



## A DEPENDÊNCIA EMOCIONAL DE MULHERES E A RELAÇÃO COM A VIVÊNCIA DE RELACIONAMENTOS ABUSIVOS

Yasmin Gomes Plácido<sup>1</sup>;  
Fernanda Braga Oliveira<sup>2</sup>;  
Sara de Jesus Santos<sup>3</sup>;  
Maryvanslêy Nunes de Sá Reis<sup>4</sup>;  
Juliana Costa Machado<sup>5</sup>;  
Aline Vieira Simões<sup>6</sup>.

### Introdução

A sociedade humana precisa socializar e desenvolver relações interpessoais para sobreviver. Desde o nascimento até a morte, os indivíduos se conectam uns aos outros criando muitas vezes laços afetivos e se moldando como parte de um todo (Santos; Camargo, 2024). Entretanto, em alguns casos essa demanda por interações pode ser mais exacerbada, se transformando em uma dependência emocional, sendo caracterizada como uma condição em que um indivíduo apresenta uma necessidade excessiva de aprovações e apoio de outra pessoa (Santos *et al.*, 2020).

As relações passam a ser baseadas em alguns elementos que comprovam essa dependência, entre eles estão a necessidade de auxílio e orientação, submissão interpessoal e a percepção individual de incapacidade. Essa prática é o resultado de processos afetivos insuficientes, principalmente, durante o período infanto-juvenil, desenvolvendo assim um apego patológico nas relações futuras, sejam amizades ou relacionamentos amorosos (Santos *et al.*, 2020).

Nesta fase, quanto melhor for o ambiente em que a criança está inserida melhor será para a modulação e evolução da sua identidade, sendo ela a relação entre o seu caráter e os estímulos externos, ou seja, meio familiar. Em um ambiente saudável há um desenvolvimento sadio das crianças, por outro lado, a vivência de criança num ambiente conturbado só irá

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Jequié. Bolsista de Iniciação Científica da UESB. E-mail: 202020372@uesb.edu.br

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Jequié. E-mail: 202020275@uesb.edu.br

<sup>3</sup>Enfermeira. Mestranda em Ciências da Saúde. Membro do Grupo de Pesquisa Violência, Saúde e Cultura de Paz (GPVIO). E-mail: 2024m0184@uesb.edu.br

<sup>4</sup>Mestranda em Ciências da Saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde (PPGES) da UESB. Membro do Grupo de Pesquisa Violência, Saúde e Cultura de Paz da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Jequié. E-mail: dreamy.mar@gmail.com

<sup>5</sup>Enfermeira. Doutora em Ciências da Saúde. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da UESB. Vice-Líder do Grupo de Pesquisa Violência, Saúde e Cultura de Paz (GPVIO). E-mail: juliana.costa@uesb.edu.br

<sup>6</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da UESB. Membro do Grupo de Pesquisa Violência, Saúde e Cultura de Paz (GPVIO). E-mail: avsimoes@uesb.edu.br

favorecer uma evolução negativa na formação desse novo indivíduo futuramente. Como consequência dessas influências surgem adultos dependentes, inseguros, imaturos e até agressivos, afetando diretamente seus relacionamentos futuros, principalmente os românticos (Nonato; Santo; Silva, 2022).

Dessa forma, a dependência emocional pode influenciar negativamente as relações interpessoais e dentro dos relacionamentos a dependência pode evoluir para insegurança, ciúme exacerbado, possessividade, toxicidade e no pior dos casos como violência. Assim, a relação vai se transformando em uma situação extenuante, frágil e maléfica para ambos os parceiros. Entretanto, as dificuldades de aceitar a realidade são mais complexas para essas pessoas em relação à normalidade (Nonato; Santo; Silva, 2022).

Esses relacionamentos abusivos são descritos como uma relação em que há atos de violência física, verbal, psicológica e patrimonial entre os parceiros. Essa prática infelizmente ainda é muito presente principalmente em sociedades patriarcais, em que a figura masculina deve sempre permanecer superior à figura feminina (Gomes; Assunção, 2021), criando assim, um efeito cascata entre os indivíduos, no qual os relacionamentos abusivos persistentes contribuem no surgimento de novos lares conturbados, afetando posteriormente o desenvolvimento das crianças, gerando mais vítimas da dependência emocional (Souza; Costa, 2020).

Dentro desse ciclo tóxico os parceiros ficam presos idealizando a recuperação da relação amorosa, desejando que o abusador melhore, por conta da dependência financeira e emocional, além do medo e insegurança causados pela separação (Souza; Costa, 2020). Logo, este estudo teve como questão norteadora: “Qual a relação da dependência emocional de mulheres e a vivência de relacionamentos abusivos?”.

## **Objetivo**

Identificar a relação da dependência emocional de mulheres e a vivência de relacionamentos abusivos.

## **Métodos**

Trata-se de uma revisão de literatura, com busca realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e no Portal de Periódicos *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) utilizando como Descritores em Ciências da Saúde (DECs): dependência psicológica, violência doméstica, e abuso; interconectados pelo operador booleano *AND*. A coleta foi realizada durante o mês de outubro de 2024.

Como critérios de inclusão foram utilizados artigos em português e espanhol; publicados entre 2019 e 2023; que respondiam à questão de pesquisa. Os critérios de exclusão utilizados foram: artigos duplicados, teses e estudos que não atendessem ao objetivo desta revisão.

Após a busca, foram encontrados 80 estudos, e após a leitura dos títulos, resumos e trechos dos artigos, foram selecionados três artigos para análise, em que ocorreu uma leitura detalhada sobre o conteúdo de cada documento, e a partir disso foi possível compreender e responder a pergunta norteadora.

## **Resultados e Discussão**

A dependência emocional dentro de um relacionamento amoroso, pode ampliar e exacerbam comportamentos naturais e sutis como o cuidado, ciúmes e busca por atenção, tornando-os sufocantes, intimidadores e dominadores para os parceiros. Dessa forma, o dependente sofre com os abusos psicológicos, físicos e sexuais durante o período da união,

contudo, a vítima persiste em ser submissa, obsessiva e com medo de ser abandonada pelo parceiro (Vale, 2023).

Como consequência da fragilidade, vulnerabilidade e carência de afeto, o dependente emocional não percebe os perigos nos relacionamentos tóxicos. Somado a isso, os parceiros se aproveitam da condição delicada das vítimas e utilizam da suscetibilidade para aprisionar cada vez mais os submissos, prolongando ao máximo a relação (Vale, 2023).

Outrossim, ainda existem as pressões socioculturais e fundamentos conservadores, em que a sociedade patriarcal e estereotipada espera a formação precoce e a manutenção das famílias, independente da realidade sofrida pelas pessoas, transformando toda busca pela liberdade em um sentimento de culpa, mantendo a vítima acorrentada a uma situação de sofrimento, sem a menor possibilidade de fuga, normalizando as relações abusivas e mascarando-as com fantasias pré-fabricadas e expostas nos círculos sociais ou mídias (Nonato; Santo; Silva, 2022).

Somado a isso, o medo das críticas externas sobre os rompimentos e momentos do estado de solteiro são duramente julgados por familiares e conhecidos. Ademais, a própria idealização de um relacionamento perfeito e amoroso, acrescenta a insatisfação em sua realidade, dando abertura para mais incertezas de suas capacidades e a dificuldade de superar seus defeitos. Como resultado, a insegurança de voltar a solidão ou independência as aterrorizam, pois elas perdem toda a falsa proteção proporcionada pelo parceiro e controle da situação vivenciada, mantendo-as em suas prisões internas e externas (Nonato; Santo; Silva, 2022).

Outro ponto importante a ser citado, são os impactos desenvolvidos ao longo do relacionamento abusivo, por conta da insegurança do dependente há um aumento nas chances de potencializar sequelas psicológicas como depressão, ansiedade, estresse e nos piores casos a autodestruição, em formas de uso excessivo de álcool, drogas e tentativas de suicídio (Silva; Silva, 2018).

## **Conclusão**

A dependência emocional afeta ambos os sexos, contudo há uma prevalência no feminino, resultando em uma maior suscetibilidade em se tornarem vítimas de relacionamentos abusivos, por conta da necessidade de ter alguém orientando suas vontades e delineando suas ações. Lamentavelmente, os parceiros se aproveitam dessa dependência para exercer uma dominância excessiva dentro da relação, impondo suas necessidades acima das da vítima. A evolução do relacionamento abusivo dá abertura a casos de violência doméstica, pois a mulher se submete buscando agradar ao parceiro e garantir a perpetuação da relação, gerando um ciclo vicioso em que a figura feminina sempre sai maltratada e quebrada.

Desse modo, é possível perceber a associação entre ambas as vertentes e salientar que essa situação nunca é positiva tanto para o casal, quanto para a sociedade, visando a quebra dos ciclos, mostrando a importância de uma relação saudável, entre os parceiros e familiares. Essa mudança de ações irá influenciar diretamente questões como a saúde pública geral da população, pois a redução da violência doméstica contribui diretamente na evolução do quadro social, atenuação das agressões, feminicídio e o desenvolvimento de novos indivíduos com dependência emocional.

**Descritores:** Dependência psicológica; Abuso emocional; Violência doméstica.

**Eixo Temático:** Eixo Temático 1

## **Referências**

GOMES, Louíse Ketlyn Gilberti Rocha; ASSUNÇÃO, Maria Madalena Silva de. Relacionamentos amorosos abusivos. **Pretextos** – Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas, Belo Horizonte, v. 6, n. 12, p. 271-294, mar. 2021.

GONÇALVES, Dalila Mateus. Dependência emocional: uma revisão literária. *In*: INICIAÇÃO CIENTÍFICA - GUARANTÃ DO NORTE, v. 2, Guarantã do Norte, **Anais**, Guarantã do Norte: AJES, p.1-10, 2021.

NONATO, Gabrielle Ribeiro Bottene; SANTO, Rafaela do Espírito; SILVA, Andressa Melina Becker da. Dependência emocional em relacionamentos amorosos: uma proposta de intervenção com mulheres. **Semina: Ciências Sociais e Humanas**, Londrina, v. 43, n.1, p. 55-70, jan./jun. 2022.

SANTOS, Carin Ávila dos; SILVA, Estele Pereira da; SILVA, Romano Almeida da; SOUZA, Nívia Augusta Costa; COSTA, Karine Ferreira. **Fatores que levam as mulheres a permanecerem em relacionamentos abusivos: entendendo subjetividades**. 2020 [s.l]

SANTOS, Thayne de Oliveira; CAMARGO, Murilo Reis. Dependência emocional em relacionamentos conjugais: possíveis fatores e consequências. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 35, e220002, p. 1-7, jan./dez. 2024.

SILVA, Daniele da; SILVA, Renata Limongi França Coelho. Violência contra as mulheres nos relacionamentos conjugais e a dependência emocional: fator que influencia a permanência na relação. **Humanidades e Tecnologia (FINOM)**, Paracatu, v. 20, n. 1, p. 328-340, jan./mar. 2020.

VALE, Paula da Conceição Quina do. **A dependência emocional nas relações de namoro: uma perspectiva dos jovens**. 2023. 69 f. Dissertação (Mestrado) - Mestrado em Educação Social - Educação e Intervenção ao Longo da Vida, Escola Superior de Educação de Bragança, Bragança, Pará, 2023.