are generally presented appropriately. \_\_\_\_\_ 2

2

Sumscore

10

## SANRA – explanations and instructions

This scale is intended to help editors assess the quality of a narrative review article based on formal criteria accessible to the reader. It cannot cover other elements of editorial decision making such as degree of originality, topicality, conflicts of interest or the plausibility, correctness or completeness of the content itself. SANRA is an instrument for editors, authors, and reviewers evaluating individual manuscripts. It may also help editors to document average manuscript quality within their journal and researchers to document the manuscript quality, for example in peer review research. Using only three scoring options, 0, 1 and 2, SANRA is intended to provide a swift and pragmatic sum score for quality, for everyday use with real manuscripts, in a field where established quality standards have previously been lacking. It is not designed as an exact measurement of the quality of all theoretically possible manuscripts. For this reason, the extreme values (0 and 2) should be used relatively freely and not reserved only for perfect or hopeless articles.

We recommend that users test-rate a few manuscripts to familiarize themselves with the scale, before using it on the intended group of manuscripts. Ratings should assess the totality of a manuscript, including the abstract. The following comments clarify how each question is designed to be used.

### Item 1 – Justification of the article's importance for the readership

Justification of importance for the readership must be seen in the context of each journal's readership.

Consider how well the manuscript outlines the clinical problem and highlights unanswered questions or evidence gaps – thoroughly (2), superficially (1), or not at all (0).

### Item 2 – Statement of concrete/specific aims or formulation of questions

A good paper will propose one or more specific aims or questions which will be dealt with or topics which will be reviewed.

Please rate whether this has been done thoroughly and clearly (2), vaguely or unclearly (1), or not at all (0).

### Item 3 – Description of the literature search

A convincing narrative review will be transparent about the sources of information on which the text is based. Please rate the degree to which you think this has been achieved. To achieve a rating of 2, it is not necessary to describe the literature search in as much detail as for a systematic review (searching multiple databases, including exact descriptions of search history, flowcharts, etc.), but it is necessary to specify search terms, and the types of literature included. A manuscript which only refers briefly to its literature search would score 1, while one not mentioning its methods would score 0.

### Item 4 – Referencing

No manuscript references all statements. However, those that are essential for the arguments of the manuscript – “key statements” – should be backed by references in all or almost all cases. Exceptions could reasonably be made for rating purposes where a key statement has uncontroversial face-validity, such as “Diabetes is among the commonest causes of chronic morbidity worldwide.” Please rate the completeness of referencing: for most or all relevant key statements (2), inconsistently (1), sporadically (0).

### Item 5 – Scientific reasoning

The item describes the quality of the scientific point made. A convincing narrative review presents evidence for key arguments. It should mention study design (randomized controlled trial, qualitative study, etc), and where available, levels of evidence. Please rate whether you feel this has been done thoroughly (2), superficially (1), or hardly at all (0). Unlike item 6, which is concerned with the selection and presentation of concrete outcome data, this item relates to the use of evidence and of types of evidence in the manuscript's arguments.

### Item 6 – Appropriate presentation of data:

This item describes the correct presentation of data central to the article's argument. Which data are considered relevant varies from field to field. In some areas relevant data would be absolute rather than relative risks or clinical versus surrogate or intermediate endpoints. These outcomes must be presented correctly. For example, it is appropriate that effect sizes are accompanied by confidence intervals. Please rate how far the paper achieves this – thoroughly (2), partially (1), or hardly at all (0). Unlike item 5, which relates to the use of evidence and of types of evidence in the manuscript's arguments, this item is concerned with the selection and presentation of concrete outcome data.

#### Reference

Baethge C, Goldbeck-Wood S, Mertens S: SANRA—a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review* (2019) 4:5  
<https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>

# ORGANIZAÇÃO DE PERSONALIDADE BORDERLINE: PERSPECTIVA E INTERVENÇÃO NA PSICANÁLISE CONTEMPORÂNEA

Laura Stefany Gonçalves Matias Silva<sup>1</sup>

Prof. Ma Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

Prof. Me. José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

**Resumo:** O presente artigo tem como objetivo abordar a perspectiva psicanalítica de Otto Kernberg sobre a organização borderline, compreendida tanto como uma estrutura de personalidade quanto como um espectro de funcionamento, bem como suas técnicas de manejo e intervenção clínica. O psiquiatra e psicanalista austríaco, Otto Kernberg, tornou-se referência no assunto dentro da Psicanálise como resultado de seus estudos concentrados no borderline. O autor dedicou suas pesquisas clínicas ao desenvolvimento de técnicas de intervenção e manejo baseadas na transferência entre paciente e analista, dando origem à Psicoterapia Focada na Transferência como principal ferramenta para a remissão de sintomas em sujeitos com funcionamento borderline. A partir da literatura avaliada, conclui-se que a TFP (Terapia Focada na Transferência) tornou-se o método mais relevante dentro da Psicanálise Contemporânea para a intervenção com pacientes que funcionam dentro do espectro borderline. Esta pesquisa trata-se de uma Revisão Bibliográfica Narrativa, construída a partir de produções acadêmicas já publicadas, selecionadas nas plataformas SciELO, PubMed e Web of Science.

**Palavras-chave:** Personalidade Borderline; Otto Kernberg; Psicoterapia Focada na Transferência; Freud; Psicanálise.

**Abstract:** This article aims to address Otto Kernberg's psychoanalytic perspective on borderline personality disorder, understood both as a personality structure and as a

---

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia.

<sup>2</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU); Mestre em Psicologia (UFU – 2006); Graduanda em Nutrição (UFU); docente na Instituição ESAMC de Uberlândia.

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia.

spectrum of functioning, as well as his techniques for clinical management and intervention. Austrian psychiatrist and psychoanalyst Otto Kernberg became a leading authority on the subject within psychoanalysis as a result of his studies focused on borderline personality disorder, understood both as a personality structure and as a spectrum of functioning. The author dedicated his clinical research to the development of intervention and management techniques based on the transference between patient and analyst, giving rise to Transference-Focused Psychotherapy as the main tool for the remission of symptoms in subjects with borderline functioning. Based on the literature reviewed, it can be concluded that TFP (Transference-Focused Therapy) has become the most relevant method in Contemporary Psychoanalysis for intervention with patients who function within the borderline spectrum. This research is a Narrative Literature Review, constructed from previously published academic works selected from the SciELO, PubMed, and Web of Science platforms.

**Keywords:** Borderline Personality; Otto Kernberg; Transference-Focused Psychotherapy; Freud; Psychoanalysis.

## 1 Introdução

O termo borderline foi cunhado pela primeira vez por Adolf Stern, psicanalista e psiquiatra estadunidense. Stern iniciou seus estudos sobre o tema em 1938, a partir da observação de inúmeros casos que acompanhava em sua clínica. Tais casos não se encaixavam em nenhuma das grandes estruturas psíquicas propostas por Freud (neurose, psicose e perversão). Inicialmente, Stern denominou como "estado borderline" os quadros em que os pacientes apresentavam sintomas de intensa instabilidade emocional, impulsividade, distorções da realidade e dificuldades nos relacionamentos interpessoais (STERN, 1938).

Entretanto, foi com Otto Kernberg que o borderline veio a se estruturar enquanto uma organização da personalidade e não como apenas um estado. O trabalho de Kernberg é a peça central deste artigo. Nessa perspectiva, o estudo visa expor não somente o conceito proposto pelo autor, mas também a técnica de intervenção desenvolvida. Discutir-se-á a relevância de sua abordagem para o desenvolvimento dos estudos sobre a organização borderline de personalidade no campo da clínica psicanalítica, bem como os resultados e as principais diferenças de sua técnica em relação a outras do campo.

Otto Friedmann Kernberg nasceu em 10 de setembro de 1928, em Viena, Áustria. Devido à anexação da Áustria pelo regime nazista, movimento denominado Anschluss no idioma alemão, e à perseguição aos judeus, sua família fugiu para o

Chile em 1939, onde ele passou a adolescência. Em 1953, graduou-se como médico e foi no mesmo ano que teve seu primeiro contato com a psicanálise, especialmente com a obra de Melanie Klein e da escola inglesa. Concluiu sua formação psiquiátrica também na Universidad de Chile, especializando-se em psicoterapia e transtornos graves de personalidade.

Em 1959, Kernberg mudou-se para os Estados Unidos, integrando-se ao Cushing Veterans Administration Hospital, em Framingham (Massachusetts), e depois à Harvard Medical School. Tornou-se psicanalista no Boston Psychoanalytic Society and Institute. Posteriormente, mudou-se para Nova York, onde se consolidou como um dos maiores teóricos da psicanálise contemporânea.

Com base em observações clínicas e fundamentação teórica, o psicanalista desenvolveu a Terapia Focada na Transferência (TFT), concebida como uma técnica específica para o manejo de pacientes situados na organização borderline de personalidade. A constatação de remissão sintomática motivou o aprofundamento progressivo de seus estudos e pesquisas, voltados à avaliação da eficácia desse método. Tais investigações, que se iniciaram em sua prática clínica, estendem-se até os dias atuais e continuam em processo de evolução. É precisamente sobre esse corpo de pesquisas que o presente trabalho se propõe a refletir e analisar.

Por fim, é importante destacar que a linguagem utilizada em contextos clínicos e acadêmicos produz efeitos sobre a forma como o sujeito do sofrimento psíquico é compreendido e tratado. A escolha entre os termos “transtorno” ou “organização” não é neutra, pois traduz uma posição ética diante do paciente. Ao priorizar a expressão organização de personalidade borderline, este trabalho compromete-se com a teoria psicodinâmica que considera a subjetividade, a singularidade e a intervenção baseada na relação terapêutica.

A relevância deste estudo justifica-se pela importância do tema. Atualmente, segundo Leichsenring et al. (2024), a taxa de morte por suicídio é maior em indivíduos que atendem aos critérios para o diagnóstico de personalidade borderline do que em pacientes com outras patologias psicológicas; pacientes borderline morrem, em média, 14 a 32 anos mais cedo do que a população em geral. O presente trabalho foi realizado com o objetivo de contribuir para as pesquisas e discussões sobre o borderline dentro da literatura psicanalítica e reforçar as políticas



públicas de tratamento e intervenção, ao trazer estudos sobre diferentes técnicas que colaboram com o tratamento do borderline dentro da práxis analítica e que não se limitam à Psicanálise Ortodoxa Freudiana. Busca-se aqui evidenciar que uma estrutura psíquica tão complexa como a organização borderline pode ser manejada por mais de um tipo de intervenção, desde que seja fundamentada cientificamente e bem estruturada.

## **2 Método**

Este estudo caracteriza-se como uma Revisão Narrativa da Literatura, construída a partir de pesquisas em produções acadêmicas já existentes sobre o tema, com o objetivo de desenvolver uma perspectiva alinhada ao que já foi produzido, mas enfatizando a relevância da temática na atualidade. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed, SciELO e Science. Inicialmente, foram utilizadas as palavras-chave “personalidade borderline”, “Otto Kernberg”, “Psicanálise”, “Freud” e “Terapia Focada na Transferência”, entretanto os resultados obtidos foram extremamente amplos e fora do foco de pesquisa deste trabalho. Sendo assim, por possibilitarem resultados mais precisos, a pesquisa foi realizada utilizando somente as palavras chaves “Personalidade Borderline e Otto Kernberg”. A palavra-chave “Otto Kernberg” retornou 160 artigos nas três plataformas, enquanto “personalidade borderline” resultou em 85 artigos.

A partir desses resultados, aplicou-se um primeiro filtro, que consistiu na análise dos títulos e resumos, de modo a verificar se os artigos atendiam ao objetivo da pesquisa. Nesse processo, foram selecionados apenas aqueles com abordagem estritamente psicanalítica e foco na personalidade borderline sob a perspectiva clínica. Após essa etapa, restaram 42 artigos relacionados à palavra-chave “Otto Kernberg” e 10 artigos relacionados à palavra-chave “personalidade borderline”, totalizando 52 artigos.

Em seguida, realizou-se um segundo filtro, com o intuito de tornar a pesquisa mais específica. Foram incluídos apenas os estudos fundamentados na perspectiva teórica de Kernberg, que contemplassem a Terapia Focada na Transferência (TFP) em seus escopos e que tivessem sido publicados a partir do ano de 2002. Após essa triagem, obteve-se um total de seis artigos que compuseram a análise final,



todos devidamente referenciados ao término deste trabalho. Além das bases acadêmicas, recorreu-se também à literatura cinzenta como recurso complementar, visando ampliar a compreensão acerca da temática.

### **3 Resultados**

Tendo em vista que o objetivo principal deste trabalho é a identificação da relevância da TFP para a intervenção psicanalítica em indivíduos com organização borderline, as pesquisas foram realizadas de forma a ter artigos em seu escopo que elucidam essa questão. Para isso, foram analisados de forma criteriosa os artigos que foram considerados utilizáveis para este trabalho e, portanto, dos 245 artigos encontrados nas plataformas utilizadas (PubMed, SciELO e Science) apenas 6 foram de fato incluídos e serão utilizados para esta discussão.

A partir da análise dos artigos utilizados, foi possível perceber que todos os artigos apontam para melhorias significativas nos sintomas e no funcionamento psíquico dos pacientes avaliados. Discorrem sobre a evolução dos pacientes tratados com TFP e comparam com outras técnicas, objetivando não apontar a melhor intervenção, mas destacar os pontos em que a TFP se diferencia e se destaca, que é o caso do estudo randomizado realizado em 2007 (LARKIN et al., 2007).

Neste estudo, foram apontados resultados importantes para efeito de comparação, nele se comparou a TFP com a Terapia Comportamental Dialética e a Terapia de Suporte. Quando se analisam os resultados, observa-se que os pacientes em todos os três grupos de tratamento apresentaram mudanças positivas significativas em depressão, ansiedade, funcionamento global e ajustamento social ao longo de um ano de tratamento. Entretanto, apenas a TFP e a Terapia de Suporte foram associados à melhora na raiva, e apenas a TFP foi significativamente preditiva de mudança na irritabilidade e na agressão verbal e direta.

Uma pesquisa de 2012 realizou um levantamento das alterações no circuito neural frontolímbico no processamento emocional e controle inibitório associado à melhora clínica com o tratamento seguido pela TFP em pacientes borderline. Os resultados apontaram para aumentos relativos de ativação em áreas de controle emocional e cognitivo e reduções relativas em áreas associadas à reatividade

emocional, associados à melhora clínica mediada pela TFP. Além disso, o tratamento com a TFP foi associado à recuperação da memória baseada em semântica. Os achados sugerem que a TFP pode potencialmente facilitar a melhora dos sintomas presentes em pacientes borderline (BUCHHEIM et al., 2012).

Quando se pensa em psicoterapia no tratamento de indivíduos borderline, destaca-se a importância de uma técnica específica de manejo para esses pacientes. Um artigo de 2024, realizando uma revisão abrangente, indicou que a Psicoterapia, no geral, é o tratamento de escolha para o Transtorno de Personalidade Borderline (TPB). Entretanto, quase 50% dos pacientes com TPB não respondem satisfatoriamente à psicoterapia, ressaltando que pesquisas adicionais nessa área são necessárias. É crucial apontar que psicoterapias generalistas não terão o mesmo impacto que as psicoterapias desenvolvidas especificamente para pacientes borderline (LEICHSENDRING et al., 2024).

Os artigos também comparam a TFP com outras abordagens de linha psicanalítica e destacam que, apesar de semelhante, a TFP difere-se muito na técnica empregada. A TFP é mais centrada na interpretação da transferência, evita técnicas de apoio para facilitar o desenvolvimento completo da transferência, e graças às pesquisas empíricas, é desenvolvida de forma mais gradual. Pode-se descrevê-la como mais específica e precisa no que diz respeito ao uso de parâmetros e técnicas, levando a delimitações mais claras de outras abordagens.

Nas investigações realizadas, observa-se uma escassez de estudos que estabeleçam uma comparação direta entre a Terapia Focada na Transferência – abordagem psicanalítica fundamentada na Psicologia do Ego e na teoria das relações objetais – e as vertentes que permanecem vinculadas à Psicanálise Ortodoxa Freudiana, como a Psicanálise Lacaniana. Até o presente momento, não foram identificadas pesquisas que confrontam sistematicamente essas perspectivas, o que evidencia não apenas uma lacuna na literatura, mas também uma dificuldade conceitual, uma vez que, no âmbito da Psicanálise Ortodoxa, não se utiliza o conceito de funcionamento borderline.

## **4 Discussão**

### **4.1 Influências teóricas de Otto Kernberg**

#### 4.1.1 Sigmund Freud

Para uma melhor compreensão das perspectivas e dos fundamentos teóricos que sustentam a teoria abordada neste trabalho, faz-se necessário um retorno às contribuições de Sigmund Freud, especialmente no que se refere às formulações sobre neurose e psicose, que influenciam diretamente a compreensão de Otto Kernberg acerca da personalidade borderline. Isso se justifica pelo fato de que a psicanálise contemporânea emerge a partir de releituras e atualizações da psicanálise clássica, fundada por Freud.

Ao acompanhar o desenvolvimento das obras de Freud, percebe-se que ele divide as neuroses em quatro tipos, sendo elas: neurose de angústia, neurose obsessiva, neurose fóbica e neurose traumática (FREUD, 1996). Para o autor, as neuroses têm suas origens em fases do desenvolvimento psicosssexual infantil e agrupam condições psíquicas que trazem sintomas angustiantes ao sujeito, os quais podem incluir ansiedade, compulsões e fobias, sem que haja necessariamente sintomas orgânicos ou relação com sintomas psicóticos (FREUD, 1926).

A neurose de angústia caracteriza-se por sintomas de ansiedade, medo e angústia intensa, sem causa externa aparente ou perigo real. Essa condição foi associada por Freud a pulsões sexuais e agressivas reprimidas que não encontraram lugar de manifestação na consciência e retornaram em formato de sintoma (FREUD, 1926).

A neurose obsessiva é caracterizada por um conjunto de sintomas e comportamentos onde o indivíduo manifesta fixação com determinado ato ou situação em prol de sua segurança. Nessa condição, pode haver um sentimento intenso de medo associado a perseguição ou perigo que não corresponde à realidade. A estrutura obsessiva vem acompanhada sempre de pensamentos intrusivos e constantes que, por fugirem ao controle do indivíduo, causam em muitos casos comportamentos repetitivos a fim de aliviar a tensão e a ansiedade geradas pelos impulsos (FREUD, 1909).

A neurose fóbica é um tipo de condição caracterizada pela presença de fobias, que podem ser definidas como medos irracionais e constantes de objetos, situações, atividades do dia a dia, cores, formatos, dentre diversas particularidades

que não representam uma ameaça real para o indivíduo. Freud definiu uma das causas dessa neurose como sendo um deslocamento de energia psíquica (libido) de desejos que foram proibidos e, conseqüentemente, recalcados para um objeto externo (FREUD, 1909).

A neurose traumática é definida como sendo uma neurose que se estabelece após um evento traumático para o indivíduo. Ela é acompanhada por sintomas típicos como ansiedade e angústias, ocasionadas geralmente por gatilhos que remetem à situação vivida, pensamentos intrusivos e desregulação emocional, resultantes da vivência traumática (FREUD, 1920).

Além da neurose, a psicopatologia freudiana apresenta também a estrutura psicótica. Sigmund Freud falou sobre psicose pela primeira vez em 1896, em seu artigo sobre o mecanismo psíquico dos fenômenos histeriformes. O estudo da psicose serviu para o psicanalista diferenciar as neuroses (foco de seu trabalho até então) das psicoses encontradas na clínica, principalmente em relação à histeria e à neurose obsessiva.

Freud veio a considerar, em um primeiro momento, que as psicoses seriam quadros mais graves do que as neuroses, exatamente por sua profunda ruptura entre o ego e a realidade. Sua teoria referente às psicoses foi ganhando maior desenvolvimento em 1914, quando começou a relacionar a psicose com a fixação em estágios primitivos do desenvolvimento psicosssexual e com a incapacidade de lidar com a realidade de forma adequada. Sendo a realidade insustentável para o ego do sujeito, este, como modo de defesa, cria sua própria realidade. E, como esses eventos estão ocorrendo em uma esfera inconsciente, o sujeito perde a capacidade de diferenciar entre a realidade e os impulsos internos.

Pode-se ilustrar isso quando postos em foco os delírios ou alucinações, onde o paciente perde o contato com a realidade, em comparação com as neuroses, onde o indivíduo mantém um contato mais limitado, mas ainda consciente, com a realidade. Freud concebia a psicose como um mecanismo de defesa do ego diante da realidade, resultante da incapacidade de integrar conteúdos psíquicos inconscientes, como pulsões recalçadas, ou de responder às exigências do ambiente externo. Esse processo conduz a uma restrição da percepção do sujeito sobre si e sobre o mundo, caracterizando-se por uma desconexão com a realidade.

Após a inauguração da psicanálise por Sigmund Freud, diversos psicanalistas que o sucederam desenvolveram estudos que traziam releituras dos mesmos fenômenos psíquicos. Esse movimento deu origem a várias escolas psicanalíticas, como a francesa e a inglesa. Segundo Dunker (2007), esse fenômeno deu-se principalmente pelo contexto de pós-guerra em que a Psicanálise se encontrava nos anos de 1930 a 1940, o que favoreceu uma maior expansão dos conceitos freudianos advindos das migrações.

Esta pesquisa nomeia a Psicanálise de Kernberg como Psicanálise Contemporânea, pois ela tem fortes influências do Kleinismo e da Psicologia do Self, criando uma técnica específica que não pode ser enquadrada em uma única tradição psicanalítica. Portanto, a fim de não delimitar a abrangência das tradições psicanalíticas que forjaram esta abordagem desenvolvida por Kernberg, denomina-se aqui como Psicanálise Contemporânea as práticas que serão demonstradas.

#### 4.1.2 Melanie Klein e a teoria das relações objetais

Durante seu período de formação no Chile, Kernberg teve acesso às obras de Melanie Klein e da escola inglesa por meio de leituras e dos analistas chilenos que haviam tido contato com psicanalistas europeus exilados. A Psicanálise chilena nos anos 40 e 50 era fortemente marcada pela influência Kleiniana, o que moldou seu pensamento inicial. Dentre as teorias propostas por Klein, as teorias mais relevantes para o pensamento de Kernberg são os conceitos de posição esquizoparanoide, impulsos agressivos e destrutivos, e clivagem.

Nos meses iniciais de vida, o bebê passa pelo que Melanie Klein denominou de posição esquizoparanoide, um modo inicial de funcionamento psíquico. Nessa posição, o mundo é percebido de forma dualista, e os objetos (principalmente o seio materno) são vivenciados de maneira dicotômica, como bons ou maus. Essa divisão ocorre de forma inconsciente e está ligada à satisfação ou frustração das necessidades do bebê: objetos que satisfazem são considerados bons, enquanto os que frustram são vivenciados como maus. Esse conceito pode ser facilmente confundido com o conceito de clivagem, mas faz-se necessário ressaltar que a

clivagem é uma ferramenta de defesa do ego utilizada na posição esquizoparanoide (KLEIN, 1991b).

A Clivagem é a ferramenta utilizada pelo bebê para fugir da ambivalência, conceito com o qual o ego ainda imaturo do bebê não consegue lidar. É um dos mecanismos de defesa primitivos, que tende a ser abandonado quando o ego da criança está maduro e capaz de identificar a ambivalência em um mesmo objeto, exceto em casos de um desenvolvimento disfuncional, o que está associado à estrutura borderline. Por não compreender que em um mesmo objeto pode haver saciedade e frustração, o bebê faz distinção entre um e outro, como se vê no exemplo de seio bom e seio mal (KLEIN, 1991a).

Quanto aos impulsos agressivos e destrutivos, entende-se que, para Melanie Klein, os impulsos agressivos são expressões instintivas e se manifestam em fantasias inconscientes de ataque ao objeto. Eles moldam profundamente os mecanismos de defesa, as angústias precoces e a estruturação da vida psíquica da criança, sendo assim os primeiros sinais da Pulsão de Morte nas atividades psíquicas infantis.

A teoria das relações objetais, inicialmente formulada por Melanie Klein e posteriormente aprofundada por analistas como Donald Winnicott e Ronald Fairbairn, constitui um dos fundamentos da prática psicanalítica de orientação Kleiniana. Tal abordagem parte do pressuposto de que a vida psíquica se organiza em torno de representações internas, denominadas objetos. Diferentemente do sentido literal, esses objetos não correspondem a entidades concretas, mas a construções inconscientes derivadas da internalização de figuras significativas na infância, as quais exercerão influência estruturante sobre o funcionamento psíquico ao longo do desenvolvimento do indivíduo.

Klein enfatiza que esse processo pode ser observado desde a fase inicial da amamentação, na qual o bebê se relaciona primordialmente com “objetos parciais”, como o seio materno, em oposição à percepção da mãe como uma figura integrada. À medida que o desenvolvimento progride, essas experiências são gradualmente organizadas em representações mais complexas e coesas, resultando em relações objetais mais maduras, embora em constante processo de elaboração ao longo da vida psíquica (KLEIN, 1991a).

#### 4.1.2 Heinz Hartmann e a Psicologia do Ego

Com o advento da perseguição nazista, diversos psicanalistas foram forçados a migrar para os Estados Unidos. Esse movimento resultou na emergência de novas escolas psicanalíticas, dentre as quais se destaca a Psicologia do Ego, desenvolvida entre as décadas de 1930 e 1950 por Heinz Hartmann, Ernst Kris, Rudolph Loewenstein e Erik Erikson. Esses autores se uniram com o propósito de expandir os últimos trabalhos de Sigmund Freud e Anna Freud, delineando uma abordagem que enfatizava a centralidade do ego na vida psíquica (DUNKER, 2007).

A Psicologia do Ego fundamenta-se na concepção freudiana de id, ego e superego, porém desloca o foco para as funções do ego, seus mecanismos de defesa e sua capacidade de mediar impulsos e interagir com a realidade de modo adaptativo. Enquanto Freud priorizava a investigação dos conflitos pulsionais inconscientes, essa escola direcionava sua atenção à forma como o ego lida com tais conflitos (HARTMANN, 1976).

Nessa perspectiva, destacam-se as funções do ego, tais como percepção, memória, afetividade, pensamento e ação motora, que são os elementos centrais do funcionamento psíquico. Por sua abordagem sistemática, a Psicologia do Ego promoveu integração com campos diversos, como biologia, educação e antropologia. Hartmann e seus colaboradores exploraram ainda o modo como o ego é capaz de neutralizar as energias pulsionais, sejam sexuais ou agressivas, contribuindo para um enfoque econômico da Psicanálise, no qual se examina como tais energias são administradas e distribuídas de eficazmente (HARTMANN, 1976).

Um avanço teórico significativo foi a distinção clara entre ego e self, conceitos que até então eram utilizados de maneira imprecisa. Hartmann definiu o ego como a instância responsável por funções psíquicas, como o pensamento e a memória, enquanto o self foi descrito como o conjunto de representações que sustentam o sentimento de identidade pessoal. Além disso, o autor introduziu as noções de autonomia primária e secundária do ego, indicando que algumas de suas funções são livres de conflitos e que nem toda a energia do ego deriva do id, já que parte dela possui caráter autônomo (HARTMANN, 1976).

No mesmo período, Sterba (1934) propôs o conceito de dissociação do ego, descrevendo a capacidade do paciente de se distanciar de determinados aspectos de si mesmo durante o processo terapêutico. Ademais, a escola da Psicologia do Ego incorporou a observação direta do desenvolvimento infantil, particularmente por meio dos estudos de René Spitz e Margaret Mahler, o que forneceu uma base empírica sólida para a compreensão do desenvolvimento emocional e psíquico.

Zetzel (1956), por sua vez, enfatizou a relevância da aliança terapêutica, definida como a colaboração e confiança mútua entre paciente e analista, considerada elemento essencial para o êxito do tratamento psicanalítico. Por fim, Otto Kernberg desempenhou papel fundamental ao construir uma ponte entre a Psicologia do Ego e as teorias das relações objetais, ampliando o alcance e a aplicabilidade clínica desta tradição teórica.

#### 4.2 Organização Borderline de Personalidade

Durante a década de 1950, começaram a ser observados, nas clínicas psicanalíticas, casos que se distinguiam significativamente das neuroses comuns. Esses pacientes chamavam a atenção dos analistas por apresentarem, de forma consciente, material característico do processo primário, mas sem a correspondente capacidade de introspecção e de perlaboração. Os quadros clínicos eram marcados por intensas oscilações de humor, pela vivência de objetos internos sob uma perspectiva dualista, percebidos como totalmente bons ou totalmente maus; contrapunham-se, ainda, à conceitualização tradicional dos estágios libidinais, revelando fortes tendências agressivas em diferentes níveis do desenvolvimento psicosssexual, sobretudo em relação aos anseios edípicos.

Diante de tais particularidades, esses pacientes passaram a ser agrupados sob a denominação ainda pouco conceituada teoricamente de *borderline*, termo que, na época, funcionava quase como sinônimo de “paciente difícil”. Embora apresentassem, em geral, adequada capacidade de teste de realidade, o que os afastava da categoria das psicoses, não raro experienciavam regressões transferenciais abruptas e intensas, que inviabilizavam sua inclusão no grupo das neuroses. O uso da designação *borderline* permaneceu, assim, amplo e impreciso, mas foi bem aceito pela comunidade psicanalítica em virtude de sua proximidade



com a linguagem cotidiana dos psicoterapeutas, embora destituído de rigor diagnóstico, o que limitava sua utilidade para fins de pesquisa (KERNBERG, 1989).

Neste cenário, que Kernberg aprofunda seus estudos da clínica borderline. O psicanalista percebe alguns padrões psíquicos e comportamentais que caracterizam essa organização de personalidade, com os quais se poderia iniciar uma investigação diagnóstica. São eles: identidade difusa, uso predominante de defesas primitivas (clivagem, negação, projeção e identificação projetiva), e teste de realidade relativamente preservado. A identidade difusa, por sua vez, se caracteriza pela dificuldade em manter uma representação integrada de si e dos outros (KERNBERG, 1995).

Essa identidade difusa denomina-se por uma falta de integração do self com outros significativos, e aparece na clínica marcada por vazio crônico, autopercepção e comportamentos contraditórios, percepções equivocadas do mundo exterior e empobrecidas do outro, incapacidade de mostrar-se, bem como de demarcar suas relações significativas ao terapeuta, afastamento emocional e confusão mental em relação a aspectos individuais e coletivos.

No que se refere ao teste de realidade relativamente preservado, tanto na organização neurótica de personalidade quanto na borderline, a capacidade de testar a realidade é mantida. Em Psicanálise, o teste de realidade é definido como a capacidade de diferenciar entre self e não-self e entre as origens intrapsíquicas e externas das percepções e estímulos, e de avaliar os próprios afetos, comportamentos e pensamentos em termos de normas sociais comuns. A perda desta capacidade não deve ser confundida com as alterações subjetivas da realidade que se apresentam em qualquer paciente abalado psicologicamente, e da alteração da relação com a realidade (KERNBERG, 1989).

É possível identificar a organização borderline de personalidade também em estruturas secundárias, tais como: manifestações inespecíficas de fraqueza do ego (o que se demarca por falta de controle de impulsos, falta de tolerância a frustrações, falta de canais de desenvolvimento de sublimações), na patologia presente no superego (sistemas de valores imaturos, exigências morais internas contraditórias ou até mesmo características antissociais), e nas relações objetais crônicas e caóticas, que são uma consequência direta da difusão de identidade e da

predominância de operações defensivas primitivas. Estas estruturas secundárias não estão associadas diretamente ao diagnóstico, uma vez que podem aparecer em outras patologias psíquicas, embora estejam associadas com a gravidade do quadro e afetem seu prognóstico (KERNBERG, 1989).

Em contraste com a organização neurótica da personalidade, na qual os mecanismos de defesa se estruturam predominantemente em torno do recalque e de outras operações defensivas de nível mais elaborado, as organizações borderline e psicótica caracterizam-se pelo uso frequente de defesas primitivas. Essas defesas se articulam, sobretudo, em torno da clivagem, bem como de mecanismos a ela associados, tais como: idealização primitiva, identificação projetiva, denegação, controle onipotente e desvalorização. Esses recursos defensivos têm a função de proteger o ego frente a conflitos internos, promovendo a dissociação de experiências contraditórias referentes ao self e aos objetos significativos (KERNBERG, 1989).

A clivagem consiste na cisão do objeto ou do self em representações totalmente boas ou totalmente más, conforme se observa na teoria Kleiniana, impedindo a integração de qualidades contraditórias. Esse mecanismo permite ao ego manter afastadas experiências afetivas intoleráveis por ser incapaz de lidar com figuras que não sejam unívocas, mas à custa da fragmentação da percepção de si e dos outros.

Na idealização primitiva, aspectos positivos de um objeto são exagerados e mantidos isolados de suas características negativas. Esse mecanismo, ao mesmo tempo em que protege contra a angústia persecutória, dificulta o desenvolvimento de uma representação integrada do objeto, resultando em relações instáveis e baseadas em padrões inexistentes na realidade.

A identificação projetiva refere-se ao processo pelo qual o sujeito projeta aspectos indesejados do self em outra pessoa e, simultaneamente, exerce pressão para que o outro os vivencie ou se comporte de acordo com esses conteúdos projetados. Tal defesa está intimamente relacionada à manutenção da coesão psíquica, uma vez que, para sustentar a persona construída, o ego desloca aqueles aspectos que fogem de seu eu ideal para a figura do outro, o que frequentemente compromete a qualidade das relações interpessoais.

A denegação caracteriza-se pela recusa, consciente ou inconsciente, em reconhecer aspectos da realidade, interna ou externa, que são considerados ameaçadores. Embora reduza a ansiedade imediata, esse mecanismo compromete o contato com a realidade e perpetua padrões de funcionamento desadaptativos.

O controle onipotente expressa a crença ou fantasia de que o sujeito pode dominar objetos e situações externas pela força de seus desejos ou pensamentos. Essa defesa protege contra o sentimento de impotência e vulnerabilidade, mas pode levar à rigidez comportamental e a falhas adaptativas significativas.

A desvalorização implica atribuir características negativas extremas a si mesmo ou a outrem, com o objetivo de neutralizar sentimentos de dependência, inveja ou frustração. Frequentemente se manifesta em alternância com a idealização primitiva, compondo um padrão relacional instável característico das organizações borderline (KERNBERG, 1989).

#### 4.3 A Psicoterapia Focada na Transferência

Otto Kernberg iniciou sua carreira na Psicanálise dentro da corrente teórica da Psicologia do Ego, tendo influência direta de Hartmann. Ao se interessar pelas teorias das relações objetais, o autor aprofundou-se nas contribuições de Melanie Klein, e essa integração entre as teorias do ego e das relações objetais seria uma das marcas mais notáveis de seu pensamento. O ponto de partida da construção de sua teoria sobre o borderline está relacionado à observação clínica de pacientes que não se enquadram nos quadros clássicos da neurose nem da psicose, conforme citado (KERNBERG, 1995).

Esses indivíduos destacavam-se dos demais pacientes por apresentar funcionamento interpessoal instável, fragilidade afetiva, uso intenso de defesas primitivas e, ainda assim, preservavam em parte o juízo de realidade, o que impedia o seu enquadramento no quadro psicótico. Dentre os sintomas citados, o conceito de personalidade borderline proposto por Kernberg seria caracterizado pelos seguintes pilares: identidade difusa, uso predominante de defesas primitivas (clivagem, negação, projeção e identificação projetiva), e teste de realidade relativamente preservado. A identidade difusa, em particular, se caracteriza pela

dificuldade em manter uma representação integrada de si e dos outros (KERNBERG, 1995).

Kernberg propõe uma abordagem clínica adaptada à complexidade que o caso exige: a Psicoterapia Focada na Transferência (TFP). A TFP segue um modelo rigoroso de análise transferencial. O maior foco é permitir que as representações internalizadas (objeto-self) do paciente venham à tona no vínculo com o terapeuta, para que possam ser progressivamente integradas.

A TFP é uma técnica que se distingue da Psicanálise Tradicional proposta por Freud. É uma psicoterapia estruturada (geralmente 2 sessões por semana), com sessões frequentes, e o contrato terapêutico deve ser claro e objetivo, ou seja, as regras do processo e as expectativas do paciente devem estar alinhadas desde o primeiro contato. Essa estrutura é essencial para conter a impulsividade, os ataques à vinculação e o acting out (atos transferenciais que ocorrem dentro e fora do contexto de análise) frequentes em pacientes borderline. Nesse setting, há uma maior atividade interpretativa por parte do analista, visto que o manejo é voltado a trazer à tona as relações internalizadas disfuncionais que o paciente trará nas sessões e, a partir delas, promover uma reorganização estrutural do funcionamento psíquico (KERNBERG, 1995; CLARKIN et al., 2010).

Kernberg compreende que o desenvolvimento psíquico ocorre através da internalização de experiências relacionais precoces, que formam unidades afetivas denominadas “díades self-objeto”. Quanto mais traumáticas forem essas experiências, mais disfuncional será a organização psíquica do sujeito. Portanto, a falha nesse processo de integração, causado por experiências traumáticas, ambientes que invalidam ou falhas significativas na função materna, faz com que o sujeito passe a operar sob estruturas escondidas e contraditórias, que influenciam diretamente sua forma de perceber a si mesmo e os outros (KERNBERG, 1995).

A TFP propõe que, ao longo do processo terapêutico, essas estruturas se atualizem na transferência, permitindo que o analista interprete e confronte esses conteúdos à medida que eles apareçam na relação terapêutica. O objetivo é promover a integração dos aspectos dissociados da identidade, possibilitando ao paciente um funcionamento psíquico mais coeso e adaptativo.

Kernberg dedicou seus estudos à investigação empírica da eficácia da TFP, para isso, desenvolveu instrumentos diagnósticos como o STIPO (Structured Interview of Personality Organization). O STIPO foi desenvolvido para auxiliar analistas na identificação diagnóstica do nível de organização da personalidade de um indivíduo. Nesse processo, é possível identificar, dentro do modelo teórico de Kernberg, se o paciente está enquadrado na estrutura borderline de personalidade. Os níveis possíveis são: neurótico, limítrofe (borderline) e psicótico. Esses níveis não são diagnósticos em si, mas formas de funcionamento psíquico que influenciam a maneira como o sujeito lida com o self, com os outros e com os afetos (KERNBERG, 1996).

A entrevista tem o objetivo de avaliar sete domínios estruturais da personalidade, são eles: identidade (Nível de coesão e consistência do senso de self e dos outros, bem como a qualidade das relações objetais); padrões de relação interpessoal; defesas (Tipos de mecanismos de defesa predominantes); controle da agressividade; moralidade interna (Nível de desenvolvimento do superego); realidade (Capacidade de percepção da realidade); empatia e introspecção (Capacidade de se colocar no lugar do outro e refletir sobre si).

Além de desenvolver ferramentas para o processo psicoterapêutico, Otto Kernberg também focou na formação de terapeutas especializados no manejo de pacientes com transtornos graves. O processo de uma TFP visa que o paciente tenha uma melhor integração de sua identidade, o desenvolvimento de uma visão realista de si e dos outros, a melhora da regulação afetiva e da capacidade de criar vínculos seguros, e a substituição de defesas primitivas por mecanismos adaptativos.

Quanto à eficácia nos casos clínicos, um estudo randomizado realizado em 2007 comparou três terapias focadas em pacientes com diagnóstico borderline, dentre elas: a Terapia Comportamental Dialética (DBT), a Psicoterapia Focada na Transferência (TFP), Terapia de Suporte (ou Tratamento de Suporte Dinâmico). Nos resultados deste estudo, observa-se que tanto a Psicoterapia Focada na Transferência quanto a Terapia Comportamental Dialética foram significativamente associadas à melhora nos comportamentos suicidas; porém, apenas a TFP e a Terapia de Suporte foram associados à melhora na raiva (LARKIN et al., 2007).

#### 4.4 Transtorno ou organização? Considerações sobre a nomenclatura utilizada

Faz-se necessário ressaltar que a escolha terminológica não remete apenas à formalidade, mas também aponta para uma concepção teórica específica sobre a constituição e a organização do psiquismo. A distinção entre os termos reflete diferentes perspectivas de compreensão do sujeito em sofrimento psíquico, sua estrutura psicológica e o tipo de intervenção terapêutica mais adequada, uma vez que a inclusão do termo organização de personalidade borderline permite, assim, abordar o fenômeno dentro de uma perspectiva mais ampla e dinâmica.

O termo borderline foi criado por Adolf Stern em 1938. A nomenclatura se traduz como “na linha da fronteira”, fazendo referência a uma estrutura psicológica que ficaria entre a estrutura neurótica e psicótica. Stern inaugurou esse termo pela primeira vez em seu artigo intitulado *Psychoanalytic Investigation of and Therapy in the Border-Line Group of Neuroses*, publicado na revista *The Psychoanalytic Quarterly* (STERN, 1938).

O termo transtorno de personalidade borderline é a nomenclatura utilizada no *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª edição, Texto Revisado (DSM-5-TR)*. No DSM percebe-se uma perspectiva descritiva, categorial e voltada à sintomatologia. Ele se divide em categorias que são formadas por critérios específicos, com a função de chegar a um diagnóstico psiquiátrico através de critérios comportamentais e funcionais observáveis (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2023). Dessa forma, seguindo o crivo diagnóstico estabelecido pelo DSM, o borderline é classificado como um transtorno de personalidade do Eixo II, Grupo B, que são caracterizados como dramáticos, emocionais ou erráticos.

Já a Psicanálise, especialmente na formulação de Kernberg, compreende o borderline como uma organização, ou seja, uma estrutura psíquica marcada por características específicas de funcionamento mental. Dessa forma, não se fala mais de um único diagnóstico, mas de um espectro borderline, pois trata-se de um tipo de estrutura patológica na qual se pode encaixar outros grupos de psicopatologias. É por essa razão que Otto Kernberg a nomeia como organização, pois aqui se remete a um campo entre a estrutura neurótica e a psicótica (MCWILLIAMS, 2014, p. 103). A diferença reside no entendimento das funções psíquicas, pois em Psicanálise,

mais especificamente na Psicologia do Ego – uma das escolas psicanalíticas que foram influentes para Otto Kernberg –, o foco está no desenvolvimento do ego e dos mecanismos de defesa, já que estes levam ao conteúdo reprimido no inconsciente, onde se localiza o princípio das disfunções (KERNBERG, 1981).

Além disso, o rótulo de transtorno pode contribuir para a estigmatização do paciente, fixando-o em uma identidade patológica e dificultando uma escuta mais profunda e singularizada. Ademais, evita-se a cristalização do sujeito em um diagnóstico que pode ser vivido como uma condenação ou sentença. É nesse ponto que se destaca a proposta de autores como Otto Kernberg, que prefere o uso do termo organização borderline da personalidade ou, de maneira mais resumida, personalidade borderline (KERNBERG, 1995). Ao optar por utilizar o termo organização de personalidade borderline ao longo deste trabalho, busca-se manter a coerência com a perspectiva teórica adotada, enfatizando a complexidade e profundidade do funcionamento psíquico em questão, e não apenas sua manifestação clínica externa.

## **5 Considerações Finais**

Este trabalho apresentou a atual perspectiva da Psicanálise Contemporânea sobre o borderline enquanto uma organização de personalidade, de acordo com a teoria de Otto Kernberg. Além de conceituar, o estudo abordou a técnica de intervenção Psicoterapia Focada na Transferência inaugurada por Kernberg, com o objetivo de verificar, por meio de pesquisa, se essa técnica é de fato funcional e se demonstra diferenças em relação às demais técnicas existentes hoje na Psicanálise.

Conclui-se, portanto, que a Terapia Focada na Transferência constitui uma técnica de significativa relevância para o tratamento de indivíduos inseridos na Organização da Personalidade Borderline, configurando-se atualmente como a principal técnica de intervenção psicanalítica voltada a esses pacientes, em razão de seus benefícios e resultados clínicos. Tal como ocorre em qualquer método de manejo clínico, a TFP demanda constante aprimoramento e ampliação de pesquisas empíricas que consolidem sua eficácia. Ademais, para fins comparativos, torna-se igualmente necessário o desenvolvimento de estudos em outras vertentes psicanalíticas que se proponham a acolher pacientes borderline em seus

consultórios. Não obstante, os achados disponíveis até o presente indicam que a TFP se sobressai, entre as técnicas psicanalíticas, pelos resultados alcançados no tratamento desse quadro.

Finalmente, espera-se que novos estudos empíricos sejam conduzidos com o objetivo de fomentar debates e ampliar a reflexão acerca de diferentes formas de manejo psicanalítico aplicadas a pacientes com organização borderline, de modo a favorecer o contínuo desenvolvimento da clínica psicanalítica e a contribuir para a melhoria da qualidade de vida desses indivíduos.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**: DSM-5-TR. 5. ed., texto revisado. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BUCHHEIM, A. et al. Changes in prefrontal-limbic function in major depression after 15 months of long-term psychotherapy. **PLoS One**, v. 7, n. 3, e33745, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0033745>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22470470/>. Acesso em: 3 out. 2025.

CLARKIN, John F.; YEOMANS, Frank E.; KERNBERG, Otto F. **Psicoterapia focalizada na transferência para transtornos de personalidade borderline**: manual clínico. Porto Alegre: Artmed, 2010.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. Aspectos históricos da psicanálise pós-freudiana. In: JACÓ-VILELA, Ana Maria; FERREIRA, Arthur Arruda Leal; PORTUGAL, Francisco Teixeira (Org.). **História da psicologia**: rumos e percursos. Rio de Janeiro: Nau, 2007.

FREUD, Sigmund. A história do movimento psicanalítico, artigos sobre metapsicologia e outros trabalhos (1914). In: FREUD, Sigmund. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. v. 14. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. A psicologia das massas e análise do ego (1921). In: FREUD, Sigmund. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. v. 18. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. **A psicologia das massas e a análise do eu** (1921). Rio de Janeiro: Imago, 1996.



FREUD, Sigmund. Além do princípio do prazer (1920). In: FREUD, Sigmund. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. v. 18. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. Além do princípio do prazer (1920). In: FREUD, Sigmund. **Obras Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. Análise de uma fobia em um menino de cinco anos (o caso "Pequeno Hans") (1909). In: FREUD, Sigmund. **Obras Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. **Conferências introdutórias sobre psicanálise** (1916-1917). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. **Inibição, sintoma e angústia** (1926). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. Inibições, sintomas e angústia (1926). In: FREUD, Sigmund. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. v. 20. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. **Introdução ao narcisismo** (1914). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. O caso do Pequeno Hans e o caso do Homem dos Ratos (1909). In: FREUD, Sigmund. **Histórias de uma neurose infantil**. v. 10. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. O ego e o id (1923). In: FREUD, Sigmund. **Escritos sobre a psicologia do inconsciente**. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

HARTMANN, Heinz. **Psicologia do ego e o problema da adaptação**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1976.

KERNBERG, Otto F. **Aggression in personality disorders and perversions**. New Haven: Yale University Press, 1992.

KERNBERG, Otto F. **Borderline conditions and pathological narcissism**. New York: Jason Aronson, 1975.

KERNBERG, Otto F. **Estruturas e diagnóstico em psiquiatria e psicanálise**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1981.

KERNBERG, Otto F. **Psicoterapia focalizada na transferência para transtornos de personalidade borderline: um manual clínico**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

KERNBERG, Otto F. **Psicoterapia psicodinâmica de pacientes borderline**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

KERNBERG, Otto F. **Severe Personality Disorders: Psychotherapeutic Strategies**. New Haven: Yale University Press, 1984.

KERNBERG, Otto F. **Transtornos graves da personalidade: estratégias psicoterapêuticas**. Porto Alegre: Artmed, 2005.

KLEIN, Melanie. **Inveja e gratidão e outros trabalhos** (1946). Rio de Janeiro: Imago, 1991a.

KLEIN, Melanie. Notas sobre alguns mecanismos esquizoides (1946). In: KLEIN, Melanie. **Amor, culpa e reparação e outros trabalhos** (1921-1945). Rio de Janeiro: Imago, 1991b.

LEICHSENRING, F. et al. Borderline personality disorder: a comprehensive review of diagnosis and clinical presentation, etiology, treatment, and current controversies. **World Psychiatry**, v. 23, n. 1, p. 4-25, fev. 2024. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.21156>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38214629/>. Acesso em: 3 out. 2025.

LARKIN, John F. et al. Evaluating Three Treatments for Borderline Personality Disorder: A Randomized Controlled Trial. **American Journal of Psychiatry**, v. 164, n. 6, p. 922–928, 2007. DOI: 10.1176/ajp.2007.164.6.922. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17541052/>. Acesso em: 3 out. 2025.

MCWILLIAMS, Nancy. **Diagnóstico psicanalítico: estrutura da personalidade e o processo terapêutico**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

STERBA, R. F. The fate of the ego in analytic therapy. **International Journal of Psychoanalysis**, 15, 117-126, 1934.

STERN, Adolf. Psychoanalytic investigation of and therapy in the borderline group of neuroses. **Psychoanalytic Quarterly**, v. 7, n. 4, p. 467–489, 1938.

ZETZEL, Edith R. An approach to the relation between concept and content in psychoanalytic theory (with special reference to the work of Melanie Klein and her followers). **The Psychoanalytic Study of the Child**, v. 11, p. 99-121, 1956.

## O LUGAR DO AMOR NA CONSTITUIÇÃO DO SER E O IMPACTO NA VIDA ADULTA

Rafaella Francisca Carvalho Duarte<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel<sup>3</sup>

**Resumo:** A situação das mulheres, ao longo da história, foi moldada por uma cultura patriarcal que começou ainda no período colonial, quando elas eram tratadas como propriedade, primeiro do pai e depois do marido. Mesmo com avanços na legislação, como a Lei nº 14.443/2022, que garante à mulher o direito de decidir sobre a laqueadura, ainda é possível perceber que muitas dessas ideias antigas continuam presentes, especialmente nas relações afetivas. A naturalização de comportamentos abusivos, muitas vezes vistos como demonstrações de amor, mostra como a sociedade ainda contribui para vínculos desiguais e, em casos extremos, para o feminicídio, que infelizmente ainda é uma realidade preocupante no Brasil.

Este estudo tem como foco entender, pela perspectiva da psicologia, o papel do amor na formação do indivíduo e como ele se relaciona com o ciúme, a possessividade e a violência nas relações afetivas. Para isso, foi feita uma revisão de estudos e teorias na área de psicologia social e psicanálise.

Os objetivos específicos são: discutir os impactos da compreensão insuficiente dos sentimentos nas relações amorosas, compreender a função do ciúme na dinâmica conjugal e analisar a recorrência de feminicídios praticados por parceiros íntimos. A justificativa da pesquisa se fundamenta nos elevados índices de violência contra a mulher, nos quais o ciúme é frequentemente apontado como motivador.

A relevância deste trabalho reside em ampliar a compreensão da violência de gênero para além do viés jurídico e sociológico, destacando também os aspectos simbólicos e culturais do amor, contribuindo para reflexões acadêmicas e para a construção de vínculos mais saudáveis, pautados no respeito e na igualdade.

**Palavras-chave:** Amor. Ciúme. Feminicídio. Violência de gênero. Revisão narrativa

**Abstract:** The social condition of women has historically been shaped by patriarchal structures, consolidated since the colonial period, when female identity was reduced to the status of property, first under paternal authority and subsequently under marital authority. Although legislative advances, such as Law No. 14.443/2022, guarantee greater autonomy in reproductive decisions, remnants of this hegemonic logic remain deeply ingrained, particularly within affective relationships. The normalization of abusive practices, frequently legitimized under the guise of love, illustrates how cultural imaginaries perpetuate unequal bonds and, in their most extreme manifestation, culminate in femicide, which persists at alarming rates in Brazil.

This study seeks to analyze, from a psychological perspective, the role of love in the constitution of subjectivity and its interplay with jealousy, possessiveness, and violence in affective bonds. Methodologically, the research is grounded in a bibliographic review, drawing primarily on contributions from social psychology and psychoanalysis.

The specific objectives include: examining the consequences of insufficient

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: [rafaellafrancisca17@gmail.com](mailto:rafaellafrancisca17@gmail.com)

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

comprehension of affective experiences within romantic relationships; elucidating the function of jealousy in conjugal dynamics; and analyzing the recurrence of femicides perpetrated by intimate partners. The justification for this inquiry rests upon the persistently high rates of gender-based violence, wherein jealousy is recurrently identified as a motivational factor.

The relevance of the study lies in advancing the understanding of gender violence beyond legalistic and sociological frameworks, by foregrounding the symbolic and cultural dimensions of love, thereby contributing both to academic debate and to the promotion of healthier relational configurations grounded in respect, autonomy, and equality.

**Keywords:** Love. Jealousy. Femicide. Gender-based violence.

## 1 INTRODUÇÃO

A condição da mulher, historicamente marcada pela lógica patriarcal, antecede o período colonial e se consolidou com a colonização, quando o imaginário social a reduziu à condição de propriedade. Nesse contexto, a figura feminina foi relegada ao lugar de submissão, primeiramente sob a autoridade do pai e, posteriormente, sob o domínio do marido, que assumia o controle sobre sua vida e detinha o poder de decisão em seu nome. Esse histórico de dominação masculina não se limitou ao âmbito social e familiar, mas atravessou diversas dimensões da vida das mulheres, incluindo a sexualidade, a saúde reprodutiva e a forma como suas subjetividades foram construídas ao longo da história. Apesar de avanços legislativos e sociais conquistados nas últimas décadas, a permanência de resquícios dessa lógica se evidencia ainda hoje. Um exemplo emblemático foi a aprovação, apenas em 2022, da Lei nº 14.443, que dispensa o consentimento do cônjuge para que a mulher possa realizar o procedimento de laqueadura, medida que reforça o direito de autonomia sobre o próprio corpo. Tal conquista, contudo, não elimina os efeitos da cultura patriarcal, que persiste no modo como as relações afetivas são estabelecidas e interpretadas.

A naturalização de comportamentos abusivos, frequentemente disfarçados como expressões de cuidado ou paixão, revela como a ideia de sofrer por amor está enraizada na cultura ocidental. O amor, idealizado como incondicional e absoluto, legitima frases como “eu e você contra o mundo”, reforçando a romantização da dor e da submissão. Na prática, esse imaginário sustenta relações de poder desiguais e, em sua face mais extrema, contribui para a ocorrência do feminicídio. Esse tipo de violência, que representa a forma mais brutal de controle e aniquilamento da mulher, apresenta números alarmantes. De acordo com o Atlas da Violência 2025, houve um crescimento de 2,5% nos casos de feminicídio entre 2022 e 2023, contrariando a tendência de queda dos homicídios em geral no país desde 2018. Pesquisas

nacionais reforçam esse quadro. O relatório “Visível e invisível: A vitimização de mulheres no Brasil”, publicado pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública, aponta que, nos últimos 16 anos, houve um aumento consistente nos índices de violência contra mulheres. Complementarmente, levantamento realizado pelo Datafolha e pelo próprio Fórum em 2018 revelou que 1,6 milhão de brasileiras foram espancadas ou sofreram tentativa de feminicídio naquele ano, sendo que 42% dos casos ocorreram dentro do próprio lar, espaço que deveria oferecer proteção, mas que se torna palco de violência. Em grande parte dessas ocorrências, os agressores eram companheiros ou ex-companheiros das vítimas, revelando que a violência nasce, muitas vezes, no interior das relações afetivas.

A forma como os ensinamentos e experiências afetivas influenciam na constituição subjetiva de um indivíduo interfere diretamente na forma como ele elabora e se comporta em seus relacionamentos ao longo da vida. Os casos de violência em relações amorosas e a dificuldade de desvincular o amor do controle sobre o outro proporcionam o questionamento: de que forma os ensinamentos sobre amor e apego podem influenciar na constituição de um indivíduo e na maneira como ele lida com seus relacionamentos? Este questionamento busca compreender em que medida as teorias psicológicas, aliadas às experiências sociais e à construção emocional desde os primeiros vínculos, impactam os relacionamentos na vida adulta.

Tais vínculos, quando disfuncionais, podem se perpetuar em padrões como o ciúme patológico e relações abusivas, tornando essencial discutir os elementos subjetivos e socioculturais que sustentam esse processo, com a intenção de promover reflexões relevantes para a prática psicológica nesse contexto.

Diante disso, o presente estudo justifica-se pela urgência em compreender as raízes dessa violência, situando o amor como categoria central de análise. Se, por um lado, o amor é apresentado culturalmente como um ideal de plenitude e realização, por outro, sua construção simbólica pode sustentar práticas abusivas e dinâmicas de poder que fragilizam a mulher dentro das relações. Assim, investigar o amor a partir de uma perspectiva crítica permite problematizar sua função social e sua relação com o ciúme, a possessividade e a violência. A pesquisa visa analisar, sob a perspectiva da psicologia, o conceito de amor e suas manifestações, diferenciando-o de comportamentos abusivos como dominação e violência, frequentemente confundidos com demonstrações de afeto. Através da revisão de produções científicas em português, teorias e estudos da psicologia, especialmente da psicologia social, busca-se discutir os fatores subjetivos que influenciam os vínculos afetivos, o ciúme patológico e os comportamentos abusivos, considerando os impactos da falta de

compreensão dos próprios sentimentos nas relações amorosas, o papel do ciúme nas dinâmicas afetivas e a recorrência de feminicídios cometidos por autores conhecidos das vítimas.

## 2 METODOLOGIA

O trabalho aqui apresentado foi desenvolvido por meio de uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo e exploratório, utilizando o método de Revisão Bibliográfica Narrativa. Esse tipo de estudo tem como objetivo reunir e discutir conteúdos já publicados em obras e artigos científicos, a fim de realizar uma análise teórica no campo da Psicologia. O foco recai sobre a formação do ser, os vínculos afetivos construídos ao longo da vida e a forma como tais vínculos podem se manifestar em contextos de violência, especialmente em situações atravessadas pelo ciúme e que, em sua forma extrema, resultam em feminicídios.

A revisão bibliográfica foi norteadada pelas produções acadêmicas dos últimos dez anos, priorizando dados atuais e teoricamente relevantes. Para a elaboração do referencial teórico foram utilizadas diversas fontes, tais como livros, teses, documentos institucionais e bases de dados digitais, entre elas: SciELO, PePSIC, BVS, CAPES, Google Acadêmico, além de sites governamentais, como o Fórum Brasileiro de Segurança Pública e o IPEA – Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada.

As palavras-chave aplicadas na busca foram: *amor e subjetividade, relações afetivas, ciúmes e violência, feminicídio, violência contra a mulher, psicologia do amor, ciúmes patológico, relações abusivas e vínculos emocionais*. Os critérios de exclusão envolveram textos duplicados, sem fundamentação científica ou desatualizados.

Com base nos critérios estabelecidos para selecionar e organizar as referências, foi possível desenvolver uma discussão crítica sobre os efeitos emocionais e sociais ligados à compreensão do amor, às suas dinâmicas e à presença do ciúme nas relações. A importância desta pesquisa está relacionada às altas taxas de violência envolvendo vínculos afetivos, nas quais o ciúme aparece como um dos principais fatores que motivam esses episódios. Segundo dados do DataSenado (2015), 21% das mulheres que sofreram agressões apontaram o ciúme como causa da violência. Além disso, o Instituto Patrícia Galvão (2017) identificou que, entre 364 denúncias de feminicídio, 240 foram cometidas por parceiros ou ex-parceiros, sendo que o inconformismo com a separação, o ciúme, a posse e o machismo foram os principais motivos por trás desses atos. Esses elementos demonstram a urgência de compreender como o ciúme, muitas vezes naturalizado como “cuidado” ou até mesmo visto como expressão positiva do amor, pode se tornar fator legitimador de práticas abusivas e violentas. Nesse sentido,

este estudo pretende contribuir para reflexões acadêmicas que promovam a construção de vínculos afetivos mais saudáveis, pautados na liberdade, no respeito e na igualdade.<sup>4</sup>

### 3 RESULTADOS

Ao longo deste trabalho, refletiu-se sobre a questão de pesquisa: “De que modo os ensinamentos sobre amor e apego podem influenciar na formação de uma pessoa e na maneira como ela se relaciona com os outros?”. A análise de 51 referências — incluindo 20 livros, 12 artigos científicos, 6 dissertações, 5 TCCs, 3 notícias, 4 documentos oficiais e 1 anais de congresso — evidenciou que o amor, compreendido em suas dimensões psicanalíticas, culturais e históricas, constitui elemento fundamental na construção da subjetividade.

Para avaliar a qualidade metodológica da revisão narrativa deste trabalho, utilizou-se a Escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles). A escala é composta por seis itens, avaliados de 0 a 2 pontos, totalizando até 12 pontos, onde índices mais altos indicam melhor qualidade da revisão. Na avaliação realizada, os itens da Escala SANRA apresentaram os seguintes resultados: (1) importância do tema: 2 pontos; (2) objetivos claros: 2 pontos; (3) descrição da busca da literatura: 1 ponto; (4) qualidade das referências: 1 ponto; (5) fundamentação científica: 2 pontos; e (6) apresentação de dados relevantes: 2 pontos. (BAETHGE; GOLDBECK-WOOD; MERTENS, 2019).

Os resultados indicam que a ausência de compreensão dos próprios sentimentos compromete a formação de vínculos saudáveis, favorecendo relações marcadas por dependência, insegurança e controle (WINNICOTT, 1988; LOWEN, 1982; HOFFMEISTER, 2019). Além disso, experiências de negligência na infância repercutem na vida adulta, dificultando a autonomia emocional e a construção de laços verdadeiros (STAUFFER, 2021; BECKER; CREPALDI, 2019).

No que se refere ao ciúme, observou-se que, quando exacerbado, ele se transforma em mecanismo de controle e dominação, restringindo a liberdade do parceiro e fragilizando a relação (ROUDINESCO, 2003; ALMEIDA; LOURENÇO, 2011). A literatura aponta que o ciúme patológico está frequentemente relacionado a conteúdos inconscientes, derivados de vivências precoces de abandono e insegurança (FREUD, 2011; LIMA, 2023). Além disso, fatores culturais e de gênero contribuem para naturalizar

---

<sup>4</sup> Sobre a concepção teológica do “ciúme divino”, ver, por exemplo, **Êxodo 20:5** e **Deuteronômio 4:24**, onde Deus é descrito como “zeloso” em relação ao seu povo. Essa ideia é interpretada por teólogos como uma metáfora do amor exclusivo e protetor de Deus, que visa preservar a fidelidade e o bem-estar da comunidade de fé (cf. GONZÁLEZ, Justo L. *História Ilustrada do Cristianismo*. São Paulo: Vida Nova, 2007)

desigualdades, reforçando a vulnerabilidade da mulher diante de violências emocionais e físicas (GUIMARÃES; ZANELLO, 2023).

Em relação ao terceiro objetivo, os dados analisados mostram que o feminicídio é o estágio mais extremo de um processo de violência que costuma começar com o controle, ciúmes excessivos e a restrição da liberdade da mulher (SAFFIOTI, 2004; SANTOS, 2019). Muitas dessas atitudes são, de forma equivocada, vistas como sinais de amor, mas na verdade representam formas de violência de gênero. Os estudos também revelam que a maior parte dos feminicídios é cometida por parceiros íntimos (GUEDES; NASCIMENTO, 2017), o que evidencia a ligação com as estruturas sociais que mantêm a desigualdade entre homens e mulheres (CAMPOS; CARVALHO, 2021; SOUZA; MEDEIROS, 2020).

Dessa forma, os resultados confirmam que os ensinamentos sobre amor e apego desempenham papel decisivo na constituição subjetiva e na maneira como os indivíduos vivenciam suas relações. Quando sentimentos não são elaborados, padrões de insegurança e controle tendem a ser reproduzidos, intensificando riscos de comportamentos abusivos. O ciúme, em sua forma patológica, emerge como fator de risco para a violência, enquanto o feminicídio evidencia a urgência de desconstruir concepções distorcidas de amor. Nesse sentido, políticas públicas, práticas educativas voltadas para a igualdade de gênero e a valorização de vínculos baseados em respeito, liberdade e reciprocidade configuram-se como estratégias indispensáveis para o enfrentamento da violência nas relações afetivas.

#### **4 DISCUSSÃO**

O amor pode ser compreendido e experienciado de acordo com a cultura e a sociedade de cada época. Bauman (2004) discute essa noção ao desenvolver o conceito de “amor líquido”, no qual as relações afetivas contemporâneas são caracterizadas pela fragilidade dos laços e pelo medo do comprometimento. Nesse cenário, observa-se o enfraquecimento dos vínculos e uma intensificação da insegurança emocional nas relações.

Os laços afetivos estão profundamente enraizados no ambiente familiar e nas relações sociais. Assim, não é possível desvincular a afetividade da subjetividade, já que, por meio da afetividade, o sujeito constrói significados sobre os outros e sobre si mesmo no mundo. Winnicott (1988) ressalta que “a qualidade do vínculo estabelecido na infância entre a criança e sua figura de apego é fundamental para a formação da estrutura emocional que influenciará suas futuras relações interpessoais” (p. 75).



Os primeiros vínculos estabelecidos podem tanto favorecer quanto prejudicar a capacidade do sujeito de desenvolver relações saudáveis. Uma infância marcada por acolhimento e respeito tende a ampliar as possibilidades de construção de laços seguros. Em contrapartida, uma infância permeada por negligência pode gerar insegurança e idealizações excessivas nos vínculos afetivos, resultando em padrões relacionais de constante busca por aprovação. Stauffer (2021, p. 45) destaca que “o impacto da negligência emocional leva a déficits no desenvolvimento e no ajustamento psicológico”, dificultando a constituição de relações saudáveis na vida adulta.

Nessa mesma direção, Becker e Crepaldi (2019), ao revisarem a literatura sobre apego, apontam que as experiências vividas na infância refletem-se de maneira significativa nas relações conjugais e parentais posteriores. Segundo os autores, indivíduos que experimentaram vínculos seguros tendem a reproduzir padrões de confiança e estabilidade em seus relacionamentos adultos, enquanto aqueles que vivenciaram experiências de abandono ou rejeição podem apresentar maior dificuldade em estabelecer laços sólidos.

Do mesmo modo, Schmidt et al. (2020), ao investigarem a associação entre traumas na infância e representações de apego parental na vida adulta, identificaram que a ocorrência de experiências adversas na infância compromete a percepção do indivíduo acerca de suas figuras de apego, gerando padrões relacionais marcados pela insegurança. Esses achados reforçam a ideia de que as vivências precoces não apenas estruturam a forma como o sujeito percebe suas relações, mas também influenciam sua capacidade de confiar e se vincular de maneira saudável ao longo da vida.

Essa dificuldade em estabelecer vínculos profundos relaciona-se à idealização de que o outro possa suprir carências emocionais, o que impede a vivência de relações autênticas. Jung (1971) contribui ao enfatizar a relevância do reconhecimento e da integração das próprias partes psíquicas para que o sujeito não projete suas carências no parceiro, já que, quando isso ocorre, os conflitos tendem a emergir.

Na contemporaneidade, Giddens (1993) observa que o amor romântico vem sendo substituído pelo chamado “amor confluyente”, marcado pela negociação mútua de interesses e pela preservação da individualidade. Nesse modelo, o sujeito desenvolve competências emocionais, valoriza o diálogo e aprende a estabelecer limites de forma saudável. Estudos recentes (Lisboa; Scotti; Silva, 2023) reforçam que, na atualidade, pensar o amor pela via psicanalítica implica considerar as transformações sociais e a forma como elas atravessam a subjetividade.

Ao abordar o amor, é fundamental compreender a relação entre o “eu” e o

“outro”. A construção de uma ponte entre ambos exige autoconhecimento, de modo que o vínculo não se fragilize. A consciência sobre limites, vontades e necessidades próprias constitui um passo essencial para a consolidação de relações maduras.

No entanto, como destacam Ribeiro e Souza (2023), a idealização do amor romântico pode gerar expectativas irreais sobre o parceiro, provocando dependência emocional e dificuldades em lidar com conflitos. A percepção distorcida do “outro” como solucionador de carências pessoais compromete a autenticidade do vínculo e fragiliza a relação.

Além disso, Igrejas (2020), ao analisar o declínio do amor romântico, enfatiza que a experiência contemporânea das relações afetivas frequentemente distingue amor e paixão, mostrando que a frustração de expectativas idealizadas pode levar ao enfraquecimento dos vínculos e à instabilidade emocional. Esse cenário evidencia a necessidade de reconhecer as próprias demandas afetivas e as do parceiro para construir relações equilibradas.

De maneira crítica, Campagnaro, Semensato e Vieira (2013), a partir da perspectiva de Sartre, apontam que o amor romântico idealizado muitas vezes se torna um projeto irrealizável, levando a sentimento de frustração e até hostilidade. O amor só se torna genuíno quando o sujeito consegue integrar suas próprias necessidades e limitações, evitando a projeção de expectativas excessivas no outro.

Por fim, Toledo (2013) reforça que a concepção contemporânea do amor romântico é fortemente influenciada por padrões culturais e históricos, evidenciando que a compreensão das dinâmicas entre “eu” e “outro” exige uma reflexão crítica sobre os ideais internalizados. Reconhecer a influência desses padrões permite ao indivíduo negociar sua identidade afetiva sem perder de vista a singularidade do parceiro, promovendo vínculos mais saudáveis e autênticos.

A educação emocional surge, nesse contexto, como elemento indispensável para que o sujeito compreenda e diferencie suas emoções, adquirindo recursos para o manejo saudável dos relacionamentos. Apesar de ainda vigorar a crença de que homens não devem expressar fragilidade, acolher os próprios sentimentos possibilita o desenvolvimento da inteligência emocional e o fortalecimento dos vínculos. Hutz e Zanini (2014, p. 21) afirmam que “o autoconhecimento é um importante componente na formação da identidade e na maneira como os indivíduos estabelecem vínculos afetivos, influenciando comportamentos, escolhas e relações interpessoais”.

A escuta ativa, nesse sentido, desempenha papel essencial na qualidade das relações. Rogers e Farson (1987) ressaltam que esse recurso “é uma maneira importante de provocar mudanças nas pessoas”, uma vez que promove

amadurecimento emocional, abertura à experiência e redução de atitudes defensivas e autoritárias. Esse processo cria um ambiente emocional seguro, no qual os vínculos se fundamentam na reciprocidade e não na idealização.

A psicanálise também contribui com diferentes perspectivas sobre o amor. Del Nero e Costa (2019), ao analisarem Clarice Lispector, demonstram como os enlaces amorosos atravessam a literatura e revelam dimensões inconscientes do desejo. Ferrari e Mendes (2019), por sua vez, refletem sobre o amor na neurose e na psicose, sublinhando que sujeitos psicóticos também são capazes de amar, o que desafia concepções reducionistas do afeto. Já Castelo Branco (2014) discute as falhas do amor na melancolia, apontando como a perda do objeto e a impossibilidade de simbolizá-lo impactam a subjetividade.

Nesse sentido, a experiência amorosa, longe de ser apenas um sentimento espontâneo, envolve escolhas, compromissos e um constante trabalho psíquico. Hooks (2000) argumenta que o amor é um ato de vontade e disciplina, exigindo esforço e crescimento mútuo. Outros estudos, como o de Prado (2016), apontam que o amor, na psicanálise, pode ser compreendido como um nó que se transforma em laço, um processo dinâmico que articula desejo, falta e alteridade.

Portanto, compreender o amor a partir da psicanálise e da contemporaneidade permite observar que ele não se limita à dimensão romântica, mas constitui um campo complexo de constituição subjetiva e social. A escuta ativa, o autoconhecimento e a educação emocional tornam-se práticas indispensáveis para transformar vínculos, superando padrões de sofrimento e possibilitando relações baseadas em liberdade, respeito e reciprocidade.

Segundo Amaral e Quintella (2019), o amor na contemporaneidade pode ser compreendido como um espaço de reinvenção, em que os sujeitos são convocados a sustentar seus laços a partir da diferença e da abertura ao outro. Os autores, dialogando com Lacan e Badiou, afirmam que “amar é reinventar a vida” (p. 17), evidenciando que o encontro amoroso exige criação e deslocamento subjetivo constante.

Guimarães (2022), ao refletir sobre os amores contemporâneos sob a ótica da psicanálise, ressalta que as transformações socioculturais impactam diretamente a forma como os sujeitos se relacionam, sendo necessário reconhecer que o amor, embora marcado por idealizações, é atravessado por tensões e ambivalências próprias do laço social atual.

Nesse sentido, Murano (2002) argumenta que a psicanálise permite compreender o amor como um fenômeno que ultrapassa a dimensão individual, pois

revela a articulação entre desejo, gozo e alteridade na contemporaneidade. Para a autora, pensar o amor hoje é pensar também nas modalidades de laço que emergem em um contexto marcado pela fluidez e pela fragmentação.

Oltramari (2012), em sua revisão de literatura, complementa essa perspectiva ao destacar que as concepções de amor e conjugalidade se transformaram ao longo do tempo, de modo que compreender o fenômeno implica analisar as condições sociais que modulam os vínculos afetivos. Assim, o amor não pode ser reduzido a uma experiência privada, mas deve ser pensado também em seu caráter histórico e coletivo. Dessa forma, os aportes psicanalíticos possibilitam compreender o amor contemporâneo como uma construção que se dá na tensão entre subjetividade e cultura, entre o desejo singular e as exigências do laço social.

A construção do sujeito é atravessada por múltiplas experiências culturais, sociais e afetivas, sendo o amor um elemento estruturante essencial para a formação da personalidade e para a maneira como o indivíduo se relaciona consigo mesmo e com os outros. Segundo Winnicott (2000, p. 87), “o amor e o cuidado constantes proporcionam à criança um ambiente suficientemente bom, no qual ela pode desenvolver um self verdadeiro e relações saudáveis”.

Freud (2011, p. 158) ressalta que “o ciúme se apresenta como uma defesa contra impulsos inconscientes, podendo, quando exacerbado, converter-se em violência ou controle sobre o objeto amoroso”. Complementando esta perspectiva, Bauman (2004, p. 12) observa que “os laços humanos, cada vez mais frágeis e líquidos, tendem a se dissolver facilmente, gerando inseguranças que alimentam comportamentos possessivos e de controle”.

A constituição do sujeito, conforme aponta Maheirie (2002), não é um processo linear, mas uma construção marcada por atravessamentos históricos, culturais e relacionais que moldam a subjetividade. A autora destaca que “a identidade do sujeito é resultado das interações mediadas social e historicamente, e não de uma essência individual pré-existente” (MAHEIRIE, 2002, p. 78). Esse entendimento reforça a importância de pensar o amor como uma experiência que se dá em contextos intersubjetivos, nos quais o reconhecimento e a validação do outro são centrais.

Bruder (2007), por sua vez, ao discutir a psicanálise lacaniana, enfatiza que o sujeito se constitui pela linguagem e pela inserção no campo do Outro. Segundo a autora, “é no discurso e na relação com o desejo do Outro que o sujeito se forma e se reconhece como tal” (BRUDER, 2007, p. 370). Isso significa que o amor, enquanto experiência de desejo e reconhecimento, também participa da constituição

subjetiva, podendo favorecer tanto processos de autonomia quanto de aprisionamento nas relações afetivas.

Compreender os próprios sentimentos impacta diretamente as relações afetivas. Conforme o sujeito age diante dessas experiências, os vínculos previamente estabelecidos podem se transformar em relações baseadas na insegurança, no ciúme e no controle do outro. Nos primeiros anos de vida, o cuidado é essencial não apenas para a sobrevivência, mas também para a construção da segurança emocional e da capacidade de lidar com sentimentos complexos. Winnicott (2000) enfatiza que o amor é uma experiência fundante da existência humana, pois é através dele que o bebê se sente reconhecido e integrado ao ambiente.

Silva (s/d) contribui para esse debate ao afirmar que a subjetividade é sempre um processo em movimento, resultante da relação entre dimensões internas e externas. O autor observa que “a subjetividade não se encerra no indivíduo, mas é produzida nas práticas sociais e nas trocas simbólicas que atravessam a vida cotidiana” (SILVA, s/d, p. 4). Assim, falhas no cuidado inicial ou experiências de não reconhecimento podem reverberar ao longo do desenvolvimento, comprometendo a capacidade do sujeito de estabelecer vínculos saudáveis.

Quando há falhas nesse processo, o indivíduo pode desenvolver dificuldades em identificar seus próprios sentimentos ou compreender o que esperar do outro. Na vida adulta, essa lacuna emocional pode se manifestar em dependência afetiva, dificuldade de estabelecer limites e inseguranças. Lowen (1982) argumenta que o amor maduro pressupõe autonomia e autoresponsabilidade, uma consciência clara sobre os próprios atos e emoções, sendo essa consciência crucial para evitar projeções de expectativas e frustrações sobre o outro.

Nesse sentido, compreender a constituição do sujeito a partir de diferentes perspectivas — seja pela psicanálise lacaniana, pela psicologia histórico-cultural ou pelos estudos da subjetividade — permite reconhecer que o amor é atravessado por dimensões sociais e psíquicas. O modo como cada sujeito se posiciona diante do outro depende, em grande parte, das experiências iniciais de cuidado e reconhecimento, mas também da forma como se insere nas redes simbólicas e culturais que lhe conferem identidade.

A experiência do amor pode ser distorcida por comportamentos de dominação e controle, que se configuram como violência simbólica nas relações afetivas. Tavares (2011) define essa violência como reforço de padrões culturais que legitimam a supremacia masculina e o controle sobre a parceira. A combinação de

discursos de poder, fragilidade emocional e falta de elaboração psíquica cria um ambiente propício para que a experiência amorosa se torne fonte de sofrimento, opressão e, em casos extremos, violência letal, como evidenciado pelo aumento de feminicídios no Brasil (IPEA, 2023).

O amor atravessa o indivíduo de maneira subjetiva, influenciando desde a constituição psíquica até as experiências da vida adulta. Não se trata apenas de uma emoção passageira ou de um ideal romântico; o amor é um projeto afetivo que orienta a identidade do sujeito, suas formas de se relacionar e a percepção sobre o outro. A experiência de reconhecimento, cuidado e segurança emocional sólida é fundamental para que o sujeito consiga amar e ser amado de maneira equilibrada. Segundo Benjamin (1996, p. 25), “o ser reconhecido pelo outro é condição para estabelecer uma relação amorosa que não esteja marcada pela submissão ou pela destruição mútua”.

Construir relações afetivas é também lidar com intercorrências que podem distorcer o afeto e o amor, transformando-os em territórios desequilibrados, marcados por dor, possessividade ou busca constante por validação. Bell Hooks (2000, p. 190) enfatiza que “o amor genuíno é aquele que nos permite crescer e transformar, não aquele que busca nos controlar ou nos restringir”, destacando a necessidade de repensar o amor como um espaço de crescimento mútuo, liberdade, respeito e escuta.

Além disso, estudos recentes reforçam essas perspectivas. Hoffmeister (2019) demonstra que, em diferentes fases do desenvolvimento, o amor se expressa de maneiras distintas, mas mantém sua função de promover cuidado, reconhecimento e confiança nas relações afetivas. Outro estudo analisando o impacto das relações afetivas na vida adulta evidencia que experiências de amor saudável estão correlacionadas com maior estabilidade emocional, resiliência e capacidade de estabelecer vínculos saudáveis (Lima, 2011).

Dessa forma, compreender o amor e seus impactos nas relações afetivas exige considerar tanto as dimensões individuais e subjetivas quanto os contextos sociais e culturais nos quais o sujeito está inserido. A consolidação de vínculos afetivos saudáveis depende da integração dessas dimensões, do reconhecimento do outro e do desenvolvimento de autoconhecimento e responsabilidade emocional.

Em uma relação amorosa, o ciúme é uma das emoções mais complexas que podem surgir, geralmente associado ao ato de cuidar e ao sentimento de paixão. Freud (1992/2011) ressalta que o ciúme está vinculado ao medo da perda do objeto amado, revelando, em muitos casos, inseguranças profundas do sujeito.

Roudinesco (2003) argumenta que o amor saudável pressupõe o reconhecimento do outro como sujeito de desejo e liberdade. Nesse contexto, o ciúme se torna uma tentativa de negar a autonomia do outro, transformando a relação em um espaço de poder e posse. Assim, o amor deixa de ser o centro da relação, cedendo lugar ao controle e à dominação, configurando vínculos marcados por desconfiança e violência simbólica.

O ciúme patológico está diretamente associado a comportamentos controladores e à violência psicológica. Godoy e Paiva (2010) afirmam que o ciúme excessivo, caracterizado pela desconfiança constante sobre infidelidade ou abandono, pode ser precursor de ações agressivas, justificadas por narrativas de amor, mas que, na realidade, representam formas de dominação e opressão. Embora exista a ilusão de que esse tipo de ciúme protege a relação, ele fragiliza os vínculos, ameaçando a integridade física e emocional dos envolvidos.

Almeida e Lourenço (2011) destacam que o ciúme romântico *“exacerbado tende a transformar a relação em um espaço de vigilância e controle, reduzindo a intimidade e o respeito mútuo”* (p. 22). Os autores reforçam que ele surge muitas vezes como tentativa de reafirmação do vínculo, mas, paradoxalmente, provoca distanciamento emocional.

Frequentemente, o ciúme tem raízes em experiências de abandono, ausência de validação ou negligência durante a infância. Seo (2005) explica que fatores desencadeantes de ciúme patológico incluem rejeições prévias, insegurança afetiva e internalização de crenças distorcidas sobre exclusividade, que potencializam comportamentos de fiscalização e suspeita. Tais experiências impactam a forma como o sujeito se projeta nos relacionamentos, criando vulnerabilidades emocionais que se expressam em desconfiança, comparações e vigilância constante.

Quando excessivo, o ciúme projeta-se fora da realidade, convertendo percepções infundadas de perigo em acusações e imposições de regras que limitam a liberdade do outro. A relação passa a ser nutrida pelo desejo de dominar, medo da perda e insegurança constante. Silva (2019, p. 56) observa que *“o ciúme excessivo reflete inseguranças internas que levam à necessidade de reafirmação contínua, o que pode sufocar a relação e impedir o desenvolvimento de confiança mútua”*.

Lima (2023) acrescenta que, na perspectiva psicanalítica, o ciúme patológico funciona como uma projeção de conteúdos inconscientes reprimidos, evidenciando fragilidade do ego frente ao medo de abandono. O ciúme, segundo a autora, não é apenas um reflexo da relação atual, mas também uma repetição de experiências emocionais não elaboradas do passado.

Guimarães e Zanello (2023) enfatizam que a vivência do ciúme é atravessada por gênero e cultura, com diferenças significativas entre homens e mulheres. Enquanto o discurso masculino muitas vezes legitima o ciúme como expressão de poder ou proteção do relacionamento, o feminino tende a ser interpretado como fragilidade ou insegurança emocional. Essa distinção impacta não apenas a expressão do ciúme, mas também a percepção de controle e submissão nas relações.

Carvalho et al. (2022) destacam que traços de personalidade, como neuroticismo elevado, baixa autoestima e instabilidade emocional, estão fortemente associados ao desenvolvimento de ciúme patológico. Os autores ressaltam que esses fatores não apenas predisõem ao ciúme, mas também intensificam comportamentos de controle, fiscalização e vigilância, tornando a relação mais vulnerável a conflitos e violência simbólica.

Para que uma relação afetiva seja saudável, é essencial que os indivíduos reconheçam e respeitem suas autonomias emocionais. Enfrentar o ciúme é um trabalho psíquico que amplia a consciência de si, permitindo superar comportamentos enraizados que confundem a vontade de amar com o desejo de controlar. Costa e Almeida (2018, p. 134) destacam que *“o ciúme patológico está associado a comportamentos abusivos e controladores, que ferem a autonomia e dignidade do parceiro, marcando o começo de uma escalada de violência”*.

O ciúme, em sua forma patológica, torna-se prejudicial quando persistente, excessivo e expresso de maneira controladora, podendo justificar invasão de privacidade, chantagem emocional e atos de desumanização, comprometendo a estabilidade da relação. Mallmann (2015) diferencia ciúme normal de patológico, evidenciando como vulnerabilidades emocionais podem emergir em comportamentos de controle, enquanto Radde (2022) reforça que intervenções biopsicossociais são essenciais para prevenção de violência e manutenção de vínculos saudáveis.

Saffioti (2004) aponta que o crime de feminicídio se encontra no topo de uma escala de agressões psicológicas, físicas e verbais, cujo ponto de partida está em comportamentos controladores, na restrição de liberdade e no ciúme excessivo dirigido às mulheres. Esses elementos, aparentemente banais no início, podem se intensificar, culminando em práticas letais.

O amor saudável, ao contrário, não aprisiona: respeita os limites e desejos do outro, priorizando o bem-estar mútuo. Quando o desejo de controle se mistura à intimidade, esta deixa de ser afetiva e transforma-se em algo perigoso. Essa dinâmica é essencial para compreender o processo da violência contra a mulher.



Compreender tal processo permite visibilizar os riscos e, ao mesmo tempo, promover relações mais justas e equilibradas. Como afirma Nobre (2016), “relações afetivas sadias se baseiam no respeito mútuo e na autonomia, enquanto o controle excessivo e a possessividade são sinais claros de desequilíbrio e potencial violência” (p. 47).

A violência contra a mulher e o feminicídio não são fenômenos isolados ou incomuns; pelo contrário, representam eventos recorrentes que reiteram a desigualdade de gênero. O fato de as mulheres serem vítimas de crimes brutais simplesmente por serem mulheres evidencia uma profunda lacuna na garantia de direitos básicos, como o direito à vida e à dignidade. Não se pode atribuir a responsabilidade apenas ao agressor: a sociedade e as políticas públicas também têm parcela significativa de corresponsabilidade. A normalização da desumanização feminina, expressa em pequenas ações de culpabilização da vítima, aliada à ineficiência ou omissão de políticas públicas, perpetua a violência estrutural. Nesse sentido, Souza e Medeiros (2020) destacam que *“a perpetuação da violência contra a mulher está profundamente enraizada em estruturas sociais que toleram e invisibilizam essa violência, e a ausência de políticas públicas eficazes contribui para a continuidade desse ciclo”* (p. 89).

Bittencourth, Silva e Abreu (2018), em estudo sobre o feminicídio no Brasil, ressaltam que a tipificação legal do feminicídio representa um avanço, mas que a efetividade dessa lei depende da conscientização social e da implementação de políticas públicas que confrontem a violência de gênero. As autoras enfatizam que *“a cultura de matar mulheres não se restringe aos atos de agressão isolados; ela está imbricada em padrões culturais, sociais e institucionais que naturalizam a violência contra a mulher”* (p. 12).

Santos (2019) complementa essa perspectiva ao analisar a relação entre feminicídio e ciúme patológico em relacionamentos tóxicos, destacando que *“o feminicídio muitas vezes emerge de dinâmicas de posse e controle exacerbadas, em que o ciúme patológico é interpretado erroneamente como prova de amor, mas na realidade sinaliza a escalada da violência”* (p. 278). O estudo evidencia que comportamentos abusivos e obsessivos, quando ignorados ou minimizados, podem culminar em tragédias, reforçando a necessidade de políticas de prevenção e de intervenções terapêuticas que identifiquem sinais precoces de risco.

Dessa forma, compreender o feminicídio exige analisar não apenas o ato isolado do agressor, mas o contexto social, cultural e psicológico que sustenta a violência, considerando as interações entre fatores individuais, relacionais e

institucionais. O enfrentamento desse problema demanda, portanto, ações integradas que combinem educação, legislação eficaz, conscientização social e apoio às vítimas.

Diversos estudos apontam que, em grande parte dos casos, os autores de feminicídio são parceiros íntimos das vítimas — namorados, maridos ou ex-companheiros — que não aceitam o fim da relação (GUEDES; NASCIMENTO, 2017). Essa proximidade torna a violência ainda mais complexa, pois o vínculo que deveria ser de proteção e cuidado se converte em ameaça e opressão. Como observa o artigo publicado na *Revista Estudos Feministas*, a violência de gênero está inserida em uma lógica histórica e estrutural, que articula a dominação masculina com a naturalização da subordinação feminina, sendo o feminicídio o desfecho extremo dessa relação de poder (CAMPOS; CARVALHO, 2021).

A forma como a mídia e o discurso público abordam o feminicídio também contribui para reforçar estereótipos de gênero. Muitas vezes, crimes dessa natureza são noticiados como “crimes passionais”, romantizando a violência e reforçando a ideia de que o amor masculino seria tão intenso que o agressor não poderia viver sem a companheira. Esse tipo de narrativa retira o foco da responsabilidade do autor e desloca o problema para um viés emocional que mascara as raízes sociais da violência. Como afirmam Couto e Silva (2019), “a narrativa midiática que naturaliza a violência contra a mulher, ao classificá-la como ‘crime passionai’, contribui para a perpetuação do machismo e desresponsabiliza o agressor, reforçando estereótipos que dificultam o enfrentamento da violência de gênero” (p. 112).

É necessária, portanto, uma mudança radical na forma como o amor é ensinado e reproduzido socialmente, de modo que masculinidade e feminilidade possam ser vivenciadas de forma mais igualitária e não como instrumentos de opressão. O artigo de Fonseca (2018), publicado na *Revista Eletrônica de Direito e Sociedade*, evidencia que o combate ao feminicídio exige uma articulação entre educação, fortalecimento das políticas públicas e responsabilização social, desconstruindo a ideia de amor possessivo e violento como uma demonstração legítima de afeto.

No campo psicológico, é fundamental compreender os impactos subjetivos da violência doméstica na vida das mulheres. Convivendo sob ameaças, coerções, agressões e manipulações, muitas perdem a autoestima, desenvolvem medo e sentimento de culpa que as paralisam diante das agressões. A violência emocional, como alerta o estudo do Tribunal de Justiça de Sergipe (2019), tem efeitos devastadores sobre a saúde psíquica, podendo comprometer a autonomia e a

capacidade de reação das vítimas.

O amor, em meio a essas violências, torna-se um campo de batalha, oscilando entre gestos de carinho e humilhação. Romper com esse ciclo exige não apenas enfrentamento emocional, mas também suporte econômico, social e institucional. Assim, a luta contra o feminicídio deve se pautar na educação para relações igualitárias, no acolhimento e proteção das mulheres e no fortalecimento de políticas públicas que garantam segurança e dignidade.

Por fim, a sociedade tem um papel fundamental ao desconstruir ideais de amor possessivo, de ciúme como prova de afeto e de masculinidade violenta como forma de reafirmação. A intenção deste estudo, além de discutir os sentidos do amor, é também demarcar o que não faz parte dele: dominação, violência e assassinato não são expressões de amor. Amar é reconhecer a liberdade, a reciprocidade e o direito de ser do outro.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo permitiu compreender o lugar do amor na constituição do ser e seu impacto na vida adulta, investigando de que forma os ensinamentos sobre amor e apego influenciam a subjetividade e a forma como os indivíduos estabelecem relações. Foi possível concluir que o amor, longe de ser apenas uma experiência romântica ou idealizada, constitui-se como elemento essencial para o desenvolvimento psíquico e para a maneira como o sujeito se relaciona com o outro e consigo mesmo. O estudo mostrou que a qualidade dos vínculos nas primeiras relações interfere diretamente na capacidade de construir laços afetivos seguros e saudáveis, reforçando a importância do cuidado, da escuta e da compreensão emocional desde a infância. Além disso, identificou-se que a dificuldade de elaborar os próprios sentimentos compromete a vivência amorosa, gerando insegurança, dependência, controle e, em casos extremos, violência emocional, psicológica e física, incluindo o feminicídio.

Os resultados evidenciaram que o ciúme, quando não compreendido e trabalhado, atua como fator de risco, podendo naturalizar comportamentos abusivos e justificar práticas de dominação dentro das relações afetivas. Dessa forma, o estudo mostrou que o feminicídio não ocorre isoladamente, mas emerge de processos graduais de violência, reforçados por concepções distorcidas de amor e posse. O trabalho também identificou lacunas importantes, como a necessidade de compreender mais profundamente os mecanismos psicológicos que conectam

vínculos afetivos na infância a comportamentos abusivos na vida adulta, bem como os impactos culturais e sociais que legitimam tais dinâmicas.

Por fim, deve considerar que a pesquisa não esgota o tema. Estudos futuros precisam aprofundar a relação entre amor, subjetividade e violência, explorando abordagens interdisciplinares e metodologias diversas que ampliem a compreensão teórica e prática do fenômeno. A produção de novos conhecimentos contribuirá para a formulação de políticas públicas mais efetivas, programas de educação emocional e estratégias de prevenção da violência, promovendo vínculos afetivos saudáveis e relações pautadas no respeito, na liberdade e na igualdade de gênero.

## 6 REFERENCIAS

ALMEIDA, Maria Clara Gonçalves de. Violência em relacionamentos amorosos: uma revisão narrativa. 2019. 53 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/26613/3/Viol%C3%A4nciaRelacionamentosAmorosos.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

ANA CRISTINA CAMPOS – REPÓRTER DA AGÊNCIA BRASIL. Cada 17 horas, ao menos uma mulher foi vítima de feminicídio em 2024. Rio de Janeiro, 13 mar. 2025. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitos-humanos/noticia/2025-03/cada-17-horas-ao-menos-uma-mulher-foi-vitima-de-feminicidio-em-2024>. Acesso em: 27 maio 2025, 15:03.

BAETHGE, C.; GOLDBECK-WOOD, S.; MERTENS, S. SANRA—A scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, 2019. DOI: 10.1186/s41073-019-0064-8.

BAUMAN, Zygmunt. Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

BENJAMIN, Jessica. Laços de amor: o paradoxo da submissão. Rio de Janeiro: Rocco, 1996.

BIRMAN, Joel. O sujeito na contemporaneidade: espaço, dor e desalento. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

BORGES, Lucas Nunes. Masculinidade e feminicídio: uma leitura crítica. 2021. 102 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/33035/4/MasculinidadeFeminic%C3%ADioLeitura.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

BOWLBY, John. Apego: a natureza do vínculo. São Paulo: Martins Fontes, 1982.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Diário Oficial [da] União, Brasília, 5 out. 1988. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm). Acesso em: 5

abr. 2012.

COSTA, Mariana; ALMEIDA, Rafael. Ciúme e violência nas relações afetivas: uma análise psicológica. Rio de Janeiro: Editora Psi, 2018.

COUTO, Mariana; SILVA, Patrícia. Representações midiáticas e violência de gênero: um estudo sobre o discurso do crime passionai. Revista Estudos Feministas, v. 27, n. 1, p. 105-120, 2019.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. Mal-estar, sofrimento e sintoma: uma psicopatologia do Brasil entre muros. São Paulo: Boitempo, 2015.

FELICIANO, Patrícia Mendes. Jogos de poder e metamorfoses do amor: uma perspectiva psicanalítica. 2017. 110 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/21423/1/JogosPoderMetamorfoses.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

FERREIRA, Juliana Gonçalves. Violência contra a mulher: uma abordagem multidisciplinar. 2018. 70 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/22258/1/Viol%C3%AanciaContraMulher.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

FERREIRA, Rodrigo Ramires; COUTO, Giovana Eurico do; GOMES, Júlia; MEDINA, Maria Eduarda; FERNANDA, Dálida. Dependência emocional em relacionamentos. Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais, v. 5, n. 2, e066, jul./dez. 2024. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/386327496\\_Dependencia\\_emocional\\_em\\_relacionamentos](https://www.researchgate.net/publication/386327496_Dependencia_emocional_em_relacionamentos). Acesso em: 3 jun. 2025.

FONSECA, Roberta de; et al. Violência contra a mulher: análise do perfil de atendimentos em serviços especializados. Saúde e Sociedade, São Paulo, v. 31, n. 1, e220027, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/8cXqsYThdjHpPZm3PBtWCQC/>. Acesso em: 23 maio 2025.

FREIRE, Paulo. Educação como prática da liberdade. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2011.

FREITAS, Mariana Lima de; et al. Violência contra a mulher: aspectos históricos e culturais. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Londrina, v. 10, n. 3, p. 348-366, 2019. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822019000300003](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822019000300003). Acesso em: 23 maio 2025.

FREUD, Sigmund. Sobre alguns mecanismos neuróticos no ciúme, na paranóia e na homossexualidade. In: FREUD, S. Obras completas. Vol. XIV. São Paulo: Companhia das Letras, 2011. (Trabalho original publicado em 1922).

GIDDENS, Anthony. A transformação da intimidade: sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas. São Paulo: UNESP, 1993.

GODOY, Adriana de; PAIVA, Valéria. Ciúmes nas relações afetivas: entre o amor e a possessividade. *Revista Psicologia em Estudo*, v. 15, n. 1, p. 31-39, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722010000100005>.

GODOY, Angela; PAIVA, Cíntia Cristina de. Violência nas relações conjugais: a banalização do ciúme e o silenciamento das mulheres. *Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 22, n. 1, p. 45-54, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/q8ZxJjD5g7vR4M98rMcpLZp/>. Acesso em: 21 maio 2025.

GUEDES, Ana Claudia; NASCIMENTO, Maria José de Oliveira. Violência doméstica e feminicídio: análise dos contextos e fatores de risco. *Revista Brasileira de Segurança Pública*, v. 11, n. 2, p. 55-70, 2017.

HOOKS, bell. *All about love: new visions*. New York: Harper Perennial, 2000.

HUTZ, Cláudia Simon; ZANINI, Daniela Silva. Do autoconhecimento ao autoconceito: revisão sobre construtos e instrumentos para crianças e adolescentes. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 18, n. 1, p. 21-28, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/XQrsmHHnN7g7SSkYGpcPjgb/>. Acesso em: 3 jun. 2025.

INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA (IPEA). Atlas da violência 2023. Brasília: IPEA; Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2023. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/atlasviolencia/>. Acesso em: 21 maio 2025.

JUNG, Carl Gustav. *A natureza da psique*. Petrópolis: Vozes, 1971.

LAGARDE Y DE LOS RÍOS, Marcela. *Feminismo e políticas de igualdade*. Brasília: Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres, 2005.

LOWEN, Alexander. *Amor e orgasmo*. São Paulo: Summus, 1982.

MENEZES, Larissa; et al. A violência contra mulheres e meninas e os desafios para sua erradicação. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 12, p. 4683-4690, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/nB7rdSM5H69JtBRz7NkjG6N/>. Acesso em: 23 maio 2025.

MORAES, Aline Cristina de. *Narrativas de mulheres vítimas de violência doméstica: uma análise fenomenológica*. 2023. 112 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/41577/1/NarrativasMulheresV%C3%ADtimas.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

NOBRE, Paula. *Amor e controle: dinâmicas de poder em relacionamentos abusivos*. São Paulo: Editora Psicologia Contemporânea, 2016.

OLIVEIRA, Paula Cristina de. *Subnotificação de casos de violência doméstica contra a mulher: uma análise sociojurídica*. 2023. 120 f. Dissertação (Mestrado em Serviço Social) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/43088/2/SubnotificacaoCasosViolencia.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

ONU MULHERES. Violência contra as mulheres. Organização das Nações Unidas, 2023. Disponível em: <https://www.onumulheres.org.br/violencia-contras-mulheres/>. Acesso em: 21 maio 2025.

ONU – Organização das Nações Unidas. Declaração Universal dos Direitos Humanos, 10 de dezembro de 1948. Adotada e proclamada pela Resolução 217 A (III) da Assembleia Geral das Nações Unidas. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001394/139423por.pdf>. Acesso em: 6 dez. 2018.

PATERNOTTE, David; KUCHAR, Roman. Anti-gender campaigns in Europe: mobilizing against equality. London: Rowman & Littlefield, 2017.

PEIXOTO, Camila de Oliveira. Perfil de mulheres em situação de violência doméstica: uma análise estatística. 2022. 95 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Estatística) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/39279/1/PerfilMulheresSitua%C3%A7%C3%A3o.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

RODRIGUES, Camila Souza. Proteção constitucional contra a violência doméstica e familiar: desafios e perspectivas. 2023. 130 f. Dissertação (Mestrado em Direito) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/42133/1/Prote%C3%A7%C3%A3oConstitucionalContra.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

ROUDINESCO, Élisabeth. O amor na civilização ocidental. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.

ROUDINESCO, Élisabeth. Por que amar faz mal à saúde. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.

SAFFIOTI, Heleieth Iara Bongiovani. Gênero, patriarcado, violência. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2004.

SANTOS, Larissa Alves dos. Teoria feminista pós-moderna e o direito: uma análise interdisciplinar. 2022. 87 f. Dissertação (Mestrado em Direito) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/35010/1/TeoriaFeministaP%C3%B3s-moderna.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

SENADO FEDERAL. Senado acaba com autorização obrigatória do cônjuge para laqueadura, 10 ago. 2022. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/radio/1/noticia/2022/08/10/senado-acaba-com-autorizacao-obrigatoria-do-conjuge-para-laqueadura>. Acesso em: 17 maio 2025, 17:57.

SILVA, Fernanda. Inseguranças emocionais e seus impactos nas relações amorosas. São Paulo: Editora Psique, 2019.

SILVA, Renata Aparecida da. Violência doméstica contra a mulher: aspectos psicossociais e jurídicos. 2020. 89 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Serviço Social) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2020.

Disponível em:

<https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/39248/3/Viol%C3%AAnciaDom%C3%A9sticaContra.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

SILVA, Tatiane Alves da; et al. Violência contra a mulher e suas múltiplas faces: uma revisão integrativa. *Psicologia em Revista*, Belo Horizonte, v. 28, n. 1, e220008, 2022. Disponível em:

[https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702022000100008](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702022000100008). Acesso em: 23 maio 2025.

SISCONETO, Andrezza. Relações abusivas: um estudo sobre a violência simbólica. 2016. 80 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2016. Disponível em:

<https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/17194/1/Andrezza%20Sisconeto.pdf>. Acesso em: 23 maio 2025.

SOUZA, Ana Carolina; MEDEIROS, Luciana. Violência de gênero no Brasil: desafios para a efetivação dos direitos das mulheres. *Revista Direito & Sociedade*, v. 15, n. 28, p. 75-92, 2020.

TAUFFER, J. Quando o amor falta: o impacto da negligência emocional infantil na vida adulta. Lisboa: Universidade de Lisboa, 2021. Disponível em:

[https://repositorio.ulisboa.pt/bitstream/10400.5/97973/1/ulfpie058517\\_tm.pdf](https://repositorio.ulisboa.pt/bitstream/10400.5/97973/1/ulfpie058517_tm.pdf).

Acesso em: 3 jun. 2025.

TAVARES, Cristiane. Violência simbólica nas relações amorosas: o papel da cultura na legitimação do abuso. *Revista Estudos Feministas*, v. 19, n. 3, p. 759-772, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-026X2011000300012>.

TAVARES, Maria da Penha. Violência simbólica nas relações amorosas: os sentidos da agressividade cotidiana. São Paulo: Cortez, 2011.

TAVARES, Maria de Fátima P. Violência simbólica nas relações amorosas: um desafio para a igualdade de gênero. In: ANAIS DO SEMINÁRIO FAZENDO GÊNERO 10, Florianópolis, 2011. Disponível em:

<https://www.fazendogenero.ufsc.br/10/>. Acesso em: 21 maio 2025.

VISÍVEL e invisível: a vitimização de mulheres no Brasil. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2023. Disponível em:

<https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2023/03/visiveleinvisivel-2023-relatorio.pdf>. Acesso em: 21 maio 2025.

WINNICOTT, Donald W. O ambiente e os processos de maturação. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

WINNICOTT, Donald Woods. O brincar e a realidade. 4. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1988.

Nota: Este trabalho contou com o auxílio de ferramentas de inteligência artificial (ChatGPT, OpenAI) para revisão ortográfica e gramatical.





# ALÉM DA LESÃO: A IMPORTÂNCIA DO SUPORTE PSICOLÓGICO NA REABILITAÇÃO DE ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO

Camila Vilela Vasconcelos<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

---

**RESUMO:** O esporte de alto rendimento caracteriza-se por elevados níveis de exigência física, técnica e psicológica, o que torna os atletas mais vulneráveis a lesões que podem comprometer de forma significativa sua trajetória profissional. Tais intercorrências não limitam a aspectos fisiológicos, mas desencadeiam também implicações emocionais, psicológicas e sociais que impactam na saúde mental, o desempenho esportivo e no processo de reabilitação. Nesse contexto, este artigo tem como objetivo analisar os efeitos psicológicos associados às lesões em atletas de alto rendimento, destacando a relevância do suporte psicológico durante o processo de reabilitação e no retorno à atuação no esporte. A partir de uma abordagem teórico-reflexiva, fundamentada na literatura científica da psicologia do esporte, discute-se o papel de atuação do psicólogo esportivo como parte integrante de uma equipe multidisciplinar, bem como as estratégias de intervenção que podem favorecer a recuperação integral do atleta. O estudo visa, ainda, contribuir para a ampliação do olhar sobre a reabilitação esportiva, incorporando dimensões subjetivas fundamentais para o restabelecimento da qualidade de vida e da alta performance esportiva.

**PALAVRAS- CHAVE:** Atletas; Lesão; Alta Performance; Psicologia esportiva; Saúde mental; Revisão Narrativa.

**ABSTRACT:** High-performance sports are characterized by high levels of physical, technical, and psychological demands, which make athletes more vulnerable to injuries that can significantly compromise their professional careers. Such occurrences are not limited to physiological aspects, but also trigger emotional, psychological, and social implications that affect mental health, athletic performance, and the rehabilitation process. In this context, this article aims to analyze the psychological effects associated with injuries in high-performance athletes, highlighting the importance of psychological support during the rehabilitation process and in the return to sport. Based on a theoretical-reflective approach grounded in the scientific literature of sport psychology, the role of the sport psychologist as an integral member of a multidisciplinary team is discussed, as well as intervention strategies that may promote the athlete's full recovery. The study also aims to broaden the perspective on sports rehabilitation by incorporating subjective dimensions that are essential for restoring quality of life and achieving high athletic performance.

**KEYWORDS:** Athletes; Injury; High Performance; Sports Psychology;; Mental Health; Narrative Review.

---

---

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Contato: camilapsiesp@gmail.com

<sup>2</sup> Professora Orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. Contato: cleycianefaria@gmail.com

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela Universidade do Triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. Contato: albert.manoel@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

O esporte de alto rendimento está associado à busca contínua por resultados de alto nível por meio da exposição do corpo a níveis elevados de exigência física através de execuções motoras de alta complexidade tática e técnica. Tal fato traz como consequência fortes impactos e exaustão física, e isso faz com que atletas estejam propensos a lesões, fraturas, entorses e estiramentos musculares. Como consequência, essas lesões podem ocasionar afastamentos temporários ou definitivos de atletas dos seus trabalhos, acarretando implicações, não apenas físicas, mas psicológicas, sociais, financeiras, entre outras.

Diante desta visão, a reabilitação passa a ser analisada de um ponto muito mais amplo, o que antes era observado apenas pela visão dos biomédicos e fisioterapeutas, passa a ser estudado por vários outros campos da área da saúde. Essa mudança acontece, principalmente, em virtude do caráter político e econômico do esporte, que mantêm o foco no alto rendimento esportivo (Waddington, Loland, e Skirstad, 2006).

Ademais, pesquisas mais atuais mostram que níveis de transtorno de ansiedade e depressão em atletas de alto rendimento são compatíveis aos níveis da população em geral, mas devido as subjetividades do esporte de alto rendimento como as pressões internas e externas relacionadas a desempenho e resultado, além de cobrança por ser uma figura pública, os níveis desses transtornos podem se intensificar em ocorrência de lesões e no processo de reabilitação para a volta da prática esportiva (Smith; Milliner, 1994, Gulliver; Griffiths; Christensen, 2012, Gulliver et al., 2012, Apa, 2014, Allen; Hopkins, 2015, Who, 2017).

Considerando dados apresentados na literatura, há fatores psicológicos associados a pré-disposição a lesões, ao período de reabilitação, tempo para retorno ao esporte e ao sucesso do processo de toda reabilitação (Weinberg & Gold, 2001). Com isso, entende-se a importância do trabalho da psicologia em conjunto com outras áreas da saúde no acompanhamento de carreira do atleta, e principalmente em momentos de reabilitação.

O objetivo da pesquisa é compreender quais são os processos físicos e psicológicos por quais os atletas transitam no período de reabilitação de lesões e como a psicologia pode ser suporte nesse período permeado por tantas inseguranças e frustrações.

## **2 MÉTODO**

O estudo se caracteriza por revisão narrativa da literatura sobre como as lesões afetam os atletas de alto rendimento não apenas na forma física mas também a saúde mental com o objetivo apresentar por meio das produções científicas como os atletas são afetados negativamente psicologicamente e a importância do acompanhamento de profissionais da psicologia esportiva no momento de reabilitação, de modo a oferecer um entendimento amplo sobre o assunto. A pesquisa foi realizada através da base de dados Pubmed e Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, foram utilizados os descritores: “Athletes”, “Injury”, “high performance” e “psychology”. Os descritores foram combinados através do conector "AND".

Como critérios de inclusão foram considerados publicações em inglês e português, textos completos de acesso pago e gratuito, espécie humana e os tipos de artigos: Livros e documentos, Meta-análises, Revisões, Revisões sistemáticas, Ensaio clínico e Ensaio clínico randomizados. Quanto aos critérios de exclusão: publicações de outras áreas que não seguem o tema proposto, trabalhos duplicados e trabalhos realizados fora do âmbito do alto rendimento.

Esta pesquisa adota uma abordagem fundamentada no referencial da área da psicologia esportiva. A escolha da metodologia visa compreender as esferas causadas por lesões esportivas, bem como ajudar os atletas a passarem pela reabilitação com qualidade de vida e saúde mental. O olhar da psicologia esportiva traz de forma mais ampla sobre as vivências de atletas em ambientes esportivos entendendo as especificidades advindas do esporte, além de contribuir com técnicas e planos de ação da área.

A saúde mental de atletas de alto rendimento tem sido notada cada vez mais por profissionais da área da psicologia, devido ao reconhecimento das

dificuldades enfrentadas durante a construção de carreira, as cobranças e preocupações que podem surgir durante toda a vida deste grupo. E também, quando ocorre o afastamento decorrente de uma lesão, intensificando a depender do tempo de afastamento. Diante disso, torna-se essencial compreender os impactos que o quadro clínico pode provocar, principalmente os impactos emocionais como ansiedade de retorno ao esporte, medo de não performar no mesmo nível anterior à dano físico, sentimento de culpa por não poder ajudar a equipe, etc.

A relevância deste artigo justifica-se pela necessidade de compreender os principais apontamentos discutidos pela literatura sobre os desafios emocionais enfrentados por atletas que passam por período de reabilitação de comprometimento físico, e os efeitos psicológicos causados por esta condição, além de compreender a importância da psicologia no processo. Ao abordar este tema, o estudo pretende levar conhecimento acerca da importância do suporte psicológico no auxílio dos atletas em período de reabilitação, apresentando o que eles vivenciam de forma emocional em momentos de recuperação, e como enfrentar para uma melhora e um retorno de sucesso ao esporte.

Em suma, este estudo pode trazer contribuições para a sociedade, atletas e profissionais da área da saúde esportiva, promovendo indagações sobre a importância do suporte psicológico para atletas de alto rendimento. Além disso, no campo científico, espera-se que o artigo sirva como fonte de apoio para outras produções que se abordem este assunto.

### **3 RESULTADOS**

Foram encontrados 72 resultados referentes a lesões e atletas de alto rendimento, mas após a aplicação dos filtros resultaram apenas 8 artigos na Pubmed. Por isso foram usados também livros e artigos encontrados na Revista Brasileira de Psicologia do esporte relacionados a psicologia esportiva aplicadas em atletas de alto rendimento em reabilitação decorridas de comprometimento funcional durante o seu período de atuação. O artigo foi submetido a uma escala de avaliação da qualidade de artigos de revisão

narrativa chamada SANRA, atingiu 2 pontos em cada critério, totalizando em 12 pontos.

Os textos analisados contribuíram significativamente para a compreensão do tema, abordaram perspectivas diversas e auxiliaram a aprofundar os conceitos centrais. Os livros utilizados trouxeram dados e discussões relevantes, especialmente no que se diz respeito ao impacto causado devido a lesões na vida dos atletas e como o processo de reabilitação demanda suporte de diversas áreas, como exemplo, a área da psicologia para saúde mental e bem-estar.

Por outro lado, devido à escassez de artigos específicos às características necessárias para a realização do trabalho, limitações dificultaram uma análise mais aprofundada sobre o tema. Apesar disso, o conjunto de literaturas analisadas foi o suficiente para fornecer uma base sólida para o desenvolvimento do artigo e permitiu compreender de forma ampla a temática apresentada.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 OS EFEITOS PSICOLÓGICOS DECORRENTES DE LESÃO EM ATLETAS E O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA**

A vida de atletas de alto rendimento impõe uma série de responsabilidades competitivas acarretando a cobranças internas de comissões técnicas dos clubes e organizações pelo melhor desempenho e resultado, quanto pressões externas advindas do trabalho público e midiático, além da cobrança pessoal devido, na maioria das vezes, a sua renda ser direcionada para cuidado da sua família, além do seguimento de um sonho. (Rubio; Camilo, 2019).

Ademais, os atletas trabalham diariamente intensamente com o uso dos seus corpos, causando muitos desgastes físicos. Com a rotina intensa de treinamentos, é comum que atletas acabem se lesionando, o que pode acarretar medos e ansiedades, devido a lesão física muitas vezes afastar os atletas por um tempo indeterminado (Borin, Gonçalves e Chalita, 2008; Hensel,

Perroni e Leal Junior, 2008; Pastre, Carvalho Filho, Monteiro, Netto Junior e Padovani, 2004; Ruschel et al, 2009). Determinadas lesões levam muitos meses para recuperação, afastando por um longo período de tempo dos seus trabalhos, com isso surge o medo de não render bem quando retornar, medo da perda de patrocinadores, medo de perder a titularidade dentro do time, entre outros.

De acordo com Weinberg e Gould (2017), a lesão tem sua causa não apenas por aspectos físicos, mas também por aspectos sociais, psicológicos e de personalidade. Os fatores físicos podem ser desequilíbrios musculares, excesso de treino e cansaço físico, já os fatores sociais são de percepção dos atletas quanto a jogar com dor. Em algumas culturas é muito valorizado o atleta que atue mesmo em situações em que o atleta não está em condições de atuar (Malcom, 2006). Quanto a fatores psicológicos e de personalidade, uma situação esportiva pode ser resultante de muito estresse, como uma competição, treinos e a procura pelo melhor desempenho, sendo considerada ameaçadora pela forma que o atleta enxerga as situações. Uma situação que é percebida com um nível alto de ameaça gera aumento nos níveis de ansiedade, causando mudanças no foco e tensão muscular, aumentando a chance de lesão.

Desse modo, a lesão causa efeitos que podem impactar na saúde mental e qualidade de vida de forma significativa. Ela traz sentimento de frustração devido a pausa repentina do esporte, aumento dos níveis de ansiedade e depressão por causa dos medos e estresse, perda da confiança tanto no período de recuperação quanto na volta ao esporte e além de muitas vezes levar a perda de identidade, causando queda no autoconceito. Muitos atletas acabam não se reconhecendo durante o período de reabilitação.

Nos últimos anos têm se dado mais atenção à saúde mental de atletas, devido estudos mostrarem o aumento dos transtornos mentais em atletas de alto rendimento (Reardon, 2019) e quando se observado a questão da lesão, ela funciona como um potencial gatilho, agravando ou aumentando a capacidade do desenvolvimento de transtornos mentais. Mais da metade dos atletas lesionados que possuem sintomas depressivos percebem agravamento nessas manifestações (Gouttebarger, Frings-Dresen e Sluiter, 2015; Gulliver et al. 2015; Losty et al., 2019; Mackinnon et al., 2019; Souter et al., 2018). O

corpo e a mente trabalham juntos, a negligenciação de um deles leva a diminuição da aderência a reabilitação, levando a um tempo maior para recuperação além de uma maior probabilidade de relesão.

De acordo com Weiss (2023), quando o atleta é liberado fisicamente para o retorno esportivo, mais de 50% destes atletas não possuem dificuldades para retornar a prática. Entretanto, esses atletas podem estar aptos de forma física, mas não psicológica. Tal fato pode acarretar no decréscimo de autoconfiança e, como consequência na diminuição da performance, estresse, ansiedade e medo de retornar as práticas esportivas e enfrentar outras lesões.

Weinberg e Gould (2017) destacam que o suporte psicológico adequado realizado por psicólogos esportivos durante a recuperação da lesão, auxilia na adesão ao processo de reabilitação, ajuda na melhora da autoconfiança, diminui os níveis de ansiedade e prepara o atleta para o retorno ao esporte.

#### 4.2 IMPORTÂNCIA DO TRABALHO INTERDISCIPLINAR NO PROCESSO DE REABILITAÇÃO DE ATLETAS

O esporte de alto rendimento impõe a atletas uma prática de sempre alcançar o potencial máximo para obter melhores resultados, para provar de um espaço de realizações e de autoafirmação e aceitação social (Silvia e Rubio. 2003). Com isso, a pressão por resultados, treinamentos sem descanso, sempre obter resultados positivos e ganhar títulos aumenta. A sobrecarga de treinos colocando os corpos ao seu limite faz com que atletas ultrapassem de suas capacidades físicas e quando isso acontece pode ser induzido a lesão (Rubio, 2013).

Com a ocorrência de lesões, atletas são levados a médicos e fisioterapeutas para entender e já iniciar o processo de recuperação, mas além dos fatores físicos, a lesão traz também questões psicológicas de sentimentos e reações negativas, trazendo prejuízos no rendimento e no treinamento, e também ao bem-estar psicológico do atleta lesionado (Botterill et al., 1996; Petrie, 1993, Leddy et al., 1994; Johnston & Carroll, 1998)

Por essa razão, faz-se importante o trabalho interdisciplinar no processo de reabilitação de atletas de alto rendimento. A interdisciplinaridade



implementa a comunicação para que a intenção de todas as áreas seja clara para uma recuperação mais positiva e de menor prazo para retorno. (Ferreira, 1991).

No esporte de alto rendimento é importante para uma recuperação mais eficaz, que médicos do esporte, fisioterapeutas, psicólogos, nutricionistas e outros profissionais do clube trabalhem de forma colaborativa e com o objetivo em comum, sempre avaliando e reavaliando quando necessário recursos e caminhos para reabilitação e cumprindo com seus deveres individuais (Nair Sivaraman e Wade, 2003).

Sabe-se da importância no momento de recuperação da lesão de atletas a função interdisciplinar e como é necessário compartilhamento de averiguações de cada profissional e vinda de procedências e experiências distintas, como por exemplo, clínicas, sociais e institucionais, isso pois facilita o trabalho de ambos para melhora da performance física e psicológica do atleta para retorno ao esporte (Nair Sivaraman e Wade, 2003).

De acordo com os autores Andréa Pesca e Roberto Cruz (2017), ambos psicólogos e pesquisadores da área, o ambiente esportivo e do exercício por si só já é um campo onde várias especialidades trabalham em conjunto, contribuindo de forma enriquecedora para o ambiente profissional e de alto rendimento com informações específicas e atitudes únicas de cada área.

Segundo Levleva e Orlick (1991), estudos vem demonstrando que além do suporte multidisciplinar, o suporte social também é de relevância, isso porque menores graus de suporte social supostamente levam a maiores ocorrências de lesões físicas e em consonância a isso, uma recuperação mais tardia.

#### 4.3 TÉCNICAS DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA APLICADAS DURANTE O PROCESSO DE REABILITAÇÃO DE LESÃO

A busca continua por melhores resultados expõe atletas a riscos de lesões, podendo ter a sua causa através de aspectos internos do próprio ambiente de treinamento e por questões externas como o momento de vida que o atleta vive, o apoio recebido, fatores pessoais estressores e ansiosos,

entre vários motivos que podem aumentar a possibilidade de lesão (Ribeiro, Oliveira & Silva, 2013).

A psicologia esportiva tem a responsabilidade de ajudar na recuperação do atleta, principalmente quando se diz respeito a saúde e bem-estar psicológico (Weinberg e Gould, 2008). Em caso de lesão, a psicologia esportiva estuda todo o processo desde a identificação do estado psicológico que o atleta se encontrava antes da lesão, o grau da lesão e período médio que o atleta deverá ficar afastado do esporte, a reação gerada a partir do momento em que ela é causada e todos sentimentos e emoções produzidos durante o processo de reabilitação, para que desta forma seja possível trabalhar com ações efetivas para cada situação.

Após a avaliação do processo que o atleta lesionado vive, a psicologia visa através de técnicas aplicáveis auxiliar no processo de recuperação da lesão. No primeiro momento o atleta passa por negação e mantém um olhar negativo sobre sua recuperação e de muitas dúvidas, da falta de entendimento em relação ao processo, vontade de retornar o mais rápido possível e de medos, por isso a importância de toda a jornada de recuperação estar clara para o atleta, para desta forma passar mais confiança e segurança de todo o processo. Segundo Nunes et al. (2010) o tratamento pode sofrer uma redução no tempo através de algumas estratégias psicológicas se tornando mais importantes no protocolo de reabilitação.

Neste primeiro momento devido tantas perguntas que surgem para esses atletas, é um período marcado por muita ansiedade, e através de estratégias de controle dos níveis de ansiedade e de estabelecimento de metas é possível que o atleta tenha uma visão mais clara a respeito do processo de recuperação. De acordo com as escritas de Weinberg e Gould (2001), a procura pela proximidade com o atleta de forma empática e de escuta cuidadosa é incentivadora e motivacional a ter mais engajamento na reabilitação. Para melhor eficácia nas intervenções psicológicas com atletas de alto rendimento que passam por lesões é possível encontrar na literatura ações para auxiliar na diminuição do tempo de tratamento e em uma resposta de superior, como as técnicas de relaxamento, visualização, reestruturação cognitiva, diálogo interno positivo e estabelecimento de metas.

As técnicas de relaxamento têm como objetivo diminuir as tensões musculares causadas pela dor causada em resposta da lesão e ansiedade, podendo ajudar também na melhoria do sono. Dentre as técnicas de relaxamento Harris e Harris (1984) citam técnicas de meditação, respiração consciente, relaxamento progressivo, autofala positiva e Biofeedback. As técnicas de visualização consistem em treinos de imaginação, onde atletas se imaginam em situações de jogos, auxiliando na motivação do atleta no processo de reabilitação. Segundo Rúbio (2008), a eficiência de treinamentos de visualização mental tem sido muito eficaz no contexto esportivo de performance e reabilitação para volta ao esporte.

Além das técnicas de visualização e relaxamento, a reestruturação cognitiva é importante para que o atleta consiga avaliar e entender de forma mais realista a reabilitação e gere emoções mais positivas, dentre elas pode-se citar o estabelecimento de metas realistas e objetivas de curto, médio e longo prazo (Smith et al., 1990).

Antes da implementação de técnicas, é necessário que o primeiro contato feito por toda equipe médica e da psicologia seja de suporte emocional com o atleta, escuta ativa e empática livre de cobranças. Este contato dever ser pautado no incentivo de mais encorajamento ao atleta para passar por este processo com mais confiança e com senso de compreensão (Bianco, 2001).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O trabalho realizado permitiu compreender de forma objetiva a importância da psicologia do esporte no processo de reabilitação de atletas de alto rendimento. Evidenciou-se que fatores psicológicos, como motivação, autoconfiança, enfrentamento da dor, gerenciamento da ansiedade de retorno ao esporte e medo de não atuar de forma efetiva novamente, desempenham um papel fundamental tanto na recuperação física quanto ao retorno de forma segura e eficaz às competições.

Os estudos analisados mostraram que a atuação do psicólogo esportivo, em conjunto com a equipe multidisciplinar de nutricionistas esportivos, médicos do esporte, fisioterapeutas e outras áreas do esporte, pode

acelerar o processo de reabilitação, melhorar a adesão ao tratamento e prevenir recaídas durante o processo, além de oferecer suporte emocional durante um período frequentemente marcado por frustrações, medos e inseguranças por parte dos atletas.

No entanto, a literatura ainda carece de mais pesquisas com amostras diversificadas, principalmente no contexto do alto rendimento, para que possam fortalecer a base científica específica e orientar intervenções mais específicas. Também se observou a necessidade de uma maior integração entre as áreas da psicologia e da fisioterapia durante o processo de reabilitação, algo ainda pouco explorado.

Dessa forma, conclui-se que a psicologia aplicada ao esporte é um dos componentes mais essenciais na reabilitação de atletas de alto rendimento, contribuindo não apenas para a recuperação física, mas também para o bem-estar emocional e o desempenho esportivo a longo prazo. Investir em abordagens interdisciplinares que incluam o suporte psicológico é fundamental para uma reabilitação mais eficaz e humana.

## REFERÊNCIAS

BIANCO, T. Social Suport and Recovery From Sport Injury: Elite Skiers Share Their Experiences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, v. 7, n. 4, p. 376-388, 2001.

BORIN, J. P.; GONÇALVES, A.; CHALITA, L. V. S. Lesões de atletas de elite do basquetebol paulista através de modelagem para dados categóricos nominais. *Revista de Educação Física*, v. 141, n. 4, p. 4–1, 2008. Disponível em: <http://www.revistadeeducacaofisica.com.br/artigos/2008.2/artorig1.pdf>. Acesso em: 3 out. 2010.

BOTTERILL, C.; FLINT, F.; IEVLEVA, L. Psychology of the injured athlete. In: ZACHAZEWSKI, J.; MAGEE, D.; QUILLEN, W. *Athletic injuries and rehabilitation*. Philadelphia: W. B. Saunders Company, 1996. p. 791–806.

COLAGRAI, A. C.; NASCIMENTO, F. T.; FERNANDES, P. T. Saúde mental no atleta de elite: revisão sistemática de estudos nacionais e internacionais. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, [s.l.], [s.d.].

CONDE, E.; FILGUEIRAS, A.; ANGELA, L.; PEREIRA, A.; CARVALHO, C. Psicologia do esporte e do exercício: modelos teóricos, pesquisa e intervenção. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.

FERREIRA, S. L. Introduzindo a noção de interdisciplinaridade. In: Práticas interdisciplinares na escola. [S.l.]: [s.n.], 1991b.

GOUTTEBARGE, V.; FRINGS-DRESEN, M. H. W.; SLUITER, J. K. Mental and psychosocial health among current and former professional footballers. *Occupational Medicine*, v. 65, n. 3, p. 190–196, 2015.

HARRIS, D. V.; HARRIS, B. L. Sports psychology: mental skills for physical people. New York: Leisure Press Publisher, 1984.

IEVLEVA, L.; ORLICK, T. Mental links to enhanced healing. *The Sport Psychologist*, v. 5, n. 1, p. 24–40, 1991.

MARKUNAS, M. Reabilitação psicológica de atletas lesionados. In: RUBIO, K. (Org.). Psicologia do esporte aplicada. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003. p. 173–191.

MALCOM, N. “Shaking it off” and “toughing it out”: Socialization to pain and injury in girls’ softball. *Journal of Contemporary Ethnography*, v. 35, p. 495–525, 2006.

NAIR SIVARAMAN, K. P.; WADE, D. T. Satisfaction of members of interdisciplinary rehabilitation teams with goal planning meetings. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, v. 84, p. 1710–1713, 2003.

NUNES, Carlos Roberto de Oliveira; JAQUES, Max; ALMEIDA, Fabiana Thaís de; HEINECK, Goergette Iara Ullmann. Processos e intervenções psicológicas em atletas lesionados e em reabilitação. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 2010. 146 p.

REARDON, Claudia L. et al. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019), *British Journal of Sports Medicine*, [S.l.], v. 53, n. 11, p. 667-699, jun, 2019. DOI: 10.1136/bjsports-2019-100715. Acesso: 11 jun. 2025.

RIBEIRO, V. B.; OLIVEIRA, S. R. G.; SILVA, F. G. Preditores psicológicos, reações e o processo de intervenção psicológica em atletas lesionados. *Ciência & Cognição*, v. 18, n. 1, p. 70–88, 2013.

RUBIO, K. *Atletas do Brasil olímpico*. São Paulo: Kazuá, 2013.

RUBIO, Katia; CAMILO, Juliana A. de Oliveira (org.). *Psicologia Social do esporte*. São Paulo: Editora Atheneu, 2019.

RUBIO, K.; LIMA, L. T.; COSTA, M. R. L. Quando a dor não faz parte do uniforme: os necessários cuidados com atletas e cuidadores no processo de reabilitação. [S.l.], [s.d.].

SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas*. São Paulo: Manole, 2002.

SILVA, M. L. S.; RUBIO, K. Superação no esporte: limites individuais ou sociais? *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, v. 3, n. 3, p. 69–76, 2003. Disponível em: [http://www.fade.up.pt/rpcd/\\_arquivo/artigos\\_soltos/vol.3\\_nr.3/LSilva.pdf](http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/vol.3_nr.3/LSilva.pdf). Acesso em: 3 jul. 2015.

WHO. *Depression and other common mental disorders*. Geneva: Global Health Estimates, 2017. p. 1-24.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

WEISS, M.W. *Mentally Preparing Athletes to Return to Play Following Injury* [online]. *Appl Sport Psychol AASP Blog*. 2023 [viewed 28 August 2023].

Available from:

<https://appliedsportpsych.org/resources/injury-rehabilitation/mentally-preparing-athletes-to-return-to-play-following-injury/>

## **QUANDO O TRABALHO SILENCIA: Experiências de luto e a sua (re)significação na transição para a aposentadoria**

Crystianne da Silva Mendonça<sup>1</sup>

Laura Morais Schroder<sup>2</sup>

Cleyciane Alves Faria<sup>3</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>4</sup>

**RESUMO:** O presente estudo aborda o luto como um processo psíquico complexo que ultrapassa a perda em decorrência da morte, envolvendo também perdas emocionais, sociais e simbólicas ao longo da vida, entre as quais se destaca a aposentadoria. Este momento representa uma finitude existencial que implica transformações emocionais profundas, frequentemente associadas a sentimento de vazio, inutilidade e desconexão social. A aposentadoria interrompe não apenas a rotina e a identidade profissional, mas também a rede social do ambiente laboral, fatores que podem comprometer a saúde mental do idoso, especialmente na ausência de acompanhamento psicológico adequado. Esse estudo teve como objetivo compreender os impactos psicológicos dessa finitude e a necessidade de se reconhecer o luto associado, que é frequentemente negligenciado. Assim, propõe-se investigar as dimensões emocionais do luto na aposentadoria, a desestruturação social e a falta de reconhecimento social desse fenômeno, bem como a urgência de políticas públicas que promovam a saúde mental dos idosos. Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de revisão narrativa de abordagem qualitativa, de natureza exploratória e descritiva, com delineamento psicanalítico. Ao integrar a abordagem psicanalítica e clínica, o trabalho visa contribuir para a formulação de estratégias terapêuticas e políticas públicas que facilitem a adaptação e ressignificação dessa fase da vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Luto; Aposentadoria; Idoso; Identidade; Saúde mental do idoso;

**ABSTRACT:** This study addresses grief as a complex psychic process that transcends the experience of death, encompassing emotional, social, and symbolic losses throughout life, among which retirement stands out. This moment represents an existential finitude that entails profound emotional transformations, often associated with feelings of emptiness, uselessness, and social disconnection. Retirement disrupts not only daily routines and professional identity

---

<sup>1</sup> Graduanda de Psicologia na faculdade ESAMC ano de 2025. Doutoranda em Psicologia pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Mestre em Direito Público (UFU). Graduada em Direito (UFU). Graduada em Filosofia pelo Centro Universitário Internacional (UNINTER). Contato: crystiannesilva@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Graduanda de Psicologia na faculdade ESAMC ano de 2025. Pós-Graduada em Análise do Comportamento aplicado em ABA pela PUC Goiás. Contato: lauraschroderm@gmail.com

<sup>3</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Saúde Coletiva (UFU). Mestre em Psicologia UFU (2006). Graduada em Nutrição (UFU). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como Psicóloga Clínica. Contato: cleycianefaria@gmail.com

<sup>4</sup> Psicólogo formado pela Universidade do triângulo (UNITRI). Mestre em Psicologia UFU (2022). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Contato: albert.manoel@hotmail.com



but also the social networks established in the workplace factors that may compromise the men

tal health of older adults, especially in the absence of adequate psychological support. The aim of this study was to understand the psychological impacts of this finitude and to highlight the need to acknowledge the associated grief, which is frequently neglected. Thus, it seeks to investigate the emotional dimensions of grief in retirement, the social disorganization it entails, and the lack of social recognition surrounding this phenomenon, as well as the urgency of public policies that promote mental health in old age. This research is characterized as a narrative review with a qualitative, exploratory, and descriptive approach, grounded in a psychoanalytic framework. By integrating psychoanalytic and clinical perspectives, the study aims to contribute to the development of therapeutic strategies and public policies that facilitate adaptation and the re-signification of this stage of life.

**KEYWORDS:** Grief; Retirement; Elderly; Identity; Mental health in old age;

## 1 INTRODUÇÃO

O luto pode ser explicado como a experiência da perda de algo ou alguém que estava ligado emocionalmente ao enlutado. Não se limita a um episódio único, mas sim a um processo psíquico que abrange manifestações comportamentais, sociais e emocionais. Assim, o luto vai além da morte, sendo que a vivência da perda pode envolver tanto laços afetivos sólidos, quanto ideais simbólicos fortemente enraizados (Freud, 2021). Como o luto envolve perda, urge entender que, ao longo da existência, os indivíduos vivenciam diferentes experiências relativas a essa questão, exigindo encontrar formas de lidar com as finitudes.

Embora o DSM-5-TR reconheça formalmente o luto apenas em seu vínculo tradicional com a morte, descrevendo sobretudo o Transtorno de Luto Prolongado como reação à perda de alguém significativo, o manual também reconhece que reações emocionais intensas diante de perdas podem ocorrer em diferentes contextos da vida. No entanto, por delimitar seu escopo diagnóstico às perdas por morte, o DSM-5-TR não abrange outras modalidades de luto que atravessam a experiência humana, como os lutos simbólicos. (American psychiatric association, 2023).

É justamente nesse ponto que este trabalho se insere: ampliar a compreensão do luto para além da morte, como um processo psíquico complexo que engloba diferentes tipos de perdas, entre as quais se destaca a aposentadoria. Este momento representa uma finitude existencial que implica transformações emocionais, podendo ser frequentemente associadas a sentimento de vazio, inutilidade e desconexão social. A aposentadoria interrompe não apenas a rotina e a identidade profissional, mas também a rede social do ambiente laboral, fatores que podem comprometer a saúde mental do aposentado, especialmente na ausência de acompanhamento psicológico adequado.

A relevância do trabalho na constituição da identidade e do sentido de vida, conforme a perspectiva teórica da psicanálise, reforça o impacto da aposentadoria como uma perda da função simbólica e da posição desejante que o sujeito ocupava na sociedade, configurando um processo análogo à “morte simbólica”, e reforçando o impacto da aposentadoria como uma perda das identificações fundamentais e da função estruturante do desejo.

A cultura ocidental contemporânea atribui ao trabalho um valor central, o que intensifica o sofrimento na transição para a aposentadoria. É importante ressaltar que nem todas as pessoas recebem a aposentadoria sob uma perspectiva de luto, e muitos sonham com essa etapa da vida. Porém, muitos sujeitos pela ausência de planejamento, seja ele de ordem financeira, emocional ou ambos, acabam se deparando com a situação de perda de sentido existencial.

A chegada da aposentadoria, embora muitas vezes vista como um momento de descanso e liberdade, pode representar uma experiência bastante desafiadora para muitos idosos. Isso porque, ao se desligar do ambiente de trabalho, muitos acabam enfrentando sentimentos de perda, tanto da rotina quanto da identidade profissional construída ao longo de anos, sendo que essa vivência se transforma em um tipo de luto que não recebe a devida atenção da sociedade, conhecido como luto não reconhecido. De acordo com Doka (1989), esse tipo de luto ocorre quando a dor da perda não é validada socialmente, o que faz com que a pessoa afetada não receba o suporte necessário para lidar com esse processo.

A justificativa do estudo baseia-se na necessidade de compreender os impactos psicológicos dessa finitude e de reconhecer a importância do luto associado, que é frequentemente negligenciado. Assim, se propõe investigar as dimensões emocionais do luto na aposentadoria, a desestruturação social e a falta de reconhecimento social desse fenômeno, bem como a urgência de políticas públicas que promovam a saúde mental do aposentado.

Esta pesquisa caracterizou-se como um estudo de uma revisão narrativa de natureza exploratória e descritiva, com delineamento psicanalítico. A opção por essa abordagem tem como fundamento a necessidade de compreender, as experiências subjetivas dos indivíduos decorrente do processo de aposentadoria, como uma vivência de luto e de perda de sentido existencial, bem como contribuir para a formulação de estratégias terapêuticas e políticas públicas que facilitem a adaptação e ressignificação dessa fase da vida. A finitude da vida laboral gera a necessidade de recomeços. Assim, foi importante entender o processo de aposentadoria em seu aspecto biopsicossocial, o luto decorrente dela e a urgência de políticas públicas para promoção da saúde mental dos aposentados. Diante dessa inquietação,

buscou-se entender qual o impacto psicológico das perdas associadas ao luto não reconhecido, decorrente do processo de aposentadoria.

## 2 MÉTODO

O presente artigo trata-se de uma revisão narrativa da literatura que busca resumir, discutir e interpretar o conhecimento já existente sobre um determinado tema, de forma descritiva e não sistemática. Assim, o artigo abordou o luto não reconhecido no processo de aposentadoria, com o objetivo de reunir e interpretar as produções científicas que tratam da questão luto, bem como do luto decorrente do processo de aposentadoria, de modo a oferecer uma compreensão ampla e aprofundada do fenômeno.

A busca dos materiais foi realizada nos principais portais de periódicos virtuais, SciELO e PePsic. As buscas ocorreram entre os meses de maio e outubro de 2025, utilizando os descritores: “luto”, “aposentadoria”, “trabalho”, “luto na aposentadoria”, “luto não reconhecido” e “transição para aposentadoria”. Os descritores foram combinados através dos conectivos “e” e “ou”, a fim de ampliar a abrangência dos resultados.

Como critérios de inclusão foram considerados: publicações em português, disponíveis em texto completo e de acesso gratuito, publicadas nos últimos 10 anos (de 2015 a 2025), e que abordem direta ou indiretamente a temática do luto na aposentadoria, bem como suas implicações psicológicas e sociais. Por outro lado, os critérios de exclusão compreenderam: publicações que não tratassem da temática proposta, trabalhos duplicados, resumos de eventos, bem como publicações indisponíveis em formato completo ou com acesso restrito. A análise foi realizada de maneira qualitativa, através de uma leitura reflexiva e interpretativa. A pesquisa resultou em um total de 55 artigos, dos quais foram excluídos aqueles com título distante do tema, resumo incompatíveis, publicações anteriores a 2015, materiais que não eram artigos e que apresentavam abordagem diferente da psicanálise. Assim, foram utilizados na pesquisa final, 8 artigos.

Esta pesquisa também adotou uma abordagem de revisão de literatura, fundamentada no referencial psicanalítico, com embasamento nas teorias de Freud e Christian Dunker. Tal escolha metodológica visou compreender em profundidade as experiências subjetivas de idosos aposentados que vivenciam a aposentadoria como uma forma de perda. A dimensão clínica, por sua vez, ofereceu subsídios para interpretar o sofrimento psíquico emergente nesse contexto, que poderão auxiliar na formulação de intervenções terapêuticas e sociais mais sensíveis à condição do sujeito aposentado.

Ressalta-se que este artigo foi submetido à Escala para a Avaliação de Artigos de Revisão Narrativa (SANRA), na qual todos os aspectos listados foram avaliados. A SANRA é

um instrumento desenvolvido com o objetivo de avaliar a qualidade metodológica de artigos de revisão narrativa. A escala é composta por seis itens, pontuados de 0 a 2, que permitem examinar aspectos fundamentais desse tipo de estudo, tais como a justificativa do tema, a clareza dos objetivos, a descrição da estratégia de busca, a qualidade e consistência das referências, o rigor do raciocínio científico e a adequação da apresentação dos dados. Assim, a SANRA possibilita uma avaliação estruturada da revisão narrativa, auxiliando na identificação de fragilidades metodológicas e contribuindo para a melhoria da qualidade científica desse formato de pesquisa. O trabalho obteve 12 (doze) pontos, demonstrando sua conformidade com os critérios estabelecidos, bem como rigor metodológico, relevância teórica e clareza argumentativa.

### **3 RESULTADOS**

A análise foi realizada de maneira qualitativa, através de uma leitura reflexiva e interpretativa dos artigos retirados das bases SciELO e PePsic. Resultou na pesquisa o total de 55 artigos, dos quais, utilizados na pesquisa final, 8 artigos. Além disso, para fortalecer a discussão utilizou-se também da literatura cinzenta, tais como livros, teses e dissertações que discutem sobre o assunto.

O estudo dos artigos selecionados evidência que a aposentadoria é um fenômeno complexo, que envolve dimensões psicológicas, sociais, culturais e econômicas, e que pode ser vivida de forma ambivalente, tanto como experiência de perdas quanto de novas possibilidades. Antunes e Moré (2016) apontam que no Brasil, a produção científica sobre o tema ainda é restrita e privilegia abordagens econômicas e previdenciárias, relegando a segundo plano os aspectos psicossociais e de saúde. Os autores ressaltam a relevância de compreender a heterogeneidade do envelhecimento e as interfaces entre aposentadoria, saúde do trabalhador e saúde do idoso, destacando, por exemplo, a importância das redes de apoio para redução do isolamento e promoção de autonomia.

De forma similar, Antunes, Moré e Schneider (2016) defendem uma visão relacional da aposentadoria, mostrando que ela não afeta apenas o indivíduo, mas todo o sistema familiar, produzindo adaptações em vínculos conjugais, tarefas domésticas e papéis sociais. Esse olhar dialoga com Seidl, Conceição e Nery (2018), que demonstraram, a partir da experiência sociodramática, a centralidade do papel profissional na identidade de muitos trabalhadores e as dificuldades emocionais diante da necessidade de se despedir desse papel. O sofrimento relatado pelos participantes do estudo revela o quanto o trabalho ainda é um

eixo estruturante da identidade, podendo gerar sentimentos de vazio e inutilidade quando não há diversificação de papéis ao longo da vida.

Em contraponto, estudos também indicam que a aposentadoria pode ser vivida como oportunidade de liberdade, alívio e investimento em novos projetos pessoais, especialmente quando o sujeito encontra recursos para ressignificar esse momento. Exemplo disso é o trabalho de Silva e Melo-Silva (2020), que avaliou um Programa de Preparação para Aposentadoria junto a servidores públicos, mostrando resultados positivos na ampliação do autoconhecimento, fortalecimento das redes de apoio e planejamento de projetos futuros. Tais achados como exemplificado no artigo de Santos, Siega e Carvalho (2021) que apresenta o programa VIDAS, estruturado pelos pilares “cuidar” e “desfrutar”, mostraram-se eficazes reforçando a importância de intervenções institucionais que auxiliem o trabalhador a enfrentar a transição de forma mais saudável, preparando não apenas o indivíduo, mas também sua rede de relações.

Outro aspecto relevante foi discutido por Rosa e Vilhena (2016), que problematizam o envelhecimento no contexto cultural contemporâneo, marcado pelo culto à juventude e pela marginalização da velhice. Os autores mostram como a aposentadoria pode se tornar um marco de exclusão social, sobretudo para homens que perdem o status de provedor, ao mesmo tempo em que algumas mulheres encontram formas alternativas de reinvenção. Essa análise aponta para o caráter ambíguo e heterogêneo da experiência da aposentadoria, que pode ser atravessada tanto por sentimentos de apagamento e perda quanto por possibilidades de elaboração psíquica e novos processos de subjetivação.

De modo geral, os artigos analisados convergem ao afirmar que a aposentadoria deve ser compreendida em sua complexidade multidimensional, indo além da ótica financeira. Observa-se consenso sobre a relevância de políticas públicas e programas de preparação que favoreçam o envelhecimento ativo, o fortalecimento das redes de apoio e o combate ao etarismo. Ao mesmo tempo, destaca-se a necessidade de pesquisas que contemplem a diversidade de experiências, considerando gênero, condições socioeconômicas, trajetória laboral e contextos culturais. Assim, os estudos reforçam que a aposentadoria não pode ser reduzida a um evento isolado, mas deve ser entendida como processo contínuo, atravessado por fatores subjetivos, relacionais e sociais que influenciam diretamente a qualidade de vida do sujeito.

#### **4 DISCUSSÃO**

#### 4.1. A visão do luto ao longo da história

O contexto histórico e cultural influencia como o luto é entendido e vivido. Ariés (1975) realça que na Idade Média, o luto era uma manifestação pública e simbólica. O sofrimento era compartilhado e tinha papel social. No entanto, a Era moderna modificou esse panorama, e o luto começou a ser experienciado de forma silenciosa e sem grandes demonstrações emocionais, evidenciando a individualização das percepções emocionais.

As crenças e a religião ocuparam espaço de auxílio na Idade Média. Segundo Pierre Bourdieu (2013), a Igreja impunha costumes e ritos fúnebres, que ao longo do tempo deteriam o controle sobre a morte. Os seguidores das Igrejas acreditavam que a morte era uma expressão da felicidade, considerada por eles, a liberdade e transformação da alma. Fazendo com que o único receio nesse processo, fosse a morte espiritual, da qual os vivos só poderiam escapar se seguissem os ensinamentos das Igrejas e merecessem a proteção sagrada.

O cemitério passou a ter o papel de ser o elo espiritual do mundo com o Além, sendo um lugar sagrado para os cristãos. Segundo Lauwers (2017), o ato de enterrar os mortos explicava que, quando o corpo estava próximo ao sacrossanto assegurava a salvação da alma. O ritual de proteger os mortos divinamente acarretou na crença que a Igreja zelaria pelas almas dos fiéis. O medo, assim, deixou de ser relacionado à a morte do corpo e passou a recair sobre a morte da alma, sofrimento reservado àquelas pessoas que, segundo a crença, mereciam o purgatório (Mattoso, 2001). A visão sobre a morte carrega angústia e preocupação, ainda que seja a maior verdade inquestionável da existência. A finitude da vida, por mais certa que seja, ainda é tratada com reservas. Em qualquer sociedade ou tradição cultural, independentemente de como a morte é vista, ela alcança todas as pessoas, de qualquer classe social, sem restrições. (Sengik; Ramos, 2013).

Freud (2021, p. 172) descreve o luto como: “em geral, a reação à perda de uma pessoa amada ou à perda de abstrações colocadas em seu lugar, tais como pátria, liberdade, um ideal”. O autor expõe que o luto vai além da morte, demonstrando que a vivência da perda pode envolver tanto laços afetivos sólidos, quanto ideais simbólicos fortemente enraizados. Na psicanálise, o luto é um processo necessário, no decorrer do qual o sujeito se desvincula do objeto perdido, encarando a dor da ausência, para então, direcionar sua energia em novos vínculos e objetivos. Esse caminho, ainda que comum, se mostra singular a cada pessoa.

Segundo Parkes (2009), o luto é uma reação natural à perda, importante para que ocorra a reestruturação psíquica após a separação com objeto de apego. A partir dele, começa o processo de readaptação à nova vivência pós separação, que muitas vezes é marcada por dor, falta, tristeza e confusão. De forma semelhante, Worden (2009) evidencia que o luto é

uma expressão do amor que persiste após a morte. Simbolizando que a dor da ausência está relacionada com o vínculo estabelecido.

Elisabeth Kubler-Ross (2008) descreve as fases do luto, seus processos e particularidades de cada uma, sendo elas, negação, raiva, barganha, depressão e aceitação. O primeiro estágio é a negação, onde o indivíduo tem o primeiro contato com a situação e nega o acontecimento e o sentimento advindo dele. Temporariamente o isolamento e a negação são substituídos por uma aceitação parcial dos acontecimentos, caminhando para a raiva que é o segundo estágio do luto, onde o rancor, inveja, e mágoa se destacam no ambiente, nem sempre por motivos plausíveis.

O terceiro estágio, o da barganha, é uma tentativa de adiamento intencional, tentando buscar concessões ou vantagens, que muitas vezes incluem promessas e metas a seguir na tentativa de alcançar uma amenização para os receios irracionais. A quarta é a fase marcada por um estado deprimido e introspectivo, quando o sujeito se depara com o peso dos acontecimentos e entra em um estado depressivo.

Por último, a fase de aceitação. Pode ser vista como um intervalo antes do recomeço, não pode ser confundida com uma fase de felicidade, mas pode representar esperança e força para seguir em frente. Compreende-se que cada pessoa vai ter seu próprio processo de luto, alguns vão passar por todas as fases, outros vão conseguir superar por meio da raiva, medo, tristeza, ou internamente estarão acomodados e atravessarão com tranquilidade esse momento, além disso, vale ressaltar que essas fases não necessariamente virão nessa ordem, podendo inclusive não apresentar todas elas. (Kubler Ross, 2008).

#### **4.2 O luto e suas múltiplas faces: aspectos psicológicos e o luto não reconhecido**

O luto não se restringe à perda de pessoas queridas, mas também de objetos e desejos tanto conscientes, quanto inconscientes. O luto está ligado ao local depressivo em relação ao distanciamento do objeto amado. Os lutos “não reconhecidos” confrontam a percepção comum sobre perda e nos apresentam uma nova faceta do sentimento de falta. (Klein, 1991).

O autor Renato Nogueira aponta que:

A classificação de alguém como desempregado é um estado de luto; a perda de um emprego, em qualquer circunstância, produz uma necessidade de reorganização, assim como o fim de uma amizade. A morte de um animal de estimação também configura um enlutamento. Términos, sejam eles de namoro ou de casamento, nos colocam em processo de luto e, muitas vezes mesmo diante de um divórcio considerado necessário, é comum algum grau de tristeza que corresponde a um sentimento de luto. (Nogueira, 2022. p. 11)



Sob essa perspectiva, existem perdas ambíguas, aquelas que não são reconhecidas socialmente, por não estarem relacionadas à morte, ou seja, geram um luto não reconhecido em situações não tão frequentes e claras para serem aceitas pelo público. Esse processo dificulta que o indivíduo receba suporte social, e pode impedir uma formulação saudável da perda. Assim, torna-se necessário compreender a vida a partir de perdas, experiências que precisam ser sustentadas e elaboradas. O insucesso no desenvolvimento do luto “não reconhecido” se dá pela falta de empatia em legitimar o sofrimento do outro (Casellato, 2015).

Dunker (2021) descreve o luto como uma espécie de “paradigma genérico”, entendendo que a perda não se restringe à morte, mas de fato, a falta de algo - ausência de relações sociais, ideais, formas de trabalho, espaços e experiências não vividas. O luto se torna, assim, um prisma que permite entender os laços simbólicos e os sofrimentos advindos de rompimentos ao longo da vida.

O processo de luto segue regras sociais e dependendo da perspectiva cultural observada, esse ciclo será contemplado e vivido de uma forma diferente, o tempo de sentir, sobre o que sentir e em que intensidade. Essas regras sociais sobre o tema podem resultar em possíveis lutos não aceitos, levando ao encobrimento das sensações vividas, a partir de experiências de perda durante a vida. O luto não exteriorizado pode se manifestar através do silenciamento emocional, da restrição afetiva e da repressão do sofrimento interno e, com isso, pode acarretar em um processo de resignificação conturbado e demorado. A privação de rituais de luto, repressão das emoções e a falta de abertura para trabalhar os sentimentos advindos da perda podem potencializar as respostas de dor e angústia emocional (Parkes, 1998).

Dunker (2021, p. 22) relata em seu livro: “O luto nada mais é do que um percurso de transformação do Eu, rumo à produção de um afeto normal e uma nova identificação”. O afeto normal citado pelo autor alude a capacidade de reposicionamento emocional em novos alvos ou propósitos de vida, que pode se tornar possível seguido de um trabalho psíquico de elaboração da perda. A nova identificação refere-se à construção de um novo Eu que enxerga a perda como um complemento de sua trajetória. O luto, portanto, não se constrói somente de dor, mas também é um processo de constituição subjetiva e seguimento existencial e, quando não vivenciado, pode ocasionar dor e sofrimento.

Garcia Roza (2008) descreve que, de acordo com o apego em que o indivíduo direciona ao objeto, a perda em questão pode ser vista como uma ruptura da própria identidade. De tal sorte, dentre as várias perdas que se vivencia ao longo da existência, e, a

vida compreendida, a partir dos diversos enlutamentos nos quais se rompe um laço que se tem afetividade, tem-se o final da vida ativa no campo do trabalho. Devido isso, na ausência da rotina de trabalho, o sujeito perde o sentido de ser, de identidade e de vida. Ocorre nesse processo a quebra de estabilidade emocional e simbólica, provocando no sujeito a necessidade de reorganizar afetos e sua identidade.

Destarte, a aposentadoria pode ser vista como um luto não reconhecido, em função da frequente ruptura de vínculos sociais, perda da função identitária, perda de status, que por muito tempo foi o foco central da vida do indivíduo. Ainda que a perda não seja tangível, como a morte, o distanciamento do trabalho simboliza uma mudança, gera desequilíbrio emocional. (Costa; Pires, 1998).

#### **4.3 O sentido da ideia de trabalho ao longo da história**

O trabalho, ao longo da história, foi apresentado de diversas maneiras. Segundo Marx (1983), o trabalho é a potencialidade que o homem tem de atribuir significado à natureza por meio de uma atividade planejada, consciente e que envolve uma dupla transformação entre o homem e a natureza, o que diferencia o trabalho do homem de qualquer outro animal. Para o teórico, é pelo trabalho que o homem transforma a si e à natureza, e, ao transformá-la de acordo com suas necessidades, evidencia em tudo que o contorna a característica de ser humano.

Com base no pensamento Marxista, o trabalho faz parte da vida humana, como possibilidade de que o homem se reconheça no mundo, alterando o ambiente e dando sentido a ele. Vale ressaltar que, para o autor, tem-se uma visão positiva da ideia do exercício do trabalho, sendo assim, ele por si só não seria um problema, mas sim, o trabalho alienado, decorrente do modo de produção capitalista, no qual o processo de produção é estranho, pois o trabalhador não tem acesso aos meios de produção, sendo este o sentido negativo.

Outra perspectiva da ideia de trabalho é apresentada por Neves:

Existem outras abordagens que atribuem conotações negativas ao trabalho. Segundo o autor, esse polo negativo está relacionado, na maioria dos casos, à representação de trabalho como maldição, castigo, jugo, estigma, coerção, esforço e penalidade e como mera função instrumental a serviço da sobrevivência material, a qual cabe dedicar toda e só a atenção necessária para o alcance desse objetivo. (Neves, 2018. p. 320)

Percebe-se que os autores apontam uma perspectiva negativa do trabalho, que se encontram em tradições culturais e religiosas, nas quais ele é visto como castigo ou maldição, como, por exemplo, na tradição judaico-cristã com a expulsão do Éden. Nesse sentido, o

trabalho impõe uma condição de submissão e sofrimento, uma coerção social que obriga o sujeito a se submeter a rotinas desgastantes, várias delas sem sentido pessoal ou realização. Assim, ele carrega um estigma: está vinculado ao sofrimento, à penalidade, ao desgaste físico e emocional, muito mais uma obrigação imposta, do que uma escolha.

Ainda sob essa ótica, o trabalho pode ser reduzido a uma função instrumental, ou seja, aquilo que se faz com o único propósito garantir a sobrevivência material, no qual o indivíduo não se envolve afetivamente, não utiliza a sua criatividade ou não se identifica. Visto assim, ele é um esforço mecânico, que busca à obtenção de recursos financeiros, e exige do indivíduo o mínimo de atenção necessário para alcançar esse fim. Essa abordagem empobrece a experiência humana com o trabalho, pois desconsidera seu potencial de gerar sentido, pertencimento e realização.

De acordo com Byung-Chul Han (2022), o trabalho na sociedade contemporânea mudou de uma visão de uma perspectiva disciplinar para uma lógica do desempenho, na qual o sujeito autossacrifica sob uma visão de uma falsa liberdade. Na seara capitalista contemporânea, nasce um novo paradigma laboral, no qual o trabalhador não é mais visto como um sujeito submisso a instâncias externas de autoridade, tais como o Estado ou o empregador, e passa a ser concebido como um “empreendedor de si mesmo”. Essa mudança implica a internalização das exigências produtivas, modificando o trabalho para um projeto pessoal e identitário.

A pessoa, movida pela crença na autonomia e na autossuficiência, submete-se voluntariamente a jornadas extenuantes, metas inalcançáveis e à permanente busca por aperfeiçoamento, de modo que a liberdade aparente desse modelo encobre uma nova forma de dominação: o sujeito torna-se, simultaneamente, o agente e o objeto de sua própria exploração. De acordo com Byung-Chul Han (2022), essa dinâmica produz um excesso de positividade, que se sustenta pela ideia de que tudo é possível e deve ser constantemente aprimorado, o que desloca o fracasso do campo das determinações externas para a esfera da culpa individual. Tal movimento gera uma sobrecarga psíquica que se traduz em quadros depressivos, ansiosos e síndrome de burnout, que o filósofo entende como sintomas de uma era na qual a produtividade e o desempenho passam a constituir o núcleo da identidade e do valor social do indivíduo. Assim, sob o discurso da liberdade e da autorrealização, o trabalho contemporâneo assume uma função disciplinadora e produz formas sutis, porém profundas, de sofrimento psíquico, evidenciando que a lógica da performance, longe de emancipar o sujeito, o aprisiona em um regime de autovigilância e autoexploração.

O sociólogo alemão Max Weber (2004) argumentou que o protestantismo, especialmente de Calvino, teve contribuição no desenvolvimento do capitalismo moderno, haja vista que ele incentivava a valorização do trabalho como uma virtude, em um sentido de disciplina, racionalidade e ascetismo. Weber destaca que o calvinismo, ao valorizar o trabalho árduo como modo de manifestação de fé, contribuiu para a formulação de uma ética que conectava o trabalho à dignidade pessoal e ao sucesso material.

Partindo dessa referência da visão de trabalho como forma de exercício da dignidade humana e, ao entender esse trabalho, especialmente quando realizado com seriedade e disciplina, ele se torna um modo de cumprimento de um dever moral e espiritual. Assim, uma pessoa, quando encerra a sua carreira profissional é como se ela morresse, ou ainda mais, perdesse o sentido da existência, pois não vê mais sentido na vida, pois não cumpre mais com seu dever moral e espiritual, haja vista que a visão predominante na cultura ocidental contemporânea se baseia no trabalho como forma de sentido da vida humana.

A identidade profissional diz respeito ao modo como cada pessoa se reconhece e é reconhecida no seu papel profissional, e, refere-se a forma que ela atribui e constrói sentido de si mesma, no mundo do trabalho. A atuação do indivíduo no ambiente profissional forma uma rotina e faz parte da existência humana, na qual ele se reconhece no mundo, vê sentido e estabelece-se, em um ambiente e com a fixação de uma rotina.

A literatura aborda a importância de se reconhecer o indivíduo no ambiente profissional, para que ele se encontre:

o trabalho pode ser considerado um dos valores fundamentais do ser humano e que ainda exerce um papel importante na constituição da sua autorrealização, de suas subjetividades e de sua sociabilidade, bem como contribui para o desenvolvimento de sua identidade, proporciona renda e sustento, possibilita atingir metas e objetivos de vida, possibilita demonstrar suas ações, iniciativas e habilidades, podendo, dessa forma, ser considerado uma categoria fundante do ser humano, à medida que este só pode existir trabalhando. (Neves, 2018. p. 328)

Conforme o indivíduo trabalha, em uma perspectiva capitalista, ele consegue realizar suas metas e objetivos de vida e, assim atribui possibilidades para a existência. A construção da identidade profissional não ocorre de forma instantânea, mas é fruto de um processo contínuo de socialização, aprendizagem e reflexão, marcado por experiências vividas no ambiente de trabalho, pelas relações interpessoais e pelas exigências sociais e institucionais (Ciampa, 2001).

Ter uma identidade profissional consolidada significa reconhecer-se no que se faz, atribuindo sentido à prática cotidiana e integrando o trabalho à própria trajetória de vida.

Assim, a construção de um perfil profissional, molda como o indivíduo existe no mundo, especialmente no ambiente do exercício profissional. Com o processo de aposentadoria, ao não desenvolver mais as potencialidades no campo profissional é como se o indivíduo perdesse parte de um dos seus pilares de sustentação enquanto humano. Assim, tem-se a necessidade de lidar com o luto não reconhecido e, com isso, o indivíduo pode aprender com a dor e a perda desse local de existência do ser no mundo.

#### **4.4 O luto decorrente do processo de aposentadoria**

O processo de aposentadoria que gera uma finitude ao longo da existência, que é uma forma de luto, implica em mudança nas questões emocionais da pessoa, que pode ocasionar sentimento de vazio, inutilidade e desconexão vivenciado pelos aposentados. Nas palavras de Viktor Frankl, autor da logoterapia, que é uma abordagem psicoterapêutica centrada no sentido da vida:

Pensemos, por exemplo, na "neurose dominical", aquela espécie de depressão que acomete pessoas que se dão conta da falta de conteúdo de suas vidas quando passa o corre-corre da semana atarefada e o vazio dentro delas se torna manifesto. Não são poucos os casos de suicídio que podem ser atribuídos a este vazio existencial. Fenômenos tão difundidos como depressão, agressão e vício não podem ser entendidos se não reconhecermos o vazio existencial subjacente a eles. O mesmo é válido também para crises de aposentados e idosos. (Frankl, 2015. p. 73)

Tendo como referência a ideia de que o vazio existencial subjacente ao processo decorrente do luto em face da aposentadoria, muitas vezes não é entendido como um percurso que faz parte da existência humana, a pessoa aposentada pode, ao não ter acompanhamento profissional psicológico no encerramento de suas carreiras profissionais, sofrer em demasia com as consequências da perda de estrutura e rotina imposta pelo trabalho.

A redução dos laços que existiam no ambiente de trabalho, gera a perda de conexões sociais significativas. Segundo Novaes e Ribeiro (2024), o luto não reconhecido no processo de aposentadoria, pode gerar consequências individuais e sociais:

O luto não reconhecido socialmente pode complicar significativamente o processo de superação da perda, pois o enlutado enfrenta normas rígidas sobre como deve se comportar. A falta de empatia e compreensão por parte da sociedade impede que a pessoa encontre um espaço adequado para expressar seu sofrimento, dificultando a reestruturação pessoal e a atribuição de um novo significado à perda. Isso pode levar a consequências físicas e psicológicas graves, incluindo comportamentos autodestrutivos e até suicídio. A sociedade, ao exigir rapidez e positividade, muitas vezes ignora a necessidade de tempo, solidão e introspecção no processo de luto, o que agrava ainda mais o sofrimento do indivíduo, impedindo mudanças necessárias na vida pessoal. (Novaes; Ribeiro, 2024. p. 13)

A pessoa aposentada, especialmente os idosos, pode não encontrar mais sentido na existência, o que pode contribuir para diversas outras questões, com consequências coletivas e singulares, tais como: idosos que não se preocupam com a sua saúde, por exemplo, se expondo a relações sexuais de risco, que não veem mais sentido na vida e praticam o ato de autoextermínio, ou pelo menos a tentativa, já que não encontram mais motivos para existir. Isso pode gerar problemas individuais, bem como coletivos, tanto em relação a família do aposentado, quando na saúde pública, daí a necessidade de se pensar no cuidado dessa população vulnerável.

A falta de reconhecimento social do luto associado à aposentadoria e a ausência de apoio institucional para quem está nesse processo, corrobora com o aparecimento de questões emocionais, relativas a perda do trabalho, antes não existentes no sujeito que surgem no processo de aposentadoria. Assim, a não validação desse luto dificulta o processo de adaptação e elaboração emocional da transição para a aposentadoria.

A aposentadoria não é apenas uma mudança prática, mas uma transição emocional e psicológica que exige adaptação. O apoio social, o planejamento financeiro e o desenvolvimento de novas atividades significativas são fundamentais para ajudar os aposentados a lidar com o luto associado a essa nova fase de vida. Sendo assim, reconhecer a aposentadoria como um momento de luto pode facilitar o desenvolvimento de estratégias para enfrentar essa transição com maior resiliência e satisfação. (Novaes; Ribeiro, 2024. p. 12)

Assim, tem-se a importância do estabelecimento de políticas públicas para atender esse público, tais como cuidados com a saúde mental, bem como de inclusão de novas rotinas para buscar novos sentidos da vida nesse momento de transição de estágio na sua existência.

As políticas públicas voltadas para a população idosa no Brasil buscam assegurar e garantir os direitos, a dignidade e a qualidade de vida dessa parcela da população. Entre as principais normas, tem-se como referência o Estatuto do Idoso - Lei nº 10.741/2003, que estabelece os direitos fundamentais da pessoa idosa, que visam assegurar a sua proteção integral em diversas áreas, como saúde, educação, trabalho, previdência social, moradia, transporte e cultura. O Estatuto é um marco na consolidação dos direitos sociais da pessoa idosa e visa combater o preconceito e a marginalização.

Antes da consolidação do Estatuto, tinha-se instituída a Política Nacional do Idoso - Lei nº 8.842/1994, que tem como finalidade assegurar os direitos sociais dos idosos, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade, e, essa política fornece diretrizes para que as ações do Estado sejam voltadas à integração do idoso na sociedade, considerando suas necessidades.

No campo da saúde, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, regulamentada pela Portaria nº 2.528/2006 do Ministério da Saúde, busca garantir o envelhecimento ativo e saudável, promovendo a atenção integral à saúde da população idosa. A política enfatiza o atendimento domiciliar, o acolhimento preferencial em unidades de saúde e a formação de profissionais capacitados para atender às especificidades do envelhecimento (Brasil, 2006).

Outro mecanismo importante é o Benefício de Prestação Continuada (BPC), previsto na Lei Orgânica da Assistência Social - Lei nº 8.742/1993, que garante um salário mínimo mensal à pessoa idosa com 65 anos ou mais que comprove não possuir meios de prover sua subsistência, nem de tê-la provida por sua família (Brasil, 1993). Esse benefício contribui para a redução da vulnerabilidade social entre os idosos.

Além das políticas públicas gerais é importante ressaltar políticas específicas de apoio a Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), que buscam garantir melhores condições de vida aos residentes por meio de apoio financeiro, material e técnico, assegurando a qualidade da atenção prestada e o respeito à dignidade humana. Ademais, no enfrentamento da violência contra a pessoa idosa, o Estado promove ações preventivas e mecanismos de denúncia, como o Disque Idoso. Esses serviços são fundamentais para combater os maus-tratos e garantir proteção imediata, conforme preconiza o Estatuto do Idoso (Brasil, 2003).

A promoção do envelhecimento ativo e da participação social também é incentivada por meio de programas que estimulam o envolvimento dos idosos em atividades culturais, esportivas, educativas e de lazer. Essas iniciativas contribuem para a manutenção das capacidades físicas, cognitivas e afetivas da pessoa idosa, conforme destacado pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005).

O acesso a direitos e benefícios, como gratuidade ou descontos no transporte público, atendimento preferencial em serviços de saúde e assistência social, e tarifas reduzidas em eventos culturais e de lazer, é garantido pela legislação e políticas específicas. Tais direitos são essenciais para a inclusão e cidadania dos idosos. Além disso, são promovidas ações voltadas à implantação de programas de saúde, educação e cultura, que visam combater o isolamento social e estimular o desenvolvimento pessoal e a convivência comunitária. Essas medidas buscam fortalecer os vínculos interpessoais e promover o bem-estar da população idosa.

Outro aspecto essencial é o fortalecimento da família e da comunidade, incentivado por meio de programas que promovem o cuidado intergeracional e o apoio à permanência do idoso no convívio familiar e comunitário, prevenindo o abandono e o isolamento. Para que

essas políticas sejam efetivas, é fundamental investir na formação e educação permanente de profissionais de saúde e assistência social, que busca garantir uma atuação qualificada, humanizada e sensível às necessidades específicas da população idosa (Veras, 2003).

Por fim, cabe ressaltar que a formulação e implementação de políticas públicas voltadas para os idosos, como por exemplo, cuidados com a saúde mental, devem considerar as diversas realidades sociais, culturais e econômicas do Brasil, respeitando as diferenças regionais e promovendo a equidade. A participação ativa dos idosos nesse processo é fundamental para que as políticas reflitam suas reais demandas. Além disso, a colaboração entre o Estado, a família, a comunidade e o setor privado se mostra indispensável para o sucesso das iniciativas voltadas à promoção dos direitos da pessoa idosa (Campos; Jorge, 2020).

Diante desse cenário, as políticas públicas voltadas à população idosa assumem um papel crucial. Mais do que garantir direitos básicos como saúde e transporte, essas políticas precisam considerar as dimensões subjetivas do envelhecimento, especialmente em contextos de fragilidade emocional como o que ocorre após a aposentadoria.

Segundo a Organização Mundial de Saúde “envelhecimento ativo é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas”. (OMS, 2005, p.13). Tendo em vista essa definição apresentada, urge a proteção da pessoa idosa, em relação a sua saúde mental. Daí a importância da criação de estratégias terapêuticas para auxiliar na adaptação emocional e na ressignificação dessa fase da vida.

Nesse sentido, é importante destacar o conceito de envelhecimento ativo, proposto pela Organização Mundial da Saúde, que defende a participação contínua do idoso nas atividades sociais, culturais e econômicas da comunidade. A manutenção do envolvimento social é uma estratégia poderosa para combater sentimentos de inutilidade e isolamento, que podem surgir após o fim da vida laboral. Como reforça a OMS (2005), políticas públicas que incentivam a educação continuada, o lazer e o voluntariado contribuem significativamente para que o idoso encontre novos sentidos para sua vida, mesmo fora do ambiente de trabalho.

Ainda merece atenção é a qualificação dos profissionais da saúde e da assistência social, especialmente aqueles que atuam diretamente com o público idoso. A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, oficializada pela Portaria nº 2.528/2006, ressalta a importância da formação contínua desses profissionais, para que estejam preparados não apenas para lidar com doenças físicas, mas também com questões emocionais e sociais que afetam essa faixa etária (Brasil, 2006). Veras (2003) reforça que a promoção da saúde do



idoso precisa ser pensada de forma integral, contemplando os aspectos subjetivos que influenciam diretamente sua qualidade de vida.

Por fim, é fundamental que as políticas públicas incluam ações que incentivem o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários, uma vez que o apoio afetivo é essencial para que o idoso se sinta pertencente e acolhido. O luto vivenciado após a aposentadoria, quando não compreendido ou acolhido, pode gerar impactos negativos. Por isso, investir em espaços de convivência, rodas de conversa, grupos terapêuticos e projetos entre gerações é uma maneira eficaz de integrar os idosos à vida social e combater o sentimento de invisibilidade. Essas ações, quando bem articuladas entre Estado, família e comunidade, fazem toda a diferença, com acolhimento e apoio, na construção de uma velhice mais digna e respeitosa.

As políticas públicas voltadas ao envelhecimento ativo incluem iniciativas que favorecem a participação social, o acesso à educação continuada e a manutenção da saúde física e cognitiva. Nesse sentido, podem ser citadas como possibilidades, os Centros de Convivência do Idoso (CCI) que oferecem atividades de lazer, oficinas socioeducativas e espaços de interação que contribuem para o fortalecimento de vínculos e para a prevenção do isolamento social. Além disso, programas como a Universidade Aberta para a Terceira Idade (UATI/UNATI) possibilitam a inserção dos idosos em atividades formativas, ampliando oportunidades de aprendizagem e estimulando a autonomia e o protagonismo nessa etapa da vida. Somam-se a essas ações os grupos de exercício físico, dança e atividades cognitivas, geralmente promovidos por secretarias municipais, que desempenham papel essencial na promoção da saúde, na melhoria da qualidade de vida e na prevenção de declínios funcionais associados ao processo de envelhecimento.

#### **4.5 Visão clínica e atuação do psicólogo no processo terapêutico de adaptação emocional de pessoas enlutadas**

No que diz respeito à visão clínica e teórica é fundamental que a pessoa em processo de aposentadoria tenha a possibilidade de acesso ao direito fundamental à saúde, em especial, a saúde mental e, que o psicólogo esteja preparado para receber essas demandas. O psicólogo tem um lugar importante no acompanhamento de indivíduos que estão enlutados, ajudando na compreensão e elaboração dessa experiência. Sua função não é apagar a dor da perda, mas acolher o sofrimento e facilitar o processo de adaptação emocional.

O reconhecimento da aposentadoria como uma forma de luto não só valida a experiência dos aposentados, mas também abre espaço para intervenções que podem auxiliar nesse processo. Desta maneira, o reconhecimento social e cultural desse luto pode permitir que os aposentados expressem suas perdas e descubram novas formas de participação social, promovendo um entendimento mais amplo de que o valor e o papel do indivíduo na sociedade vão além do trabalho. (Novaes; Ribeiro, 2024. p. 13)

As abordagens teóricas dentro da psicologia oferecem diferentes manejos clínicos que auxiliam na sua compreensão do luto. Entre elas, a psicanálise tem sido muito utilizada na prática clínica. Na teoria psicanalítica, Freud (2021) foi um dos pioneiros a investigar a temática do luto em profundidade. No processo de luto, o sujeito desloca, pouco a pouco, a energia emocional que havia sido depositada no objeto perdido, permitindo, com o tempo, que essa energia possa ser redirecionada a novas ligações afetivas. Freud também apresenta a diferença entre o luto normal e a melancolia. No luto, há um reconhecimento claro da perda, e a dor, apesar de intensa, tende a diminuir com o tempo. Já na melancolia, a perda não é plenamente consciente, e o sujeito volta sua agressividade contra si mesmo, o que pode gerar sintomas graves, como a autoacusação e a autodesvalorização. Ainda na psicanálise, a autora Melanie Klein (1940) contribui com esse debate, ao apresentar como o luto, angústias relacionadas à perda e destruição dos objetos internos, defendendo que o luto pode se tornar um processo muito mais complexo quando se entrelaça com fantasias inconscientes ligadas à infância e à estrutura psíquica do sujeito.

A atuação clínica com enlutados exige do psicólogo uma escuta atenta e sensível. Em muitos casos, o sofrimento se manifesta de maneira silenciosa, como no luto não reconhecido socialmente. Nessas situações, é fundamental oferecer um espaço onde a dor possa ser nomeada e validada, o que por si só já tem um efeito terapêutico importante, como por exemplo, diminuir a angústia do aposentado, sem sentido existencial, com a perda da identidade profissional.

Destarte, é importante que o aposentado tenha acesso ao cuidado com a sua saúde mental quando passa pelo luto do processo decorrente da aposentadoria, pois, ele é um luto tão complexo, como o da perda de um ente querido. O trabalho terapêutico com enlutados não tem como objetivo apagar a dor, mas ajudar a pessoa a dar um novo significado à ausência e, com boas políticas públicas oferecidas pelo Estado, ele consiga manter sua saúde física e mental em equilíbrio. É essencial que o psicólogo ofereça um espaço seguro, no qual o idoso possa expressar seus sentimentos sem medo de julgamento, para que ele possa encontrar um novo significado a essa etapa da vida.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Refletir sobre as pequenas finitudes é compreender que existem diversos ciclos na existência humana, que em muitos momentos, não são plenamente vivenciados. A aposentadoria, que é uma etapa transição da vida adulta ativa para a velhice, representa uma dessas pequenas finitudes. Essa mudança não envolve apenas alterar o status profissional, mas também uma série de perdas psicológicas e sociais que podem afetar profundamente os indivíduos, e que frequentemente não recebem o devido reconhecimento e apoio adequados.

Esse estudo buscou compreender quais são os impactos psicológicos decorrentes da aposentadoria, que é uma fase que frequentemente passa despercebida ou é mal interpretada pela sociedade. É importante considerar os fatores sociais e culturais que atravessam a experiência do luto, especialmente na aposentadoria. O modo como a perda é vivida pode variar de acordo com a história de vida do indivíduo, seus vínculos familiares e contexto social. Por isso, o psicólogo precisa estar atento a essas variáveis para não cair em generalizações. Muitos idosos, ao se aposentar, perdem seu sentido de existir ou têm muito medo, sobretudo por serem o pilar de sustento financeiro da família, o que torna o processo de aposentadoria mais difícil.

A escuta ética e comprometida é uma das principais contribuições que a psicologia pode oferecer em tempos de dor e perda. O acompanhamento psicológico vai permitir que o idoso, aos poucos, encontre novas formas de se relacionar com a ausência do trabalho e encontre novos sentidos. Isso não significa esquecer-se das coisas boas do trabalho, das conexões feitas com pessoas e das amizades, mas sim reorganizar os laços internos e simbólicos, abrindo espaço para que a vida siga com novos significados em outras potencialidades da existência.

Desse modo, é basilar reconhecer que o luto é parte constitutiva da condição humana. A atuação clínica deve estar fundamentada na empatia, na escuta e na ética do cuidado. Cuidar do sofrimento psíquico é, acima de tudo, sustentar a presença diante da dor do idoso com respeito e humanidade. Assim, este estudo buscou chamar a atenção da sociedade para a complexidade do luto decorrente da transição para a aposentadoria, mostrando que esse processo é legítimo e merece atenção, dado seu impacto sobre a saúde emocional e a qualidade de vida da população idosa.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR**. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ANTUNES, Marcos Henrique; MOREÍ, Carmen Leontina Ojeda Ocampo. **Aposentadoria, saúde do idoso e saúde do trabalhador: revisão integrativa da produção brasileira**. Revista Psicologia: Organizações e Trabalho, v. 16, n. 3, p. 248-258, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.17652/rpot/2016.3.681>. Acesso em 02 set 2025.

ANTUNES, Marcos Henrique; MOREÍ, Carmen Leontina Ojeda Ocampo; SCHNEIDER, Daniela Ribeiro. **Compreendendo o fenômeno da aposentadoria em uma perspectiva relacional: contribuições do pensamento sistêmico**. Pensando Famílias, v. 20, n. 2, p. 70-84, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2016000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2016000200006). Acesso em 02 set 2025.

ARIÉS, Philippe. **História da morte no Ocidente: da Idade Média aos nossos dias**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1975.

BOURDIEU, Pierre. **A economia das trocas simbólicas**. São Paulo: Perspectiva, 2013.

BRASIL. **Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 03 out. 2003. Disponível em: < [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm) >. Acesso em 10 maio 2025.

BRASIL. **Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994**. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 05 jan. 1994. Disponível em: < [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18842.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18842.htm) >. Acesso em 10 maio 2025.

BRASIL. **Lei nº 8.742, de 7 de dezembro de 1993**. Dispõe sobre a organização da Assistência Social e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 08 dez. 1993. Disponível em: < [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18742.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18742.htm) >. Acesso em 10 maio 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006**. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 20 out. 2006. Disponível em: < <https://www.gov.br/mds/pt-br/acesso-a-informacao/legislacao/antigos/portaria-ms-no-2-528-d-e-19-de-outubro-de-2006> >. Acesso em 10 maio 2025.

CAMPOS, G. W. S.; JORGE, M. S. B. **Políticas públicas e envelhecimento no Brasil: desafios para a integralidade do cuidado**. Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 44, n. especial, p. 321-335, 2020.

CARRETEIRO, Teresa Cristina. **História de vida laboral e aposentadoria: uma metodologia em discussão**. Psicologia em Revista, Belo Horizonte, v. 23, n. 1, p. 430-441, 2017. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/psicologiaemrevista/article/view/16702>. Acesso em: 02 set 2025.

CASELLATO, Gabriela. **O resgate da empatia: suporte psicológico ao luto não reconhecido**. São Paulo: Summus, 2015.

CIAMPA, Antonio da Costa. **A estória do Severino e a história da Severina**: uma contribuição para a psicologia das identidades. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2001.

COSTA, Maria Auxiliadora Dessen da PIRES, Raquel Souza Lobo Guzzo. **Aposentadoria**: mudanças psicológicas e luto pela perda do trabalho. *Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 10, n. 1-2, p. 139-158, 1998.

DOKA, Kenneth J. ***Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow***. Lexington, MA: Lexington Books, 1989.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. **Lutos finitos e infinitos**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2021.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. 38. ed. Petrópolis: Vozes; São Leopoldo: Sinodal, 2015.

FREUD, Sigmund. **Luto e melancolia**. In: FREUD, Sigmund. *Obras completas*. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2021. v. 12, p. 170-194.

GARCIA-ROZA, Luiz Alfredo. **Introdução à metapsicologia freudiana**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008. v. 3.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. 2. ed. ampliada. Petrópolis: Vozes, 2022.

KLEIN, Melanie. Luto e depressão. In: KLEIN, Melanie. ***Amor, culpa e reparação e outros trabalhos***. 2. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1991

KUBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a morte e o morrer**. 9. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

LAUWERS, Michel. Morte e mortos. In: LE GOFF, Jacques; SCHMITT, Jean-Claude (Orgs.). **Dicionário analítico do Ocidente medieval**. São Paulo: Ed. Unesp, 2017. v. 2, p. 280-283.

MARX, K. **O capital**: crítica da economia política. São Paulo: Abril Cultural, 1983. (Os Economistas, v. 1).

MATTOSO, José. **Poderes invisíveis**: o imaginário medieval. Lisboa: Círculo de Leitores, 2001.

NEVES, Diana Rebello; NASCIMENTO, Rejane Prevot; FELIX JR., Mauro Sergio; SILVA, Fabiano Arruda da; ANDRADE, Rui Otávio Bernardes de. **Sentido e significado do trabalho**: uma análise dos artigos publicados em periódicos associados à Scientific Periodicals Electronic Library. Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 318–330, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cebape/a/ncWvqK58zG8PqZC5ZQCGz9x/>. Acesso em: 09 maio 2025.

NOGUERA, Renato. **O que é o luto**: como os mitos e as filosofias entendem a morte e a dor da perda. 1. ed. São Paulo: HarperCollins Brasil, 2022.

NOVAES, Lucas Felix; RIBEIRO, Giovanna Vitória. **Uma perspectiva psicanalítica acerca da relação entre luto e aposentadoria**. Revista da Faculdade Paulo Picanço, v. 4, n. 3, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.59483/rfpp.v4n3119>. Acesso em 08 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: OPAS, 2005.

PARKES, Colin Murray. **Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações**. Tradução de Maria Helena Pereira Franco e Maria Regina Borges dos Santos. São Paulo: Summus Editorial, 2009.

PARKES, Colin Murray. **Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta**. Tradução de Maria Helena Pereira Franco. 3. ed. São Paulo: Summus Editorial, 1998.

ROSA, Carlos Mendes; VILHENA, Junia de. **O silenciamento da velhice: apagamento social e processos de subjetivação**. Revista Subjetividades, v. 16, n. 2, p. 9-19, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.5020/23590777.16.2.9-19>. Acesso em: 05 set 2025.

SANTOS, Igor Schutz dos; SIEGA, Caroline Michels; CARVALHO, Fabiana Mendes de. **Programa VIDAS de orientação para aposentadoria: avaliação de reação e impacto**. Revista Psicologia: Organizações e Trabalho, v. 21, n. 1, p. 1374-1378, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/rpot/2021.1.21011>. Acesso em: 05 set 2025.

SEIDL, Juliana; CONCEIÇÃO, Maria Inês Gandolfo; NERY, Maria da Penha. **Aposentadoria e a dificuldade de dizer adeus ao papel profissional**. Revista Brasileira de Psicodrama, v. 26, n. 1, p. 133-139, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20180006>. Acesso em: 02 set 2025.

SENGIK, A. S. & Ramos, F. B. **Concepção de morte na infância**. Psicologia & Sociedade, 25(2), 379-387. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/dpNgmLwyLTrmYqHG4T3zByj/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 23 maio. 2025.

SILVA, Marlice Paulo da; MELO-SILVA, Lucy Leal. **Preparação para a aposentadoria: intervenção em um serviço público municipal**. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, v. 11, n. 2, p. 198-214, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2020v11n2p198>. Acesso em: 02 set 2025

VERAS, Renato Peixoto. **Prevenção de doenças e promoção da saúde do idoso: as ações do Ministério da Saúde**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 11-17, 2003.

WEBER, Max. **A ética protestante e o espírito do capitalismo**. 10. ed. Trad. de Sérgio Farina. São Paulo: Companhia de Bolso, 2004.

WORDEN, J. William. **Tarefas do luto: uma abordagem para o aconselhamento psicológico**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

# **TRANSFORMANDO OS RELACIONAMENTOS: DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS PARA RELACIONAMENTOS CONJUGAIS SAUDÁVEIS**

Myrela Barbosa Vasconcelos

Cleyciane Alves de Faria

José Alberto Manoel dos Santos

**RESUMO** O estudo foca no desenvolvimento de competências emocionais, que englobam a capacidade de promover uma integração saudável entre adultos em seus relacionamentos conjugais, sociais e profissionais. O desenvolvimento dessas competências está associado a ações individuais, como a superação de dificuldades na comunicação não assertiva e a modificação de esquemas desadaptativos, que se formam desde os primeiros anos de vida. A metodologia consistiu em uma busca bibliográfica nas bases de dados Scielo, Pubmed, Google Acadêmico, Capes/Periódicos, PePSIC e BVS Saúde, utilizando os descritores "relacionamentos saudáveis" e "competências emocionais", cobrindo publicações de 2015 a 2025,. Apesar da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e da Terapia do Esquema (TE) possuírem uma base científica sólida, observou-se uma escassez de estudos sobre o tema terapia de casal especificamente voltado para a promoção de relacionamentos conjugais saudáveis. A pesquisa existente tende a se concentrar mais na resolução de conflitos ou na diminuição de sintomas individuais, com predomínio de abordagens individualizadas, espera-se que os achados deste trabalho ofereçam subsídios para o fortalecimento da qualidade relacional e do bem-estar conjugal.

**Palavras-chave:** Terapia de esquema; Terapia comportamental de casal; Relacionamento conjugal; Intervenções Baseadas em Casais.

## **ABSTRACT**

The development of emotional competencies involves the ability to understand and promote healthy integration among adults in marital, social, and professional relationships. The development of such competencies is linked to specific actions that individuals can engage in to learn how to relate effectively, for example, difficulties in assertive communication and the presence of maladaptive schemas are associated with the ways each person learned to relate from their early years of life. A literature search was conducted in the databases Scielo, PubMed, Google Scholar, CAPES Journals, PePSIC, and BVS Saúde, using the descriptors healthy relationships and emotional competencies, covering publications from 2015 to 2025. A total of 25 articles were identified, of which 9 full-text studies were included. Although Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and Schema Therapy present a solid scientific foundation and wide applicability in the treatment of various psychological disorders, there is a noticeable scarcity of studies focused on the theme of learning to love within marital relationships, specifically those aimed at promoting healthy conjugal relationships. Existing research tends to focus on conflict resolution and the reduction of individual symptoms, while the active construction of healthy emotional bonds, grounded in the development of socio-emotional skills and the modification of dysfunctional interaction patterns, still requires deeper investigation. It is concluded that there remains a predominance of individualized approaches. It is hoped that these findings contribute to strengthening relational quality and conjugal well-being.

**Keywords:** schema therapy; behavioral couple therapy; marital relationship; couple-based interventions.

## INTRODUÇÃO

De acordo com a definição de Aaron Beck (1988) os relacionamentos são compreendidos como um sistema de interação influenciados por crenças, pensamentos automáticos, emoções e comportamentos recíprocos. Os indivíduos constroem interpretação sobre o parceiro e a relação com base em esquemas cognitivos formado ao longo da vida, e essas interpretações determinam suas respostas emocionais e comportamentais. Quando as crenças são disfuncionais, como a ideia de abandono, rejeição ou desvalorização, tendem a gerar padrões relacionais prejudiciais, como ciúmes, dependência e hostilidade.

No entendimento da Terapia do Esquema, os relacionamentos amorosos são influenciados pelos esquemas precoces desadaptativos; padrões emocionais e cognitivos amplos Jeffrey Young (2008), formados na infância e reforçados ao longo da vida. Segundo Jeffrey Young, Janet Klosko e Marjorie Weishaar (2008), esses esquemas moldam a forma como os indivíduos percebem a si mesmos, aos outros e às relações íntimas, levando muitas vezes à repetição de padrões disfuncionais de vínculo, como dependência, submissão, desconfiança ou abandono. Esses padrões podem gerar conflitos recorrentes, dificuldades de comunicação e sofrimento conjugal.

Os primeiros estudos e práticas que deram origem à terapia de casal surgiram no início do século XX, nos Estados Unidos e na Europa e forma impulsionado por diferentes vertentes sociais, mas sem embasamento científico. O maior impulso para o desenvolvimento da terapia de casal e família foi no ano de 1950 veio dos estudos antropológicos com pacientes esquizofrênicos e suas famílias. Pesquisadores como Gregory Baterson, Jay Haley, Don Jackson e John Weakland observaram padrões de comunicação disfuncional nas famílias desses pacientes. Esses estudos analisam a influência da dinâmica familiar na saúde mental.

A terapia de casal na literatura científica começou em meados de 1970 (Jacobson, 1978; 1979). Essas pesquisas investigavam a efetividade do treinamento para resolução de conflitos com casais que tinham conflitos graves e comparavam as estratégias adotadas por casais em terapia com aquelas de casais que aguardavam em lista de espera. As díades em



tratamento demonstravam maior capacidade de resolver os conflitos se comparadas com as que ainda não haviam iniciado psicoterapia, tais mudanças se mantinham ao longo do tempo.

Nos anos 1980, foi produzido um número expressivo de estudos sobre terapia de casal na perspectiva comportamental (Baucom, 1982; Jacobson, 1978; 1979; 1984; Jacobson, Follette, Follette, Holtzworth-Munroe, Katt, & Schmaling, 1985; Jacobson, Schmaling, & Holtzworth-Munroe, 1987; Sayers, Baucom, Sher, & Weiss, 1991). As pesquisas nesta área focavam, principalmente, a resolução de conflitos, a comunicação conjugal, a satisfação com o relacionamento, o engajamento na terapia e os comportamentos positivos nas situações envolvendo conflitos graves. O foco era avaliar a eficácia da psicoterapia utilizando medidas pré e pós-tratamento e de follow-up por meio de critérios metodológicos rigorosos.

A obra de Domingos Sávio Neto (2005) tornou-se uma referência central no estudo da terapia de casal no Brasil porque aborda uma lacuna histórica presente na literatura sistêmica. Enquanto a prática clínica tradicional era fortemente centrada no indivíduo, considerando a participação do parceiro como prejudicial ao processo terapêutico, o desenvolvimento da terapia familiar sistêmica direcionou seu foco para a família como unidade, afastando o casal, e o colocando em um papel secundário.

Nesse contexto, o livro de Neto se destaca por apresentar um resgate histórico consistente, analisar criticamente as razões da pouca visibilidade da terapia de casal e oferecer uma abordagem clara, fundamentada e aplicável à prática clínica. Por isso, tornou-se amplamente utilizado em formações e pesquisas, consolidando-se como obra essencial para a compreensão das intervenções conjugais na perspectiva sistêmica.

Tendo em vista, portanto o limitado número de investigação existentes na literatura que abordam a temática da terapia de casal, para relacionamentos maduros e saudáveis, o presente estudo pode viabilizar o embasamento e o aprimoramento de futuras pesquisas e intervenções neste domínio socioemocional.

O presente estudo pretende entender os impactos negativos e positivos dos relacionamentos amorosos, e as repercussões principalmente negativas emocionais decorrentes de alguns padrões que a Terapia Cognitivo Comportamental e a Terapia de Esquemas abordam também analisar de que forma os modos esquemáticos e as crenças interferem na comunicação e na resolução de conflitos conjugais e identificar onde a contribuição da Terapia de casal pode melhorar o fortalecimento da vida conjugal para a prevenção de ciclos relacionais disfuncionais.

## MÉTODO

A partir da leitura criteriosa dos textos selecionado, foi possível observar que este trabalho usa de uma pesquisa bibliográfica, de caráter exploratório, literatura cinzenta e abordagem qualitativa, consiste na análise de publicações já existentes, tais como livros, artigos científicos de obras especializadas em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e Terapia do Esquema (TE), com foco em relacionamentos amorosos e satisfação conjugal.

Durante o levantamento bibliográfico, observou-se que grande parte dos estudos encontrados se concentra em situações de violência doméstica. Contudo, o foco deste trabalho recai sobre relacionamentos conjugais que apresentam dificuldades de convivência, caracterizadas por conflitos recorrentes, falhas de comunicação e padrões interacionais disfuncionais. Trata-se de casais que, apesar das adversidades, optam por permanecer na relação e buscam recursos para aprimorar a qualidade do vínculo.

Essa característica dos estudos chama atenção, pois evidencia uma lacuna importante na literatura: ainda há poucos trabalhos que relacionam a Terapia de Casal especialmente dentro da abordagem da Terapia do Esquema.

Como critérios de inclusão, foram selecionados em português e inglês, que discutem intervenções terapêuticas em contextos conjugais ou familiares. Foram excluídos trabalhos que não apresentavam relação direta com a temática proposta. O material selecionado foi analisado de acordo com a técnica de análise de conteúdo temática, buscando identificar categorias centrais, como padrões disfuncionais de relacionamento, estratégias de intervenção da Terapia Cognitivo Comportamental e propostas da Terapia do Esquema.

A literatura destaca que casais que desenvolvem habilidades de comunicação assertiva, resolução de problemas e regulação emocional apresentam maior satisfação e estabilidade conjugal (Baucom; Epstein, 1990; Dattilio, 2010). No âmbito da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para casais, enfatiza-se que os pensamentos automáticos, as crenças centrais e os esquemas cognitivos moldam a forma como cada parceiro interpreta os comportamentos do outro, podendo gerar distorções cognitivas que alimentam conflitos. Intervenções cognitivas e comportamentais, como reestruturação de pensamentos e treino de habilidades sociais, têm se mostrado eficazes para modificar padrões interacionais disfuncionais e promover maior ajuste conjugal (Dattilio, 2010).

A Terapia do Esquema amplia essa perspectiva ao considerar que muitos conflitos persistentes nos relacionamentos decorrem da ativação de esquemas precoces desadaptativos, formados na infância e reativados na vida adulta em situações de intimidade. Esses esquemas, quando não trabalhados, podem gerar sentimento de rejeição, abandono ou exigência excessiva, impactando negativamente a vida conjugal (Young; Klosko; Weishaar, 2008). Nesse sentido, o fortalecimento da consciência sobre tais padrões e o desenvolvimento de experiências emocionais corretivas constituem elementos centrais para a promoção de relacionamentos saudáveis.

Assim, tanto a TCC quanto a Terapia do Esquema contribuem de forma significativa para compreender e intervir nos relacionamentos conjugais. Ambas as abordagens ressaltam que relacionamentos saudáveis não se estabelecem de forma espontânea, mas demandam investimento contínuo em autoconhecimento, regulação emocional e práticas comunicativas construtivas, o que confirma a importância de intervenções terapêuticas direcionadas à vida conjugal.

Com o objetivo de garantir o rigor metodológico e a qualidade científica da revisão narrativa desenvolvida, foi aplicada a escala SANRA (*Scale for the Assessment of Narrative Review Articles*), técnica proposta por Baethge, Goldbeck-wood e Mertens (2019) para avaliação de revisões não sistemática.

A SANRA compreende seis critérios avaliativos: (1) importância e justificativa do tema; (2) clareza dos objetivos; (3) descrição da busca bibliográfica; (4) fundamentação teórica e referencial; (5) coerência e raciocínio científico; e (6) apresentação dos resultados e conclusões. Cada critério é pontuado de 0 a 2, totalizando um escore máximo de 12 pontos. Essa avaliação contribui para a validação metodológica do estudo, assegurando transparência, coerência teórica e alinhamento às boas práticas internacionais de produção de revisões narrativas em psicologia.

Análise dos dados: os estudos foram analisados a partir da sua abordagem teórica, delineamento, ano de publicação, local de realização, objetivos e principais resultados.

## **RESULTADOS**

O ano de publicação dos estudos encontrados não estão distribuídos igualmente entre 2010 a 2015, período delimitado na busca. Não houve publicações nos anos de 2016, 2017 e 2018, porém, oito dos treze estudos foram publicados entre 2019 e 2020. Esse resultado pode indicar uma necessidade e preocupação crescente dos pesquisadores em desenvolver estudos

sobre as psicoterapias baseadas em evidências a respeito das diversas temáticas que envolvem a conjugalidade e, entre elas, as estratégias de resolução de conflito ainda necessitam ser aprofundadas (Brum et al., 2012; Enéas, 2008; Peuker et al., 2009; Serralta et al., 2011).

Quanto às variáveis de resultado, foram reportadas melhoras no ajustamento conjugal, na capacidade de expressar necessidades e empatia, na comunicação e na resolução dos conflitos, além disso, houve diminuição das respostas hostis entre o casal durante a terapia.

Quanto aos resultados, observa-se que os estudos baseados nas teorias cognitivas comportamentais reportaram aumento no ajustamento conjugal, na regulação emocional, na comunicação, nos comportamentos positivos e na resolução dos conflitos. Houve também diminuição dos sintomas depressivos e da expressão de raiva. Nessa abordagem, a Terapia Comportamental Tradicional de Casal e Terapia de Esquema demonstrou resultados superiores em relação à Terapia Comportamental Integrativa de Casal, durante o tratamento, atribuídos, principalmente, ao acompanhamento do terapeuta. Porém, os resultados não se mantiveram após o término do tratamento.

A Escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles) é um instrumento internacional de avaliação da qualidade de revisões narrativas. Foi aplicada ao artigo intitulado “Transformando os relacionamentos: desenvolvimento de competências emocionais para relacionamentos conjugais saudáveis”.

1. Importância e justificativa do tema: O texto apresenta de forma clara a importância do desenvolvimento de competências emocionais nos relacionamentos conjugais e destaca a lacuna de estudos sobre o tema.
2. Clareza dos objetivos: O objetivo está implícito e coerente, mas recomenda-se apresentá-lo formalmente no final da introdução, com formulação direta do objetivo geral e específicos.
3. Descrição da busca bibliográfica: Sim, descreve detalhadamente as bases de dados utilizadas (SciELO, PubMed, CAPES, PePSIC, BVS Saúde), o período de busca e critérios de inclusão e exclusão.
4. Referenciamento e fundamentação teórica: As fontes são relevantes, atuais e corretamente, fundamentação teórica, com referências clássicas (Beck, Young) e contemporâneas (Leahy, Vargas, Dattilio). Apenas ajustar formatação ABNT.
5. Raciocínio científico e coerência: O artigo demonstra coesão lógica entre as partes e articulação teórica consistente entre TCC, TE e comunicação conjugal.
6. Apresentação dos resultados e conclusões: As considerações finais retomam os objetivos, apontam resultados e sugerem novas perspectivas de pesquisa, evidenciando clareza e relevância prática.

## DISCUSSÃO

A partir da leitura criteriosa dos textos selecionados foi possível observar que os estudos exprimem concordância à relevância da terapia de casal como recurso eficaz para promover melhorias na qualidade dos relacionamentos conjugais. As pesquisas destacam que as intervenções terapêuticas possibilitam o desenvolvimento de habilidades de comunicação, a resolução construtiva de conflitos e o fortalecimento dos vínculos afetivos entre os parceiros. Segundo Baucom, Epstein e LaTaillade (2002), a Terapia Cognitivo-Comportamental aplicada a casais busca identificar padrões de pensamento disfuncionais e desenvolver estratégias mais adaptativas de enfrentamento, favorecendo interações conjugais mais saudáveis.

No campo da Terapia do Esquema, Young, Klosko e Weishaar (2003) ressaltam que muitos conflitos conjugais se originam de esquemas precoces desadaptativos, ativados nas interações íntimas. Dessa forma, a terapia contribui para que cada parceiro reconheça esses padrões, compreenda sua origem e aprenda a construir respostas emocionais mais equilibradas. Estudos empíricos apontam que, quando ambos os parceiros se engajam no processo terapêutico, os resultados tendem a ser mais duradouros, promovendo maior satisfação conjugal, diminuição de comportamentos hostis e aumento da empatia mútua (Dattilio, 2010).

Apesar dos avanços, verificou-se que a produção científica ainda carece de maior aprofundamento, sobretudo em contextos culturais diversos, o que reforça a necessidade de novas investigações para consolidar a eficácia das abordagens e ampliar sua aplicabilidade em diferentes realidades.

Diversos levantamentos nacionais indicam que a produção científica brasileira sobre terapia de casal ainda é limitada. Revisões de literatura, como as realizadas por Crepaldi, Rabuske e Gabarra (2018), Costa et al. (2019) e Scorsolini-Comin e Santos (2010), demonstram que, entre os estudos publicados em periódicos de psicologia, menos de 10% abordam intervenções clínicas com casais. A maior parte da produção concentra-se em temas como satisfação conjugal, comunicação, parentalidade, ciúme e conflitos maritais, sem aprofundar modelos de intervenção ou processos terapêuticos. Assim, evidencia-se uma lacuna significativa na literatura brasileira, especialmente no que se refere à descrição, aplicação e avaliação da eficácia da terapia de casal, o que reforça a necessidade de ampliar pesquisas e registros clínicos voltados especificamente para essa modalidade de atendimento.

Os Estados Unidos foram o lugar com o maior número de publicações, seguidos do Canadá, Noruega e Holanda. A concentração de estudos sobre a temática na América do Norte indica maior investimento em pesquisas científicas, que, inevitavelmente, são utilizadas como critério de comparação em outros contextos. Conforme apontado no estudo de Costa et al. (2016), a predominância de estudos científicos no contexto norte-americano demonstra a influência que outros países recebem da referida “cultura científica” e aponta a necessidade de investimento em pesquisa por parte de outros países. No Brasil, por exemplo, não foi encontrada nenhuma publicação sobre pesquisa em psicoterapia de casal e estratégias de resolução de conflito nos últimos dez anos.

A predominância de ensaios clínicos randomizados entre os estudos investigados pode indicar a preocupação dos pesquisadores em aumentar o rigor metodológico por meio de estudos de eficácia. Embora os ensaios clínicos sem grupo controle, denominados estudos de efetividade, os estudos de caso e os estudos de observação tenham sido menos frequentes, são investigações que também possibilitam avanços em termos de conhecimento científico.

Os estudos experimentais garantem maior controle de variáveis e possibilitam a criação de protocolos e manuais para o tratamento de determinadas psicopatologias e o contexto terapêutico é criado em “laboratório”. Já os estudos quase-experimentais ou de efetividade, os estudos de caso e os estudos de observação alcançam maior validade externa por produzirem situações reais e obterem resultados semelhantes aos da prática profissional na clínica psicológica. As limitações desses delineamentos são a interferência de variáveis ambientais, do terapeuta e do paciente que nem sempre são possíveis controlar (Brum et al., 2012; Peuker et al., 2009; Serralta et al., 2011).

Pode-se dizer que o número de artigos publicados sobre terapia de casais no Brasil é relativamente pequeno. Esses resultados são, em ampla medida, similares aos obtidos por Ferreira (2005), que conduziu uma busca de publicações sobre terapia familiar e de casal em sua análise, Ferreira apontou que, apesar da literatura psicológica ser extensa no Brasil, poucos estudos são dedicados ao processo terapêutico. Vale ainda mencionar que, dos artigos identificados por Ferreira, poucos estavam vinculados à abordagem cognitivo-comportamental e terapia de esquemas.

A Terapia do Esquema, desenvolvida por Jeffrey Young, oferece um modelo integrativo para compreender como experiências precoces disfuncionais moldam padrões duradouros de pensamento, sentimento e comportamento, denominados esquemas desadaptativos precoces (EDPs). Tais esquemas têm origem na infância e adolescência,

geralmente como resultado de vivências negativas com figuras de apego, como abandono, rejeição, negligência, abuso emocional ou superproteção (Young; Klosko; Weishaar, 2008).

A constituição dos EDPs está fortemente vinculada ao ambiente afetivo e relacional em que o sujeito se desenvolve. Desde os primeiros meses de vida, as experiências repetidas — mesmo que não registradas de forma consciente — são codificadas em estruturas cognitivas e emocionais que passam a trabalhar como modelos internos de interpretação da realidade. Esses modelos mentais, ou esquemas, são utilizados pelo cérebro para prever e reagir a experiências futuras, mesmo quando a realidade atual já não corresponde àquelas vividas no passado (Cunha; Vargas, 2021).

Quando as interações precoces são caracterizadas por apoio, previsibilidade e segurança emocional, formam-se esquemas adaptativos, que promovem autonomia, confiança e capacidade de expressar sentimentos de forma saudável. Em contrapartida, quando há exposição crônica a ambientes inseguros, negligentes ou conflituosos, os esquemas desenvolvidos tendem a ser disfuncionais. Tais esquemas carregam memórias emocionais negativas, crenças autodepreciativas e regras rígidas de comportamento; influenciando diretamente a forma como os pares se comunicam e se relacionam na vida adulta.

No contexto dos relacionamentos amorosos, os EDPs têm grande impacto sobre a comunicação interpessoal. Indivíduos com esquemas como abandono/instabilidade, desconfiança/abuso, privação emocional ou defectividade/vergonha podem interpretar falas neutras do (a) parceiro (a) como críticas, rejeições ou ameaças. Essas interpretações distorcidas dificultam a expressão autêntica de pensamentos e sentimentos, levando à comunicação passivo-agressiva, à evitação de conflitos ou à explosividade emocional (Young; Klosko; Weishaar, 2008).

A comunicação assertiva, por sua vez, requer autoconhecimento, regulação emocional e clareza na expressão de desejos, sentimentos e limites. Pressupõe a capacidade de falar por si mesmo(a) sem hostilidade e de ouvir o(a) outro(a) sem defensividade. No entanto, para indivíduos dominados por EDPs, essa forma de comunicação pode ser percebida como ameaçadora ou mesmo impossível, pois seus esquemas ativam reações emocionais automáticas e desproporcionais. Assim, a dificuldade em se comunicar de maneira assertiva muitas vezes não decorre de falta de habilidade social, mas da ativação de esquemas emocionais não elaborados (Delprette, 2005).

Com frequência, esses padrões disfuncionais se manifestam em ciclos relacionais negativos, nos quais os parceiros se comunicam a partir de suas feridas emocionais e reforçam

mutuamente seus esquemas. Por exemplo, alguém com o esquema de abandono pode interpretar o silêncio do(a) parceiro(a) como sinal de rejeição e responder com exigências emocionais excessivas, o que, por sua vez, pode ativar no outro o esquema de subjugação ou privação, perpetuando o conflito.

Nesse sentido, o trabalho psicoterapêutico com foco em esquemas permite identificar esses padrões, compreender suas origens e promover mudanças nas crenças e reações emocionais automáticas. Isso favorece o desenvolvimento da comunicação assertiva como uma ferramenta de construção de vínculos saudáveis, possibilitando ao indivíduo expressar suas necessidades sem recorrer a comportamentos disfuncionais aprendidos na infância.

A reformulação de esquemas desadaptativos é, portanto, um componente fundamental para a melhoria da qualidade dos relacionamentos amorosos, sobretudo no que diz respeito à comunicação. O reconhecimento de que certas reações não se originam no presente, mas em experiências passadas não resolvidas, permite interromper ciclos relacionais destrutivos e estabelecer formas mais autênticas e empáticas de interação afetiva.

De acordo com Aaron Beck (1967, apud Young, Klosko & Weishar, 2008), pioneiro da terapia cognitivo-comportamental, um esquema pode ser compreendido como qualquer estrutura cognitiva ampla utilizada pelo indivíduo para interpretar suas experiências de vida. Já Knapp et al. (2004) complementam que os esquemas envolvem crenças enraizadas sobre si mesmo, sobre os outros e sobre o mundo ao redor. No entanto, Jeffrey Young (2008) amplia esse conceito ao incluir, além das cognições, memórias, emoções e sensações corporais no conteúdo dos esquemas uma abordagem integrativa de base cognitivo-comportamental, a qual incorpora princípios da terapia cognitivo-comportamental tradicional, como a estruturação do processo terapêutico, o foco na resolução de problemas atuais, o uso da psicoeducação para promover a autonomia do paciente, além da compreensão da influência dos pensamentos sobre os comportamentos (Young, Klosko & Weishaar, 2008), enfatizando a revivência afetiva, o vínculo terapêutico como catalisador de transformação e a exploração das experiências precoces. Esses elementos aproximam a Terapia do Esquema de abordagens como a Gestalt e a Psicanálise.

A terapia de esquemas aproxima-se da Gestalt pois o modelo de Jeffrey Young, criador da terapia de esquemas, também se relaciona com a teoria das relações objetais, focando nas necessidades emocionais e na formação de vínculos seguros para o desenvolvimento saudável. As influências da Gestalt-Terapia foco na experiência emocional, a terapia de esquemas



reconhece a importância das emoções, mesmo as desconfortáveis ou difíceis de lidar, ajudando os pacientes a entendê-las e aceitá-las.

Técnicas experienciais: a terapia de esquemas utiliza técnicas da Gestalt, como o trabalho com cadeiras, para que o paciente vivencie suas emoções e padrões de forma mais direta e significativa. Reencenação de experiências: uma das técnicas envolve o contato com a criança interior, permitindo que o paciente trabalhe experiências emocionais corretivas que não ocorreram na infância. E da psicanálise por ser uma abordagem integrativa que inclui conceitos e técnicas dessas outras escolas, como a importância da relação terapêutica e a compreensão da origem dos problemas na infância (psicanálise). A terapia de esquemas dá ênfase à investigação das origens dos problemas psicológicos na infância e adolescência, período em que a maioria das crenças e padrões de comportamento, conhecidos como esquemas, são formados.

Um esquema, para Beck (1982/1979), refere-se a uma rede estruturada e inter-relacionada de crenças que podem ser ativadas ou desativadas conforme a presença ou ausência de experiências estressantes. Segundo Segal (1988), um esquema pode ser definido como um conjunto de “elementos organizados de reações e experiências passadas que formam um corpo de conhecimento relativamente coeso e persistente, capaz de guiar a percepção e a avaliação subsequente” (p. 147). Um esquema é uma estrutura cognitiva que processa informação e que “(...) filtra, codifica e avalia os estímulos aos quais o organismo é submetido.... Com base na matriz de esquemas, o indivíduo consegue orientar-se em relação ao tempo e espaço e categorizar e interpretar experiências de maneira significativa”. (BECK, 1967, p. 283).

Os esquemas contaminam a arquitetura mental do sujeito e governam sua forma de interpretar os acontecimentos, resultando em uma percepção distorcida e tendenciosa, refletindo-se “nas típicas concepções errôneas, atitudes distorcidas, premissas inválidas, metas e expectativas pouco realistas” (p. 284).

A Terapia do Esquema (TE) diferencia-se por atribuir maior relevância às vivências infantis e conjugais e à relação terapêutica como um dos principais instrumentos de transformação. Nesse contexto, as ativações emocionais ocorridas ao longo da terapia são consideradas centrais para o progresso clínico.

A qualidade dos vínculos primários — marcados pela segurança, estabilidade e afeto; tem papel essencial na constituição dos chamados Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs), bem como na estruturação da aliança terapêutica dentro do modelo da TE. Os esquemas são

compreendidos como padrões emocionais amplos e duradouros, compostos por memórias, pensamentos e sensações corporais. São denominados “iniciais” por se originarem em experiências precoces de vida, e “desadaptativos” devido aos prejuízos que acarretam ao funcionamento emocional e interpessoal do sujeito na vida adulta (Wainer, 2016; Young et al., 2008).

Diversos fatores influenciam o desenvolvimento dos esquemas iniciais desadaptativos (EIDs), sendo o temperamento infantil um dos principais elementos relacionados à determinação das necessidades emocionais da criança. Entretanto, é sobretudo a partir das interações com os cuidadores primários que o indivíduo aprende, ao longo do desenvolvimento, se suas necessidades emocionais serão ou não atendidas (Young; Klosko, 2019). Nesse sentido, experiências ambientais precoces – sejam elas extremamente positivas ou adversas – apresentam potencial para modificar o temperamento emocional, como ressaltado por Falcone (2014).

Na vida adulta, os EIDs tendem a se perpetuar por meio de três mecanismos centrais. O primeiro refere-se às distorções cognitivas, que filtram a percepção da realidade de acordo com os esquemas já estabelecidos. O segundo mecanismo envolve os padrões autoderrotistas de comportamento, que ativam e reforçam esses esquemas ao longo do tempo. O terceiro diz respeito às estratégias de enfrentamento utilizadas pelo indivíduo – hipercompensação, evitação e resignação – as quais se assemelham às respostas humanas básicas diante de situações ameaçadoras: lutar, fugir ou congelar (Young et al., 2008).

Embora esses mecanismos tenham exercido papel adaptativo durante a infância, auxiliando na sobrevivência emocional em ambientes adversos, na vida adulta podem resultar em prejuízos significativos, especialmente devido à rigidez com que são empregados (Fassbinder et al., 2016; Wainer, 2016). Atualmente, estão descritos dezoito esquemas iniciais desadaptativos, organizados em cinco domínios esquemáticos, de acordo com as necessidades emocionais básicas não atendidas no desenvolvimento.

A identificação desses esquemas é fundamental no processo clínico da Terapia do Esquema. Para tal, são utilizados recursos como a análise da história de vida do paciente, técnicas de visualização, auto monitoramento, análise situacional e o próprio vínculo terapêutico (Farrell; Reis; Shaw, 2014; Young et al., 2008). Além disso, instrumentos padronizados como o *Young Schema Questionnaire* (YSQ) auxiliam na avaliação quantitativa dos EIDs. Para adultos, o YSQ encontra-se em diferentes versões: o YSQ-S2 avalia quinze

esquemas por meio de 75 itens; o YSQ-S3, por sua vez, contempla dezoito esquemas por meio de 90 itens (Cazassa; Oliveira, 2008; 2016)

Diversas questões culturais e exigências sociais podem estar associadas a esses resultados, de modo que a cultura acaba sendo um aspecto importante nos estilos parentais e atendimento das necessidades emocionais. Portanto, ao compreender os EID's e suas manifestações, é imprescindível levar em conta o contexto em que o indivíduo está inserido (Young et al. 2008).

Os níveis de satisfação conjugal de um indivíduo são influenciados por seus esquemas cognitivos, compreendidos como estruturas mentais estáveis que filtram e organizam a percepção dos acontecimentos e experiências do cotidiano (Young, 2003). Tais esquemas são construídos a partir da interação com o ambiente, especialmente durante a infância, embora possam também ser desenvolvidos na vida adulta (Leahy, 2019). Ainda que alguns esquemas desempenhem funções adaptativas, os estudos na área têm enfatizado, principalmente, aqueles considerados disfuncionais.

Nesse contexto, os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) são definidos como padrões duradouros de funcionamento emocional e cognitivo, formados por experiências e memórias negativas que emergem na infância (Young et al., 2008). Esses padrões refletem necessidades emocionais essenciais que não foram atendidas adequadamente, como o estabelecimento de vínculos seguros, o desenvolvimento da autonomia e da identidade (Young, 2003; Young et al., 2008).

O aumento de estudos sobre a violência conjugal se faz necessário os impactos que ocasionam (Cardoso et al., 2019). O constante desenvolvimento da TE para casais visa possibilitar que os parceiros possam construir relações em que consigam solicitar, receber e atender as necessidades emocionais um do outro, além de romper o ciclo esquemático em que as situações vividas pelo casal perpetuam constantemente a ativação dos esquemas (Reis e Andriola, 2019). De acordo com Chan e Tan (2020), isso favorece o apoio mútuo em interesses, valores e sonhos, aumentando a atração e fortalecendo o vínculo.

Nesse sentido, um olhar para as necessidades emocionais e a qualidade dos relacionamentos pode ser um fator preventivo no desenvolvimento de EID's, conforme observado no artigo de Berlitz e Pureza (2018) sobre empatia, na pesquisa de Paim et al. (2012) que, além da violência conjugal, investiga habilidades de negociação, e no estudo acerca do ajustamento didático na conjugalidade de Vargas e Pureza (2019). Essas pesquisas contrapõe as questões de violência abordadas nos outros estudos, trazendo um olhar

preventivo para a TE e os relacionamentos interpessoais como um veículo para o suprimento das necessidades emocionais. Isso também é observado no estudo de Paim et al. (2012), que além da violência conjugal investiga as habilidades de negociação dos casais, e na pesquisa de Squefi e Andretta (2016) em que a diferença nos EID's entre pais e mães aborda também as habilidades sociais educativas desses cuidadores. Levar isso em conta é necessário para que programas de prevenção possam ser construídos de modo adequado, promovendo experiências reparadoras para os sujeitos. Educadores, por exemplo, podem assumir um papel importante na construção afetiva que constroem com estudantes (Jager & Macedo, 2018).

Um ponto importante de diferenciação nos estudos apresentados é o instrumento utilizado para identificação dos EID's, aspecto sinalizado também na revisão de literatura realizada por Taylor et al. (2016) no Reino Unido. As versões reduzidas do questionário de esquemas de Young (Young Schema Questionnaire – YSQ) para adultos contêm, em relação à versão longa, as sentenças mais representativas para o mapeamento de cada esquema e podem ser menos cansativas para o respondente (Paim & Copetti, 2016).

### **Dificuldade na comunicação conjugal e resolução de conflitos conjugais**

A importância da comunicação assertiva e positiva no relacionamento conjugal, evidencia-se que a comunicação representa um dos pilares essenciais para o sucesso de uma relação, inclusive no que tange à manutenção da atração e do amor. Isso se deve ao fato de a comunicação ser uma das formas mais eficazes de estabelecer confiança e promover o conhecimento mútuo entre os parceiros. Quando há confiança, o indivíduo se sente seguro para expressar seus sentimentos, emoções e opiniões de maneira aberta e sincera (Fonseca; Carvalho, 2016; Afonso, 2018; Gameiro; Corrêa, 2019).

De acordo com Fonseca (2019), a qualidade da comunicação no relacionamento conjugal influencia diretamente aspectos como bem-estar do casal, tipo de vínculo estabelecido, grau de intimidade, modo de coexistência e nível de satisfação. Em síntese, trata-se de um elemento essencial para que a relação seja saudável, funcional e duradoura. Complementarmente, Rebeschini (2016) salienta que é por meio da comunicação que o casal expressa seus desejos, preferências, opiniões, valores e limites. Dessa forma, a construção de uma relação sólida e baseada na confiança depende da capacidade comunicativa do casal, ainda que essa construção envolva desafios como negociação, concessões e acordos. A comunicação assertiva, por sua vez, busca minimizar falhas comuns no processo

comunicacional, como críticas destrutivas, ataques pessoais e julgamentos, que tornam a troca ineficaz ou mesmo inviável (Neufeld; Rangé, 2017). Nesse contexto, Rebeschini (2016) destacam seis benefícios da assertividade: (1) defender os próprios direitos respeitando os direitos alheios; (2) manter honestidade consigo e com os outros; (3) expressar opiniões com clareza, evitando mal-entendidos; (4) afirmar-se sem culpa ou medo de rejeição; (5) manter relações sociais satisfatórias; e (6) reconhecer limitações e valorizar as próprias capacidades, promovendo autoestima.

As habilidades associadas à comunicação assertiva são abordadas por diversos autores, que as descrevem como um conjunto de comportamentos voltados à expressão de opiniões, concordância ou discordância, aceitação e recusa de pedidos, construção de vínculos afetivos e sexuais, expressão de emoções como raiva, e encerramento de relacionamentos (Rebeschini, 2016; Del Prette; Del Prette, 2019; Pantoja; Martins, 2020). Esses comportamentos são fundamentais para a manutenção de uma relação equitativa, na qual ambos os parceiros possam manifestar suas necessidades e pontos de vista, promovendo equilíbrio e cooperação.

Adicionalmente, alguns teóricos voltaram-se ao papel da cognição nos conflitos relacionais. Silva e Paro (2015) argumentam que a disfunção conjugal frequentemente decorre de crenças distorcidas a respeito da relação, como avaliações negativas e expectativas irreais. Tais crenças, por sua vez, podem ser influenciadas por experiências anteriores, modelos familiares ou sociais e histórias afetivas passadas, que moldam expectativas e comportamentos possivelmente incompatíveis entre os parceiros.

Nesse sentido, Rebeschini (2016) e Silva e Paro (2015) observam que, embora intervenções focadas no aprimoramento da comunicação possam ser úteis, elas nem sempre são suficientes para solucionar os problemas conjugais, uma vez que as dificuldades comunicacionais nem sempre constituem a causa primária dos conflitos. No entanto, a comunicação assertiva pode promover um maior conhecimento mútuo, sendo esse um fator essencial para o bom funcionamento da relação conjugal.

Terapia do Esquema, assim como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), propõe uma abordagem que ultrapassa o mero ensino de técnicas comunicativas, atuando diretamente na origem dos padrões cognitivos e afetivos disfuncionais. Por meio dessa intervenção mais profunda, promove-se o autoconhecimento, a reorganização interna e o fortalecimento de vínculos afetivos mais seguros. A reestruturação dos esquemas desadaptativos possibilita aos parceiros o acesso a estados emocionais mais saudáveis, o que favorece a manifestação de comportamentos assertivos, empáticos e cooperativos no contexto da relação conjugal.

A Terapia Cognitivo-Comportamental aplicada a casais tem como objetivo central o aumento da satisfação e do ajustamento conjugal. Para isso, intervém em cognições disfuncionais, padrões de comunicação destrutivos e estratégias inadequadas de resolução de problemas (Gameiro & Corrêa, 2019).

Nesse processo, destaca-se a contribuição de Murta (2005), ao descrever o treinamento em habilidades sociais como composto por duas etapas principais, que podem ocorrer de forma integrada: avaliação e intervenção. A etapa de avaliação envolve a identificação de déficits e excessos comportamentais, seus antecedentes e consequências, as respostas emocionais associadas e as crenças distorcidas que dificultam a emissão de comportamentos socialmente habilidosos. Já na etapa de intervenção, são empregadas diversas técnicas cognitivo-comportamentais, tais como: psicoeducação, ensaio comportamental, feedback corretivo, dramatizações (role-play), reestruturação cognitiva, relaxamento e vivências (em contextos grupais). Essas estratégias visam promover mudanças nos componentes comportamentais, cognitivos e fisiológicos que caracterizam déficits em habilidades sociais (Murta, 2005).

Na (TE – terapia de esquema). Após a avaliação do paciente e a devida psicoeducação realizada pelo terapeuta quanto ao modelo de esquema emocional, cada sessão terapêutica passa a centrar-se na identificação e compreensão das emoções específicas que causam sofrimento ao indivíduo. Nessa abordagem, investigam-se as crenças subjacentes às emoções, bem como as estratégias utilizadas para sua regulação, com o objetivo de compreender como essas crenças e estratégias contribuem para a manutenção ou intensificação dos padrões disfuncionais de enfrentamento.

De modo análogo ao modelo da Terapia Cognitivo-Comportamental, que busca identificar distorções cognitivas, o modelo de esquema emocional propõe que o paciente reflita criticamente sobre as implicações de suas crenças acerca das emoções. A proposta é analisar como diferentes crenças e estratégias regulatórias podem se mostrar mais funcionais e adaptativas.

Este modelo fornece diretrizes para a identificação e modificação de cinco dimensões centrais dos esquemas emocionais: (1) crenças sobre a compreensibilidade das emoções; (2) percepção de sua duração; (3) grau de controle percebido sobre as emoções; (4) relação entre emoções e sentimento de culpa e vergonha; e (5) nível de aceitação das experiências emocionais.

Para abordar essas dimensões, são aplicadas diversas técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental, como a análise das vantagens e desvantagens de determinada crença, a avaliação de evidências a favor e contra a crença, a coleta de dados empíricos, bem como o uso da técnica do duplo padrão. Além disso, utilizam-se experimentos comportamentais e exercícios vivenciais tanto em sessão quanto como tarefas de casa.

A integração dessas estratégias visa a promover modificações nas crenças desadaptativas sobre as emoções, aumentando a capacidade do paciente de tolerar e utilizar suas experiências emocionais de maneira mais funcional. Além disso, favorece a ruptura entre os esquemas emocionais e os estilos de enfrentamento problemáticos, conforme proposto por Leahy, Tirsch e Napolitano (2011). Desse modo, o modelo de esquema emocional fornece uma estrutura abrangente para trabalhar dimensões fundamentais como compreensibilidade, duração, controle, culpa/vergonha e aceitação das emoções.

Alguns pacientes apresentam maior facilidade para identificar determinadas emoções, como a raiva, enquanto demonstram dificuldades em reconhecer sentimentos mais sutis, como a tristeza. Por exemplo, é comum que afirmem: “Estou com raiva porque fui ofendido”, ao passo que expressões como “Sinto-me triste porque acredito que sempre estarei assim” são menos frequentes. Um exemplo elucidativo é o de uma mulher casada que não compreendia os motivos pelos quais se sentia triste, considerando que possuía um relacionamento conjugal satisfatório, uma estrutura familiar estável e segurança financeira. Embora houvesse possibilidade de um componente depressivo de natureza biológica, observou-se que tal paciente havia renunciado à sua carreira jurídica para se dedicar integralmente à maternidade. Contudo, não reconhecia que tal escolha implicava em uma perda significativa de identidade e de senso de competência. Sua autopercepção era permeada por pensamentos como: “Deveria estar feliz” (Leahy, Tirsch & Napolitano, 2011).

Subestimar o impacto de eventos marcantes pode contribuir para a sensação de incompreensibilidade das emoções. É função do terapeuta investigar possíveis origens emocionais, como vulnerabilidades biológicas, experiências da infância, estressores recentes, perdas, conflitos interpessoais ou memórias relevantes. Algumas questões podem auxiliar esse processo investigativo, tais como: “Quais seriam as possíveis razões para que você esteja se sentindo assim?”, “Que pensamentos ou imagens surgem quando sente essa emoção?”, “Que situações parecem desencadeá-la?”, “Há dificuldades atuais que possam justificar esse sentimento?”, ou ainda, “Quais são as primeiras lembranças associadas a essa emoção?” (Leahy, Tirsch & Napolitano, 2011).

Entender a origem e a duração de determinadas emoções torna-se mais viável quando se identificam os gatilhos e os pensamentos concomitantes. No caso da paciente mencionada, observou-se que sua tristeza era intensificada em momentos específicos, como quando seu marido saía para o trabalho ou ao receber notícias de antigos colegas da advocacia. Nessas ocasiões, pensamentos autodepreciativos emergiam, tais como: “Desperdicei minha educação”, ou “Não contribuo com nada”. Ao lembrar-se de seus colegas, surgiam cognições do tipo: “Abandonei uma carreira promissora, vão pensar que fracassei”.

Por vezes, os pacientes passam a compreender melhor seus estados emocionais ao refletirem sobre como outras pessoas poderiam reagir em situações semelhantes. O terapeuta pode, então, intervir com perguntas como: “Se outra pessoa estivesse vivendo a mesma situação, como ela se sentiria?”. Esse tipo de questionamento favorece a normalização das emoções, além de reduzir sentimento de culpa, isolamento ou ruminação. Também contribui para ampliar a visão do paciente sobre estratégias mais funcionais de enfrentamento. No caso relatado, a paciente lembrou a experiência de uma colega que, após sair de uma firma de advocacia para cuidar do filho, decidiu retornar ao trabalho em regime de meio período. Esse exemplo real possibilitou que a paciente considerasse novas alternativas e perspectivas para sua própria situação.

É importante destacar que os indivíduos desenvolvem crenças específicas a respeito da dificuldade em compreender suas emoções, denominadas crenças meta emocionais. Tais crenças, por sua vez, podem acarretar estratégias desadaptativas de enfrentamento. Essa concepção aproxima-se das formulações da Terapia Metacognitiva proposta por Wells (2009), que destaca a influência das crenças sobre os próprios pensamentos na manutenção do sofrimento psíquico. No modelo do esquema emocional, propõe-se que as pessoas também criam teorias pessoais sobre suas emoções, e essas interpretações podem afetar negativamente a forma como experimentam e regulam seus estados afetivos.

O Psicólogo clínico tem um papel importante com a promoção da saúde emocional dos membros do casal e não com a manutenção ou a ruptura do casamento. A rigidez e a estereotipia quase sempre caracterizam a patologia, enquanto a flexibilidade e a possibilidade de mudança apontam para a saúde. Em alguns casos, a mudança de um dos membros do casal em terapia, ou da interação conjugal, leva à ruptura do casamento. Em outros, é a rigidez e a impossibilidade de mudar que levam a tal ruptura.

A terapia de casal pode ser considerada como um caso particular de terapia familiar. As indicações de terapia de casal, para Lemaire (1982), estão sobretudo relacionadas a certos



tipos de funcionamento conjugal onde as codificações tomaram-se mais complexas entre os cônjuges que, ou funcionam de um modo simbiótico, ou, ao contrário, defendem-se intensamente de tudo que poderia ser uma ameaça de funcionamento. É o que leva certas pessoas a brigarem e a ficarem agressivas a partir do momento em que experimentam ternura ou desejo de felicidade fusional ou regressiva. Para estas pessoas aparentemente tão "individualizadas", trata-se de formações reativas muito marcadas.

Na perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), o papel do psicólogo clínico na terapia de casal consiste em atuar como facilitador do processo de mudança, auxiliando os parceiros a compreenderem como seus pensamentos, emoções e comportamentos influenciam a dinâmica relacional. O trabalho do terapeuta é estruturado, diretivo e orientado para metas específicas, envolvendo a identificação de padrões cognitivos disfuncionais que geram conflitos, a promoção da reestruturação de crenças distorcidas e o desenvolvimento de estratégias de comunicação mais assertivas e funcionais. Além disso, o psicólogo realiza psicoeducação, explicando a interação entre cognição e comportamento, reduzindo a culpabilização mútua e incentivando a corresponsabilidade. Outro aspecto fundamental é o treino de habilidades sociais e de resolução de problemas, complementado pela realização de tarefas práticas fora da sessão, permitindo a aplicação das técnicas aprendidas no cotidiano. Assim, a TCC aplicada à terapia de casal possibilita ao psicólogo criar um espaço seguro para a construção de mudanças cognitivas e comportamentais que favoreçam relações mais adaptativas e satisfatórias (Beck, 1976; Epstein & Baucom, 2002; Dattilio, 2010).

Na perspectiva da Terapia do Esquema (TE), o papel do psicólogo na terapia de casal consiste em identificar e modificar os esquemas precoces desadaptativos que são ativados na dinâmica conjugal, influenciando diretamente a forma como cada parceiro interpreta e reage às situações de conflito. O terapeuta atua no mapeamento dos esquemas e modos esquemáticos presentes na relação, como abandono, rejeição, subjugação ou desconfiança, auxiliando os parceiros a reconhecerem como tais padrões, originados em experiências emocionais precoces, repercutem no vínculo atual.

Além da reestruturação cognitiva, a intervenção busca promover experiências emocionais corretivas, possibilitando que necessidades emocionais básicas, como segurança, aceitação e autonomia, sejam atendidas dentro da relação. Nesse processo, o fortalecimento do “Adulto Saudável” é fundamental, pois permite que cada parceiro desenvolva maior capacidade de diálogo assertivo, empatia e regulação emocional, elementos indispensáveis

para a construção de vínculos mais funcionais e satisfatórios. Assim, a Terapia do Esquema aplicada ao casal não se restringe à resolução imediata de conflitos, mas promove transformação profunda dos padrões relacionais, favorecendo um relacionamento mais seguro e equilibrado (Young, Klosko & Weishaar, 2008; Arntz & Jacob, 2013; Simeone-DiFrancesco, Roediger & Stevens, 2015).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A presente revisão narrativa da literatura apresentou de forma abrangente o panorama atual das publicações referentes à terapia de casal, evidenciando sua relevância como recurso terapêutico e de estudos para a promoção de relacionamentos mais saudáveis e satisfatórios. Os estudos analisados apontam que essa modalidade de intervenção é eficaz na identificação e modificação de padrões disfuncionais de interação, no desenvolvimento de habilidades de comunicação e na resolução construtiva de conflitos. Tanto a Terapia Cognitivo-Comportamental quanto a Terapia do Esquema se destacam como abordagens que oferecem ferramentas estruturadas para apoiar o casal na reconstrução do vínculo afetivo, trabalhando aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais que influenciam diretamente a qualidade da relação.

Além disso, observou-se que o sucesso da terapia de casal depende significativamente do engajamento ativo dos parceiros e da capacidade do terapeuta em criar um ambiente seguro e colaborativo. No entanto, apesar dos avanços, a literatura ainda indica a necessidade de aprofundamento das pesquisas, principalmente no que se refere à aplicação dessas abordagens em diferentes contextos culturais e populações específicas. Assim, conclui-se que a terapia de casal é uma intervenção de grande valor clínico, capaz de favorecer mudanças profundas, promover bem-estar conjugal e fortalecer a construção de relações mais saudáveis e duradouras. Portanto, espera-se que novos estudos acerca desta temática sejam realizados visando aumentar a dimensão desta realidade e, deste modo, traçar e promover a criação de novos instrumentos, ações, estratégias sociocognitivas e socioemocionais e intervenções.

## **REFERÊNCIA**

AFONSO, M. L. S. **Comunicação no relacionamento conjugal**. São Paulo: Atlas, 2018.

AFONSO, R. F. **Intervenções psicológicas em casais: abordagens e desafios contemporâneos**. Porto Alegre: Artmed, 2018

ALBERTO, P. A.; TROTMAN, M. M. **Applied Behavior Analysis for Teachers**. 6. ed. Upper Saddle River, NJ: Merrill Prentice Hall, 2003.

ARNTZ, A.; VAN GENDEREN, H. **Schema therapy for borderline personality disorder**. Chichester: Wiley-Blackwell, 2009.

BAETHGE, C.; GOLDBECK-WOOD, S.; MERTENS, S. **SANRA—A Scale for the Quality Assessment of Narrative Review Articles**. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, p. 1–7, 2019.

BAUCOM, D. H.; EPSTEIN, N. **Cognitive-behavioral marital therapy**. New York: Brunner/Mazel, 1990.

BAUCOM, D. H.; EPSTEIN, N.; LATAILLADE, J. J. **Cognitive-behavioral couple therapy**. In: GURMAN, A. S.; JACOBSON, N. S. (orgs.). *Clinical Handbook of Couple Therapy*. 3. ed. New York: Guilford Press, 2002. p. 26-58.

BECK, A. T. **Cognitive Therapy and the Emotional Disorders**. New York: Meridian, 1976.

BECK, A. T. **Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects**. New York: Hoeber Medical Division, 1967.

BECK, A. T. **Love is never enough: How couples can overcome misunderstandings, resolve conflicts, and solve relationship problems through cognitive therapy**. New York: Harper & Row, 1988.

BERLITZ, C. A.; PUREZA, J. R. **Terapia do Esquema: uma revisão teórica sobre seus fundamentos e aplicações clínicas**. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 14, n. 2, p. 94–104, 2018.

CARDOSO, A. P. et al. **Amar um processo terapêutico**. In: SILVA, M. R. (Org.). *terapia de casal*. Cidade:SP Editora Vozes, 2019. p. 25–42.

Crepaldi, M. A.; Rabuske, M. M.; Gabarra, L. M.  
Estudos brasileiros sobre relações conjugais e familiares: uma revisão de literatura. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 34, e34434, 2018.

Costa, C. B.; Penso, M. A.; Legnani, V. N.; Dias, A. C. G.  
Produção científica sobre família e casal na psicologia brasileira: um panorama crítico. *Estudos de Psicologia (Natal)*, v. 24, n. 2, p. 179–188, 2019.

CUNHA, C. F.; VARGAS, A. P. **Esquemas iniciais desadaptativos: modelos mentais formados na infância e sua influência no presente**. São Paulo: Sinopsys, 2021.

CHAN, K. L.; TAN, J. P. . **Love is never**. New York: Meridian, v. 15, n. 3, p. 210–225, 2020.

DATTLIO, F. M. **Cognitive-behavioral couple and family therapy: theory, research, and practice.** New York: Guilford Press, 2010.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Habilidades sociais e relacionamentos interpessoais: teoria e prática.** Petrópolis: Vozes, 2019.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática.** Petrópolis: Vozes, 2005.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia e relacionamento interpessoal: teoria e prática.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2019.

FERES-CARNEIRO, T. **Diferentes abordagens em terapia de casal: uma articulação possível?** Temas em Psicologia, Ribeirão Preto, v. 2, n. 2, p. 53-63, ago. 1994.

FINAMOR, C. C. **Terapia do Esquema: uma compreensão ampliada da personalidade.** Porto Alegre: Artmed, 2019.

FINAMOR, R. S. **Comunicação e vínculo conjugal: aspectos psicológicos e sociais.** Porto Alegre: EDIPUCRS, 2019.

FONSECA, A. C.; CARVALHO, M. P. **A terapia cognitivo-comportamental aplicada à dinâmica conjugal: estratégias e resultados clínicos.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2016.

FONSECA, C. D.; CARVALHO, C. M. **Relacionamentos e comunicação assertiva.** Rio de Janeiro: LTC, 2016.

GAMEIRO, A.; CORRÊA, M. **Terapia de casal: fundamentos e práticas.** São Paulo: Artmed, 2019.

GAMEIRO, M. H.; CORRÊA, M. S. **Terapia Cognitivo-Comportamental com casais.** In: KNAPP, P.; BEVILACQUA, M. C. *Terapia cognitivo-comportamental: fundamentos e aplicações.* Porto Alegre: Artmed, 2019.

GHISIO, E.; ZANATTA, É. A. S.; CREPALDI, M. A. **Esquemas iniciais desadaptativos: associações com estilos parentais e relacionamentos amorosos.** Psico, Porto Alegre, v. 47, n. 2, p. 167-176, 2016. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/20925>.

GILBERT, P. **The compassionate mind: a new approach to life's challenges.** New Harbinger Publications, 2009.

GUIDANO, V. F.; LIOTTI, G. **Cognitive Processes and Emotional Disorders: A Structural Approach to Psychotherapy.** New York: Guilford Press, 1983.

HAACK, K. R.; PRESSI, C.; FALCKE, D. **O poder preditivo de experiências na família de origem, EID's, amor, ajustamento conjugal e clima familiar para a ocorrência de violência física conjugal.** Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 31, 2018.

HACKMANN, A. **Imagery rescripting in posttraumatic stress disorder**. In: L. G. Öst (Ed.), *Cognitive behavior therapy: Applying empirically supported techniques in your practice*. Wiley, 2005.

JAGER, M. E.; MACEDO, R. M. **Competências socioemocionais e o papel do educador no desenvolvimento afetivo dos estudantes**. *Revista Educação em Foco*, v. 23, n. 3, p. 227–245, 2018.

LEAHY, R. L.; TIRCH, D. D.; NAPOLITANO, L. A. **Emotional Schema Therapy: Distinctive Features**. New York: Routledge, 2011.

LEAHY, R. L.; TIRCH, D. D.; NAPOLITANO, L. A. **Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide**. New York: Guilford Press, 2011.

LINEHAN, M. M. **Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder**. New York: Guilford Press, 1993.

LINEHAN, M. M. **DBT® skills training manual**. 2. ed. New York: Guilford Press, 2015.

MARTINS, C. B. **Família e desenvolvimento infantil: um olhar psicossocial**. São Paulo: Cortez, 2009.

MURTA, S. G. **Terapia de casal: aspectos teóricos e intervenções clínicas**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

NETO, O. D. **Jogos Conjugais: Proposta de um Modelo Construcionista Social para Terapia de Casais**. 241 f. Dissertação (Doutorado em Psicologia), PUCRJ, Rio de Janeiro, 2005.

NEUFELD, C. B.; RANGÉ, B. T. **Assertividade: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2017.

OLSON, M. **A lógica da ação coletiva: bens públicos e a teoria dos grupos**. São Paulo: EDUSP, 1999.

PAIM, F. S. **Esquemas desadaptativos e relações conjugais: um estudo exploratório**. 2015. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015.

PAIM, K. Z.; COLLIN, V. M.; CAMARGO, E. L.; DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Habilidades sociais conjugais: um estudo de correlação com satisfação e ajustamento conjugal**. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 8, n. 1, p. 2–10, 2012.

PANTOJA, L. F.; MARTINS, A. C. **Terapia de casal e técnicas de intervenção: contribuições teóricas e práticas**. São Paulo: Artmed, 2020.

PANTOJA, T. M.; MARTINS, C. B. **Habilidades sociais e vínculos conjugais**. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 122-134, 2020.

REBESCHINI, F. **Comunicação e terapia de casais: uma abordagem integrativa**. In: WAGNER, A. (org.). *Estudos sobre conjugalidade e família*. Curitiba: Juruá, 2016.

REBESCHINI, R. C. **A terapia cognitivo-comportamental aplicada aos relacionamentos conjugais**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2016.

REBESCHINI, R. C. **Terapia Cognitivo-Comportamental com Casais: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2016.

ROEMER, L.; ORSILLO, S. M. **Mindfulness - and acceptance - based behavioral therapies in practice**. New York: Guilford Press, 2009.

REIS, L. A.; ANDRIOLA, W. B. **Habilidades sociais**, um estudo exploratório. 2015. Dissertação (Mestrado em Psicologia), v. 25, n. 2, p. 45–60, 2019.

ROGERS, C.; FARSON, R. E. **Active Listening**. Chicago: Industrial Relations Center, University of Chicago, 1957.

**Scorsolini-Comin, F.; Santos, M. A.**

Satisfação conjugal e processos de comunicação em casais: revisão da produção científica nacional. *Psicologia em Estudo*, v. 15, n. 4, p. 749–757, 2010.

SEGAL, Z. V.; WILLIAMS, J. M. G.; TEASDALE, J. D. **Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse**. New York: Guilford Press, 2002.

SELIGMAN, M. E. P. **Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment**. New York: Free Press, 2002.

SILVA, L. C.; PARO, C. A. **Relacionamentos amorosos e resolução de conflitos: uma perspectiva cognitivo-comportamental**. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 20, n. 3, p. 421-430, 2015.

SILVA, R. C.; PARO, M. H. **Crenças disfuncionais e ajustamento conjugal**. *Revista Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 20, n. 4, p. 567-576, 2015.

SIMEONE-DIFRANCESCO, C.; ROEDIGER, R.; STEVENS, B. **Schema Therapy with Couples: A Practitioner's Guide to Healing Relationships**. Hoboken: John Wiley & Sons, 2015.

STREY, M. N. et al. **Assertividade e relações interpessoais**. Florianópolis: UFSC, 2013.  
TONI, C. G.; PAZZETTO, L. A. **Esquemas iniciais desadaptativos e relacionamentos amorosos**. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 15, n. 1, p. 44-53, 2019.

TAYLOR, C. D. J.; BEE, P. E.; HADDEN, K. L.; COLLINS, S. A. **The psychometric properties and factor structure of the Young Schema Questionnaire: Short Form 3 (YSQ-S3)**. *International Journal of Cognitive Therapy*, v. 9, n. 3, p. 259–279, 2016.

TONI, G.; PAZZETTO, G. **Família e identidade: contribuições para o desenvolvimento emocional**. *Revista Brasileira de Psicologia*, v. 12, n. 2, p. 45-57, 2019.

VARGAS, N. S. **Terapia de Casais: Uma Visão Junguiana**. São Paulo: Madras, 2004.

VARGAS, R. G.; PUREZA, J. R. **Terapia do Esquema: conceitos, fundamentos e aplicações clínicas**. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 15, n. 2, p. 100–112, 2019.

WELLS, A. **Metacognitive therapy for anxiety and depression**. New York: Guilford Press, 2009.

YOUNG, J. E. **Esquemas iniciais desadaptativos**. In: CUNHA, L. (Org.). *Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2003. p.258–281.

YOUNG, J. E.; KLOSKO, J. S.; WEISHAAR, M. E. **Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivas para a mudança de padrões de longa duração**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

YOUNG, J. E.; KLOSKO, J. S.; WEISHAAR, M. E. **Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

# O MITO DA ESPONTANEIDADE DO SEXO, UM OLHAR SOBRE A SEXUALIDADE FEMININA

Camila Gabriele Martins de Oliveira <sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria <sup>2</sup>

José Alberto Manuel dos Santos <sup>3</sup>

**Resumo:** A espontaneidade sexual, tradicionalmente entendida como um desejo imediato, tem sido questionada por estudos que apontam a importância de fatores de construção de gênero, emocionais e relacionais na experiência sexual feminina. A literatura evidencia que o mito da espontaneidade está enraizado em construções patriarcais e representações de gênero que reforçam expectativas irreais sobre o prazer e o desejo das mulheres. Diante disso, o presente estudo realizou uma revisão narrativa da literatura com o objetivo de compreender como essa percepção se transformou ao longo do tempo. As buscas foram conduzidas nas bases SciELO, PePSIC e Google Acadêmico, utilizando os descritores: sexualidade feminina, desejo sexual, espontaneidade e gênero, abrangendo publicações de artigos entre 2010 e 2025, além de literatura cinzenta. Foram identificados 51 estudos, dos quais 28 atenderam aos critérios de inclusão, englobando artigos teóricos e empíricos. Os resultados indicam que a compreensão contemporânea do desejo feminino se distancia da linearidade e espontaneidade, aproximando-se de modelos que consideram a complexidade emocional, relacional e contextual do prazer. Conclui-se que desconstruir o mito da espontaneidade é fundamental para a promoção de uma sexualidade mais autêntica e prazerosa, pautada no autoconhecimento e nas expressões sexuais femininas.

**Palavras-chave:** Sexualidade feminina; gênero; sexo; papéis sociais; tabus; mitos; espontaneidade.

**Abstract:** Sexual spontaneity, traditionally understood as a sudden and natural desire, has been questioned by studies that highlight the influence of sociocultural, emotional, and relational factors on women's sexual experience. The literature shows that the myth of spontaneity is rooted in patriarchal constructions and media representations that reinforce unrealistic expectations about female pleasure and desire. Therefore, this study conducted a narrative literature review aiming to understand how this perception has

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC Uberlândia. E-mail: cm0254865@gmail.com

<sup>2</sup> Professora orientadora pela Faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. E-mail: cleycianefaria@gmail.com

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: albert.manoel@hotmail.com



evolved over time. Searches were carried out in the SciELO, PePSIC, and Google Scholar databases, using the descriptors female sexuality, sexual desire, spontaneity, and gender, covering publications between 2015 and 2025. A total of 51 studies were identified, of which 28 met the inclusion criteria, encompassing both theoretical and empirical articles. The results indicate that the contemporary understanding of female desire moves away from linearity and spontaneity, approaching models that consider the emotional, relational, and contextual complexity of pleasure. It is concluded that deconstructing the myth of spontaneity is essential to promote a more authentic and healthy sexuality, based on self-knowledge and female sexual freedom.

**Keywords:** Female sexuality, gender, sex, social roles, taboos, myths, spontaneity.

### **Agradecimentos**

Dedico esse trabalho aos meus avôs, Enes Martins e Odair Francisco, dois trabalhadores incansáveis que, mesmo sem terem concluído os estudos, sempre acreditaram no poder da educação e nunca mediram esforços para que eu pudesse trilhar esse caminho. Esta conquista é de vocês. Com orgulho, hoje vocês formam uma psicóloga.

Por fim, me dedico este trabalho, pela coragem de persistir diante dos desafios, pela determinação em transformar obstáculos em aprendizado e seguir sempre o meu coração.

## 1. Introdução

O estudo sobre a sexualidade feminina abrange uma variedade de temas e tem sido explorado por diferentes áreas do conhecimento, por se tratar de um campo complexo que envolve não apenas aspectos biológicos e comportamentais, mas também sociais, culturais e subjetivos. Em diferentes períodos históricos, a sexualidade das mulheres foi marcada pelo controle e pela repressão, influenciada por discursos normativos e patriarcais. Tais narrativas construíram a imagem da mulher como passiva, submissa e cujo papel principal era o da reprodução (Foucault, 1988; Beauvoir, 2016).

Nesse sentido, crenças culturais como o mito da espontaneidade sexual surgiram a partir dessas visões sobre o que significa ser mulher em nossa sociedade. A importância de refletir sobre esse mito é o questionamento de se o desejo sexual deve surgir naturalmente, de forma imediata e intensa, sem esforço, sem contexto e sem estímulos externos - como se fosse algo inato, sempre presente e previsível. Segundo essa ideia, o desejo aparece "do nada", como uma faísca irresistível, e seria um indicativo de que a pessoa está entregue à relação ou verdadeiramente apaixonada. Entretanto, essa visão é idealizada e irreal, pois ignora a complexidade do desejo humano, especialmente o desejo feminino, que muitas vezes é responsivo - ou seja, desperta a partir de um contexto emocional e psicológico (Basson, 2000).

Para que esse mito surgisse, tabus culturais e sociais exerceram – e ainda exercem - grande influência sobre o comportamento sexual feminino. Muitas mulheres foram criadas em uma sociedade cuja noção de sexualidade era cercada de culpa, vergonha e moralismo - herança de uma tradição ocidental fortemente influenciada por valores cristãos e patriarcais, especialmente a partir do século XIX, quando o controle sobre o corpo feminino se intensificou através de discursos médicos, religiosos e jurídicos. Mesmo atualmente, esse legado ainda persiste e atinge diretamente a percepção que muitas mulheres têm sobre sua corporeidade e sexualidade (Costa, 2013).

Essa repressão histórica tem papel importante para que muitas mulheres encontrem dificuldades em identificar seus estímulos prazerosos, reconhecer o que desperta desejo e expressar abertamente suas vontades e limites. Em determinadas circunstâncias, a ausência de uma educação sexual afetiva e didática agrava esse cenário, limitando o autoconhecimento e dificultando o início de uma prática sexual prazerosa e que envolva liberdade de escolhas (Costa, 2013; Canosa, 2021; Garcia, 2007).

Além disso, as construções sociais de gênero estabelecidas pela sociedade reproduzem a percepção de que as mulheres devem apresentar-se de forma mais passiva e recatada, esperando a iniciativa masculina nos relacionamentos sexuais, enquanto os homens são vistos como os iniciadores e detentores do controle. Essa dinâmica compromete a mulher de experimentar o prazer de forma completa e autêntica, provocando relações sexuais menos satisfatórias e, por vezes, centradas no homem (Butler, 2003). Esse modelo idealizado, sustentado pelo mito da espontaneidade, desconsidera que o desejo feminino pode ser responsivo e construído nas relações, o que pode gerar frustrações e sentimentos de inadequação (Basson, 2001).

Diante do exposto, torna-se evidente que o desejo sexual feminino não pode ser compreendido de forma isolada ou reduzido a questões fisiológicas. Ele é atravessado por construções históricas, morais e sociais que influenciam diretamente a forma como as mulheres se relacionam com o próprio corpo e com o prazer. Em vista disso, o presente estudo objetiva compreender como a crença na espontaneidade sexual influencia as relações amorosas de mulheres e seu impacto no desejo sexual. Para tanto, pretende-se estudar como a pressão social impacta a saúde psicológica e emocional das mulheres ao impor padrões sexuais idealizados, analisar fatores psicológicos, emocionais e fisiológicos na compreensão do desejo sexual, explorar de que forma o comportamento sexual afeta a vivência sexual das mulheres.

## **2. Método**

O presente estudo caracteriza-se por ser uma revisão narrativa descritiva, que consiste em uma pesquisa qualitativa teórica com o objetivo de analisar, interpretar e discutir o conhecimento já existente sobre um determinado tema, utilizando como fontes livros, artigos científicos, teses de mestrado e outros materiais acadêmicos. O propósito foi reunir, examinar e interpretar criticamente produções científicas já publicadas sobre o tema, possibilitando o desenvolvimento de ideias e sugestões teóricas a partir do que foi identificado na literatura.

Para a construção desta revisão, foram selecionados artigos científicos publicados nos últimos dez anos, entre os anos de 2010 e 2025, além de textos de literatura cinzenta sem data específica, a fim de garantir a atualidade das informações. A busca foi realizada em bases de dados científicas como SciELO (Scientific Electronic Library Online), PePSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia) e Google Acadêmico, além de livros, teses de doutorado e documentos disponíveis em sites institucionais confiáveis.

Os descritores (palavras-chave) utilizados na busca foram definidos com base no tema central do trabalho. Dessa forma, foram utilizados o uso de termos: psicologia, sexualidade, Basson, gênero, feminino, sexo, papéis sociais, tabus, mitos, espontaneidade, havendo variações de acordo com os sinônimos e a terminologia específica de cada base consultada.

A relevância de debater esse tema está no fato de que homens e mulheres tendem a assimilar o que a sociedade espera deles, o que pode impactar a forma como percebem o próprio prazer. A ausência de diálogos abertos sobre a sexualidade feminina, somada à falta de uma educação sexual adequada, contribui para a manutenção de mitos que comprometem o bem-estar sexual e reforçam visões distorcidas sobre os papéis de gênero na sociedade. Desse modo, analisar a relação entre espontaneidade e prazer feminino torna-se fundamental para compreender como esses modelos influenciam a vivência da sexualidade.

### **3. Resultados**

A busca realizada nos materiais acadêmicos, identificou 51 referências, utilizando de palavras-chave como norteadoras do trabalho. Entretanto, após uma filtragem dos resultados e aplicação de critério de exclusão mais rigorosos, o estudo foi composto por 28 artigos científicos, além de livros e outros documentos relevantes. Os critérios de inclusão envolveram: textos publicados nos últimos dez anos, em língua portuguesa ou inglesa, sites de instituições acadêmicas e de caráter científico, com acesso disponível na íntegra, e que abordem diretamente o tema proposto.

Os critérios de exclusão foram: trabalhos repetidos nas bases, textos indisponíveis na íntegra, publicações que não tratem especificamente do objeto de estudo ou que não atendam aos critérios mínimos de qualidade científica. Nota-se que, nos estudos sobre a sexualidade predominam temas envolvendo crianças, pessoas LGBTQIAP+, a história da sexualidade, distúrbios sexuais, dentro outros que não caracterizam especificamente o tema proposto nesse trabalho, o que dificultou a busca.

Para garantir a qualidade e a consistência da revisão narrativa, o estudo foi avaliado conforme os critérios da Scale for the Assessment of Narrative Review Articles (SANRA), que considera seis dimensões: justificativa do tema, clareza dos objetivos, descrição da literatura, discussão crítica, adequação das referências e coerência da apresentação. O trabalho obteve pontuação total de 12/12, indicando excelente qualidade metodológica e teórica segundo essa escala (Baethge et al., 2019).

### **4. Discussão**

A partir da leitura criteriosa dos textos selecionados, observa-se que a sexualidade feminina está distante de ser espontânea ou meramente instintiva. Ela foi historicamente moldada por discursos sociais, culturais e morais que impuseram formas específicas de sentir, agir e desejar (Foucault, 1976; Beauvoir, 1949). A ideia de uma sexualidade livre, natural e acessível a todo momento contrasta com as experiências reais das mulheres, que vivem sob a pressão de corresponder a padrões idealizados - muitas vezes inatingíveis - sobre como devem ser seus corpos, seus desejos e seu desempenho sexual (Butler, 1990; Garcia, 2005).

Desse modo, é como se apenas o desejo espontâneo confirmasse a qualidade de uma relação. Conforme demonstrado por autoras como Fine (1988) e Tolman (2002), a sexualidade feminina é construída a partir de normas sociais, que incentivam o prazer masculino em detrimento do prazer feminino, sendo estas vistas apenas como objeto de desejo e não como seres desejantes. Esses padrões, ao serem internalizados, podem gerar efeitos psicológicos e emocionais, como culpa, ansiedade, sensação de inadequação e autoestima baixa (Facchini, 2005; Del Priore, 2011).

Simone de Beauvoir (1949, p. 644) já advertia que a naturalização de aspectos da coletividade humana é equivocada, sendo a mulher um exemplo desse processo histórico-cultural. Reduzida, historicamente à condição de “Outro” frente à figura masculina, sua autonomia foi negada e sua sexualidade regulada por meio de códigos morais e culturais. Assim, muitas mulheres acabam vivenciando sua sexualidade a partir de expectativas externas, em vez de guiarem pelo autoconhecimento e pela liberdade de escolha, o que pode resultar em sofrimento emocional.

A autoria Beauvoir (2008) argumenta que o papel feminino é moldado por padrões sociais e culturais que definem o que é ser mulher. Isso inclui o comportamento sexual que se espera delas, bem como as expectativas geradas em torno disso, como exemplo: que sejam atraentes e desejáveis, mas também recatadas e controladas. Essas contradições impactam o bem-estar psicológico, gerando conflitos internos quando o desejo não está alinhado com as expectativas geradas pela sociedade.

Nesse cenário, a teoria da performatividade de gênero mostra que os comportamentos atribuídos a homens e mulheres não são naturais, mas resultados de repetições sociais e culturais. Os padrões sexuais idealizados, portanto, não emergem de forma espontânea, mas são aprendidos e reforçados ao longo da vida, inclusive por influência da mídia e das redes sociais que estão tão presentes no século XXI. Como consequência, muitas mulheres se compararam a esse modelo e passam a acreditar que não correspondem ao que a sociedade espera (Butler, 2003).

Foucault (1988), por sua vez, mostra como a sexualidade é regulada historicamente por meio de mecanismos de poder. Esses discursos produzem saberes que classificam, normatizam e controlam o desejo, especialmente o feminino. A mulher que não atende ao padrão - seja em aparência, comportamento ou desempenho sexual - é frequentemente vista como inadequada, o que intensifica os efeitos emocionais negativos causados por essa pressão normativa.

Além das questões de gênero, é fundamental considerar também como raça e classe atravessam essas experiências, como propõe Hooks (1995) que amplia essa discussão ao evidenciar que a exigência de conformidade a modelos preestabelecidos impacta de maneiras distintas diferentes grupos de mulheres. No caso das mulheres negras, por exemplo, há um paradoxo: seus corpos são frequentemente objetificados de forma hipersexualizada, enquanto sua individualidade e humanidade são desconsideradas. Dessa forma, uma das limitações das abordagens sobre sexualidade feminina é a tendência de homogeneizar vivências. O estudo sobre sexualidade precisa considerar raça, classe social e contexto histórico, pois a ausência de representações diversas e genuínas do desejo feminino favorece emoções negativas que afetam diretamente a construção da subjetividade e da autoestima (Hooks, 1995).

A partir dessa perspectiva interseccional, o entendimento desejo sexual ganha maior complexidade. O desejo não se restringe a aspectos físicos, abrange toda uma experiência que integra o emocional e o psicológico, podendo ser vivenciado com o outro ou consigo próprio (Abdo, 2004). Essa visão mais ampla ajuda a compreender por que diferentes mulheres experienciam o desejo de formas singulares, influenciadas por suas vivências socioculturais.

Historicamente, porém, os primeiros modelos teóricos não contemplavam essa amplitude. No campo da resposta sexual, os primeiros estudos de Masters e Johnson (1966), descreveram a resposta sexual como um processo linear, composto por quatro fases distintas: excitação, platô, orgasmo e resolução. No entanto, esse modelo deixava de considerar o desejo, componente fundamental da experiência sexual. (Masters & Johnson, 1966, apud Carneiro, 2017; Carvalho & Sardinha, 2017).

Foi somente mais tarde, com o trabalho de Kaplan (1974), que o desejo passou a ser reconhecido como um elemento central da resposta sexual. A autora compreendia o desejo como um estágio que antecede a excitação, caracterizado por sentimentos íntimos, pensamentos e emoções que motivam um indivíduo a buscar ou receber experiências sexuais. Em outras palavras, o desejo não é despertado simplesmente pelo contato físico ou estimulação direta, mas provém de profundas interpretações psicológicas e emocionais de uma pessoa.

Esse entendimento abre caminho para reflexões mais sofisticadas sobre a experiência sexual feminina. Há um consenso de que as zonas erógenas femininas estão distribuídas por todo o corpo, tornando a mulher especialmente sensível ao toque e às carícias. Sua sensualidade, portanto, manifesta-se de maneira mais difusa e gradual, raramente sendo tão imediata ou direta quanto a masculina. Trata-se de uma experiência que envolve uma atmosfera de estímulos sutis, que precisam ser despertados e que reverberam intensamente no desfecho do prazer. (Nin, 2023).

Com esse cenário teórico mais diversificado, outras pesquisadoras avançaram no debate. Basson (2000), em especial, propôs um modelo não linear com foco na sexualidade feminina. Para a autora, o desejo não surge de forma espontânea, pois ele é responsivo, ou seja, aparece ao longo de uma experiência afetiva, relacional ou sensorial. Elementos como vínculo emocional, sensação de segurança e conexão com o(a) parceiro(a) influenciam diretamente o despertar do desejo.

Esses modelos demonstram que o desejo feminino não surge de forma espontânea, contrariando a ideia de que a sexualidade da mulher é naturalmente disponível, o que reforça a crítica ao mito da espontaneidade sexual que permeia o imaginário social.

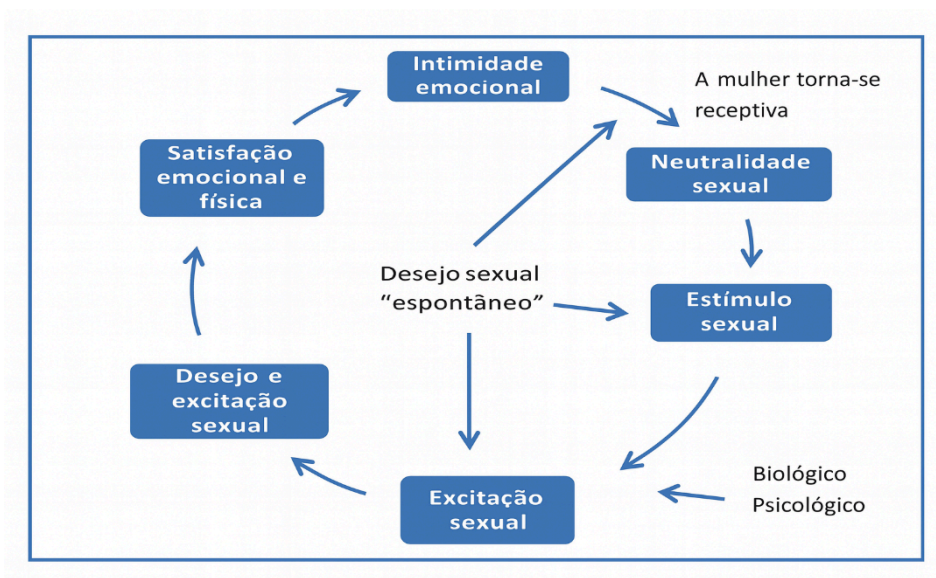


**Figura 1** – Ciclo de resposta sexual feminina, modelo proposto por Rosemary Basson, adaptado de Basson (2002).

No âmbito fisiológico, Sherwin e Gelfand (1987) ressaltam o papel dos hormônios como a testosterona, dopamina, ocitocina na regulação da libido, evidenciando a interação entre o sistema nervoso central e o sistema endócrino. Ainda assim, nenhuma dessas dimensões - fisiológica, emocional ou psicológica - atua isoladamente. O desejo resulta



sempre da interação entre corpo, mente e contexto social, conforme propõe a teoria biopsicossocial, proposta por Engel (1977), amplamente aceita na compreensão da sexualidade humana.

Freud (1905) também contribuiu ao relacionar o desejo sexual às pulsões instintivas da libido, originadas no inconsciente e manifestadas de modos diferentes durante a vida. Para ele, o desejo não é apenas uma resposta física, mas envolve também conflitos internos, repressões e dinâmicas entre o consciente e o inconsciente. A repressão social e moral, nesse sentido, pode gerar tensões psicológicas que afetam diretamente a vivência da sexualidade.

Assim, compreender o desejo sexual requer uma abordagem biopsicossocial, que reconheça que experiências subjetivas, a autoestima, o histórico de vida, os vínculos afetivos e até as normas culturais têm influência direta sobre a sexualidade feminina. A mulher, por exemplo, mesmo possuindo mais zonas erógenas e órgãos voltados exclusivamente ao prazer, como o clitóris, por vezes limita seu autoconhecimento por questões sociais, emocionais, psicológicas e fisiológicas (Ribeiro-Costa, 2013; Miettinen, 2016).

Nesse sentido, a educação sexual das mulheres é frequentemente defasada, tanto no ambiente familiar quanto na escola. Com a falta de informação e de conteúdos pautados no assunto, a relação sexual costuma ser abordada de forma a prevenir gravidez ou a conscientizar sobre infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Em relação ao prazer, pouco se é discutido. O primeiro contato de muitas mulheres para adquirir conhecimento sobre uma relação sexual, acontece por meio da pornografia, por meio de conversas com amigas ou por meio de parceiros sexuais (Garcia, 2007).

A análise da história da sexualidade, revela que a sexualidade é marginalizada socialmente. Segundo Gois (1991, p. 119), as mulheres costumam ser criadas por outras mulheres, em uma sociedade onde a masculinidade e o prestígio do homem ainda exercem grande influência e estão longe de serem apagados. A autora também comenta que as mulheres crescem sendo ensinadas a agir como filhas e mães, sem, no entanto, vivenciarem plenamente o que significa ser mulher em sua totalidade.

Alguns autores, como Diamantino (1993, p. 1017), argumentam que a mulher brasileira, desde o nascimento, já é preparada para o que enfrentará ao longo da vida. Ela é educada para servir, obedecer, casar-se, respeitar o marido, cuidar dos filhos, ser dona de casa e aceitar um trabalho pesado, muitas vezes sem descanso, reconhecimento ou valorização.

Segundo o mesmo autor, espera-se que as meninas aprendam boas maneiras e reprimam seus desejos desde a infância. Na adolescência, elas se veem despreparadas para a vida adulta, o que as leva a negligenciar o próprio prazer, carregando consigo sentimento de

culpa, censura e medo. Durante esse período, dúvidas relacionadas a sexualidade podem acabar sendo embaraçosas e muitas vezes mal respondidas ou até mesmo ignoradas. Caso a jovem deseje algo diferente do que lhe foi ensinado, ela começará a acreditar, consciente ou inconscientemente, que é errado ou inapropriado (Diamantino, 1993)

A pornografia, enquanto uma tecnologia de gênero, desempenha um papel central no processo de interpelação da objetificação social (Zanello, 2022). Apresentada como uma *performance* bastante exagerada das práticas sexuais de um casal, com posições frequentemente desconfortáveis, cenas aceleradas e gemidos altos que parecem mais voltados a impressionar do que a refletir a realidade. Sendo que, tudo é cuidadosamente estruturado para exibir corpos hipersexualizados e estereotipados — como genitálias grandes, ausência de pelos, corpos magros ou extremamente musculosos, sem marcas, celulites ou imperfeições naturais, ignorando as diversidades (Cobo, 2020).

De acordo com Butler (2004), ser homem ou mulher em nossa sociedade é uma identidade construída por meio da *performance*, isto é, por um conjunto de atos repetidos que produzem a sensação de uma essência ou natureza fixa. Para a autora, o discurso não apenas descreve a realidade, mas a constitui, desencadeando os efeitos que ele próprio nomeia. Assim, as categorias de “homem” e “mulher” não são entendidas como dados naturais ou imutáveis, mas como resultado de práticas culturais, normas sociais e expectativas que moldam comportamentos, expressões e modos de existência. A identidade de gênero, portanto, emerge da repetição dessas performances, que acabam por consolidar e legitimar o que é socialmente reconhecido como masculino ou feminino.

Em relação aos números, as mulheres representam aproximadamente 35% do público consumidor da pornografia no Brasil, segundo pesquisas realizadas pelos sites Pornhub e Redtube, o que reforça os estigmas sobre o consumo da pornografia (Pornhub, 2022; RedTube, 2022). Ressaltando que, crenças distorcidas sobre o sexo, podem gerar efeitos que vão além da razão, atingindo também o inconsciente e influenciando o que essas mulheres entendem por uma relação sexual esperada (Zimerman, 2004).

As pessoas mais afetadas pela falsa *performance* sustentada pela pornografia são as próprias mulheres, por dois motivos: a indústria pornográfica tende a tratá-las como objetos e a representação do prazer sexual feminino no cinema nem sempre reflete a realidade. Muitas mulheres passam anos tentando recriar certos comportamentos em suas vidas sexuais, acreditando que há algo errado com elas por não alcançarem o orgasmo ou por não apresentarem o mesmo desempenho das atrizes das produções, presumindo que esse padrão seja o considerado normal (Cobo, 2020).

Naomi Wolf (2012) argumenta que esse tipo de representação afeta diretamente a ligação da mulher com seu próprio prazer. Para a autora, a pornografia contemporânea contribui para uma desconexão entre o desejo autêntico e aquilo que é encenado como desejável. Além disso, Wolf critica a medicalização da sexualidade feminina, que transforma experiências subjetivas, como o prazer, em problemas clínicos quando não seguem os padrões esperados.

A psicóloga e sexóloga brasileira Ana Canosa (2021) é uma das vozes que questionam o papel da pornografia na formação da sexualidade feminina. Ela defende uma abordagem positiva da educação sexual, enfatizando que a autoconsciência e a valorização do corpo feminino são elementos importantes para uma experiência mais plena de prazer. Para Canosa, a ausência de uma educação sexual realista e inclusiva contribui para a manutenção de tabus e para práticas sexuais carentes de escuta e reciprocidade. Sendo que, quando as mulheres aprendem sobre sexo apenas por meio da pornografia, elas tendem a seguir roteiros que ignoram sua subjetividade e limitações, favorecendo relacionamentos centrados no desempenho em vez do desejo genuíno.

Além das influências históricas e culturais que moldam a sexualidade feminina, as percepções das mulheres modernas sobre seus corpos e sobre o prazer também são fortemente influenciadas por padrões estéticos e sociais.

A antropóloga Goldenberg (2020) apresenta uma pesquisa recente que analisa como as mulheres brasileiras percebem seus corpos, vivenciam o prazer, enfrentam o envelhecimento e lidam com os padrões de beleza socialmente impostos. A autora enfatiza que essas pressões externas impactam diretamente a autoestima das mulheres e a maneira como elas vivenciam a sexualidade, muitas vezes criando expectativas irreais e idealizadas que dificultam o reconhecimento e a valorização do próprio corpo e do desejo.

Esse cenário reforça a importância de uma educação sexual que promova o autoconhecimento e o empoderamento feminino. Como ressaltado por Sanchez et al. (2012), a carência de uma educação sexual e a falta de discussões abertas sobre sexualidade contribuem para a manutenção desses modelos, reproduzindo distorções de papéis de gênero nas relações afetivas. Dessa forma, uma abordagem educativa adequada pode favorecer o desenvolvimento de uma relação mais saudável, livre e autêntica das mulheres com sua própria sexualidade.

Mais do que informar, a educação sexual tem o potencial de desconstruir o mito da espontaneidade sexual feminina, a crença de que o desejo e o prazer da mulher surgem de maneira natural e imediata, desconsiderando os contextos emocionais, sociais e culturais que os atravessam. Ao promover o autoconhecimento e o direito de viver o próprio corpo com

liberdade e consciência, a educação sexual torna-se um instrumento de emancipação, permitindo que as mulheres se libertem de expectativas externas e construam uma vivência sexual pautada em autonomia, desejo genuíno e autenticidade.

## **5. Considerações finais**

Os estudos revisados sugerem que a promoção do autoconhecimento e do próprio mito pode influenciar diretamente no fortalecimento do desejo sexual e em práticas sexuais mais autênticas, com mais liberdade e satisfação para as mulheres.

Entretanto, apesar do crescente progresso na área da Psicologia de estudos voltados para o âmbito da sexualidade feminina, ainda existe lacunas a serem preenchidas para que avanços sejam feitos nessa área, pois a vida sexual das mulheres ainda está voltada para o outro e não para si própria.

Essa pesquisa, ao reunir reflexões teóricas sobre a importância de desmitificar a espontaneidade das relações sexuais, a partir de uma análise do ciclo da resposta sexual feminina, visa contribuir para fortalecer sua importância no meio acadêmico de Psicologia e podendo ser relevante para outros estudos que buscam trazer a luz questões da sexualidade feminina, tanto na área acadêmica quanto em casos terapêuticos.

Mas para que isso seja feito é necessário reconhecer e aceitar aquilo que a cultura, por tanto tempo, negou às mulheres: a importância de um exame introspectivo individual. Somente por meio desse processo é possível revelar quem realmente somos, compreender nossos desejos, limites e preferências, e seguir adiante sem culpa ou hesitação, em direção a uma vivência sexual mais autêntica e consciente. (Nin, 2023).

Por fim, como a autora Nin(2023) diz, a mulher do futuro, que na verdade já começa a surgir nos dias de hoje, será plenamente livre de culpas, tanto para criar quanto para se desenvolver pessoalmente. Estará em harmonia com sua própria força, sem precisar associá-la a algo masculino, excêntrico ou artificial. Uma mulher tranquila em seu poder e serenidade, capaz de se relacionar com crianças e homens que, por vezes, ainda a temem.

Embora a sociedade possa sentir-se desconfortável diante dessa evolução individual feminina, isso não precisa ser motivo de conflito, pois, em vez de uma figura dependente, terão uma mulher mais decidida. Assim, a mulher do futuro se apresenta como alguém serena, segura e confiante, uma mulher que reconhece e aprimora suas capacidades, reivindicando com firmeza e equilíbrio o seu próprio espaço.

## REFERÊNCIAS

- ABDO, C. H. N. **Descobrimento sexual do Brasil**. São Paulo: Summus, 2004.
- BASSON, Rosemary. **Using a different model for female sexual response to address women's problematic low sexual desire**. *Journal of Sex & Marital Therapy*, v. 27, n. 5, p. 395-403, 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/713846827>. Acesso em: 11 mar. 2025.
- BASSON, Rosemary. **The female sexual response: A different model**. *Journal of Sex & Marital Therapy*, v. 26, n. 1, p. 51–65, 2000.
- BASSON, Rosemary. **Ciclo de resposta sexual feminina**. Adaptado de Basson (2002). Disponível em: <https://mirianlopesconsultoria.blogspot.com/2017/09/ciclo-de-resposta-sexual-proposto-por.html>. Acesso em: 04/10/23
- BEAUVOIR, S. de. **O segundo sexo: Fatos e mitos**. Tradução de Sérgio Milliet. São Paulo: Nova Fronteira, 2016.
- BEAUVOIR, S. de. **O segundo sexo: Fatos e mitos**. Tradução de Sérgio Milliet. São Paulo: Nova Fronteira, 1949.
- BAETHGE, C.; GOLD, C.; MUNDT, C. The SANRA – **A scale for the quality assessment of narrative review articles**. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 5, p. 1–7, 2019. DOI: 10.1186/s41073-019-0064-8.
- BUTLER, J. **Problemas de gênero: Feminismo e subversão da identidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.
- CANOSA, Ana. **Sexo para adultos – Mas não muito**. São Paulo: Paralela, 2021.
- CARNEIRO, Ana. **Sexualidade feminina: uma abordagem bio-psico-social**. *Revista Brasileira de Sexualidade Humana*, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 22–28, 2017.

CARVALHO, Giselle B.; SARDINHA, Andressa. **Sexualidade e saúde sexual feminina. Revista Brasileira de Sexualidade Humana**, São Paulo, v. 29, n. 2, p. 31–38, 2017.

COBO, Rosa. **Pornografía – El placer del poder**. Barcelona: Penguin Random House, 2020.

COSTA, Renata A. **Corpo, prazer e sexualidade feminina: entraves e possibilidades**. Revista Brasileira de Sexualidade Humana, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 19–24, 2013.

DEL PRIORE, Mary. **Histórias íntimas: sexualidade e erotismo na história do Brasil**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2011.

DIAMANTINO, E.M.V. et al. **Aspectos básicos da sexualidade humana na parte clínica**. Parte I. Femina, v. 21, n. 10, p. 1016-29, 1993<sup>a</sup>.

ENGEL, George L. **The need for a new medical model: a challenge for biomedicine**. *Science*, v. 196, n. 4286, p. 129–136, 1977

FACCHINI, Regina. **Sopa de letrinhas? Movimento homossexual e produção de identidades coletivas nos anos 90**. Rio de Janeiro: Garamond, 2005.

FINE, Michelle. **Sexuality, schooling, and adolescent females: The missing discourse of desire**. Harvard Educational Review, v. 58, n. 1, p. 29-53, 1988. Disponível em: <https://doi.org/10.17763/haer.58.1.u0468k1v2n2n8242>. Acesso em: 11 mar. 2025.

FOUCAULT, M. **História da sexualidade I: A vontade de saber**. Rio de Janeiro: Graal, 1988.

FREUD, Sigmund. **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade**. 1905.

GARCIA, Carla Cristina. **Sexualidades e escolarização: perspectivas pós-estruturalistas**. São Paulo: Cortez, 2005.

GARCIA, Olga Regina Zigelli. **Sexualidades femininas e prazer sexual: uma abordagem de gênero**. 2007. 271 f. Tese (Doutorado em Ciências Humanas) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/90781>. Acesso em: 20 maio 2025.

GOLDENBERG, Mirian. **A Invenção de Uma Bela Velhice**. 2020.

HOOKS, Bell. **Tudo sobre o amor: novas perspectivas**. Tradução de Ana Ban. Rio de Janeiro: Elefante, 2021.

KAPLAN, Helen S. **Disorders of sexual desire**. New York: Simon and Schuster, 1974.

KONTULA, Osmo; MIETTINEN, Anneli. **Determinants of female sexual orgasms**. *Journal of Sex Research*, v. 53, n. 8, p. 954–964, 2016.

MASTERS, W. H.; JOHNSON, V. E. **Human sexual response**. Boston: Little, Brown, 1966.

MIETTINEN, Anneli; KONTULA, Osmo. **Determinants of female sexual orgasms**. *Socioaffective Neuroscience & Psychology*, v. 6, 2016.

NIN, Anaïs. **Ser mulher & outros ensaios**. Tradução de Bruno Alexandre. Porto Alegre: L&PM, 2023.

PORNHUB. **Pornhub 2022 Year in Review**. 2022. Disponível em: <https://www.pornhub.com/insights>. Acesso em: 3 jun. 2025.

REDTUBE. **Insights & Trends**. 2022. Disponível em: <https://www.redtube.com/insights>. Acesso em: 3 jun. 2025.

RIBEIRO-COSTA, R. M. C. **Educação sexual: tabus e desafios**. *Revista Estudos Feministas*, v. 18, n. 2, p. 421–432, 2010.

SANCHEZ, Diana T.; FETTEROLF, Janell C.; RUDMAN, Laurie A. **Eroticizing inequality in the United States: The consequences and determinants of traditional gender role adherence in intimate relationships**. *Journal of Sex Research*, v. 49, n. 2-3, p. 168-183, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.653699>. Acesso em: 11 mar. 2025.

SILVA, M. M. et al. **Sexualidade feminina: compreendendo seu significado**. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, [S. l.], disponível em: <https://www.scielo.br>. Acesso em: 22 maio 2025.

SHERWIN, B. B.; GELFAND, M. M. **The role of androgen in the maintenance of sexual functioning in oophorectomized women.** *Psychosomatic Medicine*, v. 49, n. 7, p. 397–409, 1987. DOI: 10.1097/00006842-198707000-00009.

TOLMAN, Deborah L. **Dilemmas of desire: Teenage girls talk about sexuality.** Cambridge: Harvard University Press, 2002.

WOLF, Naomi. **Vagina: uma biografia.** Tradução de Denise Bottmann. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.

ZANELLO, Valeska. **A prateleira do amor: sobre mulheres, homens e relações.** Curitiba: Appris, 2022.

ZIMERMAN, D. E. **Manual de Psicoterapia de Orientação Analítica.** Porto Alegre: Artmed, 2004.



# DIFICULDADE NO ACESSO A TERAPIA PARA PESSOAS COM TEA NA SAÚDE PÚBLICA:IMPACTOS E BARREIRAS PARA PESSOAS DE BAIXA CONDIÇÃO SOCIOECONÔMICA: UMA REVISÃO NARRATIVA DE LITERATURA

Debora Ribeiro Neris <sup>1</sup>  
Eliza Santos de Oliveira <sup>2</sup>  
Izabel Francisca Borges Silva <sup>3</sup>  
Cleyciane Alves de Fari<sup>4</sup>a  
José Alberto Manoel dos Santos<sup>5</sup>

**Resumo:** Este trabalho, uma revisão narrativa de literatura, aborda a crítica e persistente dificuldade no acesso a terapias para pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), com foco nos impactos e barreiras enfrentadas por indivíduos de baixa condição socioeconômica que dependem do Sistema Único de Saúde (SUS). Intervenções multidisciplinares e acompanhamento pedagógico são cruciais para o desenvolvimento dessas pessoas, mas o cenário no Brasil é preocupante devido à vulnerabilidade social e econômica das famílias. Estudos demonstram longas filas de espera e falta de políticas públicas efetivas relacionadas ao acesso a essas terapias na saúde pública. Para alcançar o objetivo proposto, foi realizada uma revisão narrativa de literatura, que se pautou na busca e análise de artigos científicos e documentos oficiais do governo. A pesquisa foi conduzida nas bases de dados eletrônicas SciELO, Google Acadêmico e Dialnet, utilizando termos-chave relacionados ao TEA, acesso a serviços de saúde, políticas públicas e vulnerabilidade socioeconômica. Observa-se que, apesar da existência de marcos legais importantes, a efetivação do direito à terapia para o TEA é comprometida por significativas barreiras estruturais e sociais. Os resultados apontam a distribuição desigual de serviços, a escassez de profissionais capacitados e a carência de políticas públicas articuladas entre saúde e educação como os principais obstáculos. Fatores econômicos indiretos dificultam a adesão e continuidade do tratamento. Destaca-se que o acesso a intervenções baseadas em evidências é frequentemente restrito às camadas sociais com maior poder aquisitivo, evidenciando uma lacuna de equidade no sistema. Espera-se que estes achados contribuam para o embasamento teórico e prático sobre a temática, promovendo reflexões e ações que visem à ampliação do acesso equitativo às terapias para pessoas com TEA na saúde pública.

**Palavras-chave:** Acesso à terapia; saúde pública; vulnerabilidade social; TEA; revisão narrativa de literatura.

**Abstract:** This study, a narrative literature review, addresses the critical and persistent difficulty in accessing therapies for individuals with Autism Spectrum Disorder (ASD), focusing on the impacts and barriers faced by those of low socioeconomic status who depend on the Brazilian Unified Health System (SUS). Multidisciplinary interventions and educational support are crucial for the development of these individuals; however, the situation in Brazil remains concerning due to the social and economic vulnerability of families. Studies show long waiting lists and a lack of effective public policies related to access to these therapies in public healthcare. To achieve the proposed objective, a narrative literature review was conducted, based on the search and analysis of scientific articles and official government documents. The research was carried out in electronic databases such as SciELO, Google Scholar, and Dialnet, using keywords related to ASD, access to health services, public policies, and socioeconomic vulnerability. It is observed that, despite the existence of important legal frameworks, the implementation of the right to therapy for individuals with ASD is hindered by significant structural and social barriers. The results indicate an unequal distribution of services, a shortage of trained professionals, and a lack of coordinated public policies between health and

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade Esamc Uberlândia. E-mail: [deboraribeironeris@gmail.com](mailto:deboraribeironeris@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade Esamc Uberlândia. E-mail: [elizasantosoliveira08@gmail.com](mailto:elizasantosoliveira08@gmail.com)

<sup>3</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade Esamc Uberlândia. E-mail:

<sup>4</sup> Professora orientadora pela Faculdade Esamc Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU. E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>5</sup> Professor orientador pela Faculdade Esamc Uberlândia. Mestre em psicologia UFU. Email: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

education as the main obstacles. Indirect economic factors also make adherence to and continuity of treatment difficult. It is hoped that these findings will contribute to the theoretical and practical foundation on the subject, fostering reflections and actions aimed at expanding equitable access to therapies for individuals with ASD in public healthcare.

**Keywords:** Access to therapy; public health; low socioeconomic status; narrative literature review.

## Introdução

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que afeta a comunicação, a interação social e o comportamento, sendo reconhecido oficialmente como diagnóstico clínico a partir da década de 1940 e posteriormente ampliado com a publicação do DSM-5 (APA, 2013). Nas últimas décadas, o número de diagnósticos de TEA tem crescido de forma significativa, o que evidencia a necessidade de ampliar o debate sobre as formas de intervenção e o acesso a terapias adequadas. Discutir esse tema é fundamental, pois as terapias voltadas ao TEA desempenham papel essencial no desenvolvimento das habilidades sociais, cognitivas, comunicativas e motoras, contribuindo para a inclusão social e a melhoria da qualidade de vida das pessoas com autismo e de suas famílias.

As terapias utilizadas no tratamento de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) englobam diversas intervenções multidisciplinares que visam ao desenvolvimento das habilidades sociais, comunicativas, cognitivas e motoras, além da redução de comportamentos desafiadores. Entre as mais comuns estão a fonoaudiologia, que trabalha o desenvolvimento da comunicação oral e escrita, além do equilíbrio; a terapia ocupacional, que busca promover as atividades diárias e a adaptação sensorial; a terapia comportamental, que inclui métodos baseados em princípios da análise do comportamento; o acompanhamento pedagógico especializado, fundamental para garantir a inclusão escolar; e a fisioterapia, que auxilia no desenvolvimento motor. Essas intervenções são consideradas eficazes, principalmente quando iniciadas precocemente e adaptadas às necessidades individuais (Genial Care, 2025; Instituto NeuroSaber, 2024; Autismo em Dia, 2022).

No entanto, observa-se no Brasil um cenário preocupante quanto ao acesso a tais terapias, sobretudo para famílias em situação de vulnerabilidade social e econômica que dependem do sistema público de saúde. A vulnerabilidade social envolve condições que expõem indivíduos e grupos a riscos e desigualdades, limitando seu acesso a direitos básicos e reduzindo suas oportunidades de desenvolvimento. Assim, famílias que enfrentam pobreza, baixa escolaridade, dificuldades de acesso a serviços públicos e instabilidade socioeconômica tornam-se mais suscetíveis às barreiras do sistema de saúde. Nesse contexto, a distribuição desigual de serviços especializados, a escassez de profissionais capacitados e a concentração dos centros de atendimento em áreas urbanas mais desenvolvidas constituem barreiras significativas (Roberto et al., 2024).

Além dessas barreiras estruturais, fatores econômicos indiretos como transporte, alimentação e a necessidade de ausência ao trabalho dificultam ainda mais a adesão e a continuidade no tratamento, mesmo quando algum serviço especializado está disponível. Soma-se a isso o desconhecimento dos direitos sociais e a complexidade dos processos burocráticos de acesso aos serviços públicos também agravam a exclusão terapêutica (Roberto et al., 2024).

Neste contexto, torna-se essencial compreender os fatores que contribuem para a escassez de tratamento adequado na rede pública de saúde e os impactos disso no desenvolvimento global das pessoas com TEA. A investigação dessas limitações permite refletir sobre as consequências sociais, econômicas e emocionais da exclusão terapêutica e buscar alternativas para a formulação de políticas públicas mais inclusivas (Roberto et al., 2024).

Outro aspecto crítico é a ausência de informações acessíveis e abrangentes sobre os serviços disponíveis, o que impede muitas famílias de buscar o tratamento adequado, perpetuando a marginalização e dificultando o processo de inclusão social. Políticas públicas intersetoriais e ampliação de campanhas educativas poderiam contribuir significativamente para a reversão desse quadro (Roberto et al., 2024).

Ao evidenciar os desafios e limitações do sistema público de saúde e as barreiras enfrentadas por famílias de baixa renda, a presente pesquisa busca oferecer subsídios para a formulação de políticas públicas que promovam o atendimento adequado e de qualidade, independentemente da condição socioeconômica dos indivíduos, que atendam de maneira igualitária, assegurando o pleno desenvolvimento e a integração social dos indivíduos com TEA.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo apresentar as dificuldades de acesso a serviços de saúde voltados às pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) em situação de vulnerabilidade socioeconômica, analisando as principais barreiras estruturais e sociais que dificultam a efetivação desse direito. Portanto, se realizar uma revisão narrativa das publicações neste campo, especificando o TEA, considerando seu conceito histórico e as necessidades inerentes a esse transtorno, além de refletir sobre o impacto que a ausência ou o acesso limitado a esses serviços pode gerar na qualidade de vida dos indivíduos com autismo e de suas famílias de baixa renda. Ademais, pretende-se discutir o papel das políticas públicas voltadas ao TEA no Brasil e sua contribuição para a promoção da cidadania e inclusão social dessa população.

## **Método**

A presente pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão narrativa, abordagem teórica que analisa e discute criticamente o que já foi publicado sobre o tema de forma flexível e exploratória, permitindo ao autor selecionar e organizar as fontes conforme sua relevância para o aprofundamento desejado. Nesse processo, foram considerados especialmente pertinentes os estudos que abordam o acesso aos serviços de saúde no Brasil, a oferta e distribuição de atendimentos especializados para TEA, aspectos socioeconômicos relacionados à vulnerabilidade social, além das desigualdades que interferem no desenvolvimento infantil e no acesso a intervenções terapêuticas. Também foram incluídas pesquisas que tratam da eficácia, dos desafios e das condições estruturais que influenciam a implementação dessa intervenção no contexto brasileiro. A seleção desse conjunto de materiais possibilitou compreender, de maneira ampla, as barreiras enfrentadas

por famílias de baixa renda no acesso à terapia para crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Para alcançar esse propósito essa pesquisa foi desenvolvida com a análise de fontes teóricas e legais pertinentes ao tema, abrangendo tanto publicações recentes, que refletem os avanços e debates atuais, quanto publicações mais antigas, consideradas clássicas ou fundamentais para a compreensão histórica e conceitual do objeto de estudo, utilizando-se como palavras-chave os termos "Acesso a terapia", "saúde pública" e "baixa condição socioeconômica".

As buscas foram realizadas em bases de dados como SciELO, Google Acadêmico e Dialnet, além da utilização de livros e documentos institucionais que contribuíram para o aprofundamento teórico da temática.

Os critérios de inclusão adotados envolveram artigos científicos publicados na última década, além de literatura cinzenta sem limite de datas, que abordassem o tema de forma coerente e fundamentada, fontes com autores identificados e afiliação institucional, além de livros atualizados e alinhados à realidade brasileira. Por outro lado, os critérios de exclusão compreenderam artigos com informações desatualizadas, revê estudos que abordassem exclusivamente contextos internacionais, sem relação direta com a realidade nacional.

No total, foram encontrados 68 artigos e, após a triagem com base nos critérios estabelecidos, foram selecionados 30 materiais considerados mais relevantes, adotando-se como recorte temporal principal os últimos 20 anos, além da inclusão de literatura cinzenta sem limite de data. Para essa seleção, foram utilizados critérios que envolveram a pertinência temática, privilegiando estudos sobre acesso à terapia, TEA, desigualdades sociais e políticas públicas de saúde, a relevância científica das publicações, a qualidade metodológica, bem como a contribuição analítica para a compreensão das barreiras enfrentadas por famílias de baixa renda. A pesquisa também se fundamentou em dados quantitativos provenientes de instituições como IBGE, OMS, SciELO, Google Acadêmico e Dialnet, aliada ao uso do DSM-5 como referência diagnóstica, além de informações sobre o acesso aos serviços públicos de saúde. Complementarmente, foram

utilizados dados qualitativos obtidos por meio da análise de conteúdo de artigos científicos, livros especializados e documentos institucionais, permitindo uma compreensão aprofundada e contextualizada do tema investigado.

## **Resultados**

A busca dos artigos que compuseram este estudo identificou inicialmente 30 referências sobre dificuldades no acesso a terapias para pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) em condições de vulnerabilidade socioeconômica nas bases de dados SciELO, Google Acadêmico e Dialnet. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 15 publicações foram incluídas na revisão. Entre os estudos selecionados, 80% apresentam desenho transversal, 13,3% são revisões narrativas e 6,7% consistem em análises qualitativas de caso. Quanto ao idioma, 73% das publicações estão em língua portuguesa, 20% em inglês e 7% em espanhol, refletindo a predominância da pesquisa focada no contexto brasileiro, mas com aporte de evidências internacionais.

Na análise dos artigos, observou-se que 67% destacam a distribuição desigual dos serviços terapêuticos especializados, sendo concentrados majoritariamente em áreas urbanas desenvolvidas. Cerca de 60% dos estudos mencionam a escassez de profissionais capacitados na rede pública, enquanto 53% abordam a fragilidade das políticas públicas intersetoriais, especialmente na integração entre saúde, educação e assistência social. Além disso, 47% dos artigos apontam que fatores econômicos indiretos, como transporte, alimentação e perda de renda devido à necessidade de acompanhamento, agravam o acesso e a continuidade dos tratamentos no SUS.

Os resultados indicam que o acesso a intervenções baseadas em evidências, como a Análise do Comportamento Aplicada (ABA), permanece majoritariamente restrito às famílias de maior poder aquisitivo, conforme destacado em 73% dos artigos analisados, evidenciando uma significativa lacuna de equidade social no sistema público. Essa limitação impacta diretamente o desenvolvimento das pessoas com TEA e aumenta a sobrecarga emocional, física e financeira dos cuidadores, tema presente em 60% dos estudos revisados.

Observou-se ainda que nenhum dos artigos incluídos constituiu uma revisão sistemática sobre a temática, o que demonstra a escassez de pesquisas específicas e aprofundadas que abordem a integração das políticas públicas e os desafios reais enfrentados na fase adulta de pessoas com TEA. Tal fato sustenta a necessidade de estudos futuros que possam estabelecer metodologias mais sistemáticas para reunir evidências e propostas de intervenção efetivas.

Por tanto, destaca-se que a temporalidade dos artigos revisados abrange principalmente dos últimos 20 anos além de literatura cinzenta sem limite de data, o qual sinaliza um crescimento recente do interesse acadêmico na área, embora ainda insuficiente para atender às demandas e urgências identificadas na literatura. A situação exposta revela a necessidade urgente de formulação e implementação de políticas públicas mais articuladas, capacitação profissional continuada e ampliação da rede de serviços, visando garantir o direito universal à terapia e inclusão social das pessoas com TEA, independentemente de sua condição socioeconômica.

Esse trabalho foi avaliado pela escala SANRA Escala para Avaliação de Qualidade de Artigos de Revisão Narrativa. A SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles) é uma escala destinada a avaliar a qualidade de artigos de revisão narrativa. Cada item é pontuado de 0 a 2 pontos: 0 = padrão baixo, 1 = padrão médio, e 2 = padrão alto. A pontuação máxima total é 12.

A pontuação atribuída pelas avaliadoras foram 12, considerando as descrições apontadas na tabela.

**Fonte:** autora (2025). Adaptado de BAETHGE; GOLDBECK-WOOD, MERTENS (2019).

## **Discussão**

A partir da análise dos artigos selecionados para esta revisão narrativa, foi possível identificar aspectos recorrentes que evidenciam os principais desafios e avanços relacionados ao acesso às terapias para pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) no contexto da saúde pública. Os estudos apontam para a

persistência de barreiras estruturais, sociais e econômicas que dificultam a efetivação dos direitos garantidos por lei, especialmente entre famílias em situação de vulnerabilidade socioeconômica. Além disso, observou-se a ênfase em discussões sobre a necessidade de fortalecimento das políticas públicas, a importância das intervenções multidisciplinares e a escassez de profissionais capacitados na rede pública de atendimento. De modo a organizar o levantamento dos artigos selecionados, a pesquisa foi dividida em três eixos temáticos principais: políticas públicas voltadas ao Transtorno do Espectro Autista, que tratam dos direitos, programas e estratégias de inclusão social; etiologia do TEA, abordando os fatores associados ao transtorno; e as terapias necessárias ao seu tratamento, destacando as intervenções multidisciplinares e seus impactos no desenvolvimento global dos indivíduos.

## **Políticas Públicas**

Para compreender a importância das políticas públicas na promoção da cidadania das pessoas com TEA, é necessário primeiro entender os conceitos de “política” e “política pública”. Segundo Dworkin (2007), “política é um conjunto de diretrizes que orientam o comportamento de uma sociedade, buscando alcançar objetivos sociais, culturais ou econômicos, promovendo avanços ou evitando retrocessos”. Essas diretrizes moldam decisões que afetam diretamente a vida dos cidadãos, principalmente daqueles em situação de vulnerabilidade.

Nesse contexto, políticas públicas podem ser entendidas como ações planejadas e executadas pelo Estado, geralmente com participação da sociedade civil, visando garantir direitos fundamentais e promover o bem-estar coletivo. Bucci (2006) afirma que “as políticas públicas são essenciais para transformar direitos legais em realidade, especialmente para pessoas com deficiência”. Elas funcionam como ferramentas de inclusão e justiça social (Dworkin, 2007; Bucci, 2006).

As políticas públicas voltadas à inclusão têm como objetivo principal assegurar que grupos historicamente marginalizados tenham acesso aos serviços



sociais e possam exercer plenamente sua cidadania. Com isso, fortalecem tanto a democracia quanto a justiça social. Como afirma Appio (2007), “políticas públicas voltadas à inclusão social têm o objetivo de permitir o acesso de grupos historicamente excluídos aos bens sociais”.

Barcellos (2008) destaca que o conceito de política pública envolve tanto normas quanto ações práticas, cuja efetividade depende da articulação entre Estado e sociedade, fundamentada em valores como dignidade e inclusão. Para Bucci (2002), a formulação e implementação das políticas públicas constitui um processo político e administrativo, que exige uma gestão pública de qualidade e participação ativa da população.

Vallés (2010) acrescenta que essas políticas passam por diversas fases, como a identificação do problema, a formulação de soluções, a implementação e a avaliação, envolvendo diferentes atores, públicos e privados, cujo interesses nem sempre são comuns. Sposati (1995) ressalta que muitas conquistas sociais foram possíveis graças à mobilização da sociedade civil, evidenciando o papel fundamental na transformação de necessidades coletivas em direitos.

Um marco legal importante é a Lei nº 12.764/2012, conhecida como Lei Berenice Piana, que institui a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista no Brasil. Ela reconhece os autistas como pessoas com deficiência, garantindo-lhes os mesmos direitos previstos em outras legislações voltadas a esse público (Brasil, 2012).

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é reconhecido legalmente no Brasil como uma condição incluída na categoria de deficiência para todos os efeitos legais, conforme a Lei nº 12.764/2012, conhecida como Lei Berenice Piana. Tal equiparação permite que pessoas com autismo tenham acesso a direitos e benefícios previstos para pessoas com deficiência, incluindo facilidades relacionadas à mobilidade urbana e veículos automotores (Campos; Lopes, 2019).

No contexto da mobilidade, a Lei nº 8.989/1995 assegura a isenção do Imposto sobre Produtos Industrializados (IPI) na aquisição de veículos para pessoas

com deficiência, incluindo expressamente aquelas com TEA. Essa isenção pode ser utilizada para veículos novos com preço limitado a R\$ 200.000,00 e não exige que o beneficiário seja o condutor, desde que haja indicação de condutores habilitados, facilitando o acesso do autista a transporte individual adaptado às suas necessidades (Campos; Lopes, 2019).

Além do IPI, o autista tem direito à isenção do Imposto sobre a Propriedade de Veículos Automotores (IPVA), regulamentado em âmbito estadual. Para usufruir desse benefício, deve ser apresentado um laudo médico detalhado, emitido por especialistas, que comprove o diagnóstico e demonstre a necessidade de transporte adaptado devido às limitações decorrentes do TEA. Em muitos estados, o pedido deve ser protocolado na Secretaria da Fazenda local, podendo ser conduzido também por representante legal (Âmbito Jurídico, 2025).

Complementarmente, a legislação garante o direito a vagas especiais de estacionamento, conforme o artigo 7º da Lei nº 10.098/2000, assegurando a reserva de vagas próximas aos acessos para veículos que transportem pessoas com deficiência com dificuldade de locomoção. Pessoas com autismo podem requerer o cartão DEFIS para utilização dessas vagas, contribuindo para a inclusão social e reduzindo o desgaste relacionado ao transporte público (Campos; Lopes, 2019).

Para facilitar a identificação e garantir prioridade no atendimento, leis estaduais instituem carteiras de identificação específicas para pessoas com TEA, como a Carteira de Identificação da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista (CIPTEA), que auxilia no acesso a serviços públicos e privados, reforçando a proteção legal e a promoção da inclusão social (Campos; Lopes, 2019).

No ano de 2011, antes da promulgação da Lei nº 12.764, foi instituída no Distrito Federal a Lei nº 4.568, que estabelece a obrigatoriedade de o Poder Executivo garantir atendimento especializado, educação adequada e assistência específica às pessoas com TEA, independentemente da idade. Essa legislação também determina que o Estado seja responsável pela capacitação dos profissionais de saúde que atuam diretamente com esse público, além da criação de especializações em determinados cursos de graduação (Brasil, 2011).

No ano de 2015, a Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo aprovou a Lei nº 15.668, que define diretrizes para políticas de diagnóstico precoce e tratamento dos sintomas relacionados ao TEA no sistema de saúde. Essa norma prevê o fornecimento de medicamentos, incentivo à produção científica, programas de detecção precoce e atendimento multidisciplinar. Contudo, não especifica o volume de recursos destinados à sua execução, tampouco a forma como se dará o acesso aos demais serviços (São Paulo, 2015).

Em 2018, tanto o Distrito Federal quanto o Estado de São Paulo instituíram novas legislações voltadas às pessoas com TEA. Em São Paulo, a Lei nº 16.756 determinou que estabelecimentos públicos e privados que oferecem atendimento prioritário incluam os autistas nessa categoria, utilizando como símbolo identificador a “fita quebra-cabeça” em suas placas sinalizadoras (São Paulo, 2018).

No mesmo ano, no Distrito Federal, a Lei nº 6.193 reconheceu os indivíduos com TEA como pessoas com deficiência, assegurando-lhes o direito ao atendimento prioritário. Entretanto, a legislação não exige que os locais de atendimento apresentem sinalização específica para essa finalidade (Distrito Federal, 2018).

Posteriormente, em 2019, o Estado de São Paulo sancionou a Lei nº 17.158, que institui a Política Estadual de Proteção dos Direitos da Pessoa com TEA. Esse dispositivo incorpora direitos já previstos na Lei nº 12.764/2012, amplia o incentivo à pesquisa científica, prevê a capacitação de profissionais da área e atribui ao poder público a responsabilidade pela difusão de informações sobre o TEA (São Paulo, 2019).

A Análise do Comportamento Aplicada (Applied Behavior Analysis – ABA) tem sido amplamente utilizada para identificar comportamentos que precisam ser trabalhados e proporcionar intervenções eficazes (Camargo; Rispoli, 2013). O programa TEACCH (Treatment and Education of Autistic and Related Communication-Handicapped Children), iniciado em 1972 na Universidade da Carolina do Norte, sob coordenação do Prof. Eric Schopler, oferece serviços, treinamentos e intervenções especialmente estruturadas para atender às

dificuldades específicas das pessoas com autismo, por meio do chamado “ensino estruturado” (Mesibov; Shea, 2010).

Além da escolha adequada das terapias, sua duração e frequência são essenciais para maximizar os resultados; recomenda-se intervenção intensiva de 25 a 40 horas semanais, especialmente na idade pré-escolar, com sessões de pelo menos 45 minutos realizadas três vezes por semana (Dawson, 2010). A atenção ao autismo tem crescido mundialmente devido ao aumento do número de diagnósticos. Nos Estados Unidos, dados do CDC indicam que cerca de 1 em cada 68 crianças de 8 anos foi identificada com TEA (Christensen et al., 2016). No Brasil, a prevalência do autismo ainda é pouco conhecida por falta de estudos epidemiológicos e dados do censo nacional; contudo, estimativas sugerem cerca de 1,2 milhão de pessoas com autismo, número que exigiria quase 40 mil instituições para atendimento adequado (Mello et al., 2013). Em Santa Catarina, a prevalência em 2006 foi estimada em 1,31 por 10.000 habitantes (Ferreira, 2008),

O artigo 3º da Lei nº 12.764/2012 assegura o acesso à saúde, educação, trabalho, previdência, assistência social, moradia e transporte, enquanto o artigo 2º estabelece como diretrizes a participação da sociedade civil e a responsabilidade do Estado na execução dessas garantias (Brasil, 2012).

No entanto, estudiosos como Oliveira e Schmidt (2019), Souza e Santos (2017) e Lima (2020) apontam fragilidades na implementação dessa legislação, destacando obstáculos como a escassez de profissionais especializados, a ausência de equipes multidisciplinares nas instituições escolares e a falta de políticas públicas articuladas, fatores que comprometem a efetividade dos direitos previstos. Esses autores enfatizam que, sem instrumentos concretos e planejamento adequado, as garantias legais dificilmente se materializam em práticas inclusivas no cotidiano das pessoas com TEA. Nesse cenário de lacunas estruturais, os Centros de Atenção Psicossocial Infanto-Juvenis (CAPSij) emergem como peças fundamentais no cuidado a essa população, pois desempenham um papel central na oferta de atendimento especializado e sustentam uma concepção ampliada de cuidado que ultrapassa os limites da clínica tradicional (Borges; Desviat; Lima, 2017)

Essas instituições buscam promover práticas territorializadas, interdisciplinares e contínuas, que abrangem a inclusão social dos indivíduos e a participação de seus familiares no processo de cuidado. Nesse sentido, os CAPS consolidam-se como instrumentos estratégicos para a efetivação das políticas públicas de saúde mental, articulando diferentes serviços da rede e contribuem para o fortalecimento da cidadania das pessoas com TEA (Borges; Desviat; Lima, 2017).

É importante destacar que o CAPSi não substitui os serviços voltados especificamente à reabilitação. Enquanto o CAPSi realiza acolhimento e acompanhamento psicossocial, a reabilitação envolve intervenções mais direcionadas ao desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e comunicativas, geralmente oferecidas por outros serviços da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), como os Centros Especializados em Reabilitação (CER). A articulação entre esses diferentes pontos da rede é essencial para garantir um atendimento integral às pessoas com TEA, contemplando suas múltiplas necessidades (BRASIL, 2015).

O Sistema único de saúde SUS é uma política pública estruturada pelos princípios da universalidade, integralidade e equidade, buscando garantir acesso e qualidade nos serviços de saúde. Ele se organiza a partir de diretrizes de descentralização, regionalização e controle social, permitindo que os serviços estejam próximos às comunidades e que a população participe da gestão, destacando-se a atuação dos Conselhos e Conferências de Saúde (Brasil, 2005).

A partir da Portaria MS/GM nº 4.279/2010 e do Decreto nº 7.508/2011, o SUS passou a se orientar pela criação das Redes de Atenção à Saúde (RAS), que integram ações e serviços de diferentes complexidades para oferecer cuidado contínuo, integral, de qualidade e humanizado, promovendo também eficiência econômica e eficácia clínica (BRASIL, 2010; 2011a).

Dentro dessas redes, a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) é priorizada pelo Ministério da Saúde, junto com outras redes, como a Rede de Urgências, Rede Cegonha e Rede de Cuidados à Pessoa com Deficiência, sendo o desafio garantir não apenas sua implantação, mas também a coordenação e a corresponsabilidade

do cuidado, considerando a singularidade de cada usuário (Brasil, 2011b; 2011c; 2011d; 2012).

O SUS recebeu o anúncio de um aporte de R\$ 540 milhões para a Rede de Cuidados à Pessoa com Deficiência, incluindo previsão de 20% a mais no custeio dos Centros Especializados em Reabilitação (CER) que atendem pessoas com TEA. Entretanto, análises sobre o impacto do uso de medicamentos, como a risperidona, apresentam projeções em dólares internacionais, sem detalhamento em reais do custo por paciente no país (Ministério da saúde, 2023; Lopes; Itria; Lopes, 2023).

Em 2021, o SUS registrou 9,6 milhões de atendimentos ambulatoriais a pessoas com TEA, sendo 4,1 milhões em crianças de até nove anos, o que evidencia a demanda significativa. No entanto, ainda não existem dados consolidados sobre custos médios por sessão de terapias multiprofissionais (fonoaudiologia, terapia ocupacional, psicoterapia) no âmbito público (Ministério da Saúde, 2022).

Estudos de análise de impacto orçamentário apontam que o custo de medicamentos como a risperidona deve considerar não apenas o preço do fármaco, mas também os custos de monitoramento clínico, como exames e consultas, que representam parcela importante do gasto total. Apesar disso, não há estimativas publicadas em reais sobre o impacto financeiro individual por paciente no SUS (Lopes; Itria; Lopes, 2023)

O governo federal e os estados também têm investido em infraestrutura para ampliar o atendimento. Além da expansão dos CERs e CAPSi, estados como o Espírito Santo anunciaram centros especializados, como o CETEA, com custo mensal de R\$ 600 mil para atender à demanda regional. Essa realidade mostra exemplos concretos de financiamento municipal e estadual em apoio às políticas nacionais (Prodest; Sesa, 2024).

As políticas recentes reforçam a importância da alocação de recursos, mas ainda enfrentam obstáculos de execução. Linhas de cuidado publicadas pelo Ministério da Saúde apontam estratégias de estimulação precoce, reabilitação

multiprofissional e projetos terapêuticos singulares, mas sua implementação esbarra na escassez de infraestrutura e de profissionais capacitados, gerando implicações orçamentárias para a expansão dos serviços (Correa; Barbosa; Oliveira, 2023; Saraiva et al., 2023).

Além disso, o crescimento das ações de rastreio e capacitação profissional amplia a detecção de casos e a demanda por serviços. Sem a expansão correlata de financiamento, a rede pública tende a sofrer pressões orçamentárias crescentes, reforçando os desafios de sustentabilidade e acesso equitativo ao tratamento (Ministério da Saúde, 2022; Rodrigues et al., 2025).

Na área da educação, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9.394/1996) assegura o direito à educação inclusiva, prevendo o atendimento educacional especializado preferencialmente na rede regular de ensino (Brasil, 1996). O Estatuto da Pessoa com Deficiência (Lei nº 13.146/2015) reforça esses direitos, ao garantir “igualdade de condições no exercício da liberdade, cidadania e autonomia” para pessoas com deficiência, incluindo aquelas dentro do espectro autista (Brasil, 2015).

Alguns estudos evidenciam que a ausência de integração entre os setores responsáveis pelo atendimento às pessoas com TEA, como saúde, educação e assistência social, ainda representa um obstáculo significativo para a efetivação das políticas públicas voltadas a esse público. A carência de profissionais capacitados para atuar especificamente com o TEA também se mostra como um fator crítico.

Pesquisas realizadas por Gomes et al. (2017) analisam essas falhas ao destacar a fragilidade da articulação intersetorial e a predominância de ações pontuais e descoordenadas, comprometendo a continuidade do cuidado. Paula et al. (2020), ao avaliarem dados dos Centros de Atenção Psicossocial Infanto-juvenis (CAPSi) entre 2014 e 2017, identificaram que os profissionais dessas unidades não atuam exclusivamente com crianças com TEA, acumulando funções com outros atendimentos em saúde mental, reduzindo a qualidade do cuidado prestado.

Além disso, Silva e Mendes (2019) apontam que muitas dessas unidades enfrentam problemas estruturais, como espaços inadequados, equipes reduzidas e falta de investimentos, dificultando o atendimento integral. Lopes et al. (2022) também ressaltam a rotatividade de profissionais e a ausência de formação continuada como fatores que comprometem a construção de vínculos e a eficácia dos tratamentos oferecidos.

Diante desse cenário, algumas propostas podem ser consideradas para o aprimoramento das políticas públicas direcionadas às pessoas com TEA. Uma delas é o fortalecimento da formação continuada de profissionais da saúde, educação e assistência social, com ênfase nas especificidades do espectro autista. Como sugerem autores que pesquisam a inclusão, o investimento em capacitação é essencial para garantir práticas mais inclusivas e eficazes no cotidiano escolar e clínico (Lima & Couto, 2022).

Outra proposta envolve a ampliação e regionalização da rede de atendimento especializada, como os CAPSi e unidades de saúde com equipes multiprofissionais. A descentralização desses serviços, segundo especialistas em políticas públicas de saúde mental, pode promover maior acesso e qualidade no atendimento às famílias (Souza & Bodstein, 2017). Além disso, o fortalecimento dos mecanismos de avaliação e monitoramento das políticas é fundamental para garantir transparência e a efetividade das ações desenvolvidas.

É também importante ampliar o diálogo com a sociedade civil organizada, principalmente com os movimentos de familiares e associações de pessoas com TEA. Essas organizações têm papel decisivo na construção de políticas mais sensíveis às reais necessidades da população, como demonstrado em diversos momentos da história das conquistas sociais no Brasil (Sposati, 1995).

Por fim, uma proposta relevante é o incentivo à inclusão de tecnologias assistivas e metodologias de ensino individualizadas no ambiente escolar. Tais medidas contribuem para promover a autonomia dos alunos com TEA e para tornar o espaço educativo mais acessível e equitativo, como defende a legislação vigente e pesquisadores da área da educação inclusiva (Mazzotta, 2011).



Em síntese, as políticas públicas representam instrumentos essenciais para assegurar os direitos das pessoas com TEA. No entanto, ainda existem diversos desafios relacionados à sua aplicação, como falta de recursos e capacitação inadequada de profissionais.

### **Etiologia do Transtorno do Espectro Autista**

A compreensão do autismo teve início formal em 1943, quando o psiquiatra infantil Leo Kanner observou um padrão de comportamentos atípicos em um grupo de onze crianças, que pareciam habitar realidades internas desconectadas do mundo ao seu redor. Esses indivíduos demonstravam comportamentos repetitivos, inflexibilidade diante de mudanças mínimas no ambiente e dificuldades significativas na comunicação, variando desde a ausência total da fala até o uso incomum da linguagem.

Por muitos anos, Kanner considerou essa condição única, restrita à infância e caracterizada por uma extrema raridade (Silberman, 2015). Ele identificou que tais manifestações não se encaixavam em nenhuma das condições clínicas até então descritas, classificando o quadro como uma nova entidade diagnóstica, a que denominou “autismo” termo derivado do grego *autos*, remetendo à ideia de si mesmo, enfatizando o isolamento social característico dessas crianças e a sua aparente preferência por atividades solitárias e previsíveis.

As primeiras descrições de Kanner foram rapidamente incorporadas pela comunidade científica da época. Sua proposta etiológica destacava uma possível relação entre o transtorno e o ambiente familiar, sugerindo que uma dinâmica afetiva distorcida, muitas vezes atribuída ao perfil altamente intelectual dos pais poderia interferir no desenvolvimento emocional e social da criança.

Ao mesmo tempo, Kanner buscou diferenciar o autismo da esquizofrenia e da psicose infantil (Kanner, 1943). Embora tenha atribuído parte das causas ao ambiente familiar, ele também reconheceu que a influência de fatores biológicos, estabelecendo a base para duas abordagens teóricas distintas - psicogênica e orgânica - que ainda hoje geram debates na área do autismo.

Durante muitos anos, a prevalência do autismo foi considerada relativamente baixa, estimada em quatro a cinco casos a cada dez mil crianças. Contudo, a partir das décadas de 1980 e 1990, observou-se um aumento expressivo e contínuo no número de diagnósticos, gerando preocupação e especulações sobre uma possível “epidemia” e estimulando investigações sobre se o fenômeno refletia uma real elevação na incidência ou se estaria associado a mudanças nos critérios diagnósticos, maior conscientização ou melhorias nos métodos de detecção (Silberman, 2015).

Com o aumento dos casos de autismo e a pressão da sociedade, a pesquisa sobre o transtorno passou a receber maior atenção. Entre 2000 e 2011, os investimentos cresceram significativamente, destacando-se o aporte de um bilhão de dólares com a Lei de Combate ao Autismo em 2006. Organizações privadas, como a Fundação Simons, também contribuíram para elevar o financiamento para níveis históricos. Como resultado desses investimentos, biólogos moleculares conseguiram identificar muitos genes possivelmente relacionados ao autismo, bem como centenas de mutações genéticas espontâneas associadas ao transtorno (Silberman, 2016).

Observa-se, portanto, que ao longo do tempo, houve transformações significativas na compreensão do Transtorno do Espectro Autista, especialmente no que diz respeito à sua etiologia. Houve uma transição de uma concepção centrada em fatores afetivos e na suposta incapacidade relacional do indivíduo para abordagens fundamentadas em evidências neurobiológicas. Nesse contexto, o autismo passou a ser compreendido como parte de um grupo mais amplo de alterações do neurodesenvolvimento, consolidadas com a publicação do DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição), que redefiniu

os critérios diagnósticos do TEA e reforçou sua classificação como transtorno do neurodesenvolvimento (American Psychiatric Association, 2013).

### **Transtorno do Espectro Autista**

Os transtornos do neurodesenvolvimento surgem nos primeiros anos de vida e afetam o desenvolvimento neurológico, comprometendo o desempenho social, acadêmico e profissional do indivíduo. Suas manifestações variam de dificuldades específicas a comprometimentos amplos nas habilidades cognitivas e adaptativas. É comum a coexistência de diferentes transtornos, como TEA, TDAH e dificuldades de linguagem, tornando o diagnóstico complexo e exigindo acompanhamento contínuo (American Psychiatric Association, 2013).

Segundo o DSM-5, o diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista baseia-se em dois critérios principais: Déficits persistentes na comunicação e interação social, e padrões restritos e repetitivos de comportamento. Os déficits podem incluir dificuldades na reciprocidade socioemocional, na comunicação não verbal e na formação de relacionamentos, enquanto os comportamentos repetitivos se manifestam por meio de movimentos estereotipados, insistência em rotinas, interesses restritos e respostas atípicas a estímulos sensoriais. Tais sinais devem estar presentes desde o início do desenvolvimento e causar prejuízos significativos no funcionamento do indivíduo (American Psychiatric Association, 2013).

O TEA é classificado em diferentes níveis de suporte, que indica o grau de apoio necessário para o indivíduo manter seu bem-estar e desenvolvimento. No nível 1, a pessoa pode demonstrar certa dificuldade em interações sociais e apresentar comportamentos repetitivos, mas ainda consegue manter uma boa dose de independência com algum suporte. É comum haver menor interesse em interações sociais, embora a comunicação ainda ocorra. No nível 2, o apoio precisa ser mais significativo, especialmente diante de situações que exigem comunicação e flexibilidade comportamental. Nesses casos, a resposta a interações sociais pode ser limitada ou atípica. Já no nível 3, observa-se uma necessidade contínua de

suporte intenso, devido a desafios mais profundos, especialmente nas habilidades de comunicação verbal e não verbal (American Psychiatric Association,2013).

Esses níveis possuem também alguns comportamentos repetitivos e restritos em comum, como a inflexibilidade do comportamento, dificuldade em lidar com a mudança, e troca de atividades. É importante destacar que esses níveis não representam uma escala de gravidade, mas sim a quantidade de suporte necessária para promover bem-estar e desenvolvimento da pessoa com TEA (American Psychiatric Association,2013).

Os sintomas do Transtorno do Espectro Autista surgem nos primeiros anos de vida, podendo variar conforme a idade, o ambiente e os apoios disponíveis. As dificuldades podem envolver desde a ausência de fala até limitações sutis na linguagem social, prejuízos na reciprocidade emocional e na leitura de sinais não verbais, além de comportamentos estereotipados, ecolalia, rigidez a rotinas e reações sensoriais atípicas (American Psychiatric Association,2013).

A identificação clínica do TEA deve considerar o momento de início dos sintomas, geralmente entre 12 e 24 meses, podendo ocorrer antes ou depois desse período, dependendo do grau dos sinais. Também é essencial observar possíveis atrasos ou perdas de habilidades sociais e de linguagem adquiridas. Quanto às causas, o TEA é influenciado por múltiplos fatores. Ambientalmente, elementos como idade avançada dos pais, baixo peso ao nascer e exposição intrauterina a substâncias específicas, como o ácido valproico, estão associados ao risco. No aspecto genético, estima-se uma herdabilidade significativa, embora a maioria envolva um conjunto complexo de genes de efeitos pequenos e cumulativos. Isso demonstra a natureza multifatorial do transtorno, reforçando a necessidade de uma abordagem individualizada para diagnóstico e intervenção (American Psychiatric Association,2013).

## **Terapias utilizadas no tratamento de pessoas com TEA**

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem se destacado como uma das abordagens psicoterapêuticas eficazes no tratamento do Transtorno do Espectro Autista (TEA), especialmente para indivíduos com maior desempenho cognitivo e verbal. Fundamentada nos princípios desenvolvidos por Aaron Beck, a TCC é uma terapia estruturada, objetiva e colaborativa, na qual terapeuta e paciente atuam conjuntamente para identificar e modificar padrões de pensamentos, emoções e comportamentos disfuncionais. Essa abordagem possui sessões delimitadas com início, meio e fim, visando a autonomia do paciente na aplicação das técnicas aprendidas. (Stallard, 2009)

No contexto do TEA, a TCC é utilizada para auxiliar no desenvolvimento de habilidades sociais, regulação emocional, redução de comportamentos repetitivos e manejo da ansiedade, um sintoma frequentemente associado a esse transtorno. Crianças e adolescentes com TEA enfrentam dificuldades relacionadas à interpretação e expressão de sentimentos, comunicação social e controle de comportamentos inadequados, que podem ser trabalhadas pela TCC com adaptações específicas (Consolini et al., 2015).

A literatura reforça que, para o sucesso da intervenção, é fundamental personalizar as técnicas da TCC conforme as características individuais do paciente com TEA. Assim, o uso de estratégias visuais, linguagem clara e a valorização dos interesses pessoais favorecem o engajamento e a efetividade da terapia. Além disso, a participação dos familiares na condução do tratamento é importante para garantir a generalização das habilidades adquiridas em diferentes contextos da vida do indivíduo (Consolini, 2019).

A TCC no TEA pode ser aplicada em grupo ou individualmente e tem demonstrado bons resultados no aumento da autonomia e na qualidade de vida dos pacientes. No entanto, destaca-se a necessidade de realizar uma avaliação prévia das capacidades cognitivas, pois algumas técnicas exigem habilidades de reflexão e verbalização que nem todos os indivíduos no espectro possuem. Portanto, a TCC representa uma ferramenta valiosa para o tratamento do TEA, desde que adaptada às necessidades e limitações específicas de cada paciente, colaborando para

superar desafios sociais e emocionais e promovendo uma melhor integração dessas pessoas na sociedade. (Consolini et al., 2015)

A Terapia Ocupacional (TO) é uma intervenção essencial no tratamento do Transtorno do Espectro Autista (TEA), que visa promover a autonomia, funcionalidade, inclusão social e qualidade de vida dos indivíduos acometidos por esse transtorno. Estudos científicos revelam que a atuação do terapeuta ocupacional envolve o desenvolvimento de estratégias personalizadas focadas nas dificuldades e potencialidades de cada paciente, atuando em áreas como habilidades motoras, cognitivas, sociais e sensoriais. Por meio de atividades lúdicas, treinamentos em habilidades sociais e intervenções comportamentais intensivas, a TO proporciona uma melhora significativa nas funções motoras e cognitivas, que são fundamentais para a adaptação do indivíduo em diferentes contextos sociais e familiares (Mapurunga, 2021).

Além disso, a TO atua fortemente na integração sensorial, um aspecto frequentemente comprometido em pessoas com TEA, ajudando a criança ou adulto a processar e responder de forma adequada a estímulos sensoriais, o que resulta em melhor controle emocional e comportamento adaptativo (Cardoso, 2019).

A importância da intervenção precoce tem sido destacada, pois quanto antes iniciar a terapia, maiores as chances de desenvolvimento pleno e inserção social satisfatória (Cunha, 2017). O trabalho terapêutico é idealmente realizado em equipe multidisciplinar, na qual o terapeuta ocupacional colabora com psicólogos, fonoaudiólogos, pedagogos e familiares para garantir uma abordagem ampla e integrada às necessidades do paciente.

A participação da família é vital para a generalização das habilidades adquiridas durante as sessões e para oferecer o suporte necessário no dia a dia do indivíduo com TEA. Portanto, a Terapia Ocupacional não se limita ao desenvolvimento motor, estendendo sua ação para o suporte emocional, a comunicação, a autorregulação e a adaptação ambiental, tornando-se uma ferramenta indispensável para promover a independência e a melhor qualidade de vida das pessoas no espectro autista (Andrade et al., 2024).

A terapia fonoaudiológica exerce papel fundamental na intervenção com crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), tendo como foco principal o desenvolvimento das habilidades comunicativas e a melhora na interação social. O TEA é caracterizado por dificuldades na comunicação verbal e não verbal, o que impacta significativamente a qualidade de vida dessas crianças. Através de uma avaliação individualizada, o fonoaudiólogo intervém de maneira personalizada, formulando planos que visam desenvolver competências comunicativas e sociais específicas para cada criança (Santos, 2023).

Além disso, a terapia inclui a utilização de sistemas alternativos de comunicação, como a Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA), que se mostram eficazes especialmente nos casos em que a fala está limitada ou ausente. Esses sistemas contemplam o uso de linguagem de sinais, troca de imagens e uso de dispositivos tecnológicos como tablets e aplicativos de fala assistida, ampliando as possibilidades de interação e expressão dos pacientes (Santos, 2023).

O trabalho do fonoaudiólogo ocorre em conjunto com uma equipe multidisciplinar, garantindo uma abordagem integrada e abrangente que favorece o desenvolvimento global da criança. Esse trabalho colaborativo é essencial para promover o máximo potencial comunicativo e social do indivíduo, com vistas à sua autonomia e inclusão social (SANTOS, 2023). Dessa forma, a terapia fonoaudiológica contribui não apenas para a melhora na linguagem, mas também para o aprimoramento das habilidades sociais e funcionais, promovendo a participação ativa das crianças com TEA em seu meio social e familiar (Santos, 2023).

A terapia integrativa sensorial é evidenciada como uma intervenção eficaz para crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), buscando melhorar o processamento das informações sensoriais para promover uma melhor adaptação ao ambiente. Estudos indicam que essa terapia pode diminuir comportamentos estereotipados, reduzir sensibilidades sensoriais como a tátil e auditiva, além de melhorar a interação social e o bem-estar geral desses pacientes. A prática se baseia na estimulação de diversas modalidades sensoriais, como tátil, vestibular e

proprioceptiva, organizada em sessões planejadas que favorecem a neuroplasticidade cerebral. (Santiago et al., 2021)

os programas de terapia integrativa sensorial geralmente são aplicados em sessões regulares, com duração entre 45 e 60 minutos, várias vezes por semana, durante períodos que podem variar de 8 a 12 semanas. A avaliação do impacto dessas intervenções é feita por meio de instrumentos específicos que medem a funcionalidade adaptativa, o comportamento social e a resposta sensorial, demonstrando benefícios significativos na qualidade de vida das crianças com TEA (Santiago et al,2021).

A literatura ressalta que ainda há necessidade de mais estudos para aprofundar o entendimento sobre a real eficácia da terapia integrativa sensorial e sua melhor aplicação clínica, mas os resultados atuais apresentam um aporte valioso para o desenvolvimento de protocolos mais efetivos e individualizados (Santiago et al., 2021).

As terapias complementares têm sido amplamente estudadas como estratégias adicionais no manejo do Transtorno do Espectro Autista (TEA), visando potencializar os efeitos dos tratamentos convencionais. Elas envolvem modalidades como musicoterapia, equoterapia, ludoterapia, além de terapias integrativas que incluem práticas mente-corpo, buscando promover melhorias na comunicação, interação social e no comportamento dos pacientes com TEA. Segundo estudo recente, essas terapias apresentam benefícios significativos, entre eles o estímulo da expressão verbal e não verbal, o desenvolvimento do equilíbrio emocional e a melhora da qualidade de vida (Cognitus, 2025).

Além disso, a literatura destaca que a musicoterapia é uma das modalidades mais tradicionais e eficazes entre as terapias complementares, pois promove a socialização e a expressão emocional, além de melhorar o foco e a coordenação motora. A equoterapia, por sua vez, contribui para o desenvolvimento da coordenação motora grossa, equilíbrio postural e autonomia, favorecendo também o vínculo afetivo através do contato com o cavalo. Outras práticas, como arteterapia e



ioga, embora ainda necessitem de maior comprovação científica, têm sido indicadas para redução de estresse e promoção do bem-estar psicológico (Cognitus, 2025).

Contudo, o estudo ressalta que os desafios para a utilização ampla dessas terapias incluem a falta de formação específica dos profissionais, o diagnóstico tardio do TEA e a carência de evidências científicas consistentes. A integração interdisciplinar, aliada a um planejamento terapêutico individualizado, é essencial para garantir a eficácia das terapias complementares, que quando combinadas aos tratamentos tradicionais, promovem uma abordagem mais holística e humanizada do cuidado ao indivíduo com autismo (Cognitus, 2025).

A intervenção precoce refere-se ao conjunto de ações terapêuticas e educativas oferecidas nos primeiros anos de vida, com o objetivo de identificar, prevenir ou minimizar atrasos no desenvolvimento infantil, favorecendo ganhos expressivos em áreas como linguagem, cognição, comportamento e interação social. No contexto do Transtorno do Espectro Autista (TEA), a intervenção precoce é considerada fundamental, pois está associada a melhores resultados no desenvolvimento das habilidades sociais, comunicativas e comportamentais das crianças afetadas. Estudos indicam que intervenções iniciadas antes dos três anos de idade proporcionam avanços significativos, como maior interação social, melhora na comunicação verbal e não verbal e redução de comportamentos desafiadores. Entre as abordagens mais eficazes destacam-se os programas baseados na Análise do Comportamento Aplicada (ABA), que estruturam ambientes planejados e utilizam reforço positivo para promover o desenvolvimento de competências adaptativas (Dias et al., 2023).

Além disso, as intervenções precoces envolvem uma variedade de terapias que abordam não apenas habilidades sociais e comunicativas, mas também aspectos cognitivos, motores e emocionais da criança. A personalização das estratégias de intervenção conforme as necessidades particulares de cada criança e o envolvimento ativo da família são elementos essenciais para o sucesso desses programas. A formação adequada de profissionais e o suporte familiar são

destacados como fatores que potencializam os resultados das práticas terapêuticas (Oliveira et al., 2024).

Outro ponto relevante é que a intervenção precoce contribui para a diminuição da necessidade futura de suporte intensivo, impactando positivamente a qualidade de vida e inclusão social das pessoas com TEA. Ressalta-se a importância de políticas públicas que incentivem o diagnóstico e a terapia em fases iniciais, bem como o contínuo aprimoramento das metodologias empregadas, para melhor atender à diversidade do espectro autista (Lampreia, 2007).

O tratamento farmacológico no Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma abordagem utilizada principalmente para o controle de sintomas associados, como irritabilidade, agressividade, hiperatividade e comportamentos repetitivos. Apesar da ausência de medicamentos específicos aprovados para tratar o TEA em si, diversos fármacos são empregados para aliviar esses sintomas, melhorando a qualidade de vida dos pacientes. Como exemplo, destacam-se o uso de antipsicóticos atípicos, como a risperidona, que é o medicamento aprovado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) para o manejo da irritabilidade no autismo, além de estimulantes para o tratamento de sintomas de déficit de atenção e hiperatividade que coocorrem em muitos casos (Castro et al., 2023).

Ainda, o estudo evidencia que a terapia medicamentosa deve ser individualizada, considerando os efeitos colaterais, a resposta clínica e o perfil do paciente, reforçando a necessidade de uma monitorização constante durante o tratamento farmacológico. Além disso, pesquisas recentes indicam novas perspectivas de terapias farmacológicas voltadas para corrigir disfunções neurobiológicas associadas ao TEA, como a regulação neuroinflamatória e o estresse oxidativo, proporcionando uma abordagem mais direcionada no futuro. Dessa forma, o manejo farmacológico no TEA é uma ferramenta importante dentro do tratamento multidisciplinar, mas deve ser complementar às intervenções comportamentais e educativas, visando otimizar os resultados terapêuticos e garantir a segurança do paciente (Castro et al., 2023).

O Early Start Denver Model (ESDM), ou Modelo Denver de Intervenção Precoce, tem se consolidado como uma das abordagens mais eficazes no tratamento de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) na primeira infância. Fundamentado em princípios da análise do comportamento aplicado (ABA) e suportado por evidências científicas, o ESDM integra estratégias de ensino naturalísticas e motivacionais, promovendo o desenvolvimento de habilidades sociais, comunicativas, cognitivas e motoras de maneira holística e individualizada (Abreu et al., 2022).

Diversos estudos avaliados na revisão sistemática realizada na UFMG demonstram que a aplicação do ESDM, especialmente quando iniciada antes dos três anos de idade, resulta em melhorias significativas na linguagem, na redução de comportamentos desafiadores e no aumento da interação social. Os resultados apontam que crianças que tiveram acesso à intervenção precoce baseada no método apresentam avanços expressivos em comparação às que receberam tratamentos convencionais ou tardios, enfatizando a importância de intervenções antecipadas para um melhor prognóstico (Abreu et al., 2022).

A metodologia do ESDM envolve sessões intensivas, realizadas por equipes multiprofissionais treinadas, com duração de até 25 horas semanais, em ambientes naturais como o lar, creches ou escolas. Além disso, há uma forte ênfase na participação dos familiares, que são treinados para aplicar as estratégias no cotidiano, promovendo assim a generalização das habilidades aprendidas e promovendo vínculos afetivos positivos e duradouros. Essa capacidade de integrar o tratamento às rotinas familiares constitui uma das principais vantagens do modelo, levando à maior adesão e eficácia do programa (Dawson & Rogers, 2014).

A robustez dos resultados é sustentada por meta-análises internacionais, que evidenciam efeitos moderados a grandes na melhora das funções comunicativas, sociais e cognitivas, além do aumento na qualidade de vida das crianças. Contudo, os estudos também indicam a necessidade de maior padronização nos protocolos de implementação, além de mais pesquisas que avaliem os efeitos a longo prazo do método, para estabelecer diretrizes ainda mais precisas para sua aplicação clínica.

Portanto, o ESDM se mostra como uma intervenção inicial promissora, com alto potencial de promover mudanças positivas no desenvolvimento das crianças com TEA, sendo fundamental atuar precocemente para aproveitar a neuroplasticidade do cérebro infantil. A disseminação de programas baseados em evidências, como o método Denver, é uma estratégia decisiva para avanços no cuidado e na inclusão dessas crianças (Abreu et al., 2022).

### **Análise do Comportamento Aplicada**

A Análise do Comportamento Aplicada é uma abordagem científica derivada da Análise Experimental do Comportamento, inicialmente desenvolvida por B. F. Skinner, um dos principais representantes do behaviorismo radical. A premissa central da ABA é que o comportamento humano pode ser compreendido e modificado com base em suas interações com o ambiente, por meio do controle de variáveis antecedentes e consequentes. A partir dessa base, a ABA passou a ser sistematizada como uma intervenção prática voltada à promoção de comportamentos socialmente significativos, com ampla aplicação entre pessoas com Transtorno do Espectro Autista (Matos, 2016).

Ela é aplicada, pois foca em comportamentos socialmente significativos e relevantes para a vida do indivíduo; comportamental, pois analisa e mede comportamentos observáveis e definidos; analítica, já que demonstra relação de causa e efeito entre a intervenção e a mudança comportamental; garantindo que os procedimentos sejam descritos de forma clara e replicável. A abordagem também é conceitualmente sistemática, utilizando intervenções fundamentadas nos princípios da análise do comportamento; eficaz, ao promover mudanças significativas e mensuráveis no comportamento; em diferentes casos, ao garantir que os efeitos do tratamento se mantenham ao longo do tempo e se estendam a diferentes ambientes e pessoas (Baer; Wolf; Risley, 1968).

A consolidação dos princípios teóricos da Análise do Comportamento Aplicada (ABA) ocorreu com o artigo de Baer, Wolf e Risley (1968); no entanto, foi o

psicólogo norueguês-americano Ole Ivar Lovaas quem se destacou por popularizar sua aplicação prática no tratamento de crianças com transtorno do espectro autista. Na década de 1960, Lovaas iniciou seus trabalhos na Universidade da Califórnia em Los Angeles (UCLA), onde desenvolveu o Young Autism Project.

Nesse projeto, ele utilizou procedimentos derivados da análise experimental do comportamento, como o Treinamento de Tentativas Discretas (DTT), reforçamento positivo e modelagem, para promover o desenvolvimento de habilidades em crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A aplicação prática, especialmente voltada ao autismo, foi consolidada por Ole Ivar Lovaas a partir dos anos 1960. Esses dois marcos são considerados fundamentais para o reconhecimento da ABA como uma abordagem terapêutica cientificamente embasada e eficaz.

Os procedimentos técnicos utilizados na ABA envolvem estratégias como reforçamento positivo, modelagem, encadeamento de respostas, ensino por tentativas discretas, análise funcional do comportamento e generalização de habilidades. Tais estratégias são aplicadas de forma sistemática e individualizada, com monitoramento constante do progresso por meio de registros e ajustes baseados em dados. Essa metodologia tem se mostrado eficaz no desenvolvimento de habilidades comunicativas, sociais, acadêmicas e adaptativas, além de contribuir significativamente para a redução de comportamentos desafiadores, como autoagressão, birras ou resistência à mudança (Matos, 2016).

No contexto brasileiro, a adoção da ABA ocorreu com certa defasagem em relação a países como os Estados Unidos, em virtude da predominância de outras abordagens psicológicas no país e da escassez inicial de materiais traduzidos e profissionais capacitados. Contudo, nas últimas décadas, o cenário tem se transformado com o avanço da formação em análise do comportamento e o interesse crescente de pesquisadores e instituições no uso da ABA no tratamento do autismo. Essa transformação tem permitido a introdução da ABA em clínicas multidisciplinares, programas escolares inclusivos e, em alguns casos, até em serviços públicos de atendimento especializado (Matos, 2016).

Apesar desses avanços, persistem barreiras estruturais que dificultam o acesso equitativo à ABA, especialmente para famílias de baixa renda. A carência de profissionais capacitados no sistema público de saúde, aliada ao alto custo dos serviços particulares, limita o acesso à intervenção intensiva, tornando a ABA uma possibilidade muitas vezes restrita às camadas sociais com maior poder aquisitivo. A falta de políticas públicas amplas e universais que garantam o atendimento gratuito e continuado evidencia uma lacuna significativa no sistema de atenção às pessoas com autismo no Brasil (Matos 2016).

A intervenção ABA deve priorizar o bem-estar do indivíduo e o respeito à sua singularidade e se configura como uma ferramenta poderosa para a promoção do desenvolvimento de pessoas com TEA, mas seu alcance ainda é desigual. A consolidação dessa abordagem como política pública depende do investimento em formação profissional acessível, da ampliação da oferta no SUS e da criação de mecanismos de inclusão que garantam o direito à intervenção precoce a todas as crianças, independentemente da classe social. Essa perspectiva é essencial para a promoção de justiça social e equidade no cuidado de pessoas com desenvolvimento atípico no Brasil. (Matos,2016)

A ausência de políticas públicas robustas e integradas entre saúde, educação e assistência social agrava o quadro, especialmente quando se trata da sobrecarga imposta aos familiares — em especial, às mães — que muitas vezes precisam abdicar do trabalho para assumir integralmente os cuidados com a criança autista. Essa dinâmica acentua a vulnerabilidade econômica do núcleo familiar e compromete o bem-estar físico e mental dos cuidadores (Roberto et al., 2024).

A Análise do Comportamento Aplicada (ABA) mostra-se essencial para pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), ao promover melhorias significativas nas habilidades sociais, comunicativas e adaptativas. Por meio de intervenções estruturadas e individualizadas, a ABA facilita a autonomia, a interação social e a redução de comportamentos desafiadores, contribuindo para a qualidade de vida desses indivíduos. Além disso, a eficácia da ABA destaca a importância de

uma abordagem integrada que considere fatores ambientais e o suporte familiar, garantindo um desenvolvimento mais abrangente e sustentado (Dias et al., 2023).

## **Considerações Finais**

O presente estudo, conduzido por meio de uma revisão narrativa de literatura, teve como objetivo central investigar as principais barreiras que dificultam o acesso às terapias no Sistema Público de Saúde e os impactos dessa limitação para as pessoas com TEA e suas famílias em situação de vulnerabilidade econômica. Os achados desta pesquisa, ao explorarem o cenário brasileiro, não apenas confirmam a persistência da desigualdade social no cuidado ao Transtorno do Espectro Autista, mas também sublinham a urgente necessidade de ação.

Em resposta direta à questão norteadora, esta revisão evidenciou que a dificuldade de acesso é multifacetada. As principais barreiras identificadas incluem a distribuição desigual dos serviços, a escassez de profissionais qualificados na rede pública e a fragilidade das políticas públicas intersetoriais que deveriam integrar as áreas da saúde, educação e assistência social. Constatou-se que o acesso a intervenções baseadas em evidências, como a Análise do Comportamento Aplicada (ABA), permanece majoritariamente restrito às camadas sociais de maior poder aquisitivo, criando uma lacuna de equidade que compromete o desenvolvimento pleno desses indivíduos. Os impactos dessa limitação são profundos e recaem principalmente sobre o núcleo familiar, resultando na sobrecarga física, emocional e econômica dos cuidadores e no prejuízo ao desenvolvimento da pessoa com TEA.

Apesar da relevância dos achados, esta pesquisa aponta para importantes lacunas que merecem ser sanadas por estudos futuros. A literatura ainda carece de pesquisas empíricas e quantitativas que avaliem a eficácia da implementação real das políticas públicas e dos serviços de reabilitação já existentes no SUS, como os Centros de Atenção Psicossocial Infantojuvenil (CAPSI) no atendimento ao TEA de baixa complexidade. Outra lacuna reside na ausência de estudos longitudinais que acompanhem o impacto de longo prazo da exclusão terapêutica na vida adulta das pessoas com TEA em situação de vulnerabilidade. Há, portanto, uma necessidade

de desenvolver pesquisas que proponham e avaliem modelos de intervenção de baixo custo e base comunitária, que sejam replicáveis e sustentáveis na realidade do sistema público brasileiro, indo além do enfoque exclusivo em terapias de alta densidade.

Por fim, este trabalho reitera que o direito à saúde e à intervenção terapêutica para pessoas com TEA deve ser universal e integral, conforme preconizam os marcos legais. Assim, espera-se que esta revisão narrativa seja de grande valia para subsidiar futuras pesquisas que visem ao desenvolvimento de modelos mais eficazes de regionalização da rede de atendimento e ao delineamento de políticas públicas intersetoriais viáveis. O estudo cumpre o seu papel ao lançar luz sobre as disparidades e contribuir para a reflexão acadêmica, sendo um ponto de partida crucial para intervenções futuras que promovam um acesso mais justo e equitativo ao tratamento, independente da condição socioeconômica no Brasil.

## **REFERÊNCIAS**



ABREU, Nayara Caroline Barbosa et al. Evidência da eficácia do Modelo Denver de intervenção precoce para crianças com Transtorno do Espectro Autista: uma revisão sistemática. Universidade Federal de Minas Gerais, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/45747>. Acesso em: 29 set. 2025.

ABREU, Rafael et al. Intervenção precoce em crianças com autismo: avaliação e estratégias. Psicologia: Ciência e Profissão, São Paulo, v. 39, n. 1, p. 68-84, 2019. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-5687201900010000](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-5687201900010000). Acesso em: 29 set. 2025.

ÂMBITO JURÍDICO. Isenção IPVA: autismo. 2025. Disponível em: <https://ambitojuridico.com.br/isencao-ipva-autismo/>. Acesso em: 02 out. 2025.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). 5. ed. Washington, DC: American Psychiatric Association, 2013. DOI: 10.1176/appi.books.9780890425596.

APPIO, Livia. Políticas públicas de inclusão social: uma análise da realidade brasileira. Revista Psicologia Política, v. 7, n. 13, p. 113–128, 2007.

AUTISMO EM DIA. Tratamentos para autismo: 5 terapias essenciais para o TEA. 2022. Disponível em: <https://blog.autismoemdia.com.br/blog/tratamentos-para-autismo-5-terapias-essenciais-para-o-tea/>. Acesso em: 3 jun. 2025.

BAER, Donald M.; WOLF, Montrose M.; RISLEY, Todd R. Some still-current dimensions of applied behavior analysis. Journal of Applied Behavior Analysis, Washington, v. 53, n. 4, p. 905–917, 2020.

BARCELLOS, Ana Paula de. A eficácia jurídica dos princípios constitucionais: o princípio da dignidade da pessoa humana. Rio de Janeiro: Renovar, 2008. DOI: doi.org/10.36926/editorainovar-978-65-80476-67-1.

BORGES, Letícia; DESVIAT, Manuel; LIMA, Rita de Cássia. Políticas para o autismo no Brasil: entre a atenção psicossocial e a reabilitação. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 27, n. 4, p. 1239-1259, 2017. DOI: 10.1590/S0103-73312017000400012. Disponível em: (<https://www.scielo.br/j/physis/a/BnZ6sVKbWM8j55qnQWskNmd/>). Acesso em: 26 ago. 2025.

BRASIL. Decreto n.º 7.612, de 17 de novembro de 2011. Institui o Plano Nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência – Plano Viver sem Limite. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 18 nov. 2011. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2011/decreto/d7612.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2011/decreto/d7612.htm). Acesso em: 27 maio 2025.

BRASIL. Lei n.º 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 23 dez. 1996. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm). Acesso em: 27 maio 2025.

BRASIL. Lei n.º 12.764, de 27 de dezembro de 2012. Institui a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 28 dez. 2012. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm). Acesso em: 27 maio 2025.

BRASIL. Lei n.º 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 7 jul. 2015. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm). Acesso em: 27 maio 2025. BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes para o atendimento em saúde mental no Brasil. Diário Oficial da União, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Linha de cuidado para a atenção às pessoas com transtornos do espectro do autismo e suas famílias na Rede de Atenção Psicossocial do Sistema Único de Saúde.

Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/linha\\_cuidado\\_atencao\\_pessoas\\_transtorno](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/linha_cuidado_atencao_pessoas_transtorno). pdf. Acesso em: 26 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. DOI: 10.13140/2.1.2701.5681.

BUCCI, Maria Paula Dallari. Fundamentos para uma teoria jurídica das políticas públicas. Revista de Direito Administrativo, v. 241, p. 197–217, 2006.

BUCCI, Maria Paula Dallari. Política pública como categoria jurídica. São Paulo: Saraiva, 2002.

BUESCHER, A. V. S. et al. Costs of Supporting Individuals with Intellectual Disabilities and Autism. JAMA Pediatrics, v. 168, n. 8, p. 721-728, 2014. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2014.210.

CAMARGOS, A. L. S. Gastos familiares e ausência do Estado no cuidado ao TEA. Revista de Políticas Sociais, 2010. DOI: 10.1590/1981-3134/18050038.

CAMPOS, Viviane; LOPES, Jaqueline. Mobilidade urbana e o direito dos autistas. Migalhas, 2019. Disponível em: <https://www.migalhas.com.br/depeso/366552/mobilidade-urbana-e-o-direito-dos-autistas>. Acesso em: 02 out. 2025.

CASTRO, G. P. de et al. Tratamento farmacológico do Transtorno do Espectro Autista: revisão integrativa. BJHR, 2023. Disponível em: <https://bjhrs.emnuvens.com.br/bjhrs/article/view/708>. Acesso em: 29 set. 2025.

CHRISTENSEN, D. L. et al. Prevalence of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2012. MMWR Surveillance Summaries, v. 65, n. 3, p. 1-23, 2016. DOI: 10.15585/mmwr.ss6503a1.

COGNITUS, Editora. Terapias complementares no Transtorno do Espectro Autista: expansão das estratégias de intervenção. 2025. Disponível em: <https://editoracognitus.com.br/captulo/10201-terapias-complementares-no-transtorno-do-espectro-autista-expansao-das-estrategias-de-intervencao>. Acesso em: 29 set. 2025.

CORREA, K. A.; BARBOSA, R. R. B.; OLIVEIRA, F. R. de. Transtorno do espectro autista (TEA): Linhas de cuidado e políticas públicas no Brasil. 2023. DOI: 10.56238/chaandieducasc-009.

CRUZ GUEDES, H. S. Centros de Atenção Psicossocial: função e desafios. Revista Brasileira de Psiquiatria, 2010.

DAWSON, G. Early intensive behavioral intervention: Efficacy and importance of intensity and duration. Autism Speaks Research Reports, 2010. DOI: 10.1002/aur.221.

DIAS, R. I. R. et al. O papel determinante na vida da criança: impacto das intervenções precoces no autismo. BJhrs, 2023. Disponível em: <https://bjhrs.emnuvens.com.br/bjhrs/article/view/811>. Acesso em: 30 set. 2025.

DISTRITO FEDERAL (BRASIL). Lei nº 4.568, de 16 de maio de 2011. Institui a obrigatoriedade de o Poder Executivo proporcionar tratamento especializado, educação e assistência específicas a todos os autistas, independentemente de idade, no âmbito do Distrito Federal. Diário Oficial do Distrito Federal, Brasília, DF, 16 maio 2011. Disponível em: [https://www.sinj.df.gov.br/sinj/Norma/68573/Lei\\_4568\\_16\\_05\\_2011.html](https://www.sinj.df.gov.br/sinj/Norma/68573/Lei_4568_16_05_2011.html). Acesso em: 30 set. 2025.

DISTRITO FEDERAL (BRASIL). Lei nº 6.193, de 19 de junho de 2018. Dispõe sobre a prioridade de atendimento às pessoas com Transtorno do Espectro Autista – TEA no Distrito Federal. Diário Oficial do Distrito Federal, Brasília, DF, 20 jun. 2018. Disponível em: [https://www.sinj.df.gov.br/sinj/Norma/93571/Lei\\_6193\\_19\\_06\\_2018.html](https://www.sinj.df.gov.br/sinj/Norma/93571/Lei_6193_19_06_2018.html). Acesso em: 30 set. 2025.

DWORKIN, Ronald. Levando os direitos a sério. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

FERREIRA, R. S. Prevalência de TEA em Santa Catarina: um estudo epidemiológico. Revista Brasileira de Saúde, v. 15, n. 1, p. 25-30, 2008. DOI: 10.1590/S1413- 81232008000100004.

FONSECA, Ana Cláudia da Silva et al. A atuação do terapeuta ocupacional na reabilitação de pessoas com autismo. Revista de Casos e Consultoria, Natal, v. 12, n. 1, p. e26291, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/26291>. Acesso em: 30 set. 2025.

GAZETA DO POVO. Críticas ao modelo CAPS para autismo. 2014. GENIAL CARE. Tratamento para autismo: terapias para pessoas no espectro. 2025. Disponível em: <https://genialcare.com.br/blog/tratamento-para-autismo/>. Acesso em: 3 jun. 2025.

INSTITUTO NEUROSABER. Terapia ABA e outras 4 terapias para crianças autistas. 2024. Disponível em: <https://institutoneurosaber.com.br/artigos/5-tipos-de-terapia-para-criancas-autistas/>. Acesso em: 3 jun. 2025.

KANNER, Leo. Distúrbios autísticos do contato afetivo (Autistic disturbances of affective contact). The Nervous Child, Baltimore, v. 2, n. 3, p. 217–250, 1943.

LAMPREIA, C. B. A perspectiva desenvolvimentista para a intervenção precoce no autismo. EstPsi, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/WMg8wtWKDzbsGnvGRXG6GZt/?lang=pt>. Acesso em: 30 set. 2025.

LIMA, R. C.; COUTO, M. C. V. O que dizem familiares de autistas sobre o trabalho desenvolvido pelos CAPSi: uma análise de duas fontes de informação. Saúde e Sociedade, São Paulo, v. 31, n. 1, e200118, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/ZKYYBpVz9sFyjPZ5nzzjW3L/?lang=pt>. Acesso em: 3 jun. 2025.

LOPES, L. P. N.; ITRIA, A.; LOPES, L. C. Análise do impacto orçamentário do uso de risperidona e monitoramento de eventos adversos no transtorno do espectro autista no Brasil: avaliação de dados teóricos versus dados reais. PharmacoEconomics - Open, 2023. DOI: 10.1007/s41669-023-00436-9. LOUREIRO, C. Dificuldades familiares no tratamento do autismo no Brasil. Jornal de Saúde Pública, 2015.

MARTINS, Carla; OLIVEIRA, Lucas. Importância da intervenção precoce no transtorno do espectro autista: uma revisão. Revista de Estudos Aplicados, v. 12, n. 3, p. 45-59, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/17342/9862/42650>. Acesso em: 30 set. 2025.

MATOS, Daniel Carvalho de. Análise do comportamento aplicada ao desenvolvimento atípico: com ênfase em autismo. Porto Velho: AICSA, 2016.

MAZZOTTA, M. J. S. Educação especial no Brasil: história e políticas públicas. Revista Educação Especial, Santa Maria, v. 24, n. 40, p. 257–270, 2011. DOI: <https://doi.org/10.5902/1984686X9241>. Acesso em: 27 maio 2025.

MELLO, C. B. et al. Estimativa epidemiológica do autismo no Brasil. Cadernos de Saúde Pública, v. 29, n. 1, p. 41-52, 2013. DOI: 10.1590/S0102-311X2013000100005.

MESIBOV, G. B.; SHEA, V. Treatment and Education of Autistic and Related Communication-Handicapped Children (TEACCH). Journal on Developmental Disabilities, v. 16, n. 2, p. 123-135, 2010. DOI: 10.1007/s10882-010-9206-7.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Pela primeira vez, Ministério da Saúde inclui tratamento do Transtorno do Espectro Autista na Política Nacional da Pessoa com Deficiência. Governo do Brasil, 21 set. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/setembro/pela-primeira-vez-ministerio-da-saude-inclui->

tratamento-do-transtorno-do-espectro-autista-na-politica-nacional-da-pessoa-com- deficiencia. Acesso em: 27 ago. 2025.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. TEA: saiba o que é o Transtorno do Espectro Autista e como o SUS tem dado assistência a pacientes e familiares. Governo do Brasil, 02 abr. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/abril/tea-saiba-o-que-e-o-transtorno-do-espectro-autista-e-como-o-sus-tem-dado-assistencia-a-pacientes-e-familiares>. Acesso em: 27 ago. 2025.

NASCIMENTO, Ana Lúcia; PEREIRA, Júlia Mendes. Direitos das pessoas com autismo no Brasil: avanços e desafios da Lei Berenice Piana. *Revista Inclusão Social*, v. 14, n. 1, p. 89–96, 2020.

NOGUEIRA, M. T. Dificuldades familiares no suporte a pessoas com TEA. *Revista Brasileira de Psicologia*, v. 9, n. 3, p. 78-85, 2011. DOI: 10.5020/18061230.2011.p78- 85. OLIVEIRA, A. B. C. M. de et al. Impacto da intervenção precoce no desenvolvimento de crianças com transtorno do espectro autista: uma revisão de escopo. *BJHR*, 2024. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/73671>. Acesso em: 30 set. 2025.

PEDUZZI, M. Multiprofessionality and interdisciplinary teamwork. *Revista Latino- Americana de Enfermagem*, v. 9, n. 4, p. 5-11, 2001. DOI: 10.1590/S0104- 11692001000400002.

PRODEST; SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DO ESPÍRITO SANTO (SESA). Investimento do Governo do Estado amplia atendimento especializado para autistas no Espírito Santo. 21 out. 2024. Disponível em: <https://saude.es.gov.br/Not%C3%ADcia/investimento-do-governo-do-estado-amplia-atendimento-especializado-para-autistas-no-espírito-santo>. Acesso em: 27 ago. 2025.

RIBEIRO, J. Estimulação precoce e qualidade de vida no autismo. *Revista Brasileira de Terapias*, v. xx, n. xx, p. xx-xx, 2010. DOI: 10.1590/S1413-35552010000400012.

RIO GRANDE DO SUL. Lei Estadual n.º 14.705, de 27 de agosto de 2015. Estabelece diretrizes para a inclusão de alunos com deficiência nas instituições de ensino do Estado do Rio Grande do Sul. *Diário Oficial do Estado*, Porto Alegre, RS, 28 ago. 2015. Disponível em: <https://www.al.rs.gov.br/filerepository/repLegisComp/Lei%2014705.pdf>. Acesso em: 27 maio 2025.

RIO GRANDE DO SUL. Plano Estadual RS Sem Limite: plano gaúcho dos direitos da pessoa com deficiência. Porto Alegre: Governo do Estado, 2012. Disponível em: <https://observatorio.rs.gov.br/upload/arquivos/202010/16155926-plano-estadual-rs-sem-limite.pdf>. Acesso em: 27 maio 2025.

ROBERTO, Tiago Moreno Lopes et al. As propostas terapêuticas ofertadas no tratamento do TEA no Brasil. *Revista Rease*, v. 10, n. 5, p. 246–267, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v10i5.13003>. Acesso em: 3 jun. 2025.

RODRIGUES, R. et al. Revolucionando o atendimento neurológico pediátrico: avanços da telemedicina e impacto regulatório no Nordeste do Brasil. 2025. DOI: 10.1055/s- 0045-1806733.

SANTIAGO, J. M. S. et al. Efeitos da integração sensorial em crianças com Transtorno do Espectro Autista: uma revisão sistemática. *Revista UNIFACS*, Salvador, v. 19, n. 42, p. 1-16, 2021. Disponível em: <https://revistas.unifacs.br/index.php/sepa/article/viewFile/7059/4277>. Acesso em: 30 set. 2025.

SANTOS, João Pedro et al. Terapia ocupacional e intervenção precoce. Editora Academic, 2023. Disponível em: <https://editoraacademic.com.br/post-artigo/?artigo=850>. Acesso em: 30 set. 2025. SANTOS, R. M. Habilidades comunicativas e autismo. *Revista Foco*, 2023. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/3421>. Acesso em: 30 set. 2025.

SARAIVA, E. M. S. et al. O que o Sistema Único de Saúde oferece em termos de tecnologias de cuidado para pessoas com Transtorno do Espectro Autista? 2023. DOI: 10.56238/sevened2023.004-022.

SÃO PAULO (Estado). Lei nº 15.668, de 12 de janeiro de 2015. Dispõe sobre diretrizes para a política de diagnóstico precoce e tratamento dos sintomas da Síndrome do Autismo no âmbito do sistema de saúde. Diário Oficial do Estado de São Paulo, São Paulo, 13 jan. 2015. Disponível em: <https://www.al.sp.gov.br/repositorio/legislacao/lei/2015/lei-15668-12.01.2015.html>. Acesso em: 30 set. 2025.

SÃO PAULO (Estado). Lei nº 16.756, de 8 de junho de 2018. Dispõe sobre o dever de inserção do símbolo mundial da conscientização sobre o Transtorno do Espectro Autista – TEA nas placas de atendimento prioritário nos estabelecimentos públicos e privados. Diário Oficial do Estado de São Paulo, São Paulo, 9 jun. 2018. Disponível em: <https://www.al.sp.gov.br/repositorio/legislacao/lei/2018/lei-16756-08.06.2018.html>. Acesso em: 30 set. 2025.

SÃO PAULO (Estado). Lei nº 17.158, de 18 de setembro de 2019. Institui a Política Estadual de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista – TEA, e dá outras providências. Diário Oficial do Estado de São Paulo, São Paulo, 19 set. 2019. Disponível em: <https://www.al.sp.gov.br/repositorio/legislacao/lei/2019/lei-17158-18.09.2019.html>. Acesso em: 30 set. 2025.

SILBERMAN, Steve. NeuroTribes: o legado do autismo e o futuro da neurodiversidade. Estados Unidos: Publicação Avery, 2015.

SILVA, Franciele Negrini; RAZERA, Andreza. Uma análise da eficácia da ABA na melhoria das habilidades sociais e comportamentais em pessoas com transtorno do espectro autista. Brazilian Journal of Inclusive Human Sciences, v. 2, n. 1, p. 1-15, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/818>. Acesso em: 02 out. 2025.

SILVA, G. L.; MENDES, E. A. Políticas públicas para o atendimento ao Transtorno do Espectro Autista no Brasil, EUA e Europa nos últimos 20 anos. Revista Saúde Coletiva, São Paulo, v. 9, n. 51, p. 2747–2763, 2019. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/3311>. Acesso em: 3 jun. 2025.

SILVA, Rafaela Andrade da; MENDES, Heloísa de Carvalho. A atuação dos CAPSi no atendimento de crianças com autismo: limites e possibilidades. Revista Brasileira de Psicologia da Saúde, v. 10, n. 2, p. 25–36, 2019. SOUSA, L. E. P. F.;

BODSTEIN, R. C. Equidade, integralidade e o SUS: por onde andam os princípios do Sistema Único de Saúde no cotidiano da saúde? Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 6, p. 1701–1710, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232017226.07532017>.

SPOSATI, Aldaíza. A constituição da política de assistência no Brasil: a perda da centralidade da pobreza. Serviço Social & Sociedade, n. 48, p. 77–103, 1995. DOI: <https://doi.org/10.1590/0101-6628.192>.

SPOSATI, Aldaíza. Assistência social: direito do cidadão e dever do Estado. Serviço Social & Sociedade, São Paulo, n. 48, p. 94–111, 1995.

UOL. Ativismo e clínica-escola para pessoas autistas. 2016.

USP. Programa Autista do Instituto de Psiquiatria - HC/FMUSP. 2012.

VALLÉS, Josep Maria. A construção das políticas públicas: uma abordagem metodológica. São Paulo: Edusp, 2010.

# ARTE MARCIAL COMO INTERVENÇÃO PSICOTERAPÊUTICA: OS IMPACTOS DA PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E COGNITIVO DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Autor: João Marcelo Souza Gonçalves, graduando no curso de Psicologia pela ESAMC.

**RESUMO:** Este trabalho tem como tema a relação entre a prática de artes marciais e o desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O objetivo geral é apresentar como a prática de artes marciais pode se tornar um método de intervenção viável para psicoterapeutas no acompanhamento de pacientes com TEA, compreendendo sua contribuição para o desenvolvimento motor, cognitivo e comportamental dessas crianças. Foi realizada uma revisão narrativa da literatura nas bases SciELO, PubMed, Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando os descritores “autismo”, “Transtorno do Espectro Autista”, “artes marciais”, “desenvolvimento psicomotor” e “desenvolvimento cognitivo”. A partir da literatura analisada, observou-se que as artes marciais podem promover avanços significativos em aspectos relacionados à coordenação motora, atenção, controle emocional e socialização, sendo compatíveis com as necessidades estruturais e comportamentais de crianças autistas. Constatou-se ainda que, apesar da escassez de estudos sobre o tema, a prática das artes marciais demonstra potencial terapêutico e pedagógico, podendo ser utilizada como ferramenta complementar nas intervenções psicológicas e educacionais voltadas ao desenvolvimento integral de crianças com TEA. **PALAVRAS-CHAVE:** Autismo; Artes Marciais; Desenvolvimento Cognitivo; Desenvolvimento Psicomotor; Intervenção Terapêutica

**ABSTRACT:** This study addresses the relationship between the practice of martial arts and the psychomotor and cognitive development of children with Autism Spectrum Disorder (ASD). The general objective is to present how martial arts practice can become a viable intervention method for psychotherapists in the treatment of patients with ASD, understanding its contribution to the motor, cognitive, and behavioral development of these children. To this end, a narrative literature review was conducted using the SciELO, PubMed, Google Scholar, and Virtual Health Library (VHL) databases, employing the descriptors “autism,” “Autism Spectrum Disorder,” “martial arts,” “psychomotor development,” and “cognitive development.” From the analyzed literature, it was observed that martial arts can promote significant improvements in aspects related to motor coordination, attention, emotional control, and socialization, aligning with the structural and behavioral needs of children with autism. It was also found that, despite the scarcity of empirical studies on the subject, martial arts practice demonstrates therapeutic and pedagogical potential and can be used as a complementary tool in psychological and educational interventions aimed at the development of children with ASD. **KEYWORDS:** Autism; Martial Arts; Cognitive Development; Psychomotor Development; Therapeutic Intervention.

1 – Graduando no curso de Psicologia pela ESAMC. joaomsg15@gmail.com

2 – Professora orientadora do trabalho de conclusão de curso da faculdade ESAMC Uberlândia, doutoranda em Ciências da Saúde, UFU. cleycianefaria@gmail.com

3 – Professor orientador do trabalho de conclusão de curso da faculdade ESAMC Uberlândia, Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. albert.manoel@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

A prática regular de atividades físicas durante a infância contribui significativamente para o amadurecimento global da criança, influenciando aspectos relacionados ao corpo, à mente e às interações sociais. Entre as modalidades que se destacam nesse processo estão as artes marciais, cuja proposta envolve movimentos sistemáticos, repetição disciplinada e exigência de concentração e domínio corporal. No contexto de crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), tais práticas podem gerar impactos positivos perceptíveis, especialmente no aprimoramento da coordenação motora e na forma como essas crianças processam e respondem aos estímulos do meio ambiente.

Sob a ótica da Psicologia, o desenvolvimento infantil está diretamente relacionado às experiências vivenciadas e aos estímulos recebidos, sendo a prática de atividades físicas um recurso importante para favorecer não apenas o crescimento físico, mas também os aspectos emocionais e cognitivos. Crianças no espectro autista frequentemente encontram dificuldades para executar movimentos que exigem coordenação motora fina e grossa, planejar tarefas do dia a dia e lidar com situações novas ou imprevistas. As artes marciais, ao proporem exercícios que demandam atenção a comandos precisos, execução sincronizada de técnicas e ajustes corporais constantes, podem auxiliar nesse processo, funcionando como um meio terapêutico complementar às intervenções psicológicas voltadas para o desenvolvimento da autonomia e da autorregulação.

Nesse contexto, o papel do psicólogo torna-se fundamental ao reconhecer as artes marciais como uma ferramenta complementar ao processo psicoterapêutico de crianças com TEA. Ao compreender o potencial dessa prática na promoção da autorregulação emocional, do foco atencional e da socialização, o psicólogo pode indicar ou integrar atividades marciais como parte de um plano terapêutico mais amplo, em parceria com educadores físicos e familiares. Essa integração interdisciplinar amplia o alcance do tratamento, permitindo que o paciente desenvolva habilidades cognitivas e comportamentais também em contextos fora do setting clínico, fortalecendo os resultados da terapia e contribuindo para o desenvolvimento global da criança.

Além disso, a Psicologia reconhece a relevância do brincar, do movimento e da interação social para a constituição da subjetividade e do comportamento. Nesse sentido, WINNICOTT (1975) já destacava que o brincar constitui um espaço fundamental para o desenvolvimento emocional da criança, possibilitando a construção do self e a vivência de



experiências autênticas em um ambiente seguro. Outro aspecto a ser considerado é quanto às transformações no comportamento e na sociabilização que podem emergir da permanência em contextos organizados e previsíveis. A constância das rotinas, a presença de figuras referenciais como os instrutores e a convivência regular com outros praticantes oferecem oportunidades valiosas de interação e aprendizado social. Com isso, os benefícios adquiridos nas aulas não se restringem ao ambiente esportivo, podendo refletir positivamente em diversos contextos do cotidiano da criança, como o dia a dia coletivo no ambiente escolar. Assim, ao integrar elementos da prática corporal com princípios que favorecem o desenvolvimento emocional e social, as artes marciais apresentam-se como um recurso que pode ser potencializado por psicólogos em seus planos de intervenção. Com isso, os benefícios adquiridos nas aulas não se restringem ao ambiente esportivo, mas podem refletir positivamente em diversos contextos da vida da criança. Diante desse cenário, torna-se possível explorar de forma mais aprofundada o papel que as artes marciais podem desempenhar como elemento complementar no processo de desenvolvimento de crianças com diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista, reforçando a interdisciplinaridade entre Educação Física e Psicologia.

As intervenções do Transtorno do Espectro Autista (TEA) podem representar grande desafio por envolver múltiplas áreas do desenvolvimento infantil, como a cognição, a comunicação, o comportamento e as habilidades motoras. Cada criança com TEA apresenta características e necessidades muito específicas, o que torna essencial a busca por abordagens que respeitem seu ritmo e estimulem suas potencialidades de forma integral. Nesse cenário, as artes marciais surgem como uma possível aliada terapêutica, ao oferecer um ambiente estruturado, com rotinas claras, estímulo ao foco e à coordenação, além de promover a socialização. No entanto, ainda são limitados os estudos que investigam como essa prática pode impactar diretamente o desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com TEA, o que levanta a seguinte questão: como as artes marciais podem contribuir nesse processo de desenvolvimento?

Então podemos entender que este trabalho tem como objetivo apresentar como a prática de artes marciais pode se tornar um método de intervenção viável dos psicoterapeutas aos pacientes, e assim entendendo sua contribuição no desenvolvimento de crianças com TEA. A partir de uma revisão da literatura existente, compreendendo de que maneira essas atividades podem modificar aspectos motores, cognitivos e comportamentais dessas crianças.



De forma mais específica, o estudo busca discorrer sobre os fatores didáticos determinantes no desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com TEA, entender o conceito do TEA e suas particularidades e seus impactos no desenvolvimento infantil e compreender as características do transtorno e seus níveis de suporte, relatar os fatores desafiadores para pais de crianças com autismo durante o tratamento e entender como a prática de artes marciais, de forma bem estruturada, pode impactar o desenvolvimento cognitivo e psicomotor da criança com TEA.

Além disso, essa pesquisa busca destacar como pode ser fundamental que o psicólogo tenha conhecimento sobre os princípios das artes marciais e seus potenciais efeitos terapêuticos, de modo a avaliar sua adequação dentro do plano de atendimento clínico. Essa compreensão permite que o profissional identifique como a estrutura disciplinada, a previsibilidade e o controle corporal presentes nas práticas marciais podem favorecer o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, motoras e cognitivas, ampliando as possibilidades de intervenção e fortalecendo o trabalho interdisciplinar entre Psicologia e Educação Física.

## 2 MÉTODO

A metodologia adotada para este trabalho será de uma revisão narrativa. Essa abordagem consiste na análise e interpretação de produções acadêmicas já publicadas, com o objetivo de reunir, compreender e discutir o conhecimento existente sobre determinado tema. Para garantir a relevância e a qualidade das fontes selecionadas, serão estabelecidos critérios de inclusão e exclusão rigorosos.

A presente pesquisa utilizará como critérios de inclusão livros e capítulos de livros de autores da área, teses e dissertações, documentos oficiais de órgãos de saúde e educação, além de publicações disponíveis nos idiomas português e inglês. Serão considerados estudos que abordem a prática de artes marciais, em qualquer modalidade, voltada para crianças e adolescentes de até 18 anos diagnosticados com Transtorno do Espectro Autista (TEA), bem como pesquisas que investiguem os impactos dessa prática no desenvolvimento psicomotor e/ou cognitivo. Para garantir a atualidade da discussão, serão priorizadas publicações a partir do ano de 2000, considerando os avanços no diagnóstico e na compreensão do TEA.

Por outro lado, serão excluídos artigos de opinião, editoriais e resenhas que não apresentem dados de pesquisa originais, trabalhos incompletos ou resumos expandidos, publicações que não tratem especificamente do TEA ou que abordem outras condições do

neurodesenvolvimento, com exceção a artigos e pesquisas que correlacionem sintomas e comportamentos das demais condições com TEA, excluem-se também estudos realizados com população adulta ou sem faixa etária definida, além de produções que não mencionem explicitamente o impacto psicomotor ou cognitivo.

A busca pelos materiais será conduzida em bases de dados científicas de amplo reconhecimento, como PubMed, SciELO, Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Para essa etapa, serão utilizadas palavras-chave em português e suas correspondentes em inglês, incluindo: “autismo” (autism), “Transtorno do Espectro Autista” ou “TEA” (Autism Spectrum Disorder ou ASD), “artes marciais” (martial arts), além das modalidades específicas “judô”, “karatê”, “tae-kwon-do” e “jiu-jitsu”. Também serão consideradas combinações com termos como “desenvolvimento psicomotor” (psychomotor development), “habilidades motoras/coordenação” (motor skills/coordination), “desenvolvimento cognitivo” (cognitive development), “atenção” (attention), “memória” (memory) e “cognição” (cognition).

Ao analisar os tratamentos destinados ao TEA, principalmente em nível 1 de suporte, é possível associar um padrão que busca reforçar comportamentos repetitivos e padronizados, para assim impulsionar o aprendizado com base nas características do indivíduo.

Crianças com TEA apresentam uma necessidade em conviver em ambientes que tratam essa repetição como rotina, estabelecendo um ambiente organizado, com clareza em instruções simples e diretas, que não fujam dos padrões estabelecidos previamente. Práticas como as artes marciais têm sido cada vez mais valorizadas por pais e responsáveis, principalmente por promoverem aspectos como disciplina, coordenação dos movimentos, foco e controle das emoções, para seus filhos, sejam crianças ou adolescentes. Seu ambiente costuma ser organizado, com regras bem definidas e uma rotina clara, o que contribui para o senso de ordem e responsabilidade dos praticantes. Além disso, as técnicas utilizadas envolvem a repetição constante de movimentos e incentivam o convívio entre os participantes, o que também colabora com o desenvolvimento social de forma indireta.

Muitas pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) costumam reagir melhor a ambientes onde há uma rotina bem definida e menos imprevisibilidade. Nesse sentido, certas práticas adotadas nas artes marciais, como a repetição de movimentos e o planejamento de uma rotina de aulas se mostram compatíveis com essas necessidades. Ao envolver atividades que demandam atenção, controle do corpo e interação tanto com o espaço e com as outras pessoas,

é possível estimular uma série de capacidades essenciais. Entre elas, a coordenação dos movimentos, o senso de equilíbrio, a orientação no espaço, mantimento do foco e a habilidade de lidar com as emoções.

### 3 RESULTADOS

Dentre as bases de dados consultadas, PubMed, SciELO, Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), foram encontrados oito (8) artigos que abordam a relação entre artes marciais e o desenvolvimento de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento, incluindo o Transtorno do Espectro Autista (TEA). Desses, cinco (5) apresentavam acesso ao texto completo e três (2) encontravam-se em português, enquanto dois

(3) estavam disponíveis no idioma inglês. Após a leitura integral, quatro (4) estudos apresentaram relação direta com o tema proposto, sendo os demais direcionados a condições correlatas, como o TDAH.

Os artigos analisados indicaram que a prática regular das artes marciais favorece o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e comportamentais, promovendo avanços na coordenação motora, na atenção sustentada, no controle emocional e na socialização. A repetição dos movimentos, a previsibilidade dos treinos e a estrutura hierárquica das aulas foram apontadas como fatores que reduzem a ansiedade e auxiliam na autorregulação, especialmente em crianças dentro do espectro autista. Observou-se ainda que o ambiente das artes marciais, por ser estruturado e disciplinado, oferece estabilidade e rotina, aspectos fundamentais para o progresso de crianças com TEA.

Entre os estudos analisados, destaca-se o trabalho do artigo *“Effects of an 8-Week Judo Program on Behaviors in Children with Autism Spectrum Disorder: A Mixed-Methods Approach”* (Efeitos de um programa de judô de oito semanas sobre os comportamentos de crianças com Transtorno do Espectro Autista: uma abordagem de métodos mistos. (RIVERA, RENZIEHAUSEN & GARCIA, 2020), no qual 25 crianças com TEA entre 8 e 17 anos participaram de um programa de judô com duração de oito semanas, realizando em média 7,04 aulas (de um total de 8). Apesar de não terem sido observadas mudanças estatisticamente significativas nas pontuações do instrumento Aberrant Behavior Checklist (ABC) utilizado como base na pesquisa, os dados qualitativos apontaram que 78% dos pais relataram melhorias nas habilidades sociais e na autoestima das crianças ao final do programa.

Outro estudo relevante foi conduzido por BAHRAMI et al. (2015), no artigo “*Karate training improves communication skills in children with Autism Spectrum Disorder*” que investigou os efeitos da prática do karatê sobre as habilidades de comunicação de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A pesquisa contou com 30 participantes (idades 8 a 12 anos), divididos de maneira aleatória entre um grupo experimental e um grupo de controle. O grupo experimental participou de 14 semanas de treinamento estruturado de karatê, com duas sessões semanais supervisionadas por instrutores especializados, enquanto o grupo de controle manteve apenas suas atividades rotineiras, sem intervenção adicional. Os resultados indicaram melhorias significativas nas habilidades de comunicação verbal e não verbal no grupo que praticou karatê, especialmente na iniciação de interações sociais e na resposta a comandos, em comparação ao grupo de controle, que não apresentou mudanças expressivas. Essa medição foi realizada em três momentos: antes da intervenção (baseline), após as 14 semanas de treinamento e 1 mês após o término da prática. Os autores destacam que a estrutura previsível e repetitiva das aulas favoreceu o aumento da atenção e da responsividade social, reforçando o potencial das artes marciais como recurso terapêutico complementar para crianças com TEA.

Dentre os estudos analisados, destaca-se também a pesquisa intitulada “*Promoting Executive Functioning in Children with Autism Spectrum Disorder Through Mixed Martial Arts Training*” (PHUNG & GOLDBERG, 2019), que investigou os efeitos de um programa de artes marciais mistas (MMA) sobre as funções executivas de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O estudo contou com a participação de 28 crianças, com idades entre 8 e 14 anos, divididas em um grupo experimental e um grupo controle. O grupo experimental participou de um programa estruturado de treinamento de artes marciais durante doze semanas, com duas sessões semanais supervisionadas por instrutores capacitados e acompanhamento de profissionais de Psicologia e Educação Física.

Os resultados indicaram melhorias significativas nas funções executivas das crianças que participaram das atividades marciais, especialmente nas habilidades de inibição de respostas impulsivas, flexibilidade cognitiva e memória operacional. Além disso, observou-se uma melhora na atenção sustentada e na capacidade de seguir instruções complexas, o que reflete ganhos tanto cognitivos quanto comportamentais.

Para assegurar a qualidade e a consistência científica desta pesquisa, o trabalho foi submetido à avaliação com base na Escala SANRA (*Scale for the Assessment of Narrative Review Articles*; Baethge, Goldbeck-Wood & Mertens, 2019) que busca mensurar a qualidade

da revisão narrativa. A aplicação da escala resultou em uma pontuação total de 10 pontos, de um máximo de 12, o que indica um padrão alto de qualidade metodológica. O trabalho obteve pontuação máxima nos itens relacionados à explicação da importância do tema (2), clareza dos objetivos (2), adequação das referências (2) e raciocínio científico (2), enquanto os itens referentes à descrição da busca de literatura (1) e à apresentação dos dados finais (1) foram avaliados como padrão médio. Essa pontuação reflete boa coerência interna, embasamento teórico consistente e relevância do tema, demonstrando que a pesquisa atende aos principais critérios de qualidade científica para revisões narrativas.

## 4 DISCUSSÃO

### 4.1 O Transtorno do Espectro Autista (TEA) e seus Impactos no Desenvolvimento Infantil.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição de origem neurológica que interfere diretamente na forma como o indivíduo se comunica, interage socialmente e percebe o mundo ao seu redor. Durante a infância, esses aspectos impactam diretamente no desenvolvimento global da criança, sobretudo nas áreas cognitivas e motoras. As alterações sensoriais e comportamentais comuns ao TEA fazem com que o desenvolvimento dessas crianças ocorra em ritmos e formatos diferentes daqueles considerados típicos, exigindo atenção individualizada no processo educativo (PAPALIA et al., 2016).

A forma como essas crianças aprendem geralmente está relacionada a estímulos visuais, padrões previsíveis e repetições que facilitam a assimilação de informações. Isso significa que intervenções que organizem o ambiente e proporcionem segurança por meio da rotina têm maiores chances de promover avanços significativos. Essa necessidade de estrutura também se reflete no comportamento motor, uma vez que muitas crianças no espectro apresentam dificuldades em aspectos motores e cognitivos, como manter a concentração em tarefas dinâmicas e desenvolver bem a lateralidade, o que pode afetar a autonomia e a realização de atividades simples do dia a dia (CAPELATTO et al., 2019).

O “*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*” (5ª ed.; DSM-5; AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2013) classifica o Transtorno do Espectro Autista (TEA) em três níveis de suporte, sendo eles: Nível 1 (suporte necessário), Nível 2 (suporte substancial) e Nível 3 (suporte muito substancial). Esta pesquisa será concentrada, principalmente, no Nível de Suporte 1, que inclui pessoas com maior autonomia funcional, mas

que ainda necessitam de suporte para lidar com interações sociais.

Crianças com TEA nível 1 são aptas a manter uma comunicação verbal funcional, por exemplo, porém com limitações na sociabilização da linguagem ou na compreensão de regras implícitas. KLIN *et al.* (2003), informam que, em ambientes estruturados, essas crianças tendem a responder melhor aos estímulos, o que reforça a importância de estratégias pedagógicas bem definidas e consistentes para esse grupo.

O crescimento de crianças dentro do Espectro autista costuma apresentar algumas particularidades importantes nos aspectos motores, cognitivos e sensoriais. Segundo PAPALIA *et al.* (2016), é comum que esses indivíduos tenham atrasos na fala, dificuldades em dividir a atenção com outras pessoas e obstáculos ao executar certos movimentos. Esses fatores acabam influenciando diretamente a maneira como se relacionam com o ambiente, assimilam novos conhecimentos e progridem em seu desenvolvimento.

Essas particularidades fazem com que crianças com TEA nível 1 sejam candidatas ideais à inserção em atividades que exijam disciplina, foco e repetição, como as artes marciais. Como apontam os autores SILVA e MULICK (2009) e KLIN *et al.* (2003), a previsibilidade e a estrutura são elementos-chave para o aprendizado e adaptação de crianças com autismo. O ambiente padronizado das artes marciais, onde há regras claras, rotinas bem definidas e repetição de movimentos, poderia

favorecer a internalização de comportamentos, promovendo o desenvolvimento de habilidades cognitivas e motoras ao longo do tempo.

O desenvolvimento da criança acontece de forma integrada, com as áreas emocionais, cognitivas e motoras influenciando-se constantemente. Porém, no caso de crianças dentro do Espectro autista, esses aspectos nem sempre evoluem de forma equilibrada ou no tempo esperado. Dificuldades em responder de maneira socialmente adequada e em lidar com estímulos do ambiente ao redor acabam comprometendo o aprendizado de habilidades fundamentais, como a comunicação, tanto verbal quanto não verbal, o ato de brincar e a convivência com outras crianças (PAPALIA e FELDMAN, 2013). Quando não há intervenções estruturadas desde os primeiros anos, esses desafios podem se intensificar e comprometer etapas futuras do desenvolvimento.

Ambientes estruturados e previsíveis podem ser benéficos para crianças com autismo, pois reduzem a ansiedade frente ao inesperado e contribuem para a regulação comportamental. Oliver Sacks (1995), ao descrever casos clínicos de indivíduos com Espectro Autista, já

apontava que a previsibilidade oferece um senso de segurança essencial para o engajamento em atividades pedagógicas ou terapêuticas. Em ambientes estruturados, elas tendem a responder melhor aos estímulos, o que reforça a importância de estratégias pedagógicas bem definidas e consistentes para esse grupo. MESIBOV e SHEA (2010), em pesquisas no desenvolvimento do Programa TEACCH (Tratamento e Educação de Crianças Autistas e com Déficits Relacionados de Comunicação), destacam que a organização do espaço físico, a rotina visualmente clara e a estruturação das tarefas são elementos cruciais para a aprendizagem e autonomia de crianças com TEA. Eles apontam que, ao tornar o ambiente compreensível e previsível, reduz-se a sobrecarga sensorial e cognitiva, permitindo que a criança foque nas atividades e no desenvolvimento de novas habilidades.

É importante considerar como o comportamento da criança está ligado ao ambiente em que ela vive. SKINNER (1953), por exemplo, defende que para compreender o que uma pessoa faz, é fundamental observar o contexto e as circunstâncias do seu ambiente. A abordagem ABA (Análise do Comportamento Aplicada), que será abordada mais detalhadamente mais adiante, mostra que por meio da repetição e do reforço positivo, é possível ensinar comportamentos "úteis" para o dia a dia. Essa prática ajuda no desenvolvimento de habilidades que tornam a criança mais independente nas atividades rotineiras.

A complexidade do Transtorno do Espectro Autista (TEA) reside em sua manifestação heterogênea, afetando diversas áreas do desenvolvimento infantil. Desse modo, é imperativo que qualquer intervenção seja pautada no respeito às particularidades de cada criança, incluindo seu estilo de aprendizagem e padrões de interação social (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2013).

Ao invés de uma adesão exclusiva a métodos terapêuticos tradicionais, como intervenções clínicas ou farmacológicas, considera-se pertinente a busca por práticas complementares que se integrem ao cotidiano da criança e estejam alinhadas aos seus interesses. Essa abordagem, que favorece a naturalidade do processo de desenvolvimento, pode potencializar a eficácia das intervenções (KOEGL & KOEGL, 2006; SCHREIBMAN et al., 2015). A incorporação de atividades lúdicas e baseadas em motivações intrínsecas da criança, por exemplo, tem se mostrado eficaz para promover engajamento e aquisição de habilidades em ambientes mais ecológicos e menos restritivos.

O estabelecimento de vínculos consistentes com os adultos que acompanham a criança, como pais e cuidadores, constitui um aspecto fundamental no processo de desenvolvimento de

indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Embora crianças com TEA possam, por vezes, demonstrar resistência ao toque ou dificuldades na expressão afetiva, elas podem se beneficiar significativamente de relações afetivas construídas com cuidado, paciência e respeito (GRANDIN & JOHNSON, 2005; SIEGEL, 2018).

Quando essas conexões são bem desenvolvidas, tornam-se um fator positivo que amplia o impacto das intervenções educativas e terapêuticas, sobretudo quando realizadas com empatia e atenção às particularidades do Espectro. A segurança e a confiança resultantes desses laços afetivos podem facilitar a participação da criança em atividades de aprendizagem e terapêuticas, promovendo um ambiente propício ao seu desenvolvimento integral (GREENSPAN & WIEDER, 1997).

#### **4.2 Os desafios enfrentados por pais e cuidadores de crianças com o Transtorno do Espectro Autista.**

Receber o diagnóstico de autismo para um filho é, para muitas famílias, como entrar em um universo novo e desconhecido. Os pais passam a conviver com dúvidas, pesquisas constantes e um sentimento de urgência para “fazer tudo certo”. No entanto, não existe um manual definitivo, e isso torna a caminhada ainda mais delicada. A escritora Claire Lazebnik, em seu livro *"Raising a Child with Autism"* (2010), relata que a maior dificuldade muitas vezes não está no transtorno em si, mas na pressão social que cai sobre os pais, que se veem obrigados a serem especialistas, terapeutas e educadores, além de cuidadores.

Entre os desafios enfrentados, o aspecto financeiro é um dos mais sensíveis. As intervenções recomendadas, como terapia ocupacional, acompanhamento psicológico, fonoaudiologia e métodos de estimulação precoce, muitas vezes são inacessíveis pela rede pública e, na rede privada, podem comprometer grande parte da renda familiar. Muitos pais, acabam reduzindo ou até abandonando seus empregos para se dedicarem integralmente aos cuidados da criança. Esse movimento impacta diretamente a estabilidade financeira da casa e, em alguns casos, leva à descontinuidade do tratamento. De acordo com uma pesquisa realizada pelo Instituto Rodrigo Mendes em 2022, estudantes com deficiência apresentaram risco de 28% de abandono escolar, o que os torna a maioria em comparação aos 19% dos colegas sem deficiência durante o retorno às aulas presenciais após o ensino remoto, evidenciando as dificuldades enfrentadas pelas famílias nesse período.



A sobrecarga emocional também se intensifica diante da incompreensão social. Comportamentos atípicos das crianças, como crises sensoriais, resistência a mudanças ou dificuldade de socialização, ainda são vistos com estranhamento em ambientes públicos. Isso afasta muitas famílias do convívio social, gera constrangimentos e reforça sentimentos de isolamento. LAZEBNIK (2010) também comenta que, para muitos pais, o mais difícil não é lidar com o autismo, mas com o julgamento das pessoas ao redor. O medo de exposição acaba por limitar atividades simples, como passeios em família, aniversários ou até visitas a espaços educativos. A jornada emocional dos cuidadores é intensa. Emoções como culpa, medo do futuro, frustração e até solidão aparecem com frequência. PAPALIA et al. (2016) apontam que o equilíbrio emocional da família é essencial para o desenvolvimento da criança, e que a forma como os cuidadores lidam com os desafios influencia diretamente a evolução das habilidades sociais e cognitivas dos pequenos.

Apesar disso, muitos relatos também revelam o lado transformador da parentalidade atípica. A convivência com o autismo ensina sobre paciência, sensibilidade e novas formas de comunicação. Como aponta KLIN et al. (2003), o desenvolvimento de vínculos afetivos em ambientes seguros e respeitosos é fundamental para que tanto a criança quanto seus cuidadores cresçam emocionalmente. A atenção, a presença constante e a persistência tornam-se as ferramentas mais valiosas nesse processo.

O impacto psicológico dessa rotina intensa é profundo. A falta de tempo para si, o cansaço físico e a constante pressão por resultados terapêuticos afetam a saúde mental dos cuidadores. Em muitos casos, os pais negligenciam suas próprias necessidades, colocando o bem-estar da criança em prioridade ao seu próprio. KLIN et al. (2003) também apontam que essa dinâmica, por mais compreensível que seja, pode levar à exaustão e prejudicar tanto o vínculo familiar quanto a eficácia das intervenções.

Neste contexto, práticas acessíveis, organizadas e de baixo custo, como oficinas gratuitas, esportes adaptados e iniciativas comunitárias, ganham relevância como alternativas viáveis para complementar o desenvolvimento das crianças. As artes marciais, por exemplo, vêm sendo gradualmente exploradas nesse cenário por seu potencial estruturante e disciplinar. Ainda que não substituam terapias clínicas, podem oferecer momentos de interação positiva e progresso visível, o que impacta diretamente a autoestima da criança. Mesmo assim, o foco deve permanecer no fortalecimento da rede de apoio, da inclusão e da empatia com as famílias que, todos os dias, enfrentam desafios silenciosos e muitas vezes invisíveis.

### **4.3 Fatores didáticos determinantes no desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com TEA.**

O desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) envolve uma série de desafios, que exigem intervenções pedagógicas cuidadosamente estruturadas. Essas crianças apresentam diferentes formas de perceber o mundo, o que impacta diretamente sua maneira de aprender e interagir (GRANDIN & JOHNSON, 2005). Nesse contexto, assim como visto no tópico 2.1, os formatos dos métodos de intervenção utilizados precisam considerar a previsibilidade, a repetição e a organização do ambiente, fatores que favorecem a compreensão e reduzem a ansiedade diante de estímulos excessivos (MESIBOV & SHEA, 2010). Estratégias didáticas que utilizam sinais visuais, instruções claras e rotina bem definida são mais facilmente assimiladas por esse público, pois dialogam com suas necessidades cognitivas específicas, promovendo um aprendizado mais eficaz e adaptado às suas particularidades (SCHOPLER et al., 2001).

Ter ambientes educacionais organizados de forma clara e previsível contribuem para a concentração e o bem-estar de crianças no Espectro Autista. Um exemplo disso é o modelo TEACCH, que adota ferramentas visuais, delimita espaços e estabelece sequências claras para atividades. Essa estrutura ajuda a criança a entender o que está acontecendo e o que acontecerá a seguir, gerando previsibilidade e diminuindo estímulos desnecessários, que criam uma compreensão maior de sua rotina.

A criação de um ambiente estruturado e previsível favorece não apenas o bem-estar emocional da criança com Transtorno do Espectro Autista (TEA), como também incentiva sua participação nas atividades. Quando a rotina é clara e organizada, a criança compreende melhor o que será realizado e o que se espera dela, o que aumenta seu engajamento (MESIBOV & SHEA, 2010). Estratégias como a divisão das tarefas em etapas simples, o uso de rotinas visuais e a organização do tempo ajudam a tornar o processo de aprendizagem mais acessível (SCHOPLER et al., 2001). Mais do que acelerar o desenvolvimento, o objetivo é respeitar o ritmo individual, promovendo um avanço contínuo e equilibrado (KOEGL & KOEGL, 2006).

A repetição desempenha um papel central nas práticas educativas voltadas para crianças com TEA. Mais do que uma simples repetição de atividades, essa estratégia contribui significativamente para que a criança reconheça padrões, se acostume com as dinâmicas

propostas e, pouco a pouco, desenvolva mais autonomia (LOVAAS, 1987). Um exemplo disso é a Análise do Comportamento Aplicada (ABA), que se apoia em repetições planejadas, no uso de reforços positivos e na fragmentação das tarefas em etapas menores (COOPER, HERON, & HEWARD, 2007). Esse modelo torna o processo de aprendizagem mais organizado e possível de ser acompanhado de maneira objetiva.

Nesse tipo de intervenção, cada habilidade nova é ensinada a partir de ensaios discretos, nos quais a criança é guiada por instruções objetivas, recebe *feedback* imediato e avança para a etapa seguinte apenas quando demonstra domínio da anterior (SKINNER, 1953; SUNDBERG & MICHAEL, 2001). Isso cria um ciclo de ensino que valoriza o progresso individual e torna possível acompanhar a evolução de forma clara, tanto para os profissionais quanto para os familiares envolvidos.

A união entre uma organização clara do ambiente e a repetição intencional de atividades cria um cenário propício para que crianças com TEA desenvolvam gradualmente habilidades motoras, cognitivas e comportamentais (MESIBOV & SHEA, 2010; LOVAAS, 1987). Essa forma de conduzir o ensino leva em conta os limites individuais, mas ao mesmo tempo oferece estímulos adequados que favorecem o progresso no tempo de cada criança.

Assim, são criadas condições mais acolhedoras e eficazes para o aprendizado e para o fortalecimento da autonomia. Outras abordagens, como o PECS (Picture Exchange Communication System), introduzem a comunicação visual como ferramenta de mediação. Seu formato baseia-se na troca de figuras e símbolos, permitindo que a criança se comunique mesmo quando a fala está ausente ou pouco funcional (BONDY & FROST, 1994). Essa estrutura proporciona um sistema de escolha e expressão, que trabalha não apenas a cognição, mas também o planejamento motor fino (no manuseio dos cartões), a tomada de decisão e o vínculo interpessoal. O foco do PECS não está apenas no conteúdo, mas na forma como a comunicação é construída a partir da vivência concreta da criança.

Nesse cenário, é fundamental a aplicação de estímulos sensoriais que sejam previamente organizados, assim como a introdução, com o tempo, de novas propostas de aprendizagem (AYRES, 2005). Para que o desenvolvimento motor aconteça de maneira eficaz, é necessário que a criança esteja envolvida em uma rotina que respeite suas particularidades perceptivas, como noções de espaço, equilíbrio corporal, coordenação e ritmo. Abordagens como a psicomotricidade relacional apostam em jogos simbólicos e atividades corporais dentro de ambientes seguros e acolhedores, utilizando o corpo como ferramenta de expressão e

conhecimento (LAPIERRE & AUCOUTURIER, 2002). Essas experiências mostram que, quando as propostas são bem direcionadas e os estímulos adequadamente planejados, é possível estimular o desenvolvimento cognitivo por meio do movimento físico.

Ao observar o modo como esses métodos são estruturados, é possível identificar um padrão caracterizado pela repetição, clareza e organização. Esses três pilares podem criar um ambiente propício ao aprendizado e ao desenvolvimento de crianças com TEA, já que contribuem para a adaptação neurológica diante dos desafios impostos por esse transtorno. Além de promover o progresso em áreas escolares e comportamentais, esses princípios também pavimentam o caminho para o uso de intervenções complementares. Atividades físicas sistematizadas, que seguem uma sequência lógica e oferecem orientações claras, como é o caso das artes marciais, demonstram compatibilidade com esse tipo de abordagem. Ao apresentarem estrutura semelhante à dos métodos pedagógicos convencionais, com repetições constantes, disciplina e evolução por etapas, essas práticas podem funcionar como uma extensão natural e eficaz do processo educacional voltado ao público com TEA.

#### **4.4 As artes marciais como ferramenta de apoio no desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com TEA.**

A compreensão do TEA, como uma condição neurológica que impacta a comunicação, interação social e percepção do mundo, é crucial para identificar abordagens terapêuticas e pedagógicas eficazes. Como já explorado, a heterogeneidade do TEA exige intervenções que respeitem as particularidades de cada criança, especialmente em relação aos desafios no desenvolvimento psicomotor (como coordenação, equilíbrio e praxia) e cognitivo (incluindo atenção, flexibilidade e funções executivas), bem como suas sensibilidades sensoriais e a necessidade de ambientes previsíveis (APA, 2013; PROVOST et al., 2016; HAPPÉ & FRITH, 2006). É nesse contexto que as artes marciais emergem como uma ferramenta com potencial significativo, oferecendo uma estrutura que se alinha naturalmente às necessidades de crianças com TEA.

A prática de artes marciais, como o Judô, Karatê ou Taekwondo, oferece um ambiente organizado e previsível que dialoga diretamente com as necessidades de crianças no Transtorno do Espectro Autista (TEA). Conforme discutido nos tópicos anteriores, a estrutura e a rotina são elementos cruciais para a aprendizagem e o bem-estar de indivíduos com TEA (KLIN *et al.*, 2003; KOEGEL e KOEGEL, 2006). As artes marciais, com suas rotinas claras, comandos

específicos e progressão por estágios (faixas), proporcionam um sistema de regras e expectativas bem definido, que pode reduzir a ansiedade e favorecer o engajamento, alinhando-se aos princípios didáticos que valorizam a previsibilidade e a repetição para a assimilação de informações (LOVAAS, 1987; SCHOPLER *et al.*, 2001).

No que diz respeito ao desenvolvimento psicomotor, as artes marciais podem ser particularmente eficazes. Os movimentos específicos e repetitivos, como golpes, defesas, quedas e sequências, exigem e aprimoram a coordenação motora, tanto grossa quanto fina. A prática constante desses movimentos contribui para o desenvolvimento do equilíbrio, da lateralidade e do esquema corporal, habilidades motoras que muitas crianças com TEA podem ter atrasos ou dificuldades (PROVOST *et al.*, 2016). Além disso, a necessidade de precisão e controle corporal nos exercícios das artes marciais pode auxiliar na organização sensorial e na diminuição de comportamentos motores estereotipados, promovendo uma maior consciência e domínio do próprio corpo (BAHRAMI *et al.*, 2016). A natureza física da prática também oferece uma via para o processamento de estímulos sensoriais de forma controlada e previsível, o que é benéfico para crianças com sensibilidades sensoriais.

Dentro das artes marciais, a prática dos *katas*, que são sequências formais de movimentos, presentes principalmente em treinos de Karate e Tae-Kwon-Do, merece destaque especial, pois sintetiza de forma exemplar a contribuição para o desenvolvimento de crianças com TEA. A execução de um *kata* exige a memorização de uma sequência complexa de movimentos, a transição fluida entre posturas e a manutenção da concentração ao longo da performance. Esse processo, repetitivo e gradual em dificuldade, fortalece a memória de trabalho e o planejamento motor, capacidades cognitivas que frequentemente apresentam desafios no TEA. Além disso, a necessidade de precisão na execução dos movimentos e a sincronia entre mente e corpo durante o *kata* aprimoram a atenção sustentada, o controle inibitório, para evitar movimentos indesejados, e as coordenações visual e motora, impactando diretamente o desenvolvimento cognitivo e psicomotor de maneira integrada.

Paralelamente, os benefícios das artes marciais estendem-se ao desenvolvimento cognitivo. A natureza disciplinada e sequencial das aulas, incluindo a prática de *katas*, estimula diretamente as funções executivas. A criança é constantemente desafiada a manter o foco e a atenção para observar o instrutor, seguir comandos e executar movimentos, o que fortalece essa capacidade de concentração. A memorização de sequências de movimentos atua

como um treino eficaz para a memória de trabalho e o planejamento motor, habilidades essenciais para a organização de tarefas e a resolução de problemas (ROSALES et al., 2005).

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho apresentou como tema a relação entre a prática de artes marciais e o desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e a viabilidade dessas práticas como intervenções a serem utilizadas no processo psicoterapêutico. Observou-se que a prática das artes marciais pode contribuir de forma significativa no processo terapêutico e educacional dessas crianças, especialmente por oferecer um ambiente estruturado, previsível e disciplinado, que favorece o foco, a autorregulação e a socialização. A partir da literatura analisada, foram encontradas evidências de que atividades como o judô, karatê e taekwondo podem promover avanços relevantes na coordenação motora, no equilíbrio, na atenção e na capacidade de concentração, além de estimular o desenvolvimento cognitivo e emocional. A previsibilidade dos treinos, a repetição dos movimentos e a clareza das instruções mostraram-se fatores que auxiliam na redução da ansiedade e no fortalecimento da autoconfiança, aspectos frequentemente afetados em crianças com TEA.

Os estudos revisados apontam que a inserção das artes marciais como prática complementar pode ser benéfica não apenas do ponto de vista físico, mas também comportamental e psicológico. Ao exigir disciplina, respeito e cooperação, as modalidades marciais incentivam valores essenciais para o convívio social e o desenvolvimento afetivo, fortalecendo o vínculo entre corpo e mente. Assim como abordagens terapêuticas estruturadas como a Análise do Comportamento Aplicada (ABA), as artes marciais utilizam princípios de repetição e reforço positivo que favorecem o aprendizado gradual e o desenvolvimento de novas habilidades.

Constatou-se também que o número de estudos nacionais sobre o tema ainda é limitado, sendo necessário ampliar as pesquisas que investiguem, de maneira sistemática, os impactos diretos dessas práticas no desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças com TEA. Mesmo assim, os resultados disponíveis reforçam o potencial das artes marciais como ferramenta interdisciplinar, podendo ser utilizadas por psicólogos, educadores físicos e terapeutas ocupacionais como parte de um plano integrado de desenvolvimento. Dessa forma, defende-se que a prática das artes marciais pode contribuir para a melhora

da coordenação, da atenção, do controle emocional e da interação social de crianças com TEA, fortalecendo sua autonomia e autoestima. Além de funcionar como um meio de inclusão, essa prática pode ampliar o repertório de estratégias terapêuticas voltadas ao público autista, promovendo não apenas ganhos individuais, mas também uma nova forma de compreender o potencial de desenvolvimento dessas crianças. Por fim, espera-se que a divulgação deste trabalho incentive novas pesquisas e iniciativas que explorem as artes marciais como um instrumento acessível, educativo e terapêutico no apoio ao desenvolvimento integral de crianças com Transtorno do Espectro Autista.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. 5. ed. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2013.
- AYRES, A. J. *Sensory integration and the child: Understanding hidden sensory challenges*. Los Angeles, CA: Western Psychological Services, 2005.
- BAHRAMI, F.; MOINZADEH, A.; ZOHOOR, A. *Karate training improves communication skills in children with Autism Spectrum Disorder. Research in Autism Spectrum Disorders*, v. 9, n. 1, p. 93–99, 2015.
- BAHRAMI, F.; ZOHOOR, A.; BAHRAMI, F. *The effect of judo on gross motor skills and self- esteem of children with Autism Spectrum Disorder. Journal of Autism and Developmental Disorders*, dez. 2016.
- BAETHGE, C.; GOLDBECK-WOOD, S.; MERTENS, S. SANRA — a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, n. 1, p. 5, 2019. Disponível em: <https://researchintegrityjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41073-019-0064-8>. Acesso em: 5 nov. 2025.
- BONDY, A. S.; FROST, L. A. *The Picture Exchange Communication System. Journal of Autism and Developmental Disorders*, dez. 1994.
- CAPELATTO, J.; SILVA, A. R. D.; GONÇALVES, C. L. *Autismo e desenvolvimento motor: uma revisão de literatura. Revista Brasileira de Educação Especial*, mar. 2019.
- COOPER, J. O.; HERON, T. E.; HEWARD, W. L. *Applied Behavior Analysis*. 2. ed. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall, 2007.

GRANDIN, T.; JOHNSON, C. *Animals in Translation: Using the mysteries of autism to decode animal behavior*. New York: Scribner, 2005.

GREENSPAN, S. I.; WIEDER, S. *The child with special needs: Encouraging intellectual and emotional growth*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1997.

HAPPÉ, F.; FRITH, U. *The cognitive phenotype of autism: Does consolidation make sense?* *Developmental Medicine & Child Neurology*, ago. 2006.

KLIN, A.; VOLKMAR, F. R.; SPARROW, S. S. *Autismo e Síndrome de Asperger: um guia para famílias e profissionais*. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, jun. 2003.

KOEGEL, L. K.; KOEGEL, R. L. *Pivotal Response Treatments for Autism: Communication, Social, and Academic Development*. Baltimore, MD: Paul H. Brookes Pub, 2006.

LAPIERRE, A.; AUCOUTURIER, B. *A simbolização do movimento: Psicomotricidade relacional e prática*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

LAZEBNIK, C. *Raising a Child with Autism: A Guide to Practical Solutions for Parents*. Itasca, IL: The American Academy of Pediatrics, 2010.

LOVAAS, O. I. *Behavioral treatment and normal educational and intellectual functioning in young autistic children*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, fev. 1987.

MESIBOV, G. B.; SHEA, V. *The TEACCH Program*. In: VOLKMAR, F. R.; PAULS, D. (Eds.). *Handbook of autism and pervasive developmental disorders*. 3. ed. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2010.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. *Desenvolvimento humano*. 12. ed. Porto Alegre: McGraw-Hill Education, 2013.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D.; OLDS, S. W. *Desenvolvimento humano*. 13. ed. Porto Alegre: McGraw-Hill Education, 2016.

PROVOST, B.; LOPEZ, B. R.; HEIMERL, S. *A comparison of motor skills in young children with Autism Spectrum Disorder and developmental delay*. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, jan. 2016.



RIVERA, P.; RENZIEHAUSEN, J.; GARCIA, J. M. *Effects of an 8-Week Judo Program on Behaviors in Children with Autism Spectrum Disorder: A Mixed-Methods Approach. International Journal of Exercise Science*, v. 13, n. 6, p. 1350–1363, 2020.

ROSALES, M. I. et al. *Effects of a martial arts program on attention in children with ADHD. Journal of Attention Disorders*, nov. 2005.

SACKS, O. *Um antropólogo em Marte: sete histórias paradoxais*. São Paulo: Companhia das Letras, 1995.

SCHOPLER, E.; MESIBOV, G. B.; HEARSEY, K. *Structured teaching in the TEACCH program*. In: POWERS, M. D. (Ed.). *Children with autism: A parent's guide*. 2. ed. Bethesda, MD: Woodbine House, 2001.

SCHREIBMAN, L. et al. *Naturalistic developmental behavioral interventions for Autism Spectrum Disorder. Journal of Autism and Developmental Disorders*, dez. 2015.

SIEGEL, B. *The challenging child: Understanding, assessing, and treating children with emotional, behavioral, or learning problems*. New York: Simon and Schuster, 2018.

SILVA, A. L. N.; MULICK, J. A. *Análise do Comportamento Aplicada (ABA): um modelo de intervenção para o autismo. Psicologia: Teoria e Prática*, ago. 2009.

SKINNER, B. F. *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan, 1953.

SUNDBERG, M. L.; MICHAEL, J. *The benefits of Skinner's analysis of verbal behavior for children with autism. Behavior Modification*, out. 2001.

WINNICOTT, D. W. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

# FIBROMIALGIA E TRATAMENTO MULTIDIMENSIONAL: DIÁLOGO ENTRE PSICANÁLISE E CANNABIDIOL

Jessica Cristiny Dias <sup>1</sup>  
Vitor Stival <sup>2</sup>  
Cleyciane Alves de Faria <sup>3</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos <sup>4</sup>

**Resumo:** A fibromialgia é uma síndrome crônica e multidimensional, cujos sintomas de dor e fadiga são fortemente influenciados por fatores emocionais, psicológicos e sociais. Contrastando com o foco limitado em tratamentos convencionais, esta revisão narrativa da literatura teve como objetivo compreender o olhar psicanalítico sobre a fibromialgia e analisar como outras terapêuticas, como o canabidiol (CBD), podem atuar em conjunto na promoção de um cuidado integral e humanizado ao paciente. A busca foi realizada na plataforma Google Acadêmico, de 2010 a 2025, utilizando os descritores “Fibromialgia”, “Psicanálise”, “Uso do CBD” e “Canabidiol”, resultando na seleção de 10 artigos. Observa-se na literatura a emergência da psicanálise como abordagem potente para a compreensão da dor como manifestação de conflitos inconscientes e também da invisibilidade social associada à síndrome. Paralelamente, o CBD é reconhecido como recurso promissor no alívio de sintomas físicos e emocionais, sendo sua eficácia potencializada quando integrado a acompanhamento psicológico. Contudo, constatou-se uma lacuna científica na produção de estudos empíricos que investiguem a sinergia entre essas abordagens. Espera-se que este estudo contribua para novas pesquisas capazes de desenvolver protocolos integrados que favoreçam a qualidade de vida dos pacientes por meio de uma abordagem holística da fibromialgia.

**Palavras-chave:** Fibromialgia; Psicanálise; Canabidiol; Revisão de literatura.

**Abstract:** Fibromyalgia is a chronic and multidimensional syndrome whose symptoms of pain and fatigue are strongly influenced by emotional, psychological, and social factors. In contrast to the limited focus of conventional treatments, this narrative literature review aimed to understand the psychoanalytic perspective on fibromyalgia and to analyze how other therapeutic approaches, such as cannabidiol (CBD), may work together to promote comprehensive and humanized patient care. The search was conducted on Google Scholar between 2010 and 2025, using the descriptors “Fibromyalgia,” “Psychoanalysis,” “CBD Use,” and “Cannabidiol,” resulting in the selection of 10 full-text articles. The literature reveals the emergence of psychoanalysis as a powerful approach for understanding pain as a manifestation of unconscious conflicts, as well as the social invisibility associated with the syndrome. At the same time, CBD is recognized as a promising resource for relieving both physical and emotional symptoms, with its effectiveness enhanced when combined with psychological support. However, a scientific gap remains in the production of empirical studies investigating the synergy between these approaches. It is hoped that this study will contribute to future research capable of developing integrated protocols that improve patients’ quality of life through a holistic approach to fibromyalgia.

**Keywords:** Fibromyalgia; Psychoanalysis; Cannabidiol; Literature Review.

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela faculdade ESAMC Uberlândia E-mail: [cristinyjessica04@gmail.com](mailto:cristinyjessica04@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduando em Psicologia pela faculdade ESAMC Uberlândia E-mail: [Stival2012@gmail.com](mailto:Stival2012@gmail.com)

<sup>3</sup> Professora orientadora pela faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>4</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia.

## 1. INTRODUÇÃO:

A fibromialgia manifesta-se como uma síndrome crônica complexa, caracterizada por dores generalizadas nos músculos e esqueleto, fadiga constante, distúrbios do sono e dificuldades de concentração. Embora a causa exata da doença ainda não esteja completamente esclarecida, estudos vêm apontando a influência significativa de fatores emocionais e psicológicos na forma como a dor é percebida e vivenciada (Costa et al., 2022). Diante disso, torna-se essencial pensar em tratamentos que vão além da dimensão física e que considerem, de forma integrada, o sofrimento emocional e subjetivo associado à fibromialgia.

Historicamente, o tratamento da fibromialgia tem se baseado no uso de medicamentos, como antidepressivos e anticonvulsivantes, que atuam na redução dos sintomas físicos. No entanto, tais abordagens nem sempre são suficientes para atender à complexidade da experiência do paciente, especialmente no que se refere aos aspectos emocionais (Arnold et al., 2012). Muitos pacientes, por isso, acabam buscando outras formas de cuidado que ofereçam uma escuta mais sensível e uma compreensão mais ampla de sua condição. Nesse contexto, a psicanálise surge como uma proposta terapêutica potente, capaz de investigar os conflitos internos e inconscientes que podem influenciar a dor crônica (Peres, 2019).

A relação entre corpo e mente é um dos pilares da psicanálise desde seus primórdios. Sigmund Freud já apontava que o sofrimento psíquico pode se manifestar no corpo, e a psicossomática contemporânea vem reforçando essa visão (Costa, 2011). A escuta clínica psicanalítica, portanto, possibilita acessar conteúdos inconscientes que muitas vezes, se expressam por meio de sintomas físicos, como a dor persistente da fibromialgia. Compreender esses conteúdos pode contribuir para o alívio do sofrimento, ao integrar corpo e psique em um mesmo processo terapêutico.

Além disso, observa-se atualmente um crescente interesse da ciência por substâncias naturais no tratamento de doenças crônicas, como é o caso do canabidiol (CBD). O CBD tem sido inserido de forma cada vez mais recorrente em protocolos clínicos por seus efeitos no alívio da dor, na melhora do sono e na redução da ansiedade sintomas comuns entre pacientes com fibromialgia (Sá et al., 2021). Embora já seja prescrito legalmente no Brasil e em outros países, sua combinação com abordagens psicoterapêuticas, como a psicanálise, ainda é um campo em construção, o que reforça a relevância de estudos que proponham essa integração.

Tendo em vista a limitada presença de estudos que abordem de forma integrada as dimensões emocionais da fibromialgia sob a ótica psicanalítica, assim como a recente inserção de tratamentos como o canabidiol (CBD) em protocolos clínicos voltados à dor crônica, o presente estudo objetiva compreender como a psicanálise pode contribuir para a explicação dos fatores psíquicos associados à fibromialgia e refletir sobre como recursos terapêuticos contemporâneos, como o CBD, podem dialogar com abordagens psicodinâmicas no cuidado ao paciente.

## **2. MÉTODO**

Trata-se de um estudo qualitativo de revisão narrativa, ideal para compilar e debater o saber científico já produzido sobre um tema. Tal revisão se distingue por oferecer uma análise aprofundada e crítica da literatura, sem a necessidade de uma metodologia sistemática e replicável em termos de dados quantitativos, o que permite uma reflexão mais ampla sobre os estudos selecionados (Rother, 2007). A revisão narrativa ganha relevância quando o intuito é alcançar um entendimento detalhado do conhecimento disponível, ou seja, compreender de forma minuciosa não apenas o que cada estudo afirma, mas também como essas ideias se conectam, quais fundamentos teóricos utilizam, quais pontos se convergem e o que isso revela sobre a evolução do tema, realçando contribuições teóricas, abordagens inovadoras e as lacunas ainda existentes no tema em questão..

Nesta pesquisa, a análise bibliográfica se detém na fibromialgia, com ênfase especial em suas ligações com a psicanálise e nas discussões sobre o uso de outros tratamentos como por exemplo o canabidiol (CBD). A busca por artigos foi feita na plataforma Google Acadêmico abrangendo o período de 2010 a 2025, e incluindo artigos tanto nacionais quanto estrangeiros, desde que estivessem escritos em português, além de textos de literatura cinzenta sem limite de data. Foram utilizados descritores específicos, tanto individualmente quanto em combinação, tais como: “Fibromialgia”, “Psicanálise”, “Uso do CBD” e “Canabidiol”. Foi descartado trabalhos que apresentavam apenas resumos, dissertações ou teses incompletas, bem como artigos que não tinham uma ligação clara com o tema da fibromialgia, do uso do CBD ou das perspectivas psicanalíticas.

Ao todo, foram escolhidos 10 artigos que cumpriram os critérios de inclusão: textos completos, publicados dentro do período definido e com relação direta ao tema proposto. Após a seleção inicial, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos, seguida

da

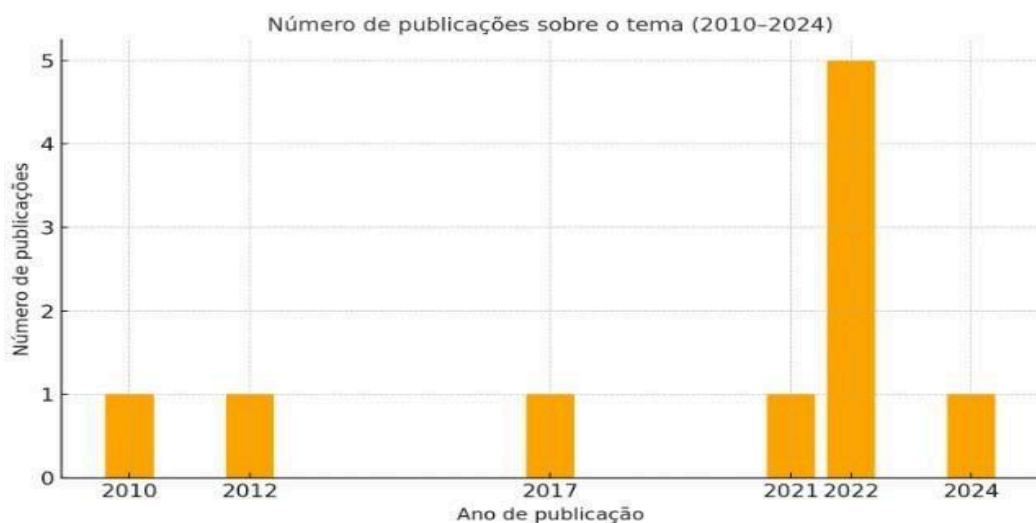
leitura completa dos textos escolhidos. O processo de análise levou em conta aspectos como o ano de publicação, o idioma, os objetivos e o embasamento teórico, além das características metodológicas e resultados debatidos nos estudos. Não foram aplicadas técnicas quantitativas ou procedimentos como validação por especialistas, sendo a análise feita de maneira crítica e interpretativa, com base no conteúdo integral de cada artigo.

### 3. RESULTADOS

A busca realizada para compor este estudo resultou em um conjunto de publicações que, após os critérios de seleção, foram organizadas conforme o período e a natureza metodológica dos trabalhos.

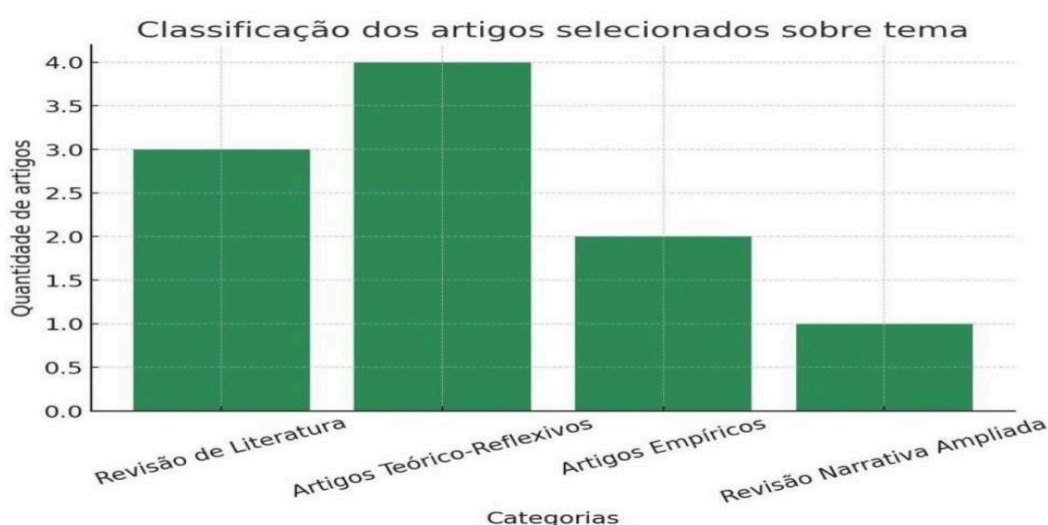
Conforme ilustra a **Figura 1**, observa-se que o número de publicações sobre o tema não apresentou uma linearidade ao longo dos anos, mas sim uma oscilação, com maior concentração em 2022. Esse dado sugere que, embora a temática já viesse sendo explorada desde 2010, houve um interesse mais expressivo em momentos pontuais, refletindo movimentos de atenção crescente ao assunto dentro da comunidade acadêmica.

**Figura 1:**



No que se refere à natureza dos estudos incluídos, a **Figura 2** evidencia uma predominância de artigos com caráter teórico-reflexivo, seguidos pelas revisões de literatura. Ainda que em menor número, trabalhos empíricos e uma revisão narrativa ampliada também compuseram a amostra. Essa distribuição mostra a coexistência de diferentes perspectivas de análise desde reflexões conceituais até investigações aplicadas contribuindo para a construção de uma visão mais abrangente sobre o tema.

**Figura 2:**



E para garantir a qualidade e a consistência metodológica do estudo, foi aplicada a escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), proposta por Baethge et al. (2019). A SANRA é um instrumento internacionalmente reconhecido para avaliar a qualidade de revisões narrativas, verificando o grau de clareza, coerência e fundamentação teórica dos estudos que não seguem um modelo sistemático. Ela é composta por seis critérios principais: justificativa do tema, declaração dos objetivos, descrição da literatura utilizada, apresentação dos dados, discussão crítica e adequação das conclusões. A aplicação dessa escala teve como finalidade assegurar transparência e credibilidade à revisão, demonstrando que o trabalho segue parâmetros de rigor acadêmico e qualidade textual. A análise resultou em pontuação total de 10 pontos (em 12 possíveis), o que indica alta qualidade metodológica e coerência interna, conforme os critérios avaliativos da escala.

## **4. DISCUSSÃO**

Ao analisar a literatura, fica evidente que a fibromialgia é vista como algo complexo, que vai além da experiência física, sendo uma manifestação de algo mais profundo. Muitos autores oferecem uma visão psicanalítica, argumentando que a dor persistente pode ser uma expressão de conflitos emocionais não resolvidos. Nesse entendimento, o corpo se torna um palco onde o inconsciente expressa tensões internas, traumas e memórias reprimidas, como se a dor fosse uma forma de o corpo falar aquilo que a mente não consegue simbolizar. Assim, a psicanálise não busca apenas aliviar o sintoma, mas propõe uma escuta sensível e atenta às experiências de cada paciente, permitindo que o indivíduo explore as causas simbólicas de sua dor, ressignifique seu sofrimento e desenvolva uma percepção mais integrada de si mesmo (Freitas; Peres, 2017). Essa abordagem reforça que a dor não pode ser reduzida a um fenômeno biológico isolado. A psicanálise compreende que o sofrimento emerge na encruzilhada entre história pessoal, afetos, memórias e significações, e que o corpo é parte ativa desse processo de expressão do inconsciente. Assim, a fibromialgia é interpretada como uma linguagem – um modo de o sujeito comunicar aquilo que, por alguma razão, não encontrou palavras.

### **4.1. Psicossoma, Emoções e Ciclos de Dor**

Trajano (2022) aprofunda ainda mais o aspecto psicossomático, mostrando a estreita relação entre dor física e estados emocionais como ansiedade, tristeza e estresse. Essa relação é bidirecional: emoções negativas intensificam a dor, e a dor crônica retroalimenta emoções de sofrimento, criando um ciclo que se torna difícil de romper. Nesse contexto, a psicanálise e outras abordagens psicoterapêuticas funcionam como vias essenciais para quebrar esse ciclo, pois permitem ao sujeito acessar experiências internas que contribuem para a cronificação da dor. Além disso, Besset et al. (2010) destacam que a invisibilidade da doença agrava esse sofrimento. Como não há marcadores clínicos objetivos, muitos pacientes experimentam estigmatização, descrença e até julgamentos sociais. A validação profissional e social da dor é um passo fundamental para restaurar o senso de dignidade do paciente e fortalecer sua adesão ao tratamento.



## **4.2. Histeria Moderna x Histeria Antiga: Uma Metáfora Contemporânea**

Bezerra e Gomes (2021) utilizam a metáfora da “histeria moderna” para discutir como a fibromialgia pode representar uma forma atualizada de sofrimento psíquico que se expressa no corpo. Na época de Freud, a histeria era entendida como um conjunto de sintomas corporais sem explicação médica, relacionados a conflitos psíquicos reprimidos. Embora essa conceituação não tenha validade diagnóstica na atualidade, o conceito metafórico ajuda a compreender como o corpo continua sendo um canal expressivo de tensões emocionais profundas. Na modernidade, marcada por ritmos acelerados, exigências de produtividade e restrições emocionais, surgem formas de sofrimento que refletem esse contexto. Assim, a “histeria moderna” não se refere ao diagnóstico clássico, mas à ideia de que o corpo reage ao excesso de estímulos, tensões e pressões subjetivas. A fibromialgia, nesse sentido, aparece como uma resposta simbólica a esse cenário contemporâneo. Complementando essa compreensão, Helfenstein Júnior, Goldenfum e Siena (2012) demonstram que a doença impacta diretamente a vida social e profissional dos pacientes, afetando relações, capacidade produtiva e autoestima. Esses elementos reforçam que a fibromialgia deve ser entendida como um fenômeno multidimensional, que não se reduz ao biológico, logo o que seria a histeria antigamente?

### **4.3. O que era a histeria antigamente?**

Na psicanálise, especialmente em Freud, a histeria foi descrita como um modo de manifestação corporal de conflitos psíquicos reprimidos. Os sintomas incluíam paralisias, cegueiras e dores sem causa orgânica clara. Era vista como um transtorno típico da época vitoriana, em que a repressão emocional era intensa. Breve contexto histórico: no século XIX e início do XX, a histeria foi compreendida dentro de uma clínica ainda sem as atuais tecnologias médicas; naquele tempo, sintomas sem lesão observável eram agrupados sob esse rótulo. Com o desenvolvimento da neurologia, psiquiatria e psicossomática, o termo caiu em desuso como diagnóstico específico.

### **4.4. O que significa “histeria moderna”?**

Hoje, o termo não descreve um diagnóstico clínico, mas funciona como uma metáfora. Refere-se a condições em que o corpo se torna a via principal de expressão de angústias, dores emocionais e tensões sociais. A fibromialgia, nesse sentido, se encaixa como uma expressão contemporânea de um sofrimento que, embora real e

incapacitante, nem sempre encontra reconhecimento na medicina tradicional (Bezerra e Gomes, 2021). utilizam essa metáfora para mostrar que o sofrimento da fibromialgia está entrelaçado ao contexto cultural, ao ritmo acelerado da vida moderna, às pressões sociais e às dificuldades de expressar o sofrimento emocional.

Complementando essa visão, (Goldenfum e Siena, 2012) destacam que os sintomas persistentes prejudicam trabalho, produtividade e relações, mostrando que o impacto da doença vai muito além do corpo físico e se estende para a vida social do indivíduo.

#### **4.5. O Sistema Endocanabinoide: O Elo Entre Corpo, Emoção e Regulação da Dor**

Com os avanços recentes, descobriu-se que nosso corpo possui um sistema específico para regular funções como dor, humor, inflamação, sono e memória: o Sistema Endocanabinoide (SEC). Este sistema é composto por receptores (CB1 e CB2), substâncias produzidas pelo próprio organismo os endocanabinoides e enzimas que modulam sua ação. Segundo (Gimenez Valentim et al, 2022), esse sistema atua como regulador da homeostase, garantindo equilíbrio interno. Na fibromialgia, alguns estudos sugerem que há uma deficiência endocanabinoide, o que dificultaria a regulação natural da dor e do estado emocional. Isso significa que o organismo apresenta menor capacidade de modular estímulos dolorosos, intensificando a percepção de sofrimento e contribuindo para sintomas como fadiga, insônia e ansiedade. Dessa forma, compreender o SEC amplia o entendimento da fibromialgia, pois evidencia que processos emocionais e fisiológicos estão profundamente interligados, reforçando a natureza multifatorial da doença.

#### **4.6. O que é o sistema endocanabinoide?**

É um sistema fisiológico composto por receptores (CB1 e CB2), substâncias produzidas pelo próprio corpo (endocanabinoides) e enzimas que regulam sua ação. Atua como um regulador interno do equilíbrio corporal, chamado de homeostase. Esse sistema participa da regulação da dor, do sono, do apetite, da imunidade e das respostas emocionais.

#### **4.7. Por que isso importa na fibromialgia?**

Pesquisas recentes sugerem que muitos pacientes com fibromialgia apresentam uma deficiência endocanabinoide – ou seja, o sistema funciona de maneira insuficiente, dificultando o controle natural da dor e das emoções (Gimenez Valentim et al., 2022).

#### **4.8. O que é o CBD?**

O canabidiol (CBD) é um composto extraído da planta *Cannabis sativa*. Ele não é psicoativo, ou seja, não produz efeitos de “euforia”; possui propriedades analgésicas, ansiolíticas, anti-inflamatórias e reguladoras do sono; é considerado um psicotrópico não intoxicante, pois atua no cérebro, mas sem causar dependência ou alteração de consciência (WHO, 2018).

#### **4.9. Por que ajuda na fibromialgia?**

Segundo Lucena, Timóteo e Sousa (2022), o CBD, reduz dores difusas e generalizadas, melhora o sono; diminui ansiedade e sintomas depressivos; contribui para maior funcionalidade diária. Oliveira, Pereira e Oliveira (2022) reforçam que seus efeitos adversos são leves quando administrado corretamente.

#### **4.10. O que significa “psicotrópico” neste contexto?**

Um psicotrópico é qualquer substância que atua no sistema nervoso central, modificando processos como humor, ansiedade, percepção e comportamento. Entretanto, psicotrópico não significa droga ilícita; psicotrópico não significa dependência; inclui medicamentos comuns como antidepressivos, ansiolíticos, estabilizadores de humor e também o CBD, quando utilizado com fins terapêuticos.

#### **4.11. Integração Entre Psicanálise, Canabidiol e Práticas Integrativas**

A discussão contemporânea aponta para a necessidade de unir diferentes abordagens para compreender e tratar a fibromialgia.

#### **4.12. A psicanálise e o CBD promove:**

A compreensão simbólica da dor, permitindo ao paciente reconhecer significados subjetivos associados ao sofrimento (Freitas & Peres, 2017).o, fortalecimento emocional, elaboração de traumas e conflitos, redução dos sintomas físicos, melhor regulação emocional e do sono, modulação do sistema endocanabinoide.

#### **4.13. Por que este tema é ideal?**

Porque coloca em diálogo: biologia e subjetividade, corpo e mente, neurociência e psicanálise, tratamentos convencionais e terapias emergentes. Assim, compreende-se a fibromialgia como condição multidimensional, que exige um tratamento igualmente multidimensional.

#### **4.14. Síntese Final da Discussão**

A partir da análise dos artigos apresentados, fica evidente que compreender a fibromialgia exige: visão ampla, integração de saberes, reconhecimento da singularidade do paciente, abertura para terapias inovadoras como o CBD, escuta sensível oferecida pela psicanálise. Ainda que a literatura sobre o tema esteja em expansão, reforça-se que o tratamento ideal deve considerar tanto a dimensão física quanto a emocional e social da dor. A integração entre psicanálise, práticas integrativas e canabinoides aponta para um caminho promissor que respeita a dignidade e a jornada única de cada pessoa que vive com a síndrome.

### **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo demonstra que a compreensão da fibromialgia exige atenção a um quadro clínico multifacetado, cuja definição, etiologia e manejo ainda constituem temas de debate na produção científica especializada. As obras analisadas indicam que, apesar do reconhecimento consolidado da síndrome, permanecem lacunas interpretativas que atravessam tanto a prática médica quanto as discussões conceituais. O diagnóstico, fundamentado nos critérios do American College of Rheumatology (ACR), continua essencialmente clínico e dependente de avaliação sintomatológica e exclusão de outras condições. A inexistência de marcadores biológicos específicos amplia a variabilidade diagnóstica e reforça a necessidade de rigor avaliativo (Helfenstein Júnior; Goldenfum; Siena, 2012). Diversos autores apontam que, embora classificada como síndrome de sensibilização central, a fibromialgia não se esgota nessa definição, especialmente quando se consideram as influências emocionais e cognitivas na experiência dolorosa (Freitas; Peres, 2017; Bezerra; Gomes, 2021).

Existe consenso de que elementos psíquicos modulam a percepção da dor, embora isso não autorize sua redução a uma condição estritamente psicossomática (Bezerra; Gomes, 2021). A contribuição psicanalítica se torna relevante nesse debate ao propor que conteúdos psíquicos não simbolizados podem se expressar corporalmente, interferindo na intensidade e na persistência dos sintomas (Costa, 2011; Freitas; Peres, 2017). Além das discussões teóricas, emergem reflexões sobre alternativas terapêuticas contemporâneas. Estudos recentes têm investigado o canabidiol (CBD) como potencial modulador da dor, do sono e da ansiedade, com base em sua atuação no sistema endocanabinoide. Ainda que os resultados iniciais sejam promissores, observa-se carência de estudos amplos e metodologicamente padronizados que consolidem sua efetividade e segurança (Costa et al., 2022; Sá; Oliveira; Lima, 2021). Dessa forma, a articulação entre abordagens psicanalíticas e intervenções farmacológicas como o CBD revela um campo de investigação que não busca reduzir a síndrome a um único determinante, mas integrar dimensões biológicas e subjetivas em análises mais consistentes. Enquanto a psicanálise fornece instrumentos para compreender a influência dos processos inconscientes sobre a experiência dolorosa, o CBD oferece um recurso biomédico que atua nos mecanismos neurofisiológicos envolvidos. A conjugação dessas perspectivas reforça a necessidade de modelos explicativos e terapêuticos que contemplem a complexidade da fibromialgia em sua totalidade.

## REFERÊNCIAS

ARNOLD, Lesley M. et al. A framework for fibromyalgia management for primary care providers. *Mayo Clinic Proceedings, Rochester*, v. 87, n. 5, p. 488–496, 2012.

Disponível em:

[https://www.mayoclinicproceedings.org/article/S0025-6196\(12\)00247-3/fulltext](https://www.mayoclinicproceedings.org/article/S0025-6196(12)00247-3/fulltext).

Acesso em: 26 nov. 2025.

BAETHGE, Christopher; GOLDBECK-WOOD, Sandra; MERTENS, Sebastian.

**SANRA – a scale for the quality assessment of narrative review articles.** Research Integrity and Peer Review, [S. l.], v. 4, n. 5, p. 1–7, 2019. Disponível em:

[https://researchintegrityjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41073-019-0064-](https://researchintegrityjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41073-019-0064-8)

[8](https://researchintegrityjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41073-019-0064-8). Acesso em: 3 nov. 2025.

BESSET, V. L.; et al. Um nome para a dor: fibromialgia. *Revista Subjetividades*,

Fortaleza, v. 10, n. 4, p. 1245-1269, dez. 2010. Disponível em:

<https://www.redalyc.org/pdf/5275/527568889011.pdf>. Acesso em: 25 set. 2025.

BEZERRA, M. A. C.; GOMES, A. E. F. Fibromialgia: uma histeria contemporânea. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, [S. l.], v. 7, n. 12, p. 1509-1521, 2021. DOI: 10.51891/rease.v7i12.3592. Disponível em:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/3592>. Acesso em: 25 set. 2025.

COSTA, Ana Carolina Leal; SILVA, José; PEREIRA, Maria. Fibromialgia: aspectos dolorosos e psicossomáticos. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 15, n. 1, p. e9775, 2022.

COSTA, Jurandir Freire. Psicossomática. In: FÉDIDA, Pierre; COSTA, Jurandir Freire. *Psicanálise e a vida cotidiana*. Rio de Janeiro: Companhia das Letras, 2011.

FREITAS, E. P. de; PERES, R. S. **A fibromialgia sob a ótica psicanalítica: um breve panorama.** *Polêmica*, Rio de Janeiro, ano 7, n. 2, p. 25-30, abr. 2017. Disponível em:

[file:///C:/Users/alunolab/Downloads/A\\_FIBROMIALGIA\\_SOB\\_A\\_OTICA\\_PSICANALITICA\\_UM\\_BREVE\\_.pdf](file:///C:/Users/alunolab/Downloads/A_FIBROMIALGIA_SOB_A_OTICA_PSICANALITICA_UM_BREVE_.pdf) Acesso em: 25 set. 2025.

GAVA SCHWARTZ, E.; DE OLIVEIRA SOARES FAÉ, M. E.; BERNARDI GARCIA, M. E.; SOUZA DIAS, E.; GUIZELINI ANDRÉ, M. E.; FINK, C. H.; HOSTERT PEREIRA, M. L.; FEUSER FURTUOSO, H.; DALESSANDRO FERREIRA, B.; MACEDO, G. V.; GUATURA DA SILVA, F. I.; DOS SANTOS FILHO, C. L.; BRUM FERREIRA, R.; DA SILVA LEANDRO, Y. A. **O uso de canabidiol para o manejo da fibromialgia: um estudo sobre eficácia e segurança.** *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, [S. l.], v. 6, n. 12, p. 194-205, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n12p194-205. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/4589>. Acesso em: 25 set. 2025.

GIMENEZ VALENTIM, E.; ROMAGNOLI BENVENHO, I.; MAGALHÃES DE OLIVEIRA, A. P.; EL HASSAN, S.; DA SILVA FERREIRA, E. R. Uso medicinal do canabidiol. *Revista Corpus Hippocraticum*, [S. l.], v. 1, n. 1, 2022. Disponível em: <https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revistamedicina/article/view/708>. Acesso em: 25 set. 2025.

HELFENSTEIN JUNIOR, M.; GOLDENFUM, M. A.; SIENA, C. A. F. Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 58, n. 3, p.358-365,2012.Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0104423012705225>. Acesso em: 25 set. 2025

LUCENA, L. R. T.; TIMÓTEO, P. A. D.; SOUSA, M. N. A. de. Avaliação do tratamento da fibromialgia: a terapia com canabinoides. *Revista Contemporânea*, [S. l.], v. 2, n. 3, p. 122-136, 2022. DOI: 10.56083/RCV2N3-006. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/136>. Acesso em: 25 set. 2025.

OLIVEIRA, É. C. L. de; PEREIRA, L. B.; OLIVEIRA, W. G. de. Uso de canabinoides no tratamento da fibromialgia: revisão literária. *Revista Goiana de Medicina*, Goiânia, GO, n. Especial, p. 26-44, 2022. Disponível em: <https://www.amg.org.br/osj/index.php/RGM/article/view/63>. Acesso em: 25 set. 2025.

ROTHER, Edna Iara. **Revisão sistemática X revisão narrativa**. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

SÁ, J. A.; OLIVEIRA, R. T.; LIMA, F. Canabinoides no tratamento da dor da fibromialgia: uma revisão narrativa. *Revista Dor*, v. 22, n. 3, p. 258-265, 2021.

SANTOS DE SOUSA, M.; ANDRADE COSTA, B.; GUERREIRO MURAKAMI, R. **Práticas integrativas e complementares na fibromialgia: plantas medicinais e fitoterápicos**. *Journal of Technology & Information*, [S. l.], v. 2, n. 4, 2022. Disponível em: <https://www.jtni.com.br/index.php/JTnI/article/view/51>. Acesso em: 25 set. 2025.

TRAJANO, M. M. C. Fibromialgia: aspectos dolorosos e psicossomáticos. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 8, n. 4, p. 633-646, 30 abr. 2022. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/4999>. Acesso em: 25 set. 2025.

WHO. Cannabidiol (CBD): Critical Review Report. Geneva: *World Health Organization*; 2018. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/279948/9789241210225-eng.pdf>. Acesso em: 27 nov. 2025.





# EMOÇÕES E SEUS IMPACTOS NAS RELAÇÕES SOCIAIS

Drini Ramos Dias<sup>1</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

---

**RESUMO:** Este estudo tem como objetivo analisar de forma abrangente como as emoções influenciam as relações sociais e os contextos de atuação do psicólogo, considerando dimensões clínicas, educacionais, organizacionais e sociais. Por meio de uma revisão narrativa da literatura, desenvolvida conforme os critérios do método SANRA, foram examinadas produções científicas publicadas entre 2015 e 2025 em bases como SciELO, PsycINFO e literaturas clássicas. Os resultados apontam que as emoções exercem papel central na regulação comportamental e na construção da identidade, sendo determinantes na mediação de conflitos e na manutenção de vínculos interpessoais. Para a Psicologia, compreender e manejar emoções de forma crítica e adaptativa é um ponto importante para promoção da saúde mental e relações sociais equilibradas. Conclui-se que o domínio das competências emocionais é um pilar indispensável à prática profissional do psicólogo em diferentes contextos de atuação.

**Palavras-chave:** Emoções; Relações sociais; Identidade; Regulação emocional; Revisão Narrativa.

**ABSTRACT:** This study aims to comprehensively analyze how emotions influence social relationships and the contexts of psychologists' professional practice, considering clinical, educational, organizational, and social dimensions. Through a narrative literature review developed according to the SANRA method criteria, scientific publications from 2015 to 2025 were examined in databases such as SciELO, PsycINFO and classic literatures. The results indicate that emotions play a central role in behavioral regulation and identity construction, being crucial in conflict mediation and interpersonal bond maintenance. For Psychology, understanding and managing emotions critically and adaptively is essential to promote mental health and balanced social relationships. It is concluded that mastering emotional competencies is an indispensable pillar for psychologists' professional practice across various contexts.

**Keywords:** Emotions; Social relationships; Identity; Emotional regulation; Narrative review.

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela ESAMC. Contato: psidrini@gmail.com

<sup>2</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU). Mestre em Psicologia UFU (2006). Graduada em Nutrição (UFU). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como Psicóloga Clínica. Contato: cleycianefaria@gmail.com

<sup>3</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. Conselheiro Efetivo do CRP-MG – Gestão [2025-2028]. Contato: albert.manoel@hotmail.com.

## 1. Introdução

Ao longo da vida, as emoções atuam como mediadoras, tanto na construção de vínculos quanto na resolução de conflitos. Emoções agradáveis, como alegria e empatia, tendem a fortalecer as relações sociais, promovendo a coesão entre os indivíduos. Por outro lado, emoções desagradáveis, como raiva ou frustração, podem gerar rupturas ou dificultar a formação de laços. Essa dualidade reflete a complexidade das emoções humanas e evidencia sua importância para o entendimento das dinâmicas sociais (James Averill, 1980).

Neste contexto, estudar como as emoções moldam as interações sociais torna-se significativo, especialmente em um mundo marcado por desafios como polarizações e tensões sociais crescentes. A investigação científica nesse campo pode fornecer informações para identificar como os processos emocionais influenciam padrões de interação e moldam os comportamentos individuais e grupais. Assim, tal estudo não se limita somente ao campo acadêmico, mas abrange questões práticas que afetam diretamente o cotidiano das pessoas.

Além disso, entender as emoções contribui para uma visão mais ampla da construção da identidade humana. Elas não apenas refletem a individualidade de cada sujeito, mas também são importantes para a mediação de situações de conflito e para a promoção de relacionamentos mais saudáveis. A regulação emocional, por sua vez, desempenha um papel importante ao permitir que as pessoas lidem de forma mais adaptativa com emoções desagradáveis, evitando que estas comprometam suas interações sociais (Damásio, 2000).

As emoções são fenômenos complexos que envolvem dimensões biológicas, cognitivas, sociais e culturais. A partir dessa perspectiva multidimensional, torna-se evidente que o estudo das emoções ultrapassa o âmbito individual, estendendo-se à compreensão das interações sociais, dos processos de identidade e das práticas profissionais no campo da Psicologia, exercendo um papel central nas relações humanas, influenciando diretamente a forma como os indivíduos se conectam, se comunicam e constroem vínculos ao longo da vida.

Elas atuam como mediadoras nas interações sociais, moldando comportamentos, atitudes e percepções que orientam a convivência em diferentes contextos. A maneira como as emoções são expressas e interpretadas pode

fortalecer ou fragilizar os laços interpessoais, interferindo na confiança, na empatia e na cooperação entre as pessoas.

Nesse sentido, entender como as emoções influenciam as dinâmicas sociais é essencial para analisar os padrões de interação e a profundidade dos relacionamentos interpessoais. Essa pesquisa busca compreender a seguinte questão: de que maneira as emoções influenciam as dinâmicas e os padrões de interação nas relações sociais, impactando os comportamentos individuais e a profundidade dos relacionamentos interpessoais?

Tendo como objetivo geral compreender como as emoções moldam os processos dinâmicos (formação da percepção) e os padrões de interação nas relações sociais, influenciando os comportamentos individuais e a profundidade dos relacionamentos interpessoais, e sendo os objetivos específicos investigar as teorias que explicam os fenômenos emocionais; analisar o papel das emoções em situações de conflito; compreender de que maneira as emoções contribuem para a construção da identidade do sujeito, articulando aspectos afetivos, sociais e culturais; e, por fim, apresentar estratégias de regulação emocional voltadas para o manejo de emoções desagradáveis, com foco na promoção de relações mais saudáveis e adaptativas.

## **2. Método**

A presente pesquisa adotou como método a Revisão Bibliográfica Narrativa, uma abordagem qualitativa e descritiva que visa analisar e sintetizar o conhecimento já produzido sobre o tema, identificando lacunas e propondo reflexões críticas com base na literatura existente. Este tipo de revisão é adequado para estudos que buscam compreender fenômenos complexos, como as emoções e seu impacto nas relações sociais, permitindo uma análise contextualizada e interpretativa das fontes selecionadas (Gunther, 2006).

A busca pelos materiais foi realizada em bancos de dados acadêmicos reconhecidos, tais como SciELO, PsycINFO, CAPES Periódicos. Também foram consultados sites governamentais e institucionais que disponibilizaram estatísticas ou relatórios relevantes para o tema. O período abrangeu publicações dos últimos 10 anos (2015-2025), assegurando a atualidade das discussões, sem descartar

obras seminais anteriores quando necessário para a fundamentação teórica. Os descritores utilizados para a busca foi termos apenas em português, como: "emoções e relações sociais", "regulação emocional", "impacto das emoções na interação social".

A revisão foi composta por artigos selecionados com base nos seguintes critérios de inclusão: trabalhos que abordaram diretamente a relação entre emoções e dinâmicas sociais, estudos com embasamento teórico ou empírico relevante para os objetivos da pesquisa e publicações em português. Foram excluídos trabalhos duplicados e que não atenderam aos critérios estabelecidos, foi aplicado para a seleção dos artigos e também para avaliação da própria pesquisa a escala SANRA (Scale for the Assessment of Narrative Review Articles), que é uma escala internacional criada para avaliar a qualidade metodológica de artigos de revisão narrativa, sendo o objetivo oferecer critérios padronizados que ajudem pesquisadores a verificar se uma revisão foi construída de forma clara, rigorosa e fundamentada, propondo critérios específicos para a avaliação, orientada por seis dimensões fundamentais: a apresentação de uma justificativa clara e pertinente ao tema; a organização lógica dos conteúdos; a descrição detalhada do processo de busca bibliográfica; a definição explícita dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos; a análise crítica dos achados; e, por fim, a contribuição teórica e prática para o campo da Psicologia, na qual esta pesquisa obteve pontuação: 10/12.

A incorporação desses elementos permitiu desenvolver uma revisão consistente, transparente e alinhada às exigências científicas, sendo selecionados 15 artigos entre os 365 encontrados. A análise dos dados seguiu uma abordagem interpretativa.

As emoções são características intrínsecas da experiência humana e funcionam como respostas do organismo diante de estímulos ambientais a situações diversas, desempenhando um papel essencial tanto na preservação da vida quanto na construção e sustentação de vínculos sociais. Elas transcendem reações automáticas ou previsíveis, refletindo a complexidade envolvida na experiência individual e coletiva. Mesmo diante de uma mesma situação, cada indivíduo vivencia e interpreta suas emoções de maneira única, baseada em seu histórico de vida, personalidade, crenças e valores. Por esse motivo, o estudo das emoções é

relevante, dado o impacto que exercem nas interações interpessoais, visto que os seres humanos são, por natureza, seres sociáveis.

Emoções agradáveis, como a alegria, favorecem o fortalecimento das relações interpessoais, emoções desagradáveis, como a raiva, podem comprometer esses vínculos. No âmbito social, este estudo fornece subsídios para compreender como os processos emocionais moldam as interações humanas.

Compreender a dinâmica emocional torna-se importante para analisar os mecanismos que sustentam as interações humanas e o modo como o psicólogo pode atuar na mediação de processos relacionais.

Portanto, a presente pesquisa além de atender a uma questão acadêmica sobre os impactos das emoções nas relações sociais, também oferece contribuições para a sociedade como um todo. Ao abordar a influência das emoções na interação entre indivíduos, a pesquisa almeja expandir o conhecimento interdisciplinar e gerar um impacto positivo no entendimento das relações humanas, trazendo benefícios para contextos sociais e científicos.

### **3. resultados**

A busca realizada na base SciELO, PsycINFO, CAPES Periódicos com os descritores “emoções e relações sociais”, “regulação emocional” e “impacto das emoções na interação social”, resultou na seleção de quinze artigos publicados entre 2015 a 2025, todos em português.

As produções analisadas abordaram o papel das emoções nas relações humanas sob diferentes perspectivas (educacional, clínica, organizacional e social) revelando sua centralidade nos processos psicológicos e na formação dos vínculos interpessoais. Esses achados confirmam que as emoções, além de fenômenos internos, são também construções sociais e culturais que permeiam todas as formas de interação (Maheirie, 2023).

Nos estudos de contexto educacional (Souza; Viana, 2023; Araújo et al., 2020), observou-se que o reconhecimento e a expressão emocional reforçam o vínculo entre professor e aluno, o que fortalece o desenvolvimento socioemocional. A afetividade é apresentada como mediadora do processo de aprendizagem e promotora do pertencimento e da empatia.

Em contextos clínicos e psicossociais, os artigos de Campos et al. (2022) e Souza e Freitas (2021) destacam as emoções como expressões simbólicas da subjetividade e instrumentos de comunicação. As interações afetivas aparecem como espaços de negociação de significados e reconstrução de identidades, nos

quais a empatia e o acolhimento emocional favorecem a transformação pessoal. Essa visão dialoga com a perspectiva humanista de Rogers (1961), para quem a autenticidade emocional é essencial à construção de relações interpessoais saudáveis.

Emoções agradáveis promovem cooperação e coesão, enquanto emoções desagradáveis não reguladas tendem a gerar tensões e conflitos. Gross (2015) e Deutsch (2011) sustentam que a forma como as emoções são manejadas em situações de oposição define se o conflito será construtivo ou destrutivo.

Além disso, os artigos evidenciam que as emoções desempenham um papel central na construção da identidade e na manutenção dos vínculos sociais. Emoções como vergonha, orgulho, raiva e afeto são constantemente mobilizadas nas interações, moldando a percepção de si e do outro. Estudos que abordam contextos de vulnerabilidade, como institucionalização ou ambientes de conflito, mostram que a expressão e o reconhecimento das emoções são fundamentais para a ressignificação das experiências e para a reconstrução dos laços sociais. Isso reforça a idéia de que as emoções não apenas influenciam, mas estruturam as relações humanas.

A análise dos artigos também revela que as emoções têm impacto direto na profundidade dos relacionamentos interpessoais. Relações marcadas por abertura emocional, escuta ativa e validação afetiva tendem a ser mais duradouras e significativas. Em contrapartida, a repressão emocional ou a dificuldade de expressar sentimentos pode gerar distanciamento, conflitos e rupturas. Os estudos sobre psicodrama, educação emocional e vínculos afetivos corroboram essa perspectiva, mostrando que o trabalho com emoções pode ampliar a capacidade de conexão entre os sujeitos.

Diante disso, pode-se afirmar que os artigos encontrados contribuem significativamente para responder à pergunta de pesquisa proposta. Eles demonstraram, com base em evidências teóricas e empíricas, que as emoções influenciam profundamente as dinâmicas e os padrões de interação nas relações sociais, afetando os comportamentos individuais e a qualidade dos vínculos interpessoais. A literatura revisada ofereceu subsídios consistentes para compreender como a regulação emocional, a expressão afetiva e o reconhecimento

mútuo são determinantes na construção de relações humanas mais saudáveis e significativas.

#### 4. Discussão

##### 4.1 Principais teorias sobre emoções

A sabedoria popular sustenta que as manifestações emocionais surgem de um fenômeno interno, ou seja, há a vivência e, em seguida, é exteriorizada uma emoção. No entanto, a sequência desses elementos pode não ser bem essa. Uma das primeiras menções nessa direção foi feita por James (1890), que defendia que os seres humanos primeiro percebem o estímulo, ocorrendo então uma resposta corporal, e a consciência dessa reação fisiológica seria, justamente, a emoção em si.

Conforme os exemplos do autor, não fugiríamos por sentir medo, mas sentiríamos medo porque entramos em fuga. Em sua análise, James referenciou os estudos de Lange, e esse modelo até hoje é conhecido como Teoria James-Lange. Ainda que pouco intuitiva essa perspectiva ganhou popularidade na primeira metade do século XX, em grande parte devido ao surgimento do behaviorismo, reforçando a idéia de que os comportamentos não se originariam de processos internos, mas de fatores externos e mensuráveis (James, 1890; Skinner, 1953/2003).

Nos anos 1960, a proposta foi reformulada e adaptada, dando origem à noção de *feedback facial*, a idéia de que a contração muscular do rosto teria um impacto direto na vivência emocional, funcionando como estímulo positivo ou negativo (Buck, 1980; Strongman, 2003; Tomkins, 1962). Estudos foram conduzidos desde então para testar essa hipótese, empregando técnicas como a ativação forçada de músculos associados a determinadas emoções para induzir sensações subjetivas. Por exemplo, segurar uma caneta com os lábios para imitar um sorriso (Gazzaniga e Heatherton, 2005) ou analisar indivíduos que receberam aplicações de botox (Davis, Senghas, Brandt, e Ochsner, 2010).

Apesar de parte das evidências apontar uma modesta e gradual influência da expressão corporal no estado emocional, os achados permanecem inconclusivos, e diversas objeções foram levantadas ao longo dos anos. Entre elas: Diferentes emoções podem desencadear respostas fisiológicas parecidas (Cannon, 1927); Pacientes com paralisia ainda relatam experiências emocionais (Lowe e Carroll, 1985); sentimentos podem ser gerados apenas por processos mentais, sem envolvimento físico (Mayer e Salovey, 1999); a interpretação sensorial ocorre mais rápido que a reação motora; a falta de autoconsciência pode levar à confusão entre emoções diante de uma mesma ativação corporal; indivíduos nem sempre percebem que estão experimentando uma emoção; o efeito placebo pode induzir emoções sem alterações fisiológicas reais. Diante disso, as teorias inspiradas em James já não têm essa mesma aceitação em sua forma inicial, tendo sido revisadas ou integradas a outras perspectivas. Atualmente, destaque-se os modelos psiconevolucionários, cognitivistas e sociais.

As abordagens psiconevolucionárias sustentam que os estados afetivos atuais representam um legado biológico, constituindo respostas funcionais a desafios ambientais. A partir dos estudos de Darwin (1872/2000), reconhece-se que, embora

algumas demonstrações emocionais possam ser culturalmente moldadas, certas expressões, particularmente as faciais, são universais e instintivas, presentes tanto em humanos quanto em outros primatas. Essa premissa é corroborada por observações como o fato de crianças com cegueira congênita exibirem sorrisos espontâneos em momentos de contentamento ou lágrimas em situações de dor, assemelhando-se aos padrões de indivíduos sem deficiência visual (Nunes e Lomônaco, 2008).

Outro indício relevante é a uniformidade transcultural nas manifestações emocionais: em todas as sociedades, a alegria se revela pelo riso, a ira pelo cenho franzido e pelo apertar dos lábios, entre outros exemplos. Tais evidências fortaleceram a hipótese de que existem emoções fundamentais, inerentes à natureza humana. Assim, os afetos teriam se desenvolvido a partir de um repertório limitado de reações primordiais, cada uma com uma função evolutiva e um padrão expressivo específico (Ekman, 2003; Gazzaniga, Ivry, e Mangun, 2006; Lundqvist e Öhman, 2005; Plutchik, 2002).

Para ilustrar, os defensores dessa perspectiva argumentam que, ao longo do processo evolutivo, indivíduos que exibiram reações inequívocas diante de ameaças, alertando o grupo e facilitando ações defensivas, obtiveram vantagem seletiva, perpetuando traços associados ao que hoje chamamos de medo (Nunes e Lomônaco, 2008).

As perspectivas cognitivistas, embora não rejeitem completamente a base evolutiva nem desconsiderem o impacto das respostas fisiológicas, enfatizam a interpretação do contexto como elemento central da experiência emocional. Essa avaliação cognitiva, que pode ocorrer de forma consciente ou automática, se processaria com extrema rapidez, algo em torno de menos de 250 milissegundos, e seria decisiva na configuração da emoção (Atkinson e Adolphs, 2005; Bargh e Ferguson, 2000; Clore et al., 2005; Prinz, 2007; Schachter e Singer, 1962).

Paralelamente, as teorias de viés social minimizam o peso dos fatores biológicos, sem ignorar totalmente os processos mentais. Seu foco recai sobre o significado cultural das emoções, vistas como construções sociais que moldam e são moldadas pelas práticas coletivas. Como os seres humanos avaliam incessantemente, as próprias emoções e as dos outros durante interações, os afetos assumiriam um papel vital na coesão grupal (Gergen, 1985; Juslin e Laukka, 2003; Niedenthal et al., 2006; Ratner, 2000; Stets e Turner, 2008; Strongman, 2003).

Dessa forma, a influência cultural permeia múltiplas dimensões da vida emocional, orientando não apenas como as emoções são expressas e interpretadas, mas também como são reguladas e valorizadas socialmente. Pesquisas reiteradamente demonstram que fatores culturais podem intensificar, suavizar ou até transformar experiências emocionais, evidenciando que o modo como sentimos e respondemos ao mundo está profundamente atravessado pelas normas e significados compartilhados em cada contexto social.

Um aspecto crucial ressaltado pelas abordagens sociais, frequentemente negligenciado por outras teorias, é a possível dissociação entre expressão física e vivência interna. Para exemplificar: durante uma interação com desconhecidos, um indivíduo pode sentir diversão genuína com determinada observação, mas reprimir o riso para não parecer desrespeitoso, mantendo uma postura facial neutra.



Na Psicologia as emoções são compreendidas como fenômenos multidimensionais que envolvem componentes fisiológicos, cognitivos, sociais e culturais. Uma das abordagens mais influentes nesse campo é a teoria cognitiva da emoção, que enfatiza o papel da avaliação subjetiva na gênese dos estados emocionais. Segundo Lazarus (1991), a emoção não é provocada diretamente pelo evento, mas pela interpretação que o indivíduo faz da situação. Essa avaliação cognitiva pode ocorrer de forma consciente ou automática, sendo decisiva para a natureza da resposta emocional.

Schachter e Singer (1962) também contribuíram para essa perspectiva ao proporem que a emoção resulta da interação entre a ativação fisiológica e a rotulagem cognitiva. Para os autores, um mesmo estado fisiológico pode ser interpretado de maneiras distintas, dependendo do contexto e das crenças do sujeito, gerando diferentes emoções. Essa visão é particularmente relevante para a prática clínica, pois permite compreender como distorções cognitivas podem influenciar a vivência emocional e orientar intervenções terapêuticas.

Além disso, Clore e Ortony (2008) destacam que as emoções são moldadas por processos de avaliação que consideram metas, normas e expectativas sociais. Essa abordagem amplia a compreensão da emoção para além do indivíduo, incorporando fatores culturais e relacionais que influenciam a forma como os afetos são vivenciados e expressos. Nesse sentido, a teoria cognitiva da emoção oferece uma base sólida para a atuação do psicólogo em diferentes contextos, permitindo intervenções que promovam maior consciência emocional, reestruturação cognitiva e regulação afetiva.

## 4.2 Emoções e a construção da identidade

A identidade é um conceito complexo e com várias vertentes que buscam compreender a singularidade de cada indivíduo, quem ele é e como se relaciona com o ambiente e com os outros ao seu redor, é um processo dinâmico e contínuo. É uma construção social que se estrutura por meio da cultura, interações sociais, valores e normas da sociedade na qual o sujeito está inserido, contanto os aspectos biológicos e individuais também exercem um impacto significativo na formação da identidade, interagindo com as influências sociais para moldar a percepção do indivíduo sobre si (Silva e Araujo 2024).

A emoção pode ser definida como “uma experiência multidimensional que se caracteriza por diferentes níveis de ativação e por graus de prazer-desprazer associadas as experiencias subjetivas, sensações somáticas e tendencias motivacionais” (Hofmann, 2024, p.2), são processos intrínsecos à experiência humana, que implicam respostas a estímulos internos e externos desempenhando um papel fundamental na maneira como os indivíduos interagem e se relacionam em

sociedade. Essas respostas emocionais, que podem variar de reações automáticas a processos subjetivos mais complexos, são moldadas pelos fatores biopsicossociais. Mais do que simples reações a estímulos externos, as emoções influenciam diretamente comportamentos e decisões, exercendo um impacto significativo nas relações interpessoais e na convivência coletiva.

Diversos teóricos contribuíram para compreender como as emoções contribuem para a formação da identidade entre eles Lev Vygotsky (1896 – 1934), Erik Erikson (1902 – 1994) e no contexto contemporâneo Kátia Maheirie (2023).

Erikson (1968) foi um dos primeiros teóricos a explorar a identidade como um fenômeno psicossocial. Na sua teoria do desenvolvimento psicossocial, descreve o processo de formação da identidade como uma jornada que passa por diferentes fases da vida, onde cada uma delas é marcada por alguns desafios. Por exemplo, a adolescência, segundo Erikson, é um dos períodos mais significativos deste processo, pois o indivíduo enfrenta a crise de identidade versus confusão de papéis.

Durante a adolescência as emoções exercem um papel decisivo, influenciando a maneira como o sujeito percebe a si mesmo e estabelece vínculos com o mundo ao seu redor. Quando esse conflito é resolvido de maneira saudável, o indivíduo constrói uma identidade sólida, mas caso contrário, pode enfrentar dificuldades relacionadas à instabilidade emocional e insegurança. (Erikson, 1968, p. 128).

Lev Vygotsky (1998), por sua vez, adotou uma perspectiva socio-histórica para explicar a construção da identidade, realçando a importância das interações sociais e da linguagem nesse processo.

Vygotsky (2001) introduziu o conceito de mediação simbólica, segundo o qual o desenvolvimento humano ocorre por meio da internalização de signos culturais, normas e valores transmitidos pela sociedade. Nesse sentido, as emoções não são meras manifestações biológicas, mas também fenômenos influenciados através do meio social.

A forma como um indivíduo experimenta e expressa suas emoções está diretamente ligada às relações que estabelece e ao contexto cultural no qual está inserido, tornando a identidade um fenômeno dinâmico e em constante transformação.

Maheirie (2023) traz uma abordagem crítica ao estudo da identidade, destacando sua natureza fluida e em constante construção. Em seus estudos sobre subjetividade, alega que a identidade não pode ser compreendida como um conjunto fixo de características, mas sim como um processo de metamorfose contínua. As emoções, conforme esta abordagem, atuam de forma central na formação da identidade, pois são responsáveis por gerar significados que modelam a percepção do sujeito sobre si e sua posição no mundo. A afetividade, portanto, não é apenas um fator interno, mas também é um elemento social que define a maneira como o indivíduo se relaciona com os outros e interpreta suas experiências.

Erikson destaca os desafios psicossociais que acompanham a formação da identidade, Vygotsky (2001) reforça o papel das relações sociais na construção do sujeito, e Maheirie propõe que a identidade é um processo contínuo de transformação. Sendo assim, essas perspectivas fornecem uma compreensão detalhada e ampla sobre o impacto das emoções na formação da identidade do sujeito.

As emoções são importantes para a constituição da identidade, pois influenciam a forma como os indivíduos percebem a si mesmos e interagem com o mundo a afetividade e as emoções são fundamentais para o desenvolvimento da identidade, especialmente no contexto da aprendizagem e das relações interpessoais.

#### **4.3 Emoções em situação de conflito**

As emoções exercem um papel importante nas interações sociais e nas situações de conflito. O conflito, entendido como a situação em que diferentes necessidades, valores ou interesses se encontram em oposição, é inevitável na vida em sociedade. Como destaca Deutsch (2011, p. 25), “a maneira como os conflitos são geridos determina se seus resultados serão construtivos ou destrutivos”. Esse manejo está vinculado à dimensão emocional, uma vez que emoções intensas frequentemente emergem nessas circunstâncias.

Em situações de conflito, a avaliação cognitiva que cada sujeito realiza acerca da conduta do outro pode desencadear emoções variadas, como raiva, medo, tristeza ou frustração. Nesse sentido, Lazarus (1991, p. 82) aponta que “não é o

acontecimento em si que gera a emoção, mas a interpretação que o indivíduo faz dele”. Assim, a percepção de uma crítica como ameaça à autoestima pode deflagrar reações de defensividade e hostilidade, amplificando a tensão interpessoal.

A literatura também mostra que emoções desagradáveis possuem funções adaptativas, ainda que muitas vezes sejam percebidas apenas como obstáculos. Averill (1983), por exemplo, analisa a raiva como uma emoção socialmente regulada, que pode tanto intensificar os conflitos quanto promover mudanças. O autor observa que a raiva pode ser interpretada como um sinal de que as normas de reciprocidade ou justiça foram violadas, servindo, portanto, como mecanismo de defesa e de reivindicação em prol do equilíbrio relacional, sob essa ótica, o conflito não deve ser compreendido unicamente como algo negativo, mas como um espaço de expressão emocional legítima e potencial de mudança.

Entretanto, quando não são reguladas, as emoções podem conduzir à escalada do conflito e dificultar a comunicação. Gross (2015) enfatiza que a incapacidade de manejar adequadamente estados emocionais negativos gera interações menos colaborativas e maior propensão a respostas agressivas. Essa perspectiva vai ao encontro das observações de Fischer e Manstead (2014), para quem as emoções cumprem também funções sociais, orientando a percepção de intenções, moldando expectativas de comportamento e influenciando o curso das relações.

Dessa forma, é possível afirmar que o papel das emoções em situações de conflito é ambivalente: ao mesmo tempo em que podem intensificar a hostilidade e a ruptura dos laços sociais, também podem atuar como sinalizadores de necessidades não atendidas, contribuindo para processos de negociação e transformação relacional.

A psicologia, portanto, compreende o conflito como um processo inevitável, porém passível de transformação, auxiliando na análise da profundidade das interações sociais e os padrões de comportamento que emergem em contextos de tensão interpessoal, permitindo intervir de modo sensível e eficaz transformando o conflito em uma oportunidade de desenvolvimento.

#### **4.4 Estratégias de regulação emocional perante emoções desagradáveis**

A ambivalência das emoções em contextos sociais exige a adoção de estratégias que favoreçam seu manejo adequado. Nesse sentido, ganha relevância o conceito de regulação emocional, definido por Gross (1998) como o conjunto de processos conscientes ou inconscientes pelos quais os indivíduos influenciam quais emoções sentem, em que intensidade e de que forma as expressam. Para Gross e Thompson (2007, p. 5), “regular emoções não significa suprimi-las, mas sim modulá-las para que cumpram suas funções adaptativas sem comprometer o bem-estar psicológico ou a qualidade das interações sociais, favorecendo relações mais equilibradas e resilientes”.

Conforme Damásio (2000), os estados emocionais desempenham funções sociais cruciais e atuam como elementos fundamentais nos processos interacionais.

Em seu nível primário, elas integram os processos homeostáticos e funcionam como dispositivos de aprendizagem. Damásio (2000, p. 80) afirma que “as emoções acabam por estabelecer conexões entre a regulação homeostática e os critérios de sobrevivência com diversos elementos de nossa experiência pessoal”. Assim, emoções básicas, como alegria, tristeza, medo e raiva, orientam condutas essenciais à preservação da vida e estão intrinsecamente vinculadas às representações mentais de gratificação ou sanção, influenciando tanto os processos de tomada de decisão quanto a construção de normas sociais e morais que regulam a convivência humana.

Definir a natureza das emoções, entretanto, representa um desafio. A pluralidade de manifestações afetivas e as diferentes abordagens teóricas dentro da psicologia dificultam uma conceituação única. Griffiths (1997) argumenta que um conceito unificado não teria utilidade para o desenvolvimento futuro da psicologia, defendendo a necessidade de ao menos duas definições distintas.

A primeira refere-se às chamadas emoções básicas ou *affect programs*, universais e evolutivamente herdadas, que se expressam de maneira automática por meio de padrões fisiológicos e comportamentais relativamente estáveis; já a segunda diz respeito às chamadas emoções complexas ou socialmente construídas, que dependem de processos cognitivos mais elaborados, da linguagem e das interações culturais.

Desde o século XIX, os estudos de Darwin (1872/2000) já apontavam para essa perspectiva integradora. Em *The Expression of the Emotions in Man and Animals*, o autor analisou sistematicamente as expressões faciais humanas e sugeriu que padrões emocionais universais tinham uma função evolutiva ligada à sobrevivência. Pesquisas posteriores, como as de Ekman e Friesen (1971, 1978), confirmaram a existência de expressões faciais universais para emoções básicas, ao mesmo tempo em que identificaram a influência de fatores culturais no modo de manifestação e interpretação dessas expressões, evidenciando que a experiência emocional é simultaneamente biológica e moldada pelo contexto sociocultural.

Contudo, se por um lado as emoções favorecem a adaptação e a cooperação, por outro, podem também dificultar as relações sociais. Em situações de conflito, por exemplo, emoções desagradáveis como raiva, ressentimento ou medo podem comprometer a comunicação e agravar tensões. Deutsch (2011, p. 25) enfatiza que “a maneira como os conflitos são geridos determina se seus resultados serão construtivos ou destrutivos”, e esse manejo está diretamente vinculado à dimensão emocional. Lazarus (1991) acrescenta que a interpretação que o indivíduo faz da situação, isto é, a avaliação cognitiva de ameaça, desafio ou perda, exerce papel central na geração e regulação das emoções, influenciando diretamente a forma como o sujeito reage aos conflitos.

Dentre as principais estratégias de regulação emocional, destaca-se a reavaliação cognitiva, que consiste em reinterpretar uma situação de modo menos ameaçador. Gross (2002) demonstra que essa estratégia favorece maior bem-estar psicológico e relacionamentos mais estáveis. Outra forma de regulação é a supressão emocional, que implica inibir a expressão externa da emoção. Embora útil em certos contextos, como evitar explosões de raiva em ambientes formais, seu uso excessivo pode gerar efeitos negativos, como aumento do estresse fisiológico, maior desgaste psicológico e a percepção de falta de autenticidade nas interações sociais (Butler et al., 2003).

De acordo com Gross (2002), a supressão tende a reduzir a expressão observável da emoção, mas não diminui sua intensidade interna, o que pode acarretar acúmulo de tensão e prejuízo para o bem-estar subjetivo. Em ambientes relacionais, essa estratégia frequentemente conduz a interações superficiais, na

medida em que o indivíduo mascara seus estados afetivos, comprometendo a confiança mútua e a profundidade dos vínculos.

Nesse sentido, autores como Linehan (2015) e Nezlek e Kuppens (2008) destacam a importância de favorecer estratégias alternativas, como a reavaliação cognitiva ou o cultivo da atenção plena, que possibilitam lidar com emoções desagradáveis de modo mais saudável e adaptativo. Assim, em vez de apenas bloquear a manifestação externa das emoções, torna-se possível ressignificá-las e integrá-las à experiência, promovendo maior equilíbrio entre as demandas internas e as exigências sociais.

Sob a ótica cognitivo-comportamental, o manejo de conflitos envolve a identificação de pensamentos automáticos e crenças disfuncionais que amplificam reações emocionais desadaptativas (Beck, 2011). Técnicas de reestruturação cognitiva e de regulação emocional, como a reavaliação cognitiva e o treinamento em assertividade, possibilitam que o indivíduo responda de forma mais equilibrada e cooperativa diante de situações de tensão (Gross, 2015; Linehan, 2015).

Abordagens contemporâneas destacam ainda a importância de práticas baseadas em mindfulness e aceitação, que ajudam os indivíduos a lidarem com experiências emocionais sem reagirem automaticamente. Linehan (2015) defende que aceitar as emoções como parte da experiência humana permite reduzir comportamentos autodestrutivos e aumentar a consciência emocional. Já Folkman e Moskowitz (2000) ressaltam a eficácia das estratégias de enfrentamento focadas no problema, que buscam modificar a situação geradora da emoção, ao invés de apenas controlar sua expressão.

Nesse sentido, negociar regras de convivência, redefinir papéis ou estabelecer limites claros pode favorecer interações mais saudáveis e reduzir a recorrência de situações conflituosas. Assim, a regulação emocional passa a ser compreendida não apenas como um recurso individual de adaptação, mas também como um processo relacional, capaz de transformar as condições sociais que dão origem ao conflito.

Portanto, regular emoções desagradáveis não significa eliminá-las, mas sim integrá-las de forma adaptativa, reconhecendo seu valor informativo e funcional.

## **5. Considerações finais**

Esta pesquisa teve como foco compreender como as emoções influenciam as interações sociais, afetando comportamentos individuais e a profundidade dos vínculos interpessoais. Com análise dos estudos selecionados foi possível identificar que as emoções exercem um papel central na constituição da subjetividade, na regulação dos comportamentos e na qualidade dos vínculos. Elas não apenas refletem estados internos, mas também funcionam como mediadoras simbólicas nas interações sociais, influenciando a forma como os indivíduos se percebem, se comunicam e se conectam com os outros, moldam as relações sociais.

Os resultados mostraram que a capacidade de reconhecer, expressar e regular emoções está diretamente relacionada à qualidade das relações interpessoais. Emoções agradáveis favorecem a empatia, a cooperação e o fortalecimento dos laços, enquanto emoções desagradáveis, quando não manejadas adequadamente, podem gerar distanciamento, rupturas e conflitos. A regulação emocional, nesse contexto, surge como uma habilidade importante para o desenvolvimento de relações saudáveis e para a promoção do bem-estar psicológico.

Durante a revisão, foi observado que embora haja uma produção significativa sobre o tema, ainda existem algumas lacunas. Faltam estudos que integrem diferentes dimensões das emoções (biológicas, cognitivas, sociais e culturais) em contextos específicos como escolas, ambientes de trabalho e instituições de saúde.

Conclui-se que as emoções são elementos estruturantes das relações sociais e da prática psicológica, exigindo do profissional da psicologia sensibilidade, escuta qualificada e domínio técnico para atuar de forma ética e transformadora. A compreensão crítica das emoções permite não apenas intervir em situações de sofrimento, mas também promover relações mais equilibradas e saudáveis, promovendo a saúde mental.

Por fim, destaca-se a importância de aprofundar as investigações sobre o tema. A continuidade das pesquisas é essencial para fortalecer o campo teórico e prático da Psicologia.

## **6. REFERÊNCIAS**

ALVES, M.A., ed. *Cognição, emoções e ação* [online]. São Paulo: Cultura Acadêmica; UNICAMP; Centro de Logica, Epistemologia e Historia da Ciencia, 2019.



368 p. CLE collection, vol. 84. ISBN: 978-85-7249-019-1. Available from: <http://books.scielo.org/id/hcrqt>. <https://doi.org/10.36311/2019.978-85-7249-019-1>.

ARAÚJO, M. et al. Emoções e aprendizagem: reflexões sobre o papel da afetividade no ambiente escolar. *Revista Brasileira de Educação*, 2020.

ATKINSON, A. P.; ADOLPHS, R. Visual emotion perception: Mechanisms and processes. In: BARRETT, L. F.; NIEDENTHAL, P. M.; WINKIELMAN, P. (Ed.). *Emotion and consciousness*. New York: Guilford, 2005. p. 150–182.

AVERILL, J. R. *Anger and Aggression: An Essay on Emotion*. New York: Springer, 1983.

BAETHGE, C.; GOLDBECK-WOOD, S.; MERTENS, S. SANRA — a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research Integrity and Peer Review*, v. 4, article n.º 5, p. 1-12, 2019. DOI: 10.1186/s41073-019-0064-8

BARGH, J. A.; FERGUSON, M. J. Beyond behaviorism: On the automaticity of higher mental processes. *Psychological Bulletin*, v. 126, n. 6, p. 925–945, 2000. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.6.925>.

BLAIS, C. et al. Culture shapes how we look at faces. *PLoS ONE*, v. 3, n. 8, 2008. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0003022>.

BRANDÃO, M. G. A. Impactos da perda do emprego e o papel da qualificação no processo de reinserção no mercado de trabalho. 2002. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2002. Orientador: Antônio Virgílio Bittencourt.

BUCK, R. Nonverbal behavior and the theory of emotion: The facial feedback hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 38, n. 5, p. 811–824, 1980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.5.811>.

BUTLER, E. A. et al. The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, v. 3, n. 1, p. 48-67, 2003.

CAMPOS, L. et al. Afetividade e vínculo na prática clínica: um olhar fenomenológico. *Psicologia USP*, 2022.

CANNON, W. The James-Lange theory of emotions: A critical examination and an alternative theory. *The American Journal of Psychology*, v. 39, n. 1/4, p. 106–124, 1927. <https://doi.org/10.2307/1415404>.

CLORE, G. L. et al. Seven sins in the study of unconscious affect. In: BARRETT, L. F.; NIEDENTHAL, P. M.; WINKIELMAN, P. (Ed.). *Emotion and consciousness*. New York: Guilford, 2005. p. 384–408.

DAMÁSIO, A. *O mistério da consciência: do corpo e das emoções do conhecimento de si*. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DAMÁSIO, A. O mistério da consciência. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DARWIN, C. A expressão das emoções no homem e nos animais. São Paulo: Companhia das Letras, 2000. (Obra original publicada em 1872).

DARWIN, C. The Expression of the Emotions in Man and Animals. London: John Murray, 1872/2000.

DAVIS, J. I. et al. The effects of botox injections on emotional experience. *Emotion*, v. 3, n. 3, p. 433–440, 2010. <https://doi.org/10.1037/a0018690>.

DEUTSCH, M. Cooperation and Competition. New York: Springer, 2011.

EKMAN, P. Emotions revealed. New York: Times Book, 2003.

EKMAN, P.; FRIESEN, W. V. Constants across cultures in the face and emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 17, n. 2, p. 124-129, 1971.

EKMAN, P.; FRIESEN, W. V. Facial action coding system: investigator's guide. Palo Alto: Consulting Psychologist Press, 1978.

EKMAN, P.; FRIESEN, W. V. Facial Action Coding System. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1978.

EKMAN, P. An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, v. 6, n. 3-4, p. 169-200, 1992.

FERREIRA, J. et al. Expressões emocionais e dinâmica de grupos em contexto institucional. *Revista Latinoamericana de Psicologia Fundamental*, 2019.

FERRAREZI, R. S. L. Um traço e um abraço: afetividade como elemento facilitador da aprendizagem. *Revista Psicopedagogia*, São Paulo, v. 40, n. 121, p. 56–64, jan./abr. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.51207/2179-4057.20230007>. Acesso em: 10 mai. 2025.

FOLKMAN, S.; MOSKOWITZ, J. T. Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, v. 55, n. 6, p. 647-654, 2000.

GAZZANIGA, M. S.; HEATHERTON, T. F. Ciência psicológica: mente, cérebro e comportamento. Porto Alegre: Artmed, 2005.

GAZZANIGA, M. S.; IVRY, R. B.; MANGUN, G. R. Neurociência cognitiva. Porto Alegre: Artmed, 2006.

GERGEN, K. J. The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, v. 40, n. 3, p. 266–275, 1985. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.40.3.266>.

GONÇALVES, A. B.; PEPPI, F. M. MICROEXPRESSÕES FACIAIS: lenda ou realidade?. *Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro*, [S.L.], v. 23, n. 45, p. 25,

23 jul. 2019. Tribunal Regional Federal da 2a Região. <http://dx.doi.org/10.30749/2177-8337.v23n45p25-60>.

GRIFFITHS, P. E. What emotions really are: the problem of psychological categories. Chicago: University of Chicago Press, 1997.

GRIFFITHS, P. E. What Emotions Really Are. Chicago: University of Chicago Press, 1997.

GROSS, J. J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, v. 2, n. 3, p. 271-299, 1998.

GROSS, J. J. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, v. 39, n. 3, p. 281-291, 2002.

GROSS, J. J.; THOMPSON, R. A. Emotion regulation: Conceptual foundations. In: *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press, 2007.

GROSS, J. J. Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, v. 26, n. 1, p. 1-26, 2015.

GÜNTHER, H. Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão?. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, [S.L.], v. 22, n. 2, p. 201-209, ago. 2006. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-37722006000200010>.

HOFMANN, Stefan G. Emoção em terapia: da ciência à prática. Tradução de Carmem Beatriz Neufeld e Pedro Augusto Machado Fernandes. Porto Alegre: Artmed, 2023

JAMES, W. The principles of psychology. New York: Holt, 1890.

JUSLIN, P. N.; LAUKKA, P. Communication of emotions in vocal expression and music performance: Different channels, same code? *Psychological Bulletin*, v. 129, n. 5, p. 770-814, 2003. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.770>.

LAZARUS, R. S. Emotion and Adaptation. New York: Oxford University Press, 1991.

LIMA, P.; GONÇALVES, A. Emoções, decisão e conflito: perspectivas psicológicas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2018.

LINEHAN, M. M. DBT Skills Training Manual. 2. ed. New York: Guilford Press, 2015.

LOWE, J.; CARROLL, D. The effects of spinal injury on the intensity of emotional experience. *British Journal of Clinical Psychology*, v. 24, n. 2, p. 135-136, 1985. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1985.tb01327.x>.

MAHEIRIE, K. Afetividade, subjetividade e sociedade: a emoção como mediação na psicologia histórico-cultural. *Revista Psicologia em Estudo*, 2023.

MAYER, J. D.; SALOVEY, P. O que é inteligência emocional? In: SALOVEY, P.; SLUYTER, D. J. (Ed.). *Inteligência emocional na criança: aplicações na educação e no dia-a-dia*. Rio de Janeiro: Campus, 1999. p. 15-49.

NIEDENTHAL, P. M.; KRAUTH-GRUBER, S.; RIC, F. *Psychology of emotion: interpersonal, experiential, and cognitive approaches*. New York: Psychology Press, 2006.

NUNES, S. S.; LOMÔNACO, J. F. B. Desenvolvimento de conceitos em cegos congênitos: caminhos de aquisição do conhecimento. *Psicologia Escolar e Educacional*, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 119-138, jun. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-85572008000100009>.

OLIVEIRA, R.; MELO, C. Emoções e cultura organizacional: o papel da afetividade no trabalho coletivo. *Revista Brasileira de Gestão de Negócios*, 2021.

PLUTCHIK, R. *Emotions and life: perspectives from psychology, biology and evolution*. Washington, DC: American Psychological Association, 2002.

PRINZ, J. J. Emotion: Competing theories and philosophical issues. In: GABBAY, D. M.; WOODS, J.; THAGARD, P. (Ed.). *Philosophy of psychology and cognitive science*. North Holland: Elsevier, 2007. p. 247-266.

RATNER, C. A cultural-psychological analysis of emotions. *Culture Psychology*, v. 6, n. 1, p. 5-39, 2000. <https://doi.org/10.1177/1354067X0061001>.

REIS, FW. *Tempo presente: do MDB a FHC* [online]. Rio de Janeiro: Centro Edelstein de Pesquisas Sociais, 2009. 294 p. ISBN: 978-85-99662-80-9. Available from SciELO Books .

SANTOS, F. M. T. AS EMOÇÕES NAS INTERAÇÕES E A APRENDIZAGEM SIGNIFICATIVA. *Ensaio Pesquisa em Educação em Ciências* (Belo Horizonte), [S.L.], v. 9, n. 2, p. 173-187, dez. 2007. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1983-21172007090202>.

SCHACHTER, S.; SINGER, J. Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, v. 69, n. 5, p. 379-399, 1962. <https://doi.org/10.1037/h0046234>.

SCHOEN-FERREIRA, T. H.; AZNAR-FARIAS, M.; SILVARES, E. F. M. A construção da identidade em adolescentes: um estudo exploratório. *Estudos de Psicologia* (Natal), [S.L.], v. 8, n. 1, p. 107-115, abr. 2003. Tikinet Edicao Ltda. - EPP. <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-294x2003000100012>.

SCOLLON, C. N. et al. Emotions across cultures and methods. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, v. 35, n. 3, p. 304-326, 2004. <https://doi.org/10.1177/0022022104264124>.

SILVA, Marco Antonio Morgado da; ARAÚJO, Ulisses Ferreira de. Uma abordagem integradora da construção biológica e psicossocial do self e da identidade.

Psicologia em Estudo, v. 29, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v29i1.56266>. Acesso em: 20 jun. 2025.

SINGH-MANOUX, A.; FINKENAUER, C. Cultural variations in social sharing of emotions: An intercultural perspective. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, v. 32, n. 6, p. 647-691, 2001. <https://doi.org/10.1177/0022022101032006001>.

SKINNER, B. F. *Ciência e comportamento humano*. São Paulo: Martins Fontes, 2003. (Obra original publicada em 1953).

SOUZA, R.; FREITAS, C. Emoções, identidade e subjetividade nas relações sociais. *Psicodrama*, 2021.

SOUZA, T.; VIANA, D. Afetividade e práticas educativas: entre emoção e cognição. *Revista Brasileira de Educação*, 2023.

STETS, J. E.; TURNER, J. H. The sociology of emotions. In: LEWIS, M.; HAVILAND-JONES, J. M.; BARRETT, L. F. (Ed.). *Handbook of emotions*. New York: Guilford, 2008. p. 32–46.

STRONGMAN, K. T. *The psychology of emotion: from everyday life to theory*. Chichester: John Wiley e Sons, 2003.

TOMKINS, S. S. *Affect, imagery, consciousness: the positive affects*. New York: Springer, 1962. v. 2.

TULESKI, S. C. A unidade do psiquismo humano para Vigotski e a desagregação desta na esquizofrenia. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 35, e35424, 2019. DOI: 10.1590/0102.3772e35424.

VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

VYTAL, K.; HAMANN, S. Neuroimaging support for discrete neural correlates of basic emotions: A voxel-based meta-analysis. *Journal of Cognitive Neuroscience*, v. 22, n. 12, p. 2864–2885, 2010. <https://doi.org/10.1162/jocn.2009.21366>.

# A CONTRIBUIÇÃO DO INCONSCIENTE PROPOSTO POR CARL GUSTAV JUNG NO DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE

Camila Campos dos Santos<sup>1</sup>

José Alberto Manoel dos Santos<sup>2</sup>

Cleyciane Alves de Faria<sup>3</sup>

**Resumo:** O presente artigo de revisão bibliográfica narrativa tem como objetivo discutir o papel do inconsciente proposto por Carl Gustav Jung no desenvolvimento da personalidade, buscando investigar como o inconsciente atua em uma relação compensatória frente à tendência à unilateralidade da consciência. A metodologia adotada foi a revisão narrativa qualitativa, com busca de artigos na base de dados PubMed nos últimos dez anos, utilizando os termos "Jung", "personalidade" e "inconsciente". O levantamento identificou 91 publicações, mas observou-se uma grande escassez de estudos que abordassem diretamente a correlação entre a contribuição específica do inconsciente junguiano e o desenvolvimento da personalidade, sendo apenas quatro artigos selecionados por contribuírem com eixos temáticos interligados. Constatou-se que o inconsciente é uma força compensatória e criativa essencial para a constituição da personalidade, e que a neurose surge como um chamado da alma diante da unilateralidade da consciência. O método dialético de Jung cumpre a função de ampliar a consciência, sendo a integração dos conteúdos inconscientes central para a constituição de uma personalidade autêntica. Conclui-se que o conhecimento do inconsciente é uma ferramenta vital para o desenvolvimento de uma personalidade integral e a minimização de conflitos internos, e espera-se que novos estudos sejam realizados para explorar a eficácia da psicoterapia junguiana.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento da personalidade; inconsciente; psicologia analítica; Carl Gustav Jung; revisão.

**Abstract:** *This narrative literature review aims to discuss the role of the unconscious proposed by Carl Gustav Jung in personality development, seeking to investigate how the unconscious operates in a compensatory relationship in response to the tendency toward the one-sidedness of consciousness. The adopted methodology was a qualitative narrative review, with a search for articles in the PubMed database over the past ten years, using the terms "Jung," "personality," and "unconscious." The search identified 91 publications; however, there was a notable scarcity of studies directly addressing the specific correlation between the Jungian unconscious and personality development, with only four articles selected for contributing interrelated thematic axes. It was found that the unconscious is a compensatory and creative force essential to the formation of personality, and that neurosis arises as a call of the soul in the face of the one-sidedness of consciousness. Jung's dialectical method fulfills the function of expanding consciousness, with the integration of unconscious contents being central to the formation of an authentic personality. It is concluded that knowledge of the unconscious is a vital tool for the development of an integral personality and for minimizing internal conflicts, and it is hoped that future studies will explore the effectiveness of Jungian psychotherapy.*

---

<sup>1</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. Contato: albert.manoel@hotmail.com

<sup>3</sup> Psicóloga formada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU); Doutoranda em Ciências da Saúde (UFU). Mestre em Psicologia UFU (2006). Graduada em Nutrição (UFU). Docente da Instituição ESAMC Uberlândia. Atua também como Psicóloga Clínica. Contato: cleycianefaria@gmail.com

**Keywords:** *Personality development; unconscious; analytical psychology; Carl Gustav Jung; review.*

## **1. Introdução**

Carl Gustav Jung (1875-1961), psiquiatra suíço e fundador da psicologia analítica, dedicou sua vida ao estudo dos fenômenos da psique, abordando aspectos que vão além de uma abordagem clínica tradicional, atravessando aspectos filosóficos, culturais, religiosos e mitológicos — atributos simbólicos da humanidade. Pesquisador da alma humana, dedicou sua vida aos estudos sobre os fenômenos da psique e à prática clínica. Assim, por meio da observação, buscou compreender os mistérios da mente, de tal modo que não se limitou às psicopatologias, ampliando sua visão ao investigar o ser humano em sua totalidade.

A psicologia de Jung rompeu com o reducionismo científico e a ortodoxia freudiana, recusando-se a construir um sistema teórico fechado e preestabelecido, optantes por uma postura investigativa e sem rotulações, fundamentada na prática empírica. Sua principal contribuição foi perceber que o inconsciente não era apenas um depósito de conteúdos reprimidos pela influência moral, mas uma realidade viva e criativa, que carrega a história e os modos de reações típicos da humanidade, em constante interação com a consciência.

O inconsciente, nesse contexto, se empenha em agrupar e reagrupar seus conteúdos numa ação coordenada com a consciência numa relação compensatória, de equilíbrio. Contudo, em casos patológicos, tal atividade pode tornar-se autônoma e gerar sofrimento. Jung compreendia que o sofrimento psíquico de forma alguma deve ser entendido como um problema a ser eliminado, mas a ser compreendido como um chamado da alma que clama pelo desenvolvimento psíquico, a individuação — o caminho de realização da totalidade psíquica.

A sociedade contemporânea é marcada pela variedade de demandas e expectativas de papéis sociais — profissional, social, familiar, etc. — onde o indivíduo é constantemente compelido a desempenhá-los, e, frequentemente, resultando em uma anulação de si. Esse excesso de adaptações, embora necessário para o convívio social e a produção de cultura, promove um desenvolvimento unilateral da consciência, gerando um afastamento da interioridade, dificultando para o sujeito a constituição de sua personalidade.

Nesse cenário, o desenvolvimento da personalidade exige uma atitude contrária, isto é, uma escuta interna desses elementos que foram excluídos pela unilateralidade da consciência e que retornam por meio de sintomas psíquicos e estagnação da vida. Portanto, essa reintegração do diálogo entre consciência e inconsciente é necessária para que o sujeito viva

de forma mais autêntica, incluindo os dois aspectos de sua psique e possibilitando o desenvolvimento de uma personalidade integral.

Essa premissa justifica a pesquisa, pois a psicologia analítica possibilita uma estrutura teórica para a compreensão do funcionamento psíquico. Dessa forma, a investigação do inconsciente é importante para ampliar o entendimento sobre como a psique busca um equilíbrio por meio da compensação, devido a essa tendência à unilateralidade da consciência. Levando isso em conta, compreender o inconsciente e sua função compensatória pode auxiliar no desenvolvimento de indivíduos mais integrados, com contribuições para a comunidade acadêmica e para a sociedade em geral.

Diante disso, a pesquisa objetiva discutir o papel do inconsciente no desenvolvimento da personalidade. Para tal, o estudo busca identificar os conceitos da psicologia analítica relacionados ao inconsciente que promovem o desenvolvimento da personalidade, relatar como o papel da consciência em relação ao inconsciente pode se tornar prejudicial desencadeando neuroses, e apresentar como o método de trabalho proposto por Carl Gustav Jung promove a ampliação da consciência e o desenvolvimento da personalidade.

Ademais, a justificativa encontra-se na relevância da psicologia analítica em oferecer fundamentos para compreender o funcionamento psíquico, sobretudo, quanto ao inconsciente e sua função compensatória diante da unilateralidade da consciência. Portanto, investigar essa dinâmica possibilita refletir sobre como as exigências socioculturais podem excluir características individuais do sujeito. Assim, a pesquisa poderá trazer contribuições tanto para a comunidade acadêmica, pois dá ênfase na abordagem analítica junguiana como um recurso considerável no processo psicoterapêutico e de autoanálise, quanto para a sociedade em geral, pois o estudo e conhecimento do inconsciente e suas influências sobre o indivíduo podem minimizar sofrimentos e conflitos internos e refletir até mesmo à âmbito social.

## **2. Método**

A pesquisa de caráter exploratório qualitativo será desenvolvida a partir do método de revisão bibliográfica narrativa. Trata-se de um tipo de revisão de literatura que oferece uma visão amplificada e descritiva, com o objetivo de identificar, interpretar e contextualizar as principais informações relacionadas ao tema proposto — sem rigidez metodológica como as das revisões sistemáticas. Portanto, esse método favorece uma análise crítica e integrativa das contribuições existentes na literatura.

Para a sustentação teórica foram selecionadas algumas obras de Carl G. Jung e autores próximos, considerados relevantes. O levantamento dos artigos utilizados foi feito por meio



de uma pesquisa no PubMed, no período dos últimos dez anos, as palavras-chave aplicadas incluíram: “Jung”, “personalidade”, “inconsciente”. Das 91 publicações encontradas, apenas quatro foram selecionadas para compor o estudo. Os critérios utilizados para inclusão das publicações foram textos que abordassem diretamente a teoria de Carl G. Jung e trabalhos científicos que contribuam para a discussão do tema. Já os critérios de exclusão foram obras que não abordassem o tema.

### 3. Resultados

A busca dos artigos que compuseram esta pesquisa identificou 91 publicações, no entanto, nenhuma delas aborda diretamente o tema em questão. Dessa forma, nota-se uma escassez de estudos publicados a partir da contribuição específica do inconsciente proposto por Jung no desenvolvimento da personalidade. Não obstante o desafio inicial de busca, foram selecionados quatro artigos para a análise, que foi restrita aos resumos das obras, pois são de acesso pago. Tais estudos contribuem para a discussão da individuação, da clínica e das influências socioculturais sobre o desenvolvimento psíquico.



**Figura 1** - Número de publicações de artigos no período entre 2015 e 2025.

A pesquisa demonstrou uma notável escassez de literatura especializada que abordasse explicitamente a contribuição do inconsciente de Carl Gustav Jung para o desenvolvimento da personalidade. Esse resultado, por si só, sublinha a justificativa deste estudo, que se propôs a discutir o tema a partir da própria estrutura teórica junguiana. Dada essa lacuna, a investigação prosseguiu com a análise de quatro artigos — cujos resumos foram acessados — que, embora não tratassem do tema diretamente, forneceram suporte a eixos temáticos

interligados, como a individuação, a clínica junguiana e as influências socioculturais sobre o psiquismo.

O manuscrito foi submetido à autoavaliação com base na Escala SANRA — Escala para a Avaliação de Artigos de Revisão Narrativa —, um instrumento destinado a mensurar a qualidade de artigos de revisão narrativa por meio de seis critérios, a relevância do tema, a clareza dos objetivos, a descrição da busca de literatura, a qualidade das referências, a fundamentação científica e, por fim, a apresentação dos resultados.

Com base na aplicação da Escala de SANRA, o artigo obteve pontuação total de 11 pontos, demonstrando uma boa qualidade acadêmica. Através dos resultados, verificou-se que no item 1 — explicação da importância do tema da revisão, que obteve nota 2 —, constatou-se que o texto apresenta de forma clara e consistente a relevância teórica e social da psicologia analítica no estudo da personalidade. No item 2 — declaração clara dos objetivos da revisão, que também obteve nota 2 —, os objetivos mostraram-se bem definidos e coerentes com a proposta do trabalho. O item 3 — descrição da busca de literatura utilizada, nota 1 — obteve pontuação parcial, pois, embora a metodologia apresente base de dados, período e palavras-chave, faltam maiores detalhes sobre os critérios de inclusão e exclusão, devido a escassez de materiais publicados.

O item 4 — referências adequadas e apresentação apropriada, obteve nota 2 — foi atendido de maneira satisfatória, com uso de fontes clássicas e contemporâneas devidamente organizadas. No item 5 — raciocínio científico e fundamentação teórica do texto, nota 2 —, observou-se sólida argumentação e coerência conceitual entre inconsciente, neurose e desenvolvimento da personalidade. Por fim, o item 6 — apresentação de dados finais relevantes e apropriados, nota 2 — evidenciou conclusões bem estruturadas, alinhadas aos objetivos e com indicação de limitações e perspectivas futuras. Dessa forma, o artigo demonstra consistência teórica, rigor acadêmico e uma boa aderência aos critérios da Escala de SANRA.

#### **4. Discussão**

Foi possível observar, a partir da análise dos resumos dos artigos, que o tema da contribuição do inconsciente no desenvolvimento da personalidade é abordado por meio de três eixos temáticos. O primeiro, diz respeito ao debate sobre as fundações teóricas da psicologia analítica e o próprio conceito de inconsciente. Por um lado, há uma discussão crítica que questiona a justificativa filosófica do inconsciente coletivo, sugerindo que o

construto seja melhor compreendido como uma metáfora ou abstração para dinâmicas psicológicas universais (Mills, 2019).

Essa controvérsia é reforçada por outros estudiosos, que debatem a solidez teórica dos arquétipos, defendendo a necessidade de reformulação sob as perspectivas da teoria cultural, afirma Roesler (2019). Por outro lado, o mesmo debate confirma que os conceitos psicodinâmicos do inconsciente, como o de complexos, apresentam evidências sólidas, também afirma Roesler (2019), o que valida a postura de Jung de se basear em uma prática empírica ao invés de um sistema teórico fechado. Assim, o que se observa é que a literatura recente confirma a necessidade de um diálogo contínuo para manter a relevância da teoria junguiana em relação aos desenvolvimentos nas ciências acadêmicas (Roesler, 2019).

O segundo, se relaciona com o objetivo de relatar como a consciência unilateral pode gerar neuroses — um desequilíbrio psíquico que surge quando o sujeito se afasta de sua interioridade. A literatura aponta que essa atitude disfuncional não é apenas interna, mas é amplificada por fatores socioculturais. Estudos recentes demonstram a relevância da individuação para atenuar as tendências à polarização e ao conflito em tempos de crise sociopolítica, aplicando os conceitos de complexo cultural, segundo Osterhold (2021). Essa análise valida a premissa de que as exigências socioculturais podem excluir características individuais, ou seja, uma anulação da personalidade, afirma Osterhold (2021), manifestando-se como sofrimento neurótico no sujeito.

O terceiro, é a validação da função terapêutica do método junguiano no processo de desenvolvimento da personalidade. O método dialético, que possibilita o surgimento da função transcendente, é apoiado por discussões sobre uma visão expandida da consciência, explica Paulson et al. (2017). Os artigos questionam se os impulsos inconscientes podem ser elevados ao nível consciente para levar ao autoconhecimento e se é possível acessar o inconsciente para fomentar a criatividade e a intuição, afirma Paulson et al. (2017). Essas questões são o cerne do método de trabalho proposto por Jung, cujo objetivo é justamente a ampliação da consciência e o desenvolvimento de uma personalidade integral. A leitura reafirma, portanto, que o acesso e a integração dos conteúdos inconscientes são mecanismos centrais para o crescimento e a constituição da personalidade (Paulson et al., 2017; Osterhold, 2021).

#### 4.1. O inconsciente proposto por Carl Gustav Jung

O conceito de inconsciente é um dos mais controversos da história do conhecimento, sua simples menção já desperta um certo incômodo, pois contraria uma ciência que foi

respaldada em princípios como os de razão, controle e materialidade. Por isso, quando o estudante de psicologia se depara com o termo “inconsciente”, é comum associá-lo quase que imediatamente aos nomes de Sigmund Freud e Carl G. Jung. Mas, antes de adentrarmos o conceito de inconsciente proposto por Jung, é necessário retomar a concepção da psicanálise freudiana.

Através de suas observações na prática clínica, Freud notou que a conduta do ser humano não era determinada apenas pela vontade livre e consciente do sujeito, mas também pela existência de uma instância psíquica desconhecida que influenciava diretamente o comportamento humano — aqui Freud teve a sua noção da existência do inconsciente. Para ele, o inconsciente é um depósito de conteúdos recalçados pela consciência, que se manifestam por meio de sintomas, lapsos de linguagens, atos falhos e sonhos, afetando diretamente o comportamento do indivíduo (Freud, 1915).

Segundo Pinheiro (2019), o inconsciente é um conceito limítrofe negativo, isto é, tudo o que é dito sobre ele é um “como se”, pois sobre a natureza do inconsciente não se tem como afirmar nada, mas apenas de maneira indireta. Assim, através das manifestações desse inconsciente é possível tecer várias conjecturas que tem um valor heurístico e que permitem compreender os fenômenos reais com os quais vamos nos deparar, seja na clínica seja na cultura. O inconsciente na perspectiva de Jung, não apenas na sua óptica, mas também a partir das observações empíricas, é objetivo e autônomo, não podendo ser reduzido a um arbítrio.

Desta forma Jung (2014) amplia o conceito de inconsciente, antes proposto por Freud, ao considerá-lo não apenas um depósito de conteúdos reprimidos, mas uma realidade viva que independe da consciência, atuando como um sistema autônomo que influencia diretamente o comportamento do indivíduo. Dessa forma, o inconsciente não apenas guarda, mas também sugere e orienta, atuando como uma fonte de criação e transformação. Essa afirmação se deu a partir da prática clínica, onde ele observou algo bastante peculiar que se repetia durante o tratamento de seus pacientes psicóticos no hospital de Burghölzli, em Zurique.

Através dos relatos de seus pacientes, Jung (2013) notou que símbolos religiosos e mitológicos emergiram do psiquismo desses indivíduos — por meio de visões, fantasias e sonhos —, algo que não poderia ser explicado pela vivência pessoal, pois, além de não terem tido nenhum contato com esses materiais, tratava-se de símbolos arcaicos e pouco conhecidos. Em decorrência disso, chegou-se à conclusão de que tais conteúdos emergiam de uma camada mais profunda da psique, um lugar além da experiência pessoal, onde subjaz todo material universal sob a forma de categorias herdadas, repletas de símbolos que a humanidade carregava em sua história.

A nova descoberta tornou possível classificar o inconsciente em duas partes: o inconsciente pessoal e o inconsciente coletivo. Assim, o primeiro, contém os materiais contidos que se caracterizam, em parte, por serem aquisições da vida individual, e, em parte, por serem fatores psicológicos que também poderiam ser conscientes. Segundo Pinheiro (2019), os elementos inconscientes são considerados de natureza pessoal quando reconhecidos no passado seus efeitos, suas manifestações e sua origem específica. Dessa forma, eles são partes integrantes da personalidade, e sua perda na consciência pode gerar inferioridade, uma omissão que gesta um ressentimento moral.

Esse sentimento, portanto, revela que o elemento omitido é algo que deveria ser conscientizado. Pinheiro (2019) ainda acrescenta que junto desse sentimento, sempre surge a necessidade de assimilar uma parte do inconsciente e a possibilidade de fazê-lo, o que amplia o âmbito da personalidade — por vias, muitas vezes, penosas e duríssimas. Em geral, esses conteúdos passíveis de assimilação levam a um autoconhecimento, pois são conteúdos incômodos e desagradáveis, que conduzem, de maneira dolorosa, a uma ampliação de horizontes que humaniza o indivíduo.

Já o segundo, é algo geral e inato, pois contém toda herança evolutiva da humanidade disposta no par funcional entre arquétipos e os instintos. Dado que, os instintos permitem uma uniformidade de comportamentos que acontecem de forma inconsciente — independente da vontade. Segundo Pinheiro (2019), essa uniformidade de ações instintivas corresponde a uma imagem do instinto, isto é, o aspecto espiritual do instinto que Jung vai chamar de arquétipo, que são disposições para um tipo de apercepção tipicamente humano. Essas imagens primordiais que possuem um caráter arcaico e primitivo, apresentam concordância implícita com motivos mitológicos, imagens históricas que se propagam e irrompem novamente na existência humana em forma de categorias herdadas ou caminhos herdados.

O inconsciente, portanto, jamais se acha em repouso, no sentido de permanecer inativo, ele está sempre empenhado a agrupar e reagrupar seus conteúdos numa ação coordenada com a consciência numa relação compensatória, de equilíbrio. Segundo Jung (2014), essa atividade é inerente ao funcionamento normal da psique, só em casos patológicos tal ação pode tornar-se autônoma e gerar sofrimento. Assim, seu funcionamento independe da violação da consciência, mas não absolutamente independente, pois ele mantém uma relação com a consciência definida como compensatória e complementar.

De acordo com Jacobi (2013), o inconsciente coletivo é a matriz desses comportamentos que se repetem ao longo da história — não adquiridos pelo indivíduo através de sua experiência pessoal —, mas herdadas como estruturas psíquicas e tornam-se a base

para a constituição do inconsciente pessoal. Dessa forma, a autora ainda explica que essas reações se revelam através de experiências universais, como por exemplo, momentos de medo e perigo, a figura dos pais, os vínculos entre homens e mulheres, bem e mal, entre outros.

#### 4.2. A consciência unilateral e o desencadeamento de neuroses

A consciência se deu através do processo de civilização do ser humano, sendo responsável por perceber e interagir com o mundo externo, portanto, é essencial para a adaptação do indivíduo em seu meio social. No entanto, trata-se apenas de uma pequena parte da totalidade psíquica, por isso, é fortemente influenciada não só pelas exigências sociais que moldam o sujeito, mas também pelo inconsciente. Devido ao surgimento dessas regras no decorrer desse processo, a consciência tende a se desenvolver de maneira unilateral, para que o sujeito consiga se inserir na sociedade, porém, a consequência disso se dá ao fato do indivíduo se dissociar do seu inconsciente.

Segundo Jung (2013), a consciência é um órgão momentâneo de adaptação, de natureza determinada e dirigida para um fim, e isso encerra uma inibição a todos os elementos psíquicos que pareçam ser incompatíveis ou capazes de mudar a direção preestabelecida por ela. Ao priorizar os ideais normativos impostos pela sociedade, o ser humano acaba se moldando para que seja possível essa adaptação ao seu meio, dessa forma, ele reprime tudo aquilo que não condiz com essas normas sociais. Assim, sua atitude cria uma lacuna entre aquilo que o indivíduo expressa socialmente e aquilo que ele realmente sente e pensa no seu interior.

Inevitavelmente, esse processo se dá para que o desenvolvimento do ser humano ocorra — especialmente na juventude —, mas caso essa dissociação entre a consciência e o inconsciente permaneça ao longo da vida, pode gerar consequências ainda maiores. Pois, a energia psíquica desses conteúdos que foram reprimidos tende acumular — gerando uma tensão na consciência —, e se expressa através de sintomas, como por exemplo, ansiedade, raiva, sofrimento, etc. Desse modo, além dessa tendência a unilateralidade impedir que o indivíduo reconheça partes de si que foram reprimidas, Shamdasani (2021) explica que quando ela se torna extrema, tem-se a marca registrada da neurose.

Essa condição é compreendida como uma manifestação do conflito entre os opostos — consciência e inconsciente —, que se instala quando a consciência insiste em permanecer nessa atitude unilateral. Jung (2014) observa que a tensão entre os opostos, quando não assimilada e integrada pela consciência, pode levar a um desajuste da estrutura consciente, resultando em uma desorganização interna. Esse acontecimento, portanto, pode ser visível em

peessoas com certos comportamentos neuróticos, como por exemplo, atitudes excessivamente rígidas ou reações emocionais desproporcionais em determinadas situações, isso indica a tensão dos opostos.

Conforme explica Shamdasani (2021), a neurose não é unicamente um distúrbio da psique a ser eliminado, mas uma expressão simbólica de algo que necessita de atenção. Portanto, trata-se de um desequilíbrio que revela a necessidade de transformação. Assim, ao invés de suprimir esses sintomas, Jung propõe compreendê-los como significados repletos de novos sentidos, mesmo que penosos, pois expressam aquilo que o indivíduo não quer entrar em contato. Nesse sentido, a neurose é o ponto de partida legítimo para o processo de individuação.

A esse respeito, Jung (2014) destaca que o inconsciente opera de maneira compensatória em relação à consciência, buscando equilibrar sua tendência à unilateralidade. No entanto, quando essa atitude não é assimilada e integrada, ela tende a se manifestar através de sintomas — neuroses, sonhos e fantasias — para confrontar a atitude disfuncional da consciência. Assim, a neurose, para a psicologia analítica, é vista como uma reação do inconsciente compensando essa atitude unilateral da consciência, que exclui conteúdos necessários para o processo de desenvolvimento da personalidade.

Esse tipo de comportamento, em que o sujeito negligencia suas necessidades interiores, revela uma vida psíquica fragmentada, pois partes de sua personalidade estão sendo reprimidas. Com o tempo, esses elementos geram uma tensão crescente na consciência e se manifestam como forma de sintomas neuróticos. Nesse contexto, a neurose atua como uma manifestação do inconsciente em uma tentativa de ajuste dessa unilateralidade. Dessa forma, sendo um sinal de alerta para que o sujeito volte-se para si, dando a devida atenção para esses conteúdos ignorados.

Além desses padrões sociais — regras e normas —, a psicologia analítica também reconhece que o pensamento racional moderno também contribui para uma atitude unilateral da consciência. Visto que, esse tipo de pensamento minimiza e até mesmo ignora a existência do inconsciente, excluindo tudo aquilo que não pode ser logicamente explicado. No que concerne, Jung (2014) explica que esse tipo de consciência tende a excluir tudo aquilo que é emocional, intuitivo e simbólico. No entanto, essa exclusão dos conteúdos tidos como irracionais, logo, não aceitos, é justamente o que o sujeito precisa para estreitar essa cisão.

A esse respeito, Shamdasani (2021) relata que a neurose não é vista apenas como uma psicopatologia, mas também como resultado de uma tentativa da psique de restaurar esse diálogo com o inconsciente, em outras palavras, uma tentativa mal-sucedida de cura. Assim,

essa tentativa fracassada tem como produto final, a neurose, pois o indivíduo não foi capaz integrar esses conteúdos inconscientes que se contrapõem, caindo em suas próprias contradições e vivendo em uma realidade completamente distorcida por sua neurose. Nesse sentido, a neurose também pode ser entendida como um problema moral do ser humano.

Caso essa exigência não seja compreendida, o sofrimento neurótico se instala, tornando-se uma inquietação completamente dissociada de sentido — o indivíduo sofre sem ter consciência do quê. Há uma distinção entre o sofrimento legítimo e o sofrimento neurótico, o primeiro, leva a transformação, já o segundo, representa uma dor sem significado, mantendo o sujeito estagnado em seu sofrimento. Dessa forma, a cura da neurose se dá pelo reconhecimento desses aspectos inconscientes, pois, só assim, o indivíduo é capaz de dar significado a sua dor e, conseqüentemente, buscar um novo sentido para sua existência (Jacobi, 2013).

#### 4.3. Método proposto por Carl Gustav Jung para o desenvolvimento da personalidade

O método dialético proposto por Carl Gustav Jung, se dá através do encontro entre duas personalidades, neste caso, mediante o diálogo entre paciente e analista durante o processo psicoterapêutico. Segundo Jung (2013), esse método não é uma técnica rígida ou algo já preestabelecido, como os diagnósticos presentes nos manuais, muito pelo contrário, é um diálogo aberto e sem julgamentos, pois parte do pressuposto socrático. Dessa forma, o analista é convocado a suspender todo o seu arcabouço teórico — ocupando uma posição de não saber —, para que a singularidade de seu paciente seja expressada livremente.

A dialética, nesse sentido, é uma ferramenta que o analista utiliza para captar a realidade psíquica do seu paciente através de um diálogo investigativo, isto é, identificar os conflitos entre conteúdos conscientes e inconscientes, que se expressam através da neurose. A continuação desse diálogo, portanto, possibilita o surgimento de uma “terceira via” que Jung denominou de função transcendente, ou seja, um terceiro elemento que emerge do inconsciente como uma resposta simbólica e transformadora — uma nova atitude.

A função transcendente é um processo psíquico que emerge do confronto entre os opostos, e que, ao manter a tensão entre esses conteúdos, surge um novo elemento — que não pertence nem à consciência nem ao inconsciente isoladamente —, mas representa a integração criativa entre eles. Jung (2014) explica que essa terceira via possibilita o surgimento de uma nova atitude interior, atuando como um novo centro de equilíbrio psíquico da personalidade. Isso permite ao sujeito, diante de um impasse psíquico — como no caso da



neurose — , não ser levado pelo velho padrão de comportamento, mas questionar a situação, dando a possibilidade de gerar uma síntese criativa, isto é, uma nova postura.

O método dialético, portanto, não oferece soluções imediatas ou racionalizações, mas convida o paciente a um processo de auto-observação diante da tensão existente entre suas contradições, a qual é sustentada pelo analista. Assim, por meio desse confronto com o inconsciente, o sujeito é capaz de reconhecer, integrar e transformar aspectos desconhecidos de sua personalidade. Nesse sentido, a psicoterapia se torna um processo contínuo de construção da personalidade (Jacobi, 2013).

O conceito de personalidade na psicologia em geral, é complexo, sendo definido como um conjunto de características que formam a identidade do sujeito, influenciando sua percepção de mundo e suas interações. Historicamente, essa definição evoluiu de acordo com o aprofundamento dos estudos, como também, com o aparecimento de novas abordagens dentro da psicologia. Atualmente, o conceito é entendido como um sistema complexo e integrado de traços, crenças, valores e comportamentos, influenciado por fatores biológicos, psicológicos e socioculturais (Carvalho et al., 2017).

Na perspectiva da psicologia analítica, o termo se torna um pouco mais complexo, sendo entendido como uma estrutura em constante movimento, vista de duas maneiras, como aponta Pieri (2022). A primeira, de natureza psicodinâmica, diz respeito ao processo contínuo de desenvolvimento do sujeito, isto é, a personalidade é compreendida como um sistema vivo e em constante mudança, moldado por fatores internos e externos. Já a segunda, é através da estrutura da qual Jung identificou três níveis principais — a parte consciente, a parte inconsciente e a totalidade.

Para melhor compreender, Pieri (2022) explica que a parte consciente é definida como o “Eu”, aquilo que o indivíduo sabe sobre si; a parte inconsciente, é tida como a “metade inferior da personalidade”, isto é, aquilo que o sujeito não tem conhecimento sobre si; e, por último, a totalidade, que remete ao que Jung chamou de “Si-mesmo”, incluindo aspectos conscientes e inconscientes. Este último, é entendido como núcleo regulador e ordenador da psique, situando-se além da compreensão imediata do Eu.

Portanto, sob a óptica da psicologia analítica a personalidade é um fenômeno vivo e em constante transformação, que se estrutura a partir da interação entre essas dimensões — consciente e inconsciente — , explica Pieri (2022). Contudo, caso o indivíduo não tenha um bom diálogo interno, sua personalidade se molda de acordo com o seu meio, isto é, não existe autenticidade nesse processo de constituição. A psicoterapia, neste caso, atua como um mediador na reconciliação desse diálogo entre o indivíduo e o inconsciente, para que seja

possível estabelecer uma relação construtiva, onde o inconsciente participa ativamente na constituição da personalidade rumo à individuação.

O conceito de individuação remete ao processo de individualidade que se constitui através de uma referência coletiva, ou seja, o indivíduo torna-se aquilo que verdadeiramente é. De acordo com Jacobi (2013), a individuação é a realização da totalidade psíquica, porém, essa totalidade nunca será alcançada, pois o inconsciente é uma fonte inesgotável de possibilidades. Indivduar-se, no entanto, não se remete ao narcisismo, pelo contrário, é encontrar uma forma de não se anular perante à coletividade, resgatando a sua autenticidade perdida.

Esse processo ocorre através do confronto do indivíduo consigo mesmo, ou seja, com as partes negligenciadas de sua personalidade que se encontram inconscientes. Portanto, exige um nível de esforço consciente para que ocorra a assimilação desses elementos, pois a integração só se efetiva sob a luz da consciência. Mas, caso o paciente ainda não tenha esse nível de conhecimento, o analista assume o papel simbólico da função transcendente, para que seja possível a articulação desses elementos, possibilitando ao indivíduo, um caminho para uma nova postura diante da vida.

Ao contrário do que muitos pensam, a psicoterapia não é capaz de eliminar por definitivo os conflitos internos, pois eles são inerentes à condição humana. Dessa forma, o conflito pode ser entendido como uma força que impulsiona o indivíduo para o processo de individuação, para Jung (2013) são fatores essenciais ao desenvolvimento psíquico. Assim, a busca por uma cura definitiva é algo completamente ilusório, pois a vida é um fluxo contínuo de tensões e reajustes. A psicoterapia, portanto, não é uma solução definitiva, mas uma ferramenta de autoconhecimento que prepara o sujeito para lidar de forma mais consciente e madura com seus conflitos e problemas ao longo da vida, acrescenta Jung (2014).

Em um mundo cada vez mais dominado por valores coletivos e objetivos externos, onde a racionalidade técnica busca por resultados imediatos e padronizados, Jung propõe uma psicologia fundamentada na escuta simbólica, respeitando os ritmos psíquicos e a subjetividade de cada trajetória. Nesse sentido, a psicoterapia junguiana oferece ao sujeito uma via de reencontro com o sentido de sua existência. Segundo o autor, ao entrar em contato com os conteúdos inconscientes e integrá-los à consciência, o sujeito não apenas transforma sua relação consigo mesmo, mas também encontra novos significados para sua existência, isto é, encontra uma direção para uma vida mais autêntica Jung (2014).

Diante do exposto, a psicologia de Carl G. Jung caracteriza-se por seu caráter prático, vivencial e simbólico, distanciando-se de métodos que visam apenas a eliminação de sintomas

ou de sofrimento. Desse modo, seu foco está na escuta profunda da subjetividade do sujeito, compreendendo o sofrimento como uma expressão de um conflito psíquico que clama por mudanças. Assim, o processo psicoterapêutico atua como um caminho de reconciliação entre os conteúdos opostos. Trata-se, portanto, de uma psicologia que reconhece o sofrimento como uma possibilidade de transformação interior e ampliação da consciência, favorecendo a construção de uma existência mais autêntica.

## 5. Considerações Finais

A presente revisão narrativa da literatura discute que a contribuição do inconsciente proposto por Carl Gustav Jung no desenvolvimento da personalidade é fundamental, atuando como uma força compensatória e criativa essencial para a constituição da personalidade. A pesquisa validou que a neurose é um chamado da alma que surge da unilateralidade da consciência, muitas vezes forçada por pressões socioculturais, e que o método de Jung, ao facilitar a função transcendente, cumpre a função de ampliar a consciência. Essa integração dos conteúdos inconscientes é o caminho que conduz o sujeito ao autoconhecimento e à constituição de uma personalidade autêntica, culminando na individuação.

Como principal limitação, encontrou-se uma escassez de estudos que correlacionam diretamente o inconsciente de Jung e o desenvolvimento da personalidade, além do acesso restrito aos resumos dos artigos selecionados. Diante disso, espera-se que novos estudos acerca desta temática sejam realizados sobre a eficácia da psicoterapia junguiana. Conclui-se, portanto, que o conhecimento do inconsciente é uma ferramenta vital para o desenvolvimento de uma personalidade integral e a minimização de conflitos internos.

## 6. Referências

Baethge C, Goldbeck-Wood S, Mertens S. **SANRA — a scale for the quality assessment of narrative review articles**. Research Integrity and Peer Review. 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>>. Acesso em: 03 de novembro de 2025.

FREUD, Sigmund. **O inconsciente (1915)**. Disponível em: <<https://joaocamillopenna.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/04/freud-o-inconsciente.pdf>>. Acesso em: 03 de maio de 2025.

JACOBI, Jolande. **A Psicologia de C. G. Jung**. Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, Carl Gustav. **A Prática da Psicoterapia**. 16. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, Carl Gustav. **A Natureza da Psique**. Petrópolis: Vozes, 2014.

JUNG, Carl G. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 2014.

Mills J. **The myth of the collective unconscious**. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*. 2019 Jan; 55(1):40-53. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30561827/>>. Acesso em: 18 de setembro de 2025.

Osterhold HM. **Cultural complex, death anxiety and individuation during times of populism: a dialogue between Jungian psychology and social psychology**. *Journal of Analytical Psychology*. 2021 Sep; 66(4):926-948. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34758131/>>. Acesso em: 18 de setembro de 2025.

Paulson S, Hustvedt S, Solms M, Shamdasani S. **The deeper self: an expanded view of consciousness**. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2017 Oct; 1406(1):46-63. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28640959/>>. Acesso em: 18 de setembro de 2025.

PIERI, Paolo Francesco. **Dicionário Junguiano**. Tradução. São Paulo: Paulus, 2022.

PINHEIRO, Heráclito. **Psicologia Analítica: uma introdução**. Fortaleza: Dummar, 2019.

Roesler C. **Theoretical foundations of analytical psychology: recent developments and controversies**. *Journal of Analytical Psychology*. 2019 Nov; 64(5):658-681. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31659759/>>. Acesso em: 18 de setembro de 2025.

SHAMDASANI, Sonu. **Jung e a Construção da Psicologia Moderna**. São Paulo: Ideias & Letras, 4. impr., 2021.

SHAMDASANI, Sonu. **Da Neurose a uma Nova Cura das Almas**. Tradução. Scribd. s.d. Disponível em: <<https://pt.scribd.com/document/746176825/Shamdasani-Da-Neurose-a-uma-Nova-Cura-das-Almas-traduc-a-o>>. Acesso em: 06 de maio de 2025.

# A BRANQUITUDE NA CLÍNICA: A IMPORTÂNCIA DA ÉTICA E SENSIBILIDADE DE PSICÓLOGOS BRANCOS NO ATENDIMENTO A PACIENTES NEGROS

Bárbara Queiroz Silva <sup>1</sup>

Lara Alves Mendes <sup>2</sup>

Cleyciane Alves de Faria <sup>3</sup>

José Alberto Manoel <sup>4</sup>

**Resumo:** O racismo é uma forma de discriminação que causa impacto significativo na saúde mental de pessoas negras. Abordando as relações de poder e o lugar do negro e do branco historicamente, se faz necessário mensurar as consequências do fenômeno da branquitude e sua influência na prática clínica de psicólogos brancos no atendimento à população negra. O objetivo geral deste trabalho é investigar a atuação de psicólogos brancos no atendimento clínico a pacientes negros, com foco em práticas éticas, sensíveis e que reconheçam as questões raciais, culturais e sociais. A metodologia utilizada é de caráter qualitativo, com uma revisão bibliográfica narrativa, baseada em artigos, livros e periódicos publicados, obtidos em bases de dados virtuais de acesso livre. A partir da análise de conteúdo dos dados coletados, 43 estudos compuseram a revisão, sendo considerados aqueles que examinem a interface na relação entre psicólogos brancos, pacientes negros e as questões raciais presentes na prática clínica. De maneira geral, ainda há pouca produção de conteúdo acadêmico sobre o tema no Brasil, no entanto, abordagens como a Psicologia Social, a Psicologia Sócio-histórica e a Psicanálise buscam se libertar das ideologias conservadoras e descolonizar o saber psicológico forjado nos referenciais eurocêntricos do século XIX. Trata-se de assumir uma práxis de resistência, baseando-se em uma análise profunda a respeito da experiência de pacientes negros e suas especificidades étnico-raciais, prevenindo a violência racial persistente em uma realidade marcada pela exploração colonial, pela pobreza e pelo racismo estrutural.

**Palavras-chave:** psicologia; racismo; história; branquitude; saúde mental.

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela faculdade ESAMC Uberlândia E-mail: barbarasqueiroz03@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia pela faculdade ESAMC Uberlândia E-mail: laramendesxx@gmail.com

<sup>3</sup> Professora orientadora pela faculdade ESAMC Uberlândia. Doutoranda em ciências da saúde pela UFU E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>4</sup> Psicólogo formado pela universidade do triângulo (UNITRI); Mestre em psicologia UFU (2022). Docente da instituição ESAMC Uberlândia. E-mail: albert.manoel@hotmail.com

**Abstract:** Racism is a form of discrimination that significantly impacts the mental health of black people. By addressing power relations and the historical positions of black and white individuals, it becomes necessary to measure the consequences of the phenomenon of whiteness and its influence on the clinical practice of white psychologists in providing care to the black population. The general objective of this work is to investigate the role of white psychologists in the clinical care of black patients, with a focus on ethical and sensitive practices that acknowledge racial, cultural, and social issues. The methodology used is qualitative in nature, consisting of a narrative literature review based on published articles, books, and journals obtained from freely accessible online databases. From the content analysis of the collected data, 43 studies composed the review, considering those that examine the interface in the relationship between white psychologists, black patients, and the racial issues present in clinical practice. In general, there is still little production of academic content on the topic in Brazil; however, approaches such as Social Psychology, Socio-historical Psychology, and Psychoanalysis seek to break free from conservative ideologies and to decolonize psychological knowledge forged within the Eurocentric frameworks of the XIX century. It is a matter of adopting a praxis of resistance, grounded in a deep analysis of the experience of black patients and their ethno-racial specificities, preventing racial violence that persists in a reality marked by colonial exploitation, poverty, and structural racism.

**Keywords:** psychology; racism; history; whiteness; mental health.

## 1. Introdução

A população brasileira é majoritariamente negra, onde 53,9% se identifica como preta ou parda (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 2015). O conceito de raça foi construído historicamente para definir a diversidade humana, partindo do pressuposto de que existem hierarquias entre as raças. Esse conceito é utilizado no Brasil de modo a reforçar processos de segregação e exclusão social (BERSANI, 2018). O racismo constitui uma ideologia, uma organização, e um processo no qual certos grupos, fundamentados em características biológicas e culturais, reais ou supostas, são vistos como uma raça ou grupo étnico que é naturalmente distinto e inferior (ROSEMBERG *et al.*, 2003).

A violência causada pelo racismo é registrada historicamente e em contextos cotidianos na atualidade. É importante entender que essa forma de desigualdade social foi

criada e fortalecida ao longo da história, política, e sociedade do país (NASCIMENTO; DA SILVA, 2021). Em 13 de maio de 1888 foi assinada a Lei Áurea, que resultou na abolição da escravidão no Brasil e movimentou todos os setores da sociedade brasileira, encontrando adeptos em todas as camadas sociais. No entanto, após esse período, não houve um projeto que buscasse integrar os negros a comunidade brasileira, deixando-os a própria sorte e exacerbando o racismo como forma de discriminação (MARINGONI, 2011).

No período pós-abolicionista, emerge o conceito de democracia racial, utilizado para caracterizar esse momento histórico como um ideal de convivência harmoniosa entre os diferentes grupos raciais, frequentemente apresentado de forma utópica. Passa a ser propagado no mundo, e principalmente nos Estados Unidos, o ideal de que o Brasil seria um país que defende a ascensão social de todos, sem preconceitos ou discriminações raciais (GUIMARÃES, 2001). O clímax da crença na existência de uma democracia racial ocorre no Brasil com a obra de Gilberto Freyre, *Casa Grande & Senzala* (1933). Nessa obra, o autor traz uma visão otimista a respeito da imagem da sociedade brasileira, apresentando uma esfera social planejada durante o período colonial que posteriormente se tornaria favorável a elevação social do negro. Todavia, a ideia de igualdade, se aplicada, ocorreu apenas para aqueles que foram incorporados na sociedade brasileira através da miscigenação, não o sendo para os negros que se deparavam com a exclusão nessa mesma sociedade (BERNARDINO, 2002).

Em um momento de ascensão de diversas crenças democráticas (política, econômica, racial, étnica), a veracidade de cada uma seria considerada pela população brasileira. O decreto de “morte” da sociedade brasileira para com a crença na existência de democracia racial ocorre, portanto, entre 1945 e 1964, com o rompimento do pacto democráticos, que incluía os negros, e o retorno a preservação de valores no Brasil (GUIMARÃES, 2001). Em 1978, o Movimento Negro Unificado contra a Discriminação Racial (MNU) surge como algo inédito no sistema político do Brasil, onde o principal foco da resistência negra passa a ser desmascarar o mito da democracia racial. Conforme afirma NUNES *et al.*, 2021) neste momento, o racismo estrutural, antes silenciado e ignorado, passa a ser demonstrado como um fator enraizado ao longo de toda a história da sociedade brasileira.

O racismo estrutural constitui um sistema sustentado por pilares de privilégios atribuídos ao grupo dominante, que se vale de normas, práticas e instituições para preservar sua posição no topo da hierarquia social (DE SOUZA SILVA, 2020). Neste contexto, a branquitude representa um elemento que se instituiu no período colonial e foi mantido ao longo do tempo, caracterizando-se por colocar indivíduos brancos em uma condição de favorecimento, com melhores oportunidades de acesso a recursos tanto físicos quanto metafóricos (PORTO; SILVA, 2023). Apesar de não ser um conceito imutável, a branquitude é uma forma de revelar os privilégios disponibilizados a somente uma fração da sociedade, perpetuada através de instituições, valores culturais e práticas sociais (FERNANDES, 2023).

A Psicologia Clínica, ao atender pacientes negros, enfrenta o desafio de lidar com identidades culturais, experiências de discriminação e impactos psíquicos do racismo. Contudo, observa-se que muitos profissionais, especialmente psicólogos brancos, não possuem formação adequada para compreender e intervir de forma ética e sensível diante das demandas raciais (COSTA, 2019). Na ausência de estudos que evidenciam essas questões, a atuação de especialistas na área da psicologia clínica pode ser afetada, resultando, assim, em um déficit de conhecimento técnico por parte dos profissionais (SILVA, 2024). Considerando a perspectiva das relações sociais, é necessário examinarmos as falas e comportamentos da branquitude no setor de saúde, evidenciando como a capacitação profissional é importante para que as criações de políticas públicas incluam como foco as questões antirracistas (PORTO; SILVA, 2023).

Este estudo parte do seguinte problema de pesquisa: de que modo a branquitude influencia a prática clínica de psicólogos brancos no atendimento a pacientes negros; bem como qual é a relevância da ética e da sensibilidade racial nesse contexto. O objetivo geral consiste em investigar a atuação de psicólogos brancos no atendimento psicológico a pacientes negros, com ênfase em práticas éticas, sensíveis e comprometidas com o reconhecimento das dimensões raciais, culturais e sociais que atravessam o processo terapêutico. Como objetivos específicos, busca-se: analisar a influência da branquitude nos referenciais teóricos da Psicologia e compreender de que forma essa influência repercute na percepção e na interpretação das vivências de pessoas negras no contexto clínico. Pretende-se, ainda, investigar as dificuldades enfrentadas por psicólogos brancos no atendimento a pacientes negros, especialmente no que se refere à presença de preconceitos implícitos e às barreiras culturais e raciais que podem emergir nesse processo. Ademais, objetiva-se discutir os impactos negativos decorrentes da ausência de estratégias de



enfrentamento das questões raciais por parte de psicólogos brancos no processo terapêutico de pacientes negros. Por fim, propõe-se explorar práticas e estratégias que favoreçam uma atuação ética, sensível e comprometida com as questões raciais, de modo a promover uma prática clínica mais inclusiva e consciente dos efeitos da branquitude nas relações terapêuticas.

## **2. Metodologia**

O presente estudo adota uma abordagem qualitativa, por meio de uma revisão bibliográfica narrativa. A pesquisa foi realizada em bases virtuais de acesso livre, como Google Acadêmico, SciELO e Portal de Periódicos CAPES.

Foram utilizados 43 estudos nesta revisão, onde consideramos todos os trabalhos encontrados nas buscas realizadas nas bibliotecas virtuais de livre acesso. Consideramos estudos realizados entre 1908 a 2025, de modo a reportar as contribuições da Psicologia em produções clássicas, até os estudos contemporâneos sobre racismo na relação entre terapeuta e paciente. A maioria dos trabalhos inseridos correspondem a artigos publicados em revistas científicas.

Foram considerados estudos que abordam a relação entre psicologia, racismo estrutural, pacientes negros e as questões raciais na clínica, sem critério de exclusão de ano. As palavras-chave utilizadas foram: *psicologia*; *racismo*; *história*; *branquitude*; *saúde mental*. Foram incluídos neste estudo os trabalhos que discutem a interface entre psicologia clínica e tópicos étnico-raciais, e foram excluídos aqueles que não tratam especificamente da temática racial ou da prática clínica.

Este trabalho foi submetido à Escala SANRA, que busca mensurar a qualidade de artigos de revisão narrativa em seis etapas. Foi obtida pontuação de 10 pontos, de um total de 12, no que diz respeito aos itens associados a: explicação da importância do tema da revisão (2), declaração clara dos objetivos da revisão (2), descrição da busca da literatura utilizada (1), referências adequadas e apresentação apropriada (2), raciocínio científico e embasamento teórico do texto (2), apresentação dos dados finais relevantes e apropriados (1).

## **3. Resultados**

Com base nas palavras-chave selecionadas, foram identificados 47 estudos utilizados nesta revisão. Esses trabalhos foram organizados em três subtemas: Psicologia e Racismo, predominante em 20 estudos; Racismo e Sociedade, presente em 10 estudos; e

Racismo e História, contemplado em 9 estudos. Somente 3 trabalhos utilizados não exploram especificamente a interface entre psicologia clínica e tópicos étnico-raciais. Observamos também que a maioria dos estudos que abordam a branquitude na clínica foram publicados após os anos 2000, com o aumento da discussão sobre racismo estrutural e práticas antirracistas no Brasil.

#### **4. Discussão**

O racismo é uma forma de preconceito e discriminação que se baseia em percepções sociais que julgam diferenças biológicas entre indivíduos e comunidades. O termo racismo surge da ideia de raça, uma palavra que deriva do italiano *razão*, que por sua vez se origina do latim *ratio*. Este último termo é traduzido como categoria e tipo, conceito que o naturalista sueco Carl Van Linné empregou para organizar as plantas em 24 categorias ou raças (WEDDERBURN, 2007). Na atualidade, o racismo se apresenta de forma ostensiva, porém mascarada. Quando um indivíduo se encontra em uma situação de discriminação implícita, ele tende a se sentir impotente (KALCKMANN *et. al.*, 2007). Como indivíduos sociais, estamos imersos em princípios de justiça e igualitarismo que compõem nossa formação como cidadãos. LIMA e VALA (2004) afirmam que, na maioria das vezes, examinamos o racismo como um problema distante que afeta o outro, porque aqueles que sofrem discriminação são geralmente pessoas pertencentes a uma realidade distinta da que vivenciamos.

O preconceito racial foi um tema abordado nas ciências sociais, direcionados pela antropologia e pela sociologia utilizando termos como “interações raciais” ou “questões da população negra” (LARA, 2011). Apesar de parecer um evento distante, é importante lembrarmos que o Brasil foi o país das Américas que mais tardou a abolir a escravidão, deixando cicatrizes significativas na sociedade brasileira (NUNES, 2006). Ao abordarmos o racismo na contemporaneidade, percebemos que é necessário desnaturalizar as noções que têm sido utilizadas para análise e compreensão do tema. Segundo LARA (2011), o racismo foi muitas vezes percebido como um “legado da escravidão”, uma herança de tempos coloniais que persistiu durante quase todo o século XIX e deixou vestígios na sociedade como uma transgressão inata. As pesquisas realizadas referente às relações sociais no Brasil mostram que, apesar da variedade nas classificações raciais do país, as disparidades sociais entre os cinco grupos étnicos oficiais do IBGE (pretos, brancos, pardos, amarelos e indígenas) podem ser condensadas em apenas duas categorias: brancos e “não brancos” (SCHUCMAN, 2010).

Conforme argumenta MEDEIROS (2021), o mito da democracia racial no Brasil é uma construção ideológica que propaga a ideia de harmonia entre brancos e negros, ocultando as desigualdades raciais estruturais e dificultando a implementação de políticas públicas eficazes para a população negra. O mito da democracia racial, como o mito do “desenvolvimento separado”, na África do Sul, atuou como mito-ideologias eficazes na manutenção do status quo sociorracial durante praticamente um século (WEDDERBURN, 2007). Nesse contexto, observamos que movimentos surgem em busca de desmascarar esses ideais e uma porção cada vez maior da sociedade reconhece a “democracia racial” como uma perigosa ilusão. De maneira geral, ainda há pouca produção de conteúdo acadêmico sobre o tema no Brasil, com escassa participação da Psicologia e áreas relacionadas (DAMASCENO; ZANELLO, 2018).

A Psicologia clínica busca estudar a fundo os processos psicológicos, bem como gerar diagnósticos e tratamentos adequados visando o bem-estar e saúde mental dos pacientes. “Constatou-se que a identidade do psicólogo ainda é pautada pelo enfoque clínico, vinculando-se a uma ideia de intervenção psicológica mais voltada para o indivíduo.” (PIASSON; FREITAS, 2020, p. 275). De acordo com ANDRADE *et al.* (2024), o suporte psicológico individual representa uma das necessidades sociais e atividades profissionais em saúde mental que ocorrem em diferentes ambientes, tanto públicos quanto privados. Segundo DUTRA (2004), é importante que a atitude clínica e o envolvimento social do psicólogo com seu trabalho deve ser fundamentada não apenas no conhecimento teórico, mas também no conhecimento ético.

O racismo causa impacto significativo na saúde mental de pessoas negras. É necessário entendermos a importância de se pensar na questão racial durante a produção de políticas públicas voltadas para a saúde mental (SILVA; CARNEIRO, 2023). Na modernidade, o racismo se apresenta de maneira camuflada, no entanto, deve ser reconhecido como fator de adoecimento psíquico decorrente da qualidade de vida oferecida a pessoas negras (NASCIMENTO; DA SILVA, 2021). O racismo institucional é um exemplar das formas de discriminação e desigualdade que acontece demasiadamente. De acordo com LÓPEZ (2011), este tipo de discriminação racial ocorre de forma dispersa na performance cotidiana de instituições e organizações, atingindo diversos setores no processo de estruturação e divisão de trabalhos, privilégios possibilidades. SCHUCMAN E GONÇALVES (2017) afirmam que, em famílias onde a imagem da pessoa negra esteja ainda associada a um contexto de escravidão, há uma dificuldade maior em reconhecer-se para com o outro como negro. Portanto, analisando o racismo e o colonialismo,

compreendemos que o humanismo universal não se mantém, uma vez que se fundamenta na insensatez de que o Outro é semelhante, quando a realidade do Outro revela-se sendo extremamente divergente (KARPEM; RAGNINI, 2021).

A Psicologia deve desempenhar um papel significativo no combate ao racismo e na luta antirracista, considerando o sofrimento psíquico que causa, os impactos a saúde mental e bem-estar social dos indivíduos. Conforme o estudo de DAMASCENO e ZANELLO (2022), o racismo não foi considerado uma razão para o sofrimento psíquico entre os negros, como resultado, psicoterapeutas hoje enfrentam dificuldades em decorrência das lacunas de conhecimento deixadas após a formação profissional. No atendimento psicoterapêutico, o medo pode ser interferir durante a fala do paciente negro. “Qual palavra é menos violenta ou qual é a politicamente mais certa? Entre a aparência e a linguagem: o que falar e silenciar? O que compartilhar publicamente e o que não confessar?”, o receio com a escravidão aparece, portanto, em diversos contextos, visto que a realidade na qual estamos inseridos propõe que vivemos todos em liberdade (COSTA; SCARCELLI, 2016).

A Psicologia Social, em sua constituição no início do século XX, teve forte marca conservadora e funcionalista, orientada para a manutenção da ordem social (ROSS, 1908; MCDOUGALL, 1908). Neste enquadramento, as desigualdades eram naturalizadas e os conflitos sociais eram lidos como desvios individuais a serem corrigidos. Essa perspectiva, ao privilegiar uma suposta neutralidade, invisibiliza as condições estruturais que produzem opressão e desigualdade. No Brasil e na América Latina, a partir da década de 1970, a Psicologia Social assumiu um caráter crítico em diálogo com a Teoria Crítica, o marxismo e as lutas sociais (LANE, 1984; SAWAIA, 2019). Esse movimento resultou na produção de uma Psicologia Social comprometida com a transformação da realidade, com a denúncia das opressões e com a necessidade de descolonizar o saber psicológico. Nessa vertente, o racismo deixa de ser visto como mero preconceito interpessoal e passa a ser entendido como um mecanismo psicossocial de dominação, que estrutura subjetividades, regula relações e naturaliza desigualdades.

Inspirada em FANON (1983), essa tradição evidencia que o racismo opera como colonização do imaginário: impõe à população negra representações de inferioridade e desumanização que comprometem a constituição subjetiva e bloqueiam projetos de emancipação. Como afirmam MARTINS E BOAKARI (2012), a Psicologia Social brasileira ainda enfrenta lacunas no enfrentamento do racismo, mas há avanços significativos quando se pensa na formação crítica dos psicólogos em chave antirracista.

LIMA *et al.* (2023) apontam que a noção de sociogenia fanoniana pode ser incorporada à Psicologia como chave de leitura clínica e política, permitindo compreender o sofrimento racial para além da individualização e conectando-o à ordem colonial e suas continuidades. Nesse sentido, a tarefa do psicólogo social não pode se limitar a promover adaptação ou ajustamento. Trata-se de assumir uma práxis de resistência, isto é, uma prática crítica, ética e politicamente comprometida com a denúncia da violência racial e com a afirmação da dignidade da população negra.

A Psicologia Sócio-Histórica evidencia que o racismo é constitutivo da formação social brasileira e, portanto, atravessa diretamente a subjetividade dos sujeitos negros. Isso significa que o sofrimento clínico vivenciado por pacientes negros não pode ser interpretado em categorias universais e abstratas, como se fosse desvinculado das relações históricas. Sua fundação, fortemente marcada pelas contribuições de LANE (2006), propôs uma psicologia comprometida com a transformação social e atenta às contradições históricas. A ideia central é que o psiquismo humano é constituído pelas relações sociais e não pode ser compreendido como entidade isolada ou natural. VIGOTSKI (1930/2000) já advertia que a psicologia deveria “aprender a ler o livro da história da indústria material”, isto é, situar a subjetividade no interior das práticas sociais e históricas. Esse posicionamento rompe tanto com a pretensão de neutralidade científica quanto com a visão histórica do sujeito. Ao seguir esse caminho, Lane defendeu que a Psicologia brasileira deveria se libertar das ideologias conservadoras e assumir um compromisso de transformação da realidade marcada pela exploração, pela pobreza e pelo racismo estrutural.

A psicanálise, desde Freud (1900), desenvolveu-se a partir de referenciais eurocêntricos, centrados em experiências e categorias forjadas no contexto europeu do século XIX. Ao ser transplantada para países colonizados, esse saber manteve a pretensão de universalidade, silenciando as particularidades históricas e raciais da subjetividade latino-americana e africana (DEGANI, 2021). Nos últimos anos, autoras como DEGANI (2021) com seu ensaio *Por uma psicanálise decolonial*, que questiona a formação psicanalítica no Brasil e defende uma psicanálise menos colonial e os capítulos como *A psicanálise em eclipse decolonial* (GUERRA; LIMA, 2021), bem como o artigo *Ocupación antirracista y decolonial del espacio psicoanalítico* (GUERRA et al., 2022), têm tensionado essa tradição e mostrado que o inconsciente também é atravessado pelo racismo estrutural.

O conceito de FANON (1983) sobre o “inconsciente colonizado” permanece central na análise crítica. Adicionalmente, o artigo *A negação do outro e a clínica psicanalítica eurocentrada* (MORAES; MADEIRO, 2025) explicita como a clínica psicanalítica ainda reproduz uma lógica colonial. Há ainda referências pioneiras dentro da psicologia e psicanálise brasileira: Virgínia Leone Bicudo, que na década de 1940 elaborou sua dissertação sobre *Atitudes raciais de pretos e mulatos em São Paulo* (BICUDO, 2010), e Neusa Santos Souza, cuja obra *Tornar-se negro* (SOUZA, 1983) reinterpreta conceitos psicanalíticos a partir da experiência negra, fornecendo embasamento teórico para uma escuta clínica antirracista. A implicação prática continua sendo reconhecer a branquitude como uma posição inconsciente, exigindo uma escuta ética, descolonizada e politicamente comprometida com as marcas da colonialidade que estruturam a subjetividade negra (KARPEM; RAGNINI, 2023).

A reflexão por parte do profissional branco deve basear-se em uma análise profunda a respeito da experiência de pacientes negros. APOLÔNIO e VERZTMAN (2022) afirmam que o conceito de branquitude na prática clínica, somados à autoanálise e na educação de psicólogos no Brasil, resultam em um fenômeno chamado de “hipocrisia da branquitude psicanalítica”. Abordando o tema branquitude e racismo, é imprescindível que busquemos compreender o lugar do branco e do negro historicamente. MARTINS *et al.* (2020) apontam que as micro agressões raciais afetam negativamente a saúde mental e a autoestima de mulheres negras, sendo a identidade racial um fator que pode intensificar esses efeitos. A situação torna-se mais complexa quando a divisão socioeconômica se torna determinante para a categorização – por exemplo, quando ocorre o “embranquecimento” de indivíduos que ascendem socialmente – visto que, nessas situações, não é possível afirmar com clareza os processos que resultam na desigualdade social (RIBEIRO, 2017).

Por fim, devemos considerar a fraqueza causada pela branquitude, enxergando-a como uma questão a ser vista e discutida, para que possamos ultrapassar o ideal de superioridade e ego que compõem a branquitude. GOUVEIA (2018) destaca que psicoterapeutas devem reconhecer relações de poder e ser sensíveis às especificidades étnico-raciais para evitar práticas racistas no atendimento clínico. Assim, poderemos desenvolver Psicologia e profissionais realmente engajados em ações antirracistas (BATTISTELI, 2022).

## 5. Considerações Finais

A discussão sobre a branquitude na clínica psicológica evidencia que o enfrentamento do racismo exige mais do que boa intenção, requer uma revisão epistemológica, ética e política da própria Psicologia. Ao longo deste estudo, observou-se que a formação e a prática de muitos psicólogos ainda se sustentam em referenciais eurocêntricos, que invisibilizam as especificidades raciais e culturais dos sujeitos negros. Assim, reconhecer a branquitude como um lugar de privilégio e poder simbólico é condição indispensável para construir uma escuta clínica realmente ética, sensível e transformadora.

Constatou-se que o desafio não se restringe ao espaço individual da clínica, mas se estende às estruturas institucionais que reproduzem desigualdades raciais. A ética profissional, nesse contexto, deve estar intrinsecamente articulada ao compromisso antirracista e à responsabilidade social da Psicologia. Promover o acolhimento das dores racializadas implica em compreender o sofrimento psíquico como expressão de processos históricos e sociais de exclusão. Tais dores manifestam-se em contextos interpessoais, institucionais e nas experiências de apagamento ou negação da identidade racial, revelando que o sofrimento subjetivo não pode ser dissociado das estruturas de desigualdade que o produzem.

Por fim, observamos que ainda há lacunas significativas na produção científica e na formação acadêmica no que diz respeito à interseção entre clínica e relações étnico-raciais. Futuras investigações podem aprofundar a compreensão de como práticas clínicas antirracistas podem ser institucionalizadas e incorporadas de forma efetiva na formação de psicólogos e psicólogas, contribuindo para uma Psicologia verdadeiramente comprometida com a equidade racial e a dignidade humana.

## 6. Referências bibliográficas

ANDRADE, Juliana Moreira da; KOSTULSKI, Katia; FALCÃO, Jorge Tarcísio da Rocha. Atendimento psicológico referenciado pela análise clínica da atividade: relato de experiência em saúde mental e trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 49, 2024.

APOLONIO, Gilberto Souza; VERZTMAN, Julio Sergio. Hipocrisia do analista e branquitude. **Cadernos de Psicanálise | CPRJ**, v. 44, n. 46, p. 35-53, 2022.

BATTISTELLI, Bruna Moraes. Branquitude e fragilidade branca: conceitos para fazer pensar a Psicologia. **Perspectivas em Psicologia**, v. 25, n. 1, p. 157-173, 2022.

BERNARDINO, Joaze. Ação afirmativa e a rediscussão do mito da democracia racial no Brasil. **Estudos Afro-Asiáticos**, v. 24, p. 247-273, 2002.

BERSANI, Humberto. Aportes teóricos e reflexões sobre o racismo estrutural no Brasil. **Revista Extraprensa**, v. 11, n. 2, p. 175-196, 2018.

BICUDO, Virgínia Leone. **Atitudes raciais de pretos e mulatos em São Paulo**. Organização de Marcos Chor Maio. São Paulo: Sociologia e Política, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde Integral da População Negra: uma política para o SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

COSTA, Eliane Silvia; SCARCELLI, Ianni Regia. Psicologia, política pública para a população quilombola e racismo. **Psicologia USP**, v. 27, p. 357-366, 2016.

COSTA, Luciana Célia da Silva. **Reflexões sobre uma psicologia clínica antirracista**. 2021. 39 f. Monografia (Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial) – Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2019.

DAMASCENO, Marizete Gouveia; ZANELLO, Valeska M. Loyola. Saúde mental e racismo contra negros: produção bibliográfica brasileira dos últimos quinze anos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 38, n. 3, p. 450-464, 2018.

DAMASCENO, Marizete Gouveia; ZANELLO, Valeska Maria. Psicoterapeutas brancos/as e clientes negros/as: sobre racismo invisível e lacuna em relações raciais na formação profissional. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, v. 14, n. 42, p. 317-342, 2022.

DEGANI, Rafaela. Por uma psicanálise decolonial. **Psicanálise – Revista da Sociedade Brasileira de Psicanálise de Porto Alegre**, v. 23, n. 1, p. 223-229, 2021.

DUTRA, Elza. Considerações sobre as significações da psicologia clínica na contemporaneidade. **Estudos de Psicologia (Natal)**, Natal, v. 9, n. 2, p. 381-387, maio-ago. 2004.

FANON, Frantz. **Pele negra, máscaras brancas**. Rio de Janeiro: Fator, 1983.

FERNANDES, Nathaly Cristina. Apontamentos sobre branquitude e privilégios. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 4, p. e24112441344, 2023.

GOUVEIA, R. Princípios norteadores para uma prática clínica psicoterápica antirracista. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas e Comportamentais**, v. 14, n. 2, p. 97-110, 2018.

GUIMARÃES, Antonio Sérgio Alfredo. Democracia racial: o ideal, o pacto e o mito. **Novos Estudos Cebrap**, v. 61, n. 3, p. 147-162, 2001.

GUERRA, Andréa Máris Campos; LIMA, Rodrigo Goes (org.). **A psicanálise em eclipse decolonial**. 1. ed. São Paulo: N-1 Edições, 2021.



GUERRA, Andréa Máris Campos et al. Ocupación antirracista y decolonial del espacio psicoanalítico. **Quaderns de Psicologia**, v. 23, n. 3, 2022.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira: 2015**. Rio de Janeiro: IBGE, 2015.

KALCKMANN, Suzana et al. Racismo institucional: um desafio para a equidade no SUS?. **Saúde e Sociedade**, v. 16, p. 146-155, 2007.

KARPEM, Carla Cristina; RAGNINI, Elaine Cristina Schmitt. Psicanálise, racismo e pensamento decolonial. **Humanidades & Inovação**, v. 10, n. 4, p. 316-331, 2021.

KARPEM, Carla Cristina; RAGNINI, Elaine Cristina Schmitt. Branquitude: uma posição inconsciente. **Revista Brasileira de Psicanálise**, v. 57, n. 2, p. 123-134, 2023.

LARA, Silvia Hunold. Introdução: à história social e o racismo. **História Social**, v. 14, n. 19, p. 15-18, 2011.

LIMA, Marcus Eugênio Oliveira; VALA, Jorge. As novas formas de expressão do preconceito e do racismo. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 9, p. 401-411, 2004.

LIMA, Fátima; OLIVEIRA, Luiza Rodrigues de; SANTOS, Abrahão de Oliveira. A sociogenia fanoniana e a formação em Psicologia: uma aposta clínica, política e negra. **Psicologia & Sociedade**, v. 35, p. 459-467, 2023.

LÓPEZ, Laura Cecília. O conceito de racismo institucional: aplicações no campo da saúde. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, v. 16, n. 40, p. 121-134, jan. 2012.

LANE, Sílvia Tatiana Maurer; CODA, Wanderley (org.). **Psicologia social: o homem em movimento**. São Paulo: Brasiliense, 1984.

LANE, Sílvia Tatiana Maurer. Sílvia Lane e o projeto do compromisso social da Psicologia. **Psicologia & Sociedade**, v. 18, n. 1, p. 15-28, 2006.

MARTINS, Tafnes Varela; LIMA, Tiago Jessé Souza de; SANTOS, Walberto Silva. O efeito das microagressões raciais de gênero na saúde mental de mulheres negras. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 7, p. 2793-2802, jul. 2020.

MARINGONI, G. O destino dos negros após a Abolição. **Revista Desafios do Desenvolvimento**, v. 70, 2011.

MEDEIROS, E. R. de. Reflexões teóricas sobre o mito da democracia racial e a tentativa do branqueamento da população brasileira. **Revista Científica FESA**, v. 1, n. 9, p. 43-56, 2021.

NASCIMENTO, Andriele; SILVA, Luciana Marinho Fernandes da. Impactos do racismo na saúde mental da população negra brasileira. **Revista Psicoatualidades**, v. 1, n. 1, p. 44-53, 2021.

NUNES, Danilo Henrique; LEHFELD, Lucas Souza; NETTO, Carlos Eduardo Montes. A desconstrução do mito da democracia racial e o racismo estrutural no Brasil: educação e transformação social. **Rev Direito**, v. 63, p. 79-104, 2021.

NUNES, Sylvia da Silveira. Racismo no Brasil: tentativas de disfarce de uma violência explícita. **Psicologia USP**, v. 17, p. 89-98, 2006.

PORTO, Rita de Miranda; SILVA, Carolina Rodrigues. A branquitude e as dimensões do não-dito na/da terapia ocupacional. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 31, 2023.

RIBEIRO, Carlos Antonio Costa. Racial continuum, social mobility and “whitening”. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 32, n. 95, p. 1-25, 2017.

ROSEMBERG, Fausto; BAZILLI, Cícero; SILVA, Patrícia Viana Barbosa da. Racismo em livros didáticos brasileiros e seu combate: uma revisão da literatura. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 125-146, jan. 2003.

SCHUCMAN, Lia Vainer. Racismo e antirracismo: a categoria raça em questão. **Revista Psicologia Política**, v. 10, n. 19, p. 41-55, 2010.

SCHUCMAN, Lia Vainer; GONÇALVES, Mônica Mendes. Racismo na família e a construção da negritude. **Revista ODEERE**, Ilhéus, v. 2, n. 4, p. 168-186, jul./dez. 2017.

SOUZA, Neusa Santos. **Tornar-se negro: as vicissitudes da identidade do negro em ascensão social**. 2. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.

VIGOTSKI, Lev. A psicologia e a história da indústria material. In: VIGOTSKI, Lev; LURIA, Alexander; LEONTIEV, Alexei. **Psicologia e história**. São Paulo: Editora 34, 2000. p. 123-145.

WEDDERBURN, Carlos Moore. **O racismo através da história: da Antiguidade à modernidade**. São Paulo: Editora UNESP, 2007.

# O SUJEITO DO ANALISTA: UM OLHAR PSICANALÍTICO SOBRE OS DESAFIOS EMOCIONAIS E AFETIVOS VIVENCIADOS NA PRÁTICA CLÍNICA

Camila Thiemy Valadão Kawakami<sup>1</sup>  
Cleyciane Alves de Faria<sup>2</sup>  
José Alberto Manoel dos Santos<sup>3</sup>

**RESUMO:** Este trabalho tem como tema os desafios emocionais e afetivos enfrentados pelo analista na prática clínica, a partir de uma perspectiva psicanalítica. O objetivo geral do artigo é compreender como a contratransferência e o manejo dos afetos influenciam a atuação do psicoterapeuta, bem como pontuar o papel da análise pessoal e da supervisão na sustentação emocional do analista. Para tanto, foi realizada uma revisão narrativa de literatura nas bases SciELO, PubMed, PePSIC e Portal CAPES, utilizando os descritores “contratransferência”, “psicanálise” e “terapeuta”. A partir da literatura avaliada, evidenciou-se que a contratransferência, antes considerada um obstáculo à neutralidade, é atualmente reconhecida como recurso técnico essencial para a escuta e compreensão do inconsciente, desde que manejada de forma consciente. Observou-se, também, que o analista é sujeito implicado e afetado pela relação clínica, sendo necessário cuidado contínuo para preservar sua função ética e profissional. **PALAVRAS-CHAVE:** Psicanálise; Contratransferência; Analista; Supervisão clínica; Saúde emocional.

**ABSTRACT:** This paper addresses the emotional and affective challenges faced by analysts in clinical practice, from a psychoanalytic perspective. The overall objective of the article is to understand how countertransference and affect management influence the psychotherapist's performance, as well as to point the role of personal analysis and supervision in the analyst's emotional support. To this end, a narrative literature review was conducted in the SciELO, PubMed, PePSIC, and CAPES Portal databases, using the descriptors "countertransference," "psychoanalysis," and "therapist." Based on the literature reviewed, it became clear that countertransference, previously considered an obstacle to neutrality, is now recognized as an essential technical resource for listening to and understanding the unconscious, provided it is managed consciously. It was also observed that the analyst is a subject implicated in and affected by the clinical relationship, requiring ongoing care to preserve their ethical and professional role. **KEYWORDS:** Psychoanalysis; Countertransference; Analyst; Clinical Supervision; Emotional Health.

## 1 INTRODUÇÃO

Além da aplicação de conhecimentos teóricos e técnicas específicas para cada caso, o contexto clínico exige do psicoterapeuta um trabalho contínuo de manejo emocional. Esse manejo não se restringe às demandas dos pacientes, mas envolve também os afetos, fantasias e angústias despertadas no próprio terapeuta ao longo do processo terapêutico. No contexto da Psicanálise, o terapeuta é considerado um sujeito implicado na relação analítica, atravessado por vivências emocionais intensas que podem tanto facilitar quanto dificultar a condução da análise.

---

<sup>1</sup>Graduanda em Psicologia pela Faculdade ESAMC – Uberlândia. E-mail: [camilavaladaopsi@gmail.com](mailto:camilavaladaopsi@gmail.com)

<sup>2</sup>Professora orientadora pela Faculdade ESAMC – Uberlândia. Doutoranda em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Uberlândia. E-mail: [cleycianefaria@gmail.com](mailto:cleycianefaria@gmail.com)

<sup>3</sup> Professor orientador pela Faculdade ESAMC - Uberlândia; Mestre em psicologia pela Universidade Federal de Uberlândia. E-mail: [albert.manoel@hotmail.com](mailto:albert.manoel@hotmail.com)

Desde os primeiros escritos freudianos, a Psicanálise passou a reconhecer a importância da análise pessoal e da supervisão como recursos essenciais para dar suporte ao terapeuta diante das pressões emocionais do trabalho clínico. Autores como Paula Heimann e Donald Winnicott ampliaram a compreensão da contratransferência, não mais vista apenas como um obstáculo, mas também como um recurso potencial para compreender o paciente e para o processo analítico em si. A contratransferência, quando devidamente manejada, pode se tornar uma ferramenta valiosa para acessar conteúdos inconscientes projetados pelo paciente, revelando aspectos importantes da dinâmica transferencial (Lasky, 2002).

Atualmente, a contratransferência é reconhecida como um fenômeno inevitável e estrutural da prática clínica. Estudos como os de Gelso e Hayes (2007), indicam que mais de 80% dos terapeutas relatam utilizar conscientemente suas reações contratransferenciais como guia para intervenções clínicas. Entretanto, essas respostas emocionais nem sempre são fáceis de elaborar: Yang e Hayes (2020) apontam que terapeutas que não manejam adequadamente seus afetos no atendimento tendem a apresentar maior risco de burnout e redução da eficácia terapêutica.

A prática clínica contemporânea apresenta questões que requerem um olhar renovado sobre a sustentação emocional do psicólogo. Em um cenário marcado pelo aumento da demanda por serviços psicológicos — intensificado pelo contexto pós-pandêmico e por crises socioeconômicas — os psicoterapeutas se encontram confrontados com um volume crescente de casos complexos, envolvendo traumas, depressão, ansiedade e outras condições que mobilizam intensamente seus afetos. Durante a pandemia de COVID-19, por exemplo, a busca por atendimento psicológico online cresceu mais de 40%, e as pesquisas sobre o tema na internet aumentaram em quase 90% (Sociedade Brasileira de Psicologia, 2022). Além disso, a Associação Brasileira de Psicologia da Saúde (ABPSA) relatou que 83,5% dos psicólogos notaram um aumento na demanda de pacientes, e 86% observaram um agravamento no sofrimento psíquico dos atendidos (Folha de São Paulo, 2022). Esse cenário intensifica o risco de desgaste emocional, esgotamento psíquico e perda da capacidade de reflexão clínica, evidenciando a necessidade de suporte emocional adequado ao terapeuta.

A relevância deste estudo está em evidenciar que, assim como o paciente, o psicólogo também vivencia processos afetivos intensos, que podem interferir na

condução da análise. Nesse sentido, o cuidado com a saúde emocional do terapeuta emerge como um componente essencial para a prática ética e consciente da Psicanálise, contribuindo para a construção de intervenções mais sensíveis, humanizadas e alinhadas com as demandas contemporâneas da clínica psicanalítica.

A pesquisa se justifica pela importância de discutir o cuidado com o terapeuta, reconhecendo que sua saúde emocional é um elemento essencial para a condução ética e responsável do processo terapêutico. Além disso, ao enfatizar a importância da supervisão, análise pessoal e outras estratégias de sustentação emocional, o trabalho propõe reflexões que podem contribuir para o fortalecimento do analista enquanto sujeito implicado na relação clínica.

Do ponto de vista teórico, o estudo pretende aprofundar os conceitos psicanalíticos essenciais para a condução das emoções pelo psicólogo. Do ponto de vista prático, pode fomentar a conscientização sobre a necessidade de espaços de cuidado para os profissionais, ampliando a compreensão de sua função clínica em tempos de crescente demanda por serviços em saúde mental.

Por fim, esta investigação possui relevância social, pois ao promover a reflexão sobre os afetos do analista, pode favorecer a qualidade do atendimento aos pacientes e contribuir para a construção de práticas clínicas mais conscientes e humanizadas.

Diante disso, o presente trabalho propõe expor os desafios emocionais e afetivos enfrentados pelos psicoterapeutas no atendimento clínico, a partir de um referencial psicanalítico. A proposta é articular conceitos psicanalíticos clássicos e contemporâneos sobre o sujeito do terapeuta, compreendendo como esses elementos teóricos podem contribuir para o manejo dos afetos na atualidade. Além disso, busca-se mostrar a importância da supervisão e da análise pessoal como recursos fundamentais para a sustentação emocional do analista, visando promover um olhar mais atento ao seu cuidado psíquico.

## **2 MÉTODO**

O presente trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa sobre a literatura existente a respeito da perspectiva psicanalítica acerca das noções de cuidado com o analista na prática clínica. A revisão narrativa constitui-se de

publicações amplas, qualitativas, com rigor de interpretação e análise crítica do pesquisador, permitindo uma compreensão aprofundada e subjetiva sobre o tema investigado (Rother, 2007).

A fim de ampliar o conhecimento sobre o tema na atualidade, realizaram-se buscas em plataformas de periódicos científicos de acesso virtual, tais como SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed, PePSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia) e Portal CAPES. Essas bases foram selecionadas por sua relevância na disseminação de produções científicas na área da Psicologia e da Psicanálise.

A pesquisa contou com os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados nos últimos 14 anos (de 2011 a 2025), escritos em língua portuguesa e disponíveis na íntegra. Foram utilizados os descritores: “contratransferência”, “psicanálise” e “terapeuta”, combinados por meio de operadores booleanos (AND e OR) para refinar os resultados. Os critérios de exclusão foram: artigos indisponíveis na íntegra ou com acesso restrito e produções cujo foco não se relacionava diretamente com os desafios emocionais vivenciados por psicólogos na clínica psicanalítica.

Além dos artigos científicos, também foram considerados livros clássicos da literatura psicanalítica, que contribuíram para fundamentar teoricamente a discussão e ofereceram suporte histórico e conceitual às análises realizadas.

### **3 RESULTADOS**

Após a coleta inicial, foi realizada a leitura dos títulos e resumos de cada trabalho para verificar sua pertinência aos objetivos da pesquisa. Os 12 estudos selecionados foram lidos na íntegra, com foco na identificação de aspectos relacionados à experiência subjetiva do terapeuta, especialmente no que se refere ao manejo da contratransferência, aos afetos despertados na relação analítica e às estratégias de cuidado voltadas ao próprio analista.

A escolha por uma revisão narrativa justifica-se pela natureza exploratória e crítica do presente estudo, cujo objetivo não é quantificar dados, mas compreender de forma ampla os sentidos atribuídos ao cuidado com o analista na clínica psicanalítica contemporânea. Essa metodologia permite o diálogo entre autores clássicos e atuais, contemplando tanto os fundamentos históricos da Psicanálise quanto suas ressignificações diante dos desafios emocionais da prática clínica atual.

A análise dos estudos evidencia uma ampliação significativa na compreensão

do lugar e dos afetos do analista ao longo da história da Psicanálise. De modo geral, os resultados apontam para uma transição teórico-clínica: da concepção clássica de neutralidade e controle dos afetos, predominante na leitura freudiana inicial, para uma valorização crescente da implicação subjetiva do analista e do uso técnico dos sentimentos despertados na relação transferencial.

Os artigos analisados indicam que a contratransferência deixou de ser entendida apenas como obstáculo à escuta analítica, passando a ocupar um papel fundamental na apreensão do inconsciente do paciente. Os afetos do analista são reconhecidos como via de acesso privilegiada ao material clínico, permitindo compreender aspectos da transferência que não emergem diretamente na fala do paciente. Essa mudança conceitual, sustentada por autores como Ferenczi, Heimann, Winnicott e Racker evidencia que o analista é parte constituinte do campo intersubjetivo da análise, e não um observador neutro e externo.

Os estudos também convergem ao destacar que o manejo dos afetos do analista demanda constante autorreflexão e supervisão clínica. A supervisão é apresentada como espaço essencial de elaboração e transmissão do estilo clínico, possibilitando ao analista reconhecer suas reações emocionais e transformá-las em instrumentos de trabalho. Além disso, a análise pessoal é compreendida como prática ética e técnica indispensável para o cuidado com o próprio analista, evitando atuações inconscientes e preservando a qualidade da escuta.

Outro resultado recorrente diz respeito à crítica à noção tradicional de neutralidade. Longe de representar ausência de implicação afetiva, a neutralidade é reinterpretada como postura ética que envolve sustentar, sem recusa, os afetos despertados na relação analítica. Os artigos indicam que o analista, ao acolher e simbolizar sua própria vivência emocional, contribui para que o espaço analítico se torne continente para o paciente — um “espaço-entre” de elaboração conjunta.

Em síntese, os resultados revelam um deslocamento paradigmático: o analista contemporâneo é pensado como sujeito implicado, cujos afetos, quando reconhecidos e elaborados, constituem fonte legítima de conhecimento clínico. Essa perspectiva desafia modelos técnicos centrados apenas na interpretação e reforça a importância da presença afetiva, da empatia e da autorreflexão como componentes do processo analítico. Assim, os afetos do analista deixam de ser ruído na escuta para se tornarem instrumento de acesso ao inconsciente e de construção de vínculo transformador no *setting*.

O presente artigo foi submetido à avaliação segundo a escala SANRA (*Scale for the Assessment of Narrative Review Articles*), que analisa critérios como formulação de objetivos, busca e uso da literatura, referenciamento, raciocínio científico e apresentação dos dados em revisões narrativas. Após a aplicação dos seis itens avaliativos, o trabalho obteve uma pontuação total de 12 pontos, indicando excelente qualidade metodológica e adequada fundamentação científica conforme os parâmetros da escala.

## **4 DISCUSSÃO**

### **4.1 CONTRATRANSFERÊNCIA E MANEJO DOS AFETOS NA RELAÇÃO TERAPÊUTICA**

A relação entre analista e paciente constitui o eixo central da clínica psicanalítica. Em seus textos, Freud compreende que o encontro analítico não se limita a um campo de escuta racional e neutra, mas envolve o surgimento de intensos afetos, fantasias e projeções inconscientes. Esse campo relacional é atravessado por movimentos afetivos inconscientes, os quais se constituem como pilares técnicos e teóricos da prática psicanalítica (Freud, 1912).

Para compor o conhecimento a respeito dos desafios emocionais vivenciados pelo psicoterapeuta na atualidade, é necessário apresentar os conceitos de transferência e contratransferência. Tais fenômenos, profundamente interligados no contexto clínico, constituem a base das trocas emocionais que marcam a relação terapêutica. Considerando que a contratransferência surge, em grande parte, como reação aos conteúdos mobilizados pelo paciente (Racker, 1982), torna-se coerente iniciar pela exposição da transferência, de modo a facilitar a compreensão do fenômeno subsequente.

A transferência, conceito introduzido por Freud em 1912, refere-se ao deslocamento de sentimentos, projeções e desejos inconscientes do paciente em direção ao analista, muitas vezes reproduzindo relações infantis e padrões vinculares arcaicos. O *setting* terapêutico se torna, inevitável e invariavelmente, o palco onde essas repetições se atualizam, tornando a transferência a ferramenta mais poderosa da resistência ao tratamento. Contudo, segundo o autor, o terapeuta, se souber lidar e interpretar esses processos, pode acessar conteúdos latentes do analisando e trabalhar suas resistências dentro da terapia.



Embora fundamental, a transferência, por si só, não esgota a complexidade da relação terapêutica, especialmente ao que se refere às vivências internas do terapeuta. Nas primeiras formulações sobre a contratransferência, esta era vista como uma interferência indesejável, pois mostrava uma falha do analista em manter sua neutralidade: “[...] o médico deve ser opaco ao paciente e, como um espelho, nada deve mostrar além do que lhe é mostrado.” (Freud, 1912, p. 96). No entanto, a partir de meados do século XX, autores contemporâneos passaram a considerá-la uma ferramenta essencial para o trabalho clínico, apontando que os sentimentos próprios do analista poderiam fornecer pistas valiosas no processo terapêutico.

Paula Heimann, em 1949, foi a primeira a defender que a contratransferência não deveria ser vista apenas como um ruído subjetivo do analista, mas como parte integrante da comunicação terapeuta-paciente. Para a autora, as emoções despertadas no terapeuta diante do material trazido pelo paciente podem ser entendidas como vias de acesso ao seu mundo interno, desde que reconhecidas e analisadas com rigor. Essa perspectiva ampliou significativamente o campo da escuta clínica, permitindo que o analista utilizasse sua própria vivência emocional como instrumento técnico, desde que sustentado por um trabalho constante de supervisão e autoconhecimento.

Em 1957, Racker se debruçou nesta ideia ao classificar dois tipos de contratransferência: concordante e complementar. A primeira se dá quando o analista sente emoções similares com as do paciente, aumentando a sensação de empatia. Já a complementar ocorre quando o analista se vê, sem perceber, ocupando o lugar de figuras importantes da história do paciente, como pais ou cuidadores. Essa diferenciação auxilia o terapeuta a entender melhor sua própria reação na sessão e a utilizá-la como ferramenta clínica — desde que consiga separar o que vem do paciente daquilo que pertence à sua própria história e estrutura psíquica.

A clínica contemporânea, marcada por configurações psíquicas diversas e sofrimentos que desafiam os moldes clássicos, intensifica a exigência de atenção do analista aos próprios afetos. Situações como violência, abuso, luto, automutilação ou abandono, muitas vezes, mobilizam reações emocionais intensas no terapeuta, que se vê afetado de modo direto pela narrativa e presença do paciente. A escuta psicanalítica, longe de ser neutra ou asséptica, é encarnada em um sujeito que também sente, reage e precisa sustentar essas vivências (Fuchs e Zornig, 2013).

O reconhecimento da contratransferência como um fenômeno complexo implica admitir que sentimentos como raiva, impotência, frustração e ódio fazem parte da rotina dentro do consultório clínico. Esses afetos, se não forem observados e trabalhados, podem levar o terapeuta à atuação inconsciente, à rigidez técnica ou ao esgotamento emocional. Por isso, o manejo da contratransferência torna-se uma habilidade clínica central, que exige tanto preparo teórico quanto elaboração subjetiva (Dean e Maneta, 2016).

Nesse contexto, o manejo dos afetos configura-se como uma das funções mais delicadas do trabalho do analista. Manejar não é simplesmente conter ou suprimir reações emocionais, mas sim compreendê-las, simbolizá-las e usá-las clinicamente quando e se possível. O conceito de “*holding*” introduzido por Winnicott exemplifica bem essa função quando aplicado em contexto terapêutico: trata-se da capacidade do psicólogo de sustentar o paciente emocionalmente, oferecendo um ambiente psíquico seguro e confiável, mesmo quando atingido pelas emoções despertadas no encontro clínico.

Bion (1961/1973), por sua vez, contribuiu com o conceito de “função continente”, defendendo que o analista deve operar como recipiente dos elementos emocionais brutos projetados pelo paciente (elementos *beta*), transformando-os em pensamentos coerentes (elementos *alfa*). Esse processo exige do terapeuta uma “capacidade negativa” — conceito emprestado de John Keats e apropriado por Bion (1970/1991), que se refere à habilidade de tolerar a ambiguidade, a ansiedade e o não saber, sem buscar alívio imediato ou se apressar em interpretar o material inconsciente do paciente.

O manejo ético dos afetos, portanto, exige uma postura clínica sensível, mas também um rigor técnico. A neutralidade, nesse modelo contemporâneo, não é mais entendida como distanciamento emocional, mas como capacidade de não atuar impulsivamente diante dos afetos despertados (Roudinesco e Plon, 1998). É uma neutralidade relativa, comprometida com a escuta e com o cuidado, que admite a implicação do analista como parte viva do processo.

Entretanto, reconhecer-se afetado não basta: é preciso elaborar esses afetos para que eles não comprometam a condução do processo terapêutico. Isso implica um trabalho interno constante, que será aprofundado a seguir. Por ora, é importante destacar que a contratransferência e o manejo dos afetos não são apenas desafios técnicos, mas também emocionais, exigindo do analista uma atitude ética, reflexiva e

continuamente implicada (Alexandre, 2020).

Em síntese, o campo da contratransferência revela-se como uma das principais vias de compreensão do sofrimento psíquico do paciente, mas também como uma zona de vulnerabilidade do terapeuta. A escuta clínica exige, além de conhecimento técnico, uma profunda disposição para lidar com os próprios sentimentos. O analista é um sujeito implicado, afetado e convocado a manter-se disponível sem se perder de si, o que implica em uma tarefa que envolve riscos e exigências emocionais significativas.

#### **4.2 A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO COM O ANALISTA**

Ainda que centrada no cuidado do paciente, a prática clínica convoca o analista a um lugar longe de ser apenas um observador neutro e distante, tornando-o uma parte implicada na dinâmica e afetada profundamente pelas emoções, histórias e projeções do outro. Nesse sentido, reconhecer a presença do analista como alguém que também sente e se transforma no processo terapêutico é fundamental para sustentar a escuta analítica e preservar a integridade do trabalho clínico (Gabbard, 2005). O cuidado com o analista não é apenas desejável, é uma necessidade ética e técnica no contexto contemporâneo da psicanálise.

Yalom destaca que a escuta clínica é uma experiência profundamente humana, onde o terapeuta traz sua própria experiência e sensibilidade para a relação, reconhecendo que a escuta não é apenas uma função técnica, mas uma interação emocional rica (Yalom, 2001). Essa interação exige uma atenção constante dos próprios sentimentos, já que a prática do cuidado do outro só pode ser sustentada de modo ético quando acompanhada do cuidado de si. Nesse sentido, cuidar do analista é também preservar a qualidade da escuta.

Ao explorar o papel do ambiente na constituição da subjetividade humana, Winnicott oferece subsídios importantes para pensar o enquadre analítico como espaço que precisa incluir também a sustentação emocional do analista. Para que o terapeuta funcione como objeto transicional ou *holding*, ele precisa ter suas próprias necessidades mínimas de sustentação emocional atendidas. Isso inclui não apenas condições físicas adequadas, mas um espaço simbólico de acolhimento das próprias angústias. Caso contrário, o risco de colapso emocional do analista compromete não apenas sua saúde, mas também o andamento do processo terapêutico (Winnicott,

1983).

Na perspectiva intersubjetiva, Bolognini (2006) descreve o inconsciente do analista como participante ativo da cena analítica. Isso significa que o analista está o tempo todo implicado no campo relacional inconsciente que se forma com o paciente. As reverberações dessa implicação podem gerar angústia, fantasias, tensões corporais e, até mesmo, sofrimento psíquico. Reconhecer e cuidar dessas repercussões torna-se uma forma de garantir que o analista não atue inconscientemente a partir de seus próprios conflitos não elaborados.

A ética do cuidado na clínica exige, portanto, uma atenção ao sofrimento do analista enquanto efeito da escuta. Fuchs e Zornig (2013) apontam que a escuta terapêutica é encarnada, ou seja, passa pelo corpo e pelas afetações do terapeuta. Essa escuta encarnada pode abrir feridas, ativar memórias e tocar zonas de vulnerabilidade que exigem elaboração contínua. Cuidar do analista é, portanto, cuidar da possibilidade de continuidade da escuta e quando esse cuidado é negligenciado, aumenta-se o risco de reações contratransferenciais não manejadas, esgotamento emocional e práticas defensivas no *setting* terapêutico.

Além disso, o cuidado com o analista envolve o reconhecimento de sua condição humana. Ao contrário de idealizações que o colocam como sujeito neutro ou invulnerável, a clínica contemporânea tem buscado desconstruir esse lugar e valorizar o terapeuta como ser afetável. Ferro (2000) argumenta que a clínica é um espaço de criação narrativa, e o analista participa dessa construção a partir de sua própria subjetividade. A saúde emocional do terapeuta, portanto, influencia diretamente a forma como ele escuta, interpreta e responde ao material trazido pelo paciente.

Em estudo realizado durante a pandemia de COVID-19 com profissionais da saúde, Dantas (2021) analisou os impactos na saúde mental desses trabalhadores, destacando os riscos do desgaste emocional, da empatia exacerbada e da sobrecarga afetiva. Tais fatores, igualmente presentes na clínica psicanalítica, são agravados pela solidão estrutural da prática, que frequentemente isola o analista de redes de apoio. Essa realidade reforça a importância de estratégias regulares de autocuidado, como pausas conscientes, análise pessoal, supervisão clínica e, quando necessário, intervenções institucionais de suporte. O cuidado com o analista deve ser concebido em múltiplas dimensões: física, emocional, relacional, institucional e simbólica.

Mais ainda, a ausência de cuidado com o analista pode levar a formas sutis de violência institucional, pois práticas que naturalizam a exaustão do terapeuta em nome da “dedicação ao paciente” são heranças de uma ética sacrificial que já não se sustenta atualmente. O analista não se faz capaz de cuidar do outro à custa do abandono de si. Esse modelo, além de insustentável, produz clínicos adoecidos, ausentes ou indiferentes – exatamente o oposto do que se propõe em uma clínica ética do encontro.

Embora a Psicanálise valorize a autonomia do profissional, é fundamental reconhecer que instituições como escolas de formação e clínicas públicas têm papel importante em garantir condições mínimas para a prática clínica, como supervisão, escuta e organização do trabalho. Quando esse suporte falha, o analista pode repetir, no campo institucional, dinâmicas de negligência semelhantes às vividas pelos próprios pacientes. Kaës (1997) afirma que a instituição funciona como uma terceira pessoa simbólica na relação analítica e, quando enfraquecida, pode expor o terapeuta a identificações projetivas que favorecem atuações e repetições inconscientes.

Por fim, faz-se importante considerar que o cuidado com o analista não está em práticas pontuais, mas constitui um modo-de-estar no mundo e na profissão. Envolve uma atitude contínua de escuta de si, abertura à vulnerabilidade e disposição para sustentar a complexidade da experiência clínica. Esse cuidado não é um complemento à técnica, mas sua condição de possibilidade e, sem ele, a clínica corre o risco de se tornar automatizada, empobrecida ou, nos casos mais graves, traumatizante para ambas as partes da dupla psicólogo-paciente.

Desta forma, a importância do cuidado com o analista se mostra indissociável da própria ética da escuta. O analista como sujeito implicado precisa de cuidado não apenas para si, mas como forma de garantir a qualidade, a potência e a continuidade da clínica. O próximo capítulo aprofundará essa perspectiva ao discutir dois dos principais dispositivos que sustentam esse cuidado: a análise pessoal e a supervisão clínica.

#### **4.3 O PAPEL DA SUPERVISÃO CLÍNICA E DA ANÁLISE PESSOAL**

A partir do encontro com sua própria subjetividade no cenário clínico, a supervisão e a análise pessoal emergem como pilares fundamentais para o analista,

não apenas da formação, mas também dá sustentação contínua em sua atividade profissional. Tais recursos são indispensáveis para que o terapeuta elabore os afetos mobilizados no *setting*, compreenda suas reações emocionais e mantenha a qualidade ético-técnica do atendimento (Gabbard, 2006).

A supervisão clínica constitui-se como um lugar de elaboração conjunta entre o terapeuta e um profissional mais experiente, onde se analisa o processo terapêutico, especialmente os fenômenos transferenciais e contratransferenciais. Segundo Zimerman (2007), a supervisão possibilita ao analista uma reflexão contínua sobre sua escuta, suas reações contratransferenciais e sobre a condução técnica do processo analítico, sendo uma ferramenta ética e formativa essencial na prática clínica. Dessa forma, a supervisão permite ao terapeuta se reposicionar diante dos conteúdos que emergem na clínica, prevenindo atuações e repetições.

Zaslavsky et. al (2003) destaca que a supervisão não se limita ao período de formação, sendo uma prática que pode e deve ser mantida ao longo da vida profissional, principalmente em momentos de impasse ou diante de pacientes que mobilizam intensamente o terapeuta. Ao fornecer uma escuta externa qualificada, o supervisor ajuda o analista a pensar sobre seus afetos, suas identificações inconscientes e os riscos de envolvimento excessivo, favorecendo a sustentação do enquadre interno e do *setting* analítico.

Além de seu papel técnico, a supervisão também exerce função continente e simbólica, permitindo que o terapeuta compartilhe e simbolize experiências que, por vezes, são difíceis de suportar sozinho. Nesse sentido, pontua-se que a supervisão é uma “psicanálise conduzida por um analista em formação e da qual presta contas, periodicamente, a um analista experimentado, que o guia na compreensão e direção do tratamento e o ajuda a tomar consciência de sua contratransferência.” (Laplanche e Pontalis, 1983, p. 497). A supervisão, portanto, não é apenas um recurso formativo, mas uma prática de cuidado com o terapeuta enquanto sujeito implicado, pois permite o reconhecimento dos sentimentos despertados na relação clínica.

É fundamental compreender que a supervisão não substitui a análise pessoal, visto que cada uma dessas instâncias possui uma função distinta e complementar no processo de sustentação do analista. A análise pessoal é o espaço privilegiado de escuta e elaboração da subjetividade do terapeuta, permitindo que ele reconheça suas fantasias inconscientes, conflitos não resolvidos e mecanismos de defesa

ativados pelo encontro clínico (Heimann, 1950/2023; Racker, 1968). Sem esse trabalho de autoconhecimento, o risco de confundir conteúdos próprios com os do paciente se intensifica.

A análise pessoal é considerada, na tradição psicanalítica, o alicerce da formação do profissional. É nesse processo que o futuro terapeuta tem contato com sua própria estrutura psíquica, seus modos de amar, odiar e desejar, elementos que, inevitavelmente, se manifestarão na escuta clínica. Ferenczi (1919), pioneiro ao discutir a importância da análise do analista, já alertava para os perigos de uma escuta contaminada por aspectos inconscientes não elaborados. Dessa forma, a análise não apenas forma o analista, mas o acompanha enquanto sustentação permanente do exercício clínico.

O entrelaçamento entre análise pessoal e supervisão é indispensável. Enquanto a análise permite ao terapeuta tomar consciência de suas questões subjetivas mais profundas, a supervisão contribui para o refinamento técnico da escuta, promovendo um olhar mais apurado sobre os fenômenos relacionais e transferenciais presentes na clínica. Callaghan et. al (2009) salientam que a combinação desses dois recursos constitui uma rede de apoio ao analista, protegendo-o do desgaste emocional e da solidão psíquica que muitas vezes acompanha o exercício da clínica.

É também a partir dessa articulação entre supervisão e análise que se fortalece o compromisso ético do analista com o processo terapêutico. O cuidado de si, enquanto dimensão ética da escuta, exige que o terapeuta esteja constantemente implicado em sua elaboração psíquica, evitando atuar seus conflitos no espaço da análise do outro. Sajjad e Imran (2024) apontam que, ao cuidar de si, o analista cuida da relação analítica e da qualidade da intervenção, respeitando os limites entre o seu mundo interno e o do paciente.

Freud (1912) em seu texto “Recomendações aos médicos que exercem a psicanálise”, já apontava para a importância da postura do analista frente às implicações subjetivas da escuta. Ele orientava que o analista deveria manter uma atitude de “atenção flutuante” e de abstinência em relação a seus próprios desejos, reconhecendo, porém, que isso só seria possível se o profissional estivesse atento aos seus próprios afetos e conflitos inconscientes. Freud enfatiza que o analista deve manter sua escuta livre de preconceitos e expectativas, o que exige um trabalho constante sobre si mesmo e seus afetos.

A ausência de supervisão e de análise pessoal pode comprometer gravemente a prática clínica. Situações de impasse, repetição de padrões relacionais, sentimentos intensos não elaborados e até mesmo burnout são riscos que se intensificam quando o terapeuta não dispõe de espaços confiáveis para elaboração de seus afetos. Laplanche e Pontalis (1983) já afirmavam que o sujeito que se prende ao seu inconsciente tende a “atuar” (do inglês, “*acting out*”), ou seja, a agir de forma não consciente suas emoções, comprometendo a neutralidade analítica e o andamento do tratamento.

Além disso, a supervisão e a análise pessoal contribuem para a humanização do trabalho clínico. Elas lembram que o terapeuta é também um sujeito, com sua história, seus limites e seus afetos. Como afirma Pechansky (2024), o analista precisa ser cuidado para poder cuidar, e isso só é possível quando se reconhece a dimensão intersubjetiva e afetiva do trabalho clínico. Supervisão e análise são, portanto, práticas de sustentação, cuidado e responsabilidade.

Postula-se que a supervisão e a análise pessoal são recursos indispensáveis para o enfrentamento dos desafios emocionais vivenciados na clínica psicanalítica. Diante das intensas demandas afetivas mobilizadas pela escuta do sofrimento do outro, esses espaços de elaboração se mostram fundamentais para que o analista mantenha sua função e ética clínica. São práticas que reconhecem a subjetividade do terapeuta e lhe oferecem condições para sustentar, com responsabilidade e afeto, o exercício da escuta clínica.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As considerações finais deste estudo permitem destacar alguns achados centrais a respeito do sujeito do analista e dos desafios emocionais e afetivos vivenciados na prática clínica psicanalítica. Primeiramente, constatou-se que a contratransferência, antes vista como um obstáculo técnico, consolidou-se como fenômeno inevitável e estruturante da clínica, sendo hoje reconhecida como um recurso valioso quando devidamente elaborado. Nesse sentido, os afetos do analista não representam apenas riscos à neutralidade, mas também potenciais instrumentos de compreensão do mundo interno do paciente.

Outro ponto relevante foi a reafirmação da importância do cuidado com o analista. O estudo pontuou que o trabalho clínico expõe o terapeuta a intensas



mobilizações emocionais, especialmente no cenário contemporâneo, marcado por demandas crescentes em saúde mental. A análise pessoal e a supervisão clínica foram evidenciadas como dispositivos fundamentais para o manejo da contratransferência, para a elaboração subjetiva do terapeuta e para a manutenção da ética e da eficácia do processo analítico.

Do ponto de vista teórico, verificou-se que a literatura recente contribui para a ampliação da compreensão sobre a implicação subjetiva do analista, confirmando que este não pode ser reduzido à posição de observador neutro, mas deve ser reconhecido como sujeito atravessado e afetado pela relação clínica. Essa perspectiva reafirma a necessidade de práticas contínuas de autocuidado, supervisão e reflexão, sem as quais a escuta analítica corre o risco de se tornar empobrecida ou até mesmo danosa.

Por outro lado, a pesquisa apresentou algumas lacunas. A revisão narrativa evidenciou a escassez de estudos empíricos que explorem a experiência emocional dos terapeutas em diferentes contextos institucionais e culturais, o que limita a generalização dos achados. Ademais, identificou-se a necessidade de maior investigação sobre estratégias institucionais de suporte ao analista, uma vez que a literatura privilegia o enfoque individual (supervisão e análise pessoal), mas dedica menor atenção às formas coletivas de sustentação.

Em síntese, o estudo pode contribuir para reafirmar a centralidade da contratransferência como recurso clínico, a urgência do cuidado com o analista e a relevância da supervisão e da análise pessoal como pilares éticos da Psicanálise. Embora não tenha pretendido propor novos conceitos, trouxe reflexões que podem ser úteis para a prática clínica atual, destacando que a saúde emocional do analista é condição indispensável para uma escuta humanizada, eficaz e responsável. Fica como desafio para futuras pesquisas aprofundar a discussão sobre dispositivos de cuidado institucional e sobre a diversidade de experiências dos analistas em diferentes contextos socioculturais.

## REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, M. F. G. A escuta analítica e as suas vicissitudes. *Revista Portuguesa de Psicanálise*, [S. l.], v. 40, n. 1, p. 29–34, 2020. Disponível em: <https://www.rpppsicanalise.org/index.php/rpp/article/view/24>. Acesso em: 23 maio 2025.

BION, W. R. *Atenção e interpretação*. Rio de Janeiro: Imago, 1973.

BION, W. R. O aprender com a experiência. Rio de Janeiro: Imago, 1991.

BOLOGNINI, S. Complexidade da empatia psicanalítica: uma exploração teórico-clínica. Revista de Psicanálise da SPPA, v. 13, n. 2, p. 331-352, 2006. Disponível em: <https://iepp.com.br/wp-content/uploads/2022/07/Bolognini-Complexidade-da-Empatia.pdf>. Acesso em: 29 agosto 2025.

BUSCA por terapia aumenta pós pandemia. Folha de Brumadinho, 04 jun. 2023. Disponível em: <https://www.folhadebrumadinho.com.br/noticias/saude/busca-por-terapia-aumenta-pos-pandemia/>. Acesso em: 10 maio 2025.

CALLAGHAN, P.; PLAYLE, J.; COOPER, L. Personal and professional development. Em: [S. l.]: Oxford University Press, 2009. p. 223-231. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/oso/9780199534449.003.0021>. Acesso em: 24 maio 2025.

DANTAS, E. S. O. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. Interface - Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 25, supl. 1, e200203, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/icse/2021.v25suppl1/e200203/>. Acesso em: 23 maio 2025.

DEAN, J.; MANETA, E. Contratransferência e Psiquiatria Infantil e Adolescente: trazendo a teoria para a prática. JAACAP Connect, v. 3, n. 3, p. 19-21, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.62414/001c.92605>. Acesso em: 22 maio 2025.

FERENCZI, S. Confusão de línguas entre os adultos e a criança: a linguagem da ternura e da paixão. Revista de Psicanálise da SPPA, [S. l.], v. 13, n. 1, p. 13-24, 2020. Disponível em: <https://revista.sppa.org.br/RPdaSPPA/article/view/563>. Acesso em: 27 abr. 2025.

FERRO, A. A psicanálise como literatura e terapia. Rio de Janeiro: Imago, 2000.

FIGUEIREDO, L. C. A psicanálise e a clínica contemporânea. Contemporânea – Psicanálise e Transdisciplinaridade, Porto Alegre, n. 7, jan./mar. 2009. Disponível em: <https://www.revistacontemporanea.org.br/revistacontemporaneaanterior/site/wp-content/artigos/artigo202.pdf>. Acesso em: 22 maio 2025.

FREUD, S. A dinâmica da transferência (1912). In: FREUD, S. Obras completas. Rio de Janeiro: Companhia das Letras, v.10 p. 81-89.

FREUD, S. Observações sobre o amor de transferência (1915). In: FREUD, S. Obras completas. Rio de Janeiro: Companhia das Letras, v.10 p. 130-141.

FREUD, S. Recomendações aos médicos que exercem a psicanálise (1912). In: FREUD, S. Obras completas. Rio de Janeiro: Companhia das Letras, v.10 p. 90-99.

FUCHS, S. S.; ZORNIG, S. A escuta analítica: corpo, afeto e palavra. Psicologia em Revista, v. 19, n. 3, p. 340-352, 2013.

GABBARD, G. O. Psicoterapia psicodinâmica de longo prazo: um guia básico. Porto Alegre: Artmed, 2005.

GABBARD, G. O. Psiquiatria psicodinâmica na prática clínica. Porto Alegre: Artmed, 2006.

GELSO, C. J.; HAYES, J. A. Countertransference and the therapist's inner experience: perils and possibilities. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 2007.

HEIMANN, P. Sobre a contratransferência. Revista de Psicanálise da SPPA, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 171-176, 1995. Disponível em: <https://revista.sppa.org.br/RPdaSPPA/article/view/1157>. Acesso em: 02 abr. 2025.

KAËS, René. O grupo e o sujeito do grupo: elementos para uma teoria psicanalítica do grupo. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1997.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. Vocabulário da psicanálise. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1983.

LASKY, R. Countertransference and the analytic instrument. **Psychoanalytic Psychology**, [s. l.], v. 19, n. 1, p. 65–94, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0736-9735.19.1.65> . Acesso em: 05 de jun de 2025.

MINERBO, M. Transferência e contratransferência. 2. ed. São Paulo: Blucher, 2020.

PANDEMIA levou a aumento na busca por terapia e lotou agendas. Folha de São Paulo, São Paulo, 16 abr. 2022. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/eqilibrioesaude/2022/04/pandemia-levou-a-aumento-na-busca-por-terapia-e-lotou-agendas.shtml>. Acesso em: 21 maio 2025.

PECHANSKY, I. Vicissitudes da supervisão psicanalítica. Revista de Psicanálise da SPPA, [S. l.], v. 3, n. 2, 2024. Disponível em: <https://revista.sppa.org.br/RPdaSPPA/article/view/1329>. Acesso em: 26 maio 2025.

PROPSICO: demanda de especialista em psicologia cresce no país. Sociedade Brasileira de Psicologia, 10 jun. 2022. Disponível em: <https://www.sbponline.org.br/2022/06/propsico-demanda-de-especialista-em-psicologia-cresce-no-pais>. Acesso em: 10 maio 2025.

RACKER, H. A contratransferência: estudos sobre técnica psicanalítica. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática x revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. v–vi, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>. Acesso em: 26 maio 2025.

ROUDINESCO, E.; PLON, M. Dicionário de psicanálise. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

SAJJAD, A.; IMRAN, H. M. Self-Care and Professional Quality of Life Among Practicing Psychologists. The regional tribune., [s. l.], v. 3, n. 1, p. 236–245, 2024. Disponível em: [https://doi.org/10.63062/trt/v24\(cp\).040](https://doi.org/10.63062/trt/v24(cp).040) . Acesso em: 24 maio 2025.

WINNICOTT, D. W. O ambiente e os processos de maturação. Porto Alegre: Artmed, 1983.

YALOM, I. D. The gift of therapy. New York: Harper Perennial, 2001.

YANG, Y.; HAYES, J. A. Causes and consequences of burnout among mental health professionals: A practice-oriented review of recent empirical literature. Psychotherapy (Chic), v. 57, n.3, p. 426-236, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/pst0000317> . Acesso em: 26 abril 2025.

ZASLAVSKY, J.; NUNES, M. L. T.; EIZIRIK, C. L. A supervisão psicanalítica: revisão e uma proposta de sistematização. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul, v. 25, n. 2, p. 297–309, ago. 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/KgbBg73HctTJWtNymS8DLDK/?lang=pt>. Acesso em: 21 maio 2025.

ZIMERMAN, D. E. Fundamentos psicanalíticos: teoria, técnica e clínica. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

