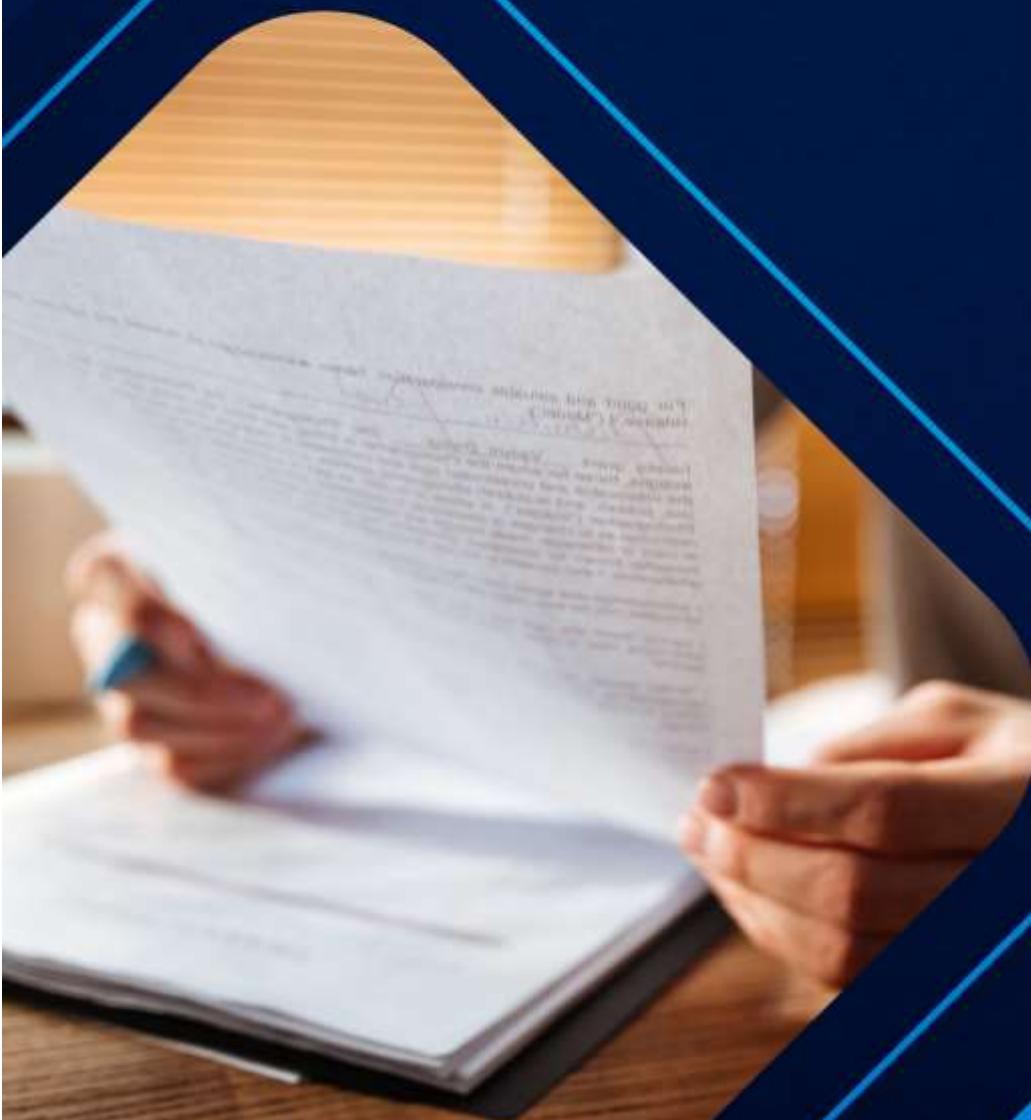


# TÓPICOS EM PSICOLOGIA: DA PESQUISA À PRÁTICA CLÍNICA

VOLUME 1

Organizadores:

Francisco Luan de Souza Carvalho  
Dhâmaris Fonseca do Amarante



# **Tópicos em Psicologia:** Da pesquisa à prática clínica

## **Organizadores**

Francisco Luan de Souza Carvalho  
Dhâmaris Fonseca do Amarante



Fortaleza  
2025

**REITOR**

Prof. Ms. Cláudio Ferreira Bastos

**PRÓ-REITOR ADMINISTRATIVO  
FINANCEIRO**

Prof. Dr. Rafael Rabelo Bastos

**PRÓ-REITOR DE RELAÇÕES  
INSTITUCIONAIS**

Prof. Dr. Cláudio Rabelo Bastos

**PRÓ-REITORA ACADÊMICA**

Prof.<sup>a</sup> Ms. Mirele Cavalcante da Silva

**PRÓ-REITORA DE EDUCAÇÃO A  
DISTÂNCIA**

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Luciana Rodrigues Ramos

**PRÓ-REITORA DE PLANEJAMENTO  
DE ENSINO**

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Andrea Cristina da Silva  
Benevides

**PRÓ-REITOR DE INFRAESTRUTURA**

Prof. Ms. José Pereira de Oliveira

**COORDENAÇÃO**

Prof. Dr. Samuel Ramalho Torres Maia  
Prof.<sup>a</sup> Ms. Mirele Cavalcante da Silva

**CAPA E PROJETO GRÁFICO**

Francisco Cleuson do Nascimento  
Luan Araujo Rocha da Silva

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA  
PUBLICAÇÃO (CIP)  
Centro Universitário Ateneu, CE, Brasil.

C331t Carvalho, Francisco Luan de Souza

Tópicos em psicologia: da pesquisa à prática clínica /  
Francisco Luan de Souza Carvalho, Dhâmaris Fonseca  
do Amarante. –1 ed. – Fortaleza (CE): Editora UniAteneu,  
2025.  
184p.

Sistema requerido: Adobe Acrobat Reader.

Modo de acesso: <<https://editora.uniateneu.edu.br/>>

Inclui bibliografia.

ISBN 978-85-5468-420-4

DOI: <https://doi.org/10.71136/978-85-5468-420-4>

1. Psicologia. I. Carvalho, Francisco Luan de Souza.  
II. Amarante, Dhâmaris Fonseca do. III. Título.

CDU 150

© 2024 - Editora UniAteneu – Os autores enviaram o conteúdo para publicação de acesso aberto, sob os termos e condições da Licença de Atribuição Creative Commons 4.0 Internacional (CC BY 4.0). Esta licença permite que outros autores distribuam, adaptem e criem a partir do seu trabalho, desde que lhe atribuem o devido crédito pela criação original. Os textos assinados, tanto no que diz respeito à linguagem como ao conteúdo, são de inteira responsabilidade dos autores e não expressam, necessariamente, a opinião do Centro Universitário Ateneu.

Centro Universitário UniAteneu

BR-116, 9955 - Messejana, Fortaleza - CE, 60842-395

Fone: 0800 006 1717 – Homepage: [editora.uniateneu.edu.br/](http://editora.uniateneu.edu.br/)

*Este livro se trata de uma edição especial, construída por professores, supervisores, alunos e parceiros do curso de Psicologia do Centro Universitário Ateneu. Aqui você encontrará nossas pesquisas e práticas clínicas em Psicologia, a fim de ampliar seus conhecimentos e desenvolvimento profissional.*

*Dedicamos este trabalho a todos os alunos e professores do curso de Psicologia UNIATENEU, pela ciência e profissão que nos atravessa e pelos afetos que construímos em cada um dos capítulos construídos no cotidiano.*

## **DA PESQUISA...**

A seguir serão apresentados capítulos referentes a pesquisas diversas no campo da psicologia clínica e social, embasando os casos clínicos discutidos posteriormente.

## Sumário

CAPÍTULO 1.....	12
EXPOSIÇÃO À INTERNET, MÍDIAS SOCIAIS E A SAÚDE PSICOLÓGICA DOS ADOLESCENTES.....	12
Introdução.....	12
Revolução digital e ansiedade .....	13
Eventuais repercussões das redes sociais sobre a vida dos adolescentes .....	16
Dependência tecnológica e a saúde mental desses adolescentes.....	17
Método .....	18
Resultados e discussão.....	19
Consequências do uso compulsivo das redes sociais pelos adolescentes.....	20
Ambientes virtuais e a qualidade de vida .....	22
Implicações do uso acentuado das redes sociais.....	23
Conclusão.....	24
Referências .....	26
CAPÍTULO 02 .....	31
“O AMOR NÃO NOS LIVRA DA NOSSA PRÓPRIA FALTA”: O MITO DO AMOR ROMÂNTICO NA CONSTRUÇÃO DA SUBJETIVIDADE E SUAS REVERBERAÇÕES NOS RELACIONAMENTOS NÃO MONOGÂMICOS .....	31
Introdução.....	31
Material e métodos.....	32
Resultados e Discussão.....	33
Modernidade - considerações conceituais .....	34
Amor romântico - inflexões teórico-críticas .....	37
Amor-paixão - aproximações teóricas.....	39
A falta de sentir falta - reflexões analítico-conceituais .....	40
Revolução Sexual - marco histórico.....	41
Não Monogamia - conceito útil para análise.....	41
Revisão narrativa da literatura sob a ótica do amor romântico e da não monogamia .....	44
Base de dados Google Acadêmico .....	44
Base de dados SciELO .....	45
Conclusão.....	52
Referências .....	54
CAPÍTULO 3 .....	57

AS DELIMITAÇÕES DA ESCOLA NA APRENDIZAGEM: ENTENDENDO A NECESSIDADE DO ACOMPANHAMENTO PSICOPEDAGÓGICO.....	57
Introdução.....	57
Material e métodos.....	59
O papel da escola na educação.....	60
O que é psicopedagogia .....	60
A importância do psicopedagogo institucional na escola. ....	61
Conclusão.....	63
Referências .....	64
CAPÍTULO 4.....	65
UMA COMPREENSÃO HISTÓRICA E CONTEMPORÂNEA SOBRE O CONCEITO DE MASCULINIDADE.....	65
Resumo.....	65
Método .....	65
Resultados e discussão.....	67
Uma breve contextualização histórica do conceito das masculinidades.....	67
Ainda, o mundo dos homens.....	70
O masculino sob ameaça: A crise da masculinidade .....	71
Considerações finais.....	74
REFERÊNCIAS .....	76
CAPÍTULO 5.....	79
LÁGRIMAS INVISÍVEIS: A EXPERIÊNCIA DO LUTO E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO EM MÃES APÓS A PERDA NEONATAL.....	79
Introdução.....	79
Processos de entendimento sobre o período da gravidez e a idealização do bebê .....	80
Processo de perda do bebê: abortamento espontâneo, óbito ou perda fetal.....	81
Processos de Enlutamento Materno .....	82
Estratégias de Enfrentamento ao luto materno .....	84
Conclusão.....	85
Referências .....	86
CAPÍTULO 6.....	89
IMPACTOS DO USO DE TECNOLOGIAS DIGITAIS SOBRE O DESENVOLVIMENTO INFANTIL.....	89
Introdução.....	89
Método .....	90

Implicações das tecnologias digitais sobre a subjetividade contemporânea.....	93
Repercussões do uso de tecnologias digitais sobre o desenvolvimento físico, psíquico e social na infância .....	95
Contexto.....	95
Resultados e discussão.....	97
Conclusão.....	102
REFERÊNCIAS .....	104
<b>CAPÍTULO 7.....</b>	<b>105</b>
<b>AS IMPLICAÇÕES EM CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS COM USO EXCESSIVO DE TELAS.....</b>	<b>106</b>
Introdução.....	106
Fundamentação teórica: Telas.....	106
Infância.....	107
Método .....	108
Resultados e Discussão.....	108
Dados estatísticos sobre a exposição aos eletrônicos.....	111
O uso excessivo da tecnologia e a substituição das vivências.....	111
Uso de telas e interferências no desenvolvimento infantil.....	112
Importância das intervenções no uso danoso de telas .....	114
Considerações finais.....	116
REFERÊNCIAS .....	117
<b>CAPÍTULO 8.....</b>	<b>121</b>
<b>DA TEORIA À PRÁTICA: VIVÊNCIAS E REFLEXÕES SOBRE O ESTÁGIO PROFISSIONAL NA PERSPECTIVA DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA.....</b>	<b>121</b>
Introdução.....	121
Caso Clínico: A Abordagem Centrada na Pessoa como facilitadora do processo terapêutico para uma cliente com queixas de ansiedade e insatisfações familiares e profissionais .....	122
Resumo do Caso e Contexto Inicial .....	122
Escuta Empática e Espaço Não-Julgador .....	122
Validação das Experiências Emocionais e Consideração Positiva Incondicional .....	123
Redução dos Conflitos Familiares.....	123
REFERÊNCIAS .....	125
<b>CAPÍTULO 9.....</b>	<b>126</b>
<b>MUDANÇA EM TERAPIA E DESENVOLVIMENTO DAS POTENCIALIDADES: RELATOS DE ESTÁGIO EM PSICOLOGIA CLÍNICA HUMANISTA.....</b>	<b>126</b>
Introdução.....	126

Estudo de Caso: Abordagem Centrada na Pessoa no Tratamento da Tricotilomania e Conflitos Familiares de uma Adolescente em Processo de Luto .....	128
Contextualização do caso Milena.....	128
Evolução no Processo Terapêutico: Fortalecimento da Autoexpressão e Redução dos Sintomas .....	129
Trabalhando o Luto e o Desenvolvimento da Autonomia .....	129
Conclusão.....	132
REFERÊNCIAS .....	133
CAPÍTULO 10.....	134
REESCREVENDO A HISTÓRIA: UM NOVO CAPÍTULO DE AMOR-PRÓPRIO NA ADOLESCÊNCIA POR MEIO DA ÓTICA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL...134	
Introdução.....	134
Princípios da Terapia Cognitivo-comportamental e os objetivos centrais da abordagem ....	134
Fazendo um paralelo entre a teoria e prática no caso de Alex: Principais Objetivos Terapêuticos.....	135
Resumo do caso Alex.....	135
Desenvolvimento do caso e intervenções terapêuticas .....	136
Objetivos terapêuticos: .....	136
Planejamento de Caso – Estratégias e Intervenções Utilizadas: .....	137
Conceitualização cognitiva: a compreensão do caso em termos cognitivos e comportamentais .....	137
Pensamentos Automáticos (PA): .....	137
Significados dos Pensamentos Automáticos:.....	138
Quais as Emoções, Sentimentos e comportamentos que causavam insatisfação e prejuízos emocionais na vida do cliente: .....	138
Crenças Intermediárias .....	138
Crenças Centrais ou Nucleares.....	138
E como a TCC pode ser compreendida para o auxílio do caso? .....	139
REFERÊNCIAS .....	141
CAPÍTULO 11.....	142
CASO GERSON: POSSIBILIDADES DE ALÍVIO DOS SINTOMAS DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADO PELA ÓTICA DA TERAPIA COGNITIVA-COMPORTAMENTAL.....	142
Introdução.....	142
Questões necessárias sobre o transtorno de ansiedade generalizado (TAG).....	143
Identificação do caso .....	144

Caso clínico:.....	144
Como tudo começou:.....	144
Buscando a psicoterapia: .....	145
Evolução do caso: .....	146
Pensamentos automáticos .....	146
Habilidades Sociais e Assertividade .....	147
Conclusão.....	148
Referências .....	149
<b>CAPÍTULO 12.....</b>	<b>150</b>
<b>CASO SUZANA: UMA COMPREENSÃO SOBRE A AUTOIMAGEM FEMININA, ENVELHECIMENTO E TERAPIA COGNITIVA-COMPORTAMENTAL.....</b>	<b>150</b>
Introdução.....	150
Caso Clínico .....	151
Identificação: .....	151
Chegando à terapia: Descrição da demanda.....	151
Temas Centrais do Caso em Conjunto à TCC .....	153
Comparações e pensamentos do tipo tudo ou nada.....	153
Conclusão.....	155
Referências .....	156
<b>CAPÍTULO 13.....</b>	<b>157</b>
<b>ENTRE O CUIDADO E A LIDERANÇA RELIGIOSA INCLUSIVA: A JORNADA DE ANA LUÍSA NA SUPERAÇÃO DE DESAFIOS PESSOAIS E PROFISSIONAIS PELA TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL.....</b>	<b>157</b>
Introdução.....	157
A jornada de Ana Luísa .....	158
Descrição das queixas e demandas observadas.....	158
Objetivos terapêuticos .....	159
Planejamento de caso: estratégias utilizadas.....	159
Psicoeducação sobre Terapia Cognitivo-Comportamental .....	159
Conceitualização do Caso .....	161
Conclusão.....	163
Referências .....	164
<b>CAPÍTULO 14.....</b>	<b>165</b>
<b>CASO GAEL: A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR E DO VÍNCULO TERAPÊUTICO DENTRO DA PSICOTERAPIA.....</b>	<b>165</b>
Introdução.....	165

Considerações importantes sobre prática clínica no acolhimento de crianças com TEA ....	166
Descrição do caso G.A.E.L:.....	166
Referências .....	171
CAPÍTULO 15.....	172
REPETIÇÕES TRAUMÁTICAS E O PROCESSO DE REPARAÇÃO: O ENFRENTAMENTO DA ORALIDADE, DA FIXAÇÃO E DA RELAÇÃO COM O MATERNO.....	172
Introdução.....	172
Referências .....	178
CAPÍTULO 16.....	179
CONTROLANDO O INCONTROLÁVEL: O REFLEXO DA VIOLÊNCIA MATERNA NA BUSCA POR ORDEM EXTERNA.....	179
Introdução.....	179
Contextualização do Caso .....	180
Evolução do Processo Terapêutico .....	181
Conclusão.....	182
Referências .....	183
SOBRE OS ORGANIZADORES.....	184
<i>Francisco Luan de Souza Carvalho</i> .....	184
<i>Dhâmaris Fonseca do Amarante</i> .....	184

## CAPÍTULO 1

# EXPOSIÇÃO À INTERNET, MÍDIAS SOCIAIS E A SAÚDE PSICOLÓGICA DOS ADOLESCENTES

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch1

*Edson Azin Rocha  
Fernanda Costa Pereira  
Marcia Alves da Costa  
Rafaelle Lima Coelho de Sousa  
Wellington Costa de Oliveira  
Francisco Luan de Souza Carvalho*

*“Na era da informação, a invisibilidade é equivalente à morte.”*

*- Zygmunt Bauman*

### Introdução

A tecnologia segue evoluindo, assim como evolui a humanidade, promovendo cada vez mais, incessantes transformações na vida, tanto da atual como das futuras gerações, tornando crescentemente acessível a comunicação entre as pessoas. Como fruto desse nível de acessibilidade, observamos a crescente exposição dos adolescentes às mídias sociais, o que nos leva a questionar os efeitos desse fenômeno sobre sua saúde psicológica. Com o objetivo de expor os estudos sobre esta questão, desenvolvemos o presente trabalho, que analisa se o uso excessivo da *Internet* por adolescentes, *bem* como de inúmeros outros recursos tecnológicos, está relacionado ao aumento de problemas de ordem psicológica.

As alterações fisiológicas são circunstâncias comuns na vida dos adolescentes, manifestadas através de mudanças do ponto de vista biopsicossocial. Todo esse processo é reflexo de um período determinado, no qual se manifestam mudanças intensas, capazes de promover um contexto de estresse na vida daqueles indivíduos, a ponto de produzir interferências na formação de suas personalidades e potencialmente capazes de desencadear hostilidade e comportamentos autodestrutivos (Freitas et al., 2021).

Assim, com base em todos esses aspectos e no intuito de que se promova uma saudável evolução intelectual, emocional, psicológica e sexual, é importante que os jovens estejam inseridos em ambientes capazes de lhes proporcionar segurança, suporte emocional e proteção, possibilitando seu acesso ao autoconhecimento, fundamental para a estruturação de autonomia que os permitirá seguir no mundo, caminhando com autonomia e trilhando bons caminhos na direção da socialização, seja através das relações de pares, por meio de caminhos virtuais, como as redes sociais (Pompei et al., 2022).

Reconhecidamente identificado como poderoso instrumento de conexão e relacionamento entre os jovens e o mundo que os cerca, as redes sociais são vistas como parte fundamental da identidade desse público, altamente proficientes no uso da *Internet* e dos intermináveis recursos tecnológicos por ela oferecidos (Souza e Cunha, 2019). Portanto é possível observar, diariamente, o

crescimento exponencial do acesso às redes sociais enquanto forma, específica e peculiar, eleita pelos adolescentes para materialização de suas interações, abrindo espaço para o desenvolvimento de distúrbios comportamentais, compulsões e dependências (Fialho e Sousa, 2019).

Partindo da perspectiva de um estudo teórico, é possível observar que o pressuposto de que o uso excessivo da *Internet* e tecnologias afins, por parte dos adolescentes, é potencialmente capaz de expô-los a sérias ameaças à sua saúde mental, sobretudo em razão de que tais recursos de mídia são utilizados por esse público, em especial, como forma de distanciamento e evitação das demandas de relacionamento com a família, frustrações, lutos e tristezas de todas as naturezas. Em oposição a todos esses aspectos negativos, as redes sociais surgem como um ópio de distrações através do humor e contentamento, ao alcance de um clique, através do qual é possível se conectar e viver recortes de realidades paralelas (Silva e Silva, 2018).

Por todo o exposto, o objetivo geral do presente estudo, é buscar compreender como a exposição à internet e às mídias sociais afetam a saúde psicológica dos adolescentes. Na perspectiva de oferecer respostas ao referido objetivo geral, propõem-se os seguintes objetivos específicos: explorar o uso da tecnologia por parte dos adolescentes; esclarecer as repercussões das redes sociais sobre o desenvolvimento dos adolescentes; apresentar as possíveis ameaças em decorrência do uso das redes sociais.

O estudo em questão caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa e método de pesquisa com revisão integrativa envolvendo a análise de dados da literatura, incluindo a visão de autores contemporâneos em um capítulo teórico narrativo, a fim de uma contextualização do tema.

No tocante a relevância do estudo é possível crer na capacidade de disseminação de conhecimento a respeito dos resultados da utilização das redes sociais pelos adolescentes, como também para o debate acerca da forma de encontrar sobre os impactos mencionados anteriormente, intervenções efetivas.

O ato de conexão a uma rede social possibilita a quem busca esse recurso a percepção de tranquilidade, ainda que na eventualidade de que os fatos não suplantem o esperado, seja possível que se manifestem algumas instabilidades emocionais, desalento, inquietações, isolamento, incapacidade e abatimento (Silva Júnior et al., 2022).

Todos esses elementos levam ao fato de que esse estudo se justifica em razão de que a cultura da mídia tem sido responsável por uma grande angústia ou ansiedade nos usuários adolescentes, uma vez que os mesmos não gozam de uma identidade social totalmente consolidada, dado que é no final dessa fase que esse processo é concluído. As mídias sociais, via de regra, não são suficientemente dotadas de filtros capazes de impedir o desnorreamento dos adolescentes causando, nos mesmos, transtornos em condições de atingir as perturbações de caráter psicológico como depressão, ansiedade, problemas de autoimagem e de outras mais (Dias *et al.*, 2024).

## **Revolução digital e ansiedade**

Na modernidade, o processo de subjetivação de crianças e adolescentes perpassa, em grande medida, pela influência da Internet, bem como dos diversos recursos tecnológicos a que ambos têm acesso. Esse fato também é consequência da chamada revolução digital, responsável pela propagação das inúmeras tecnologias de informação que, cada vez mais, vêm mudando o comportamento da sociedade de hoje assim como, numa relação de causa e efeito, estruturam novas formas de estabelecer relações interpessoais e até mesmo, como se processa a construção de suas personalidades, no decorrer de suas vidas (Jerusalinsky, 2017).

Nisso a subjetivação desses sujeitos vem se organizando nas relações com o outro e com a cultura em que estão inseridos por meio dos avanços das tecnologias, essas condições vêm permitindo novos sentidos de si, que são regulados também por essa exposição dos sujeitos em desenvolvimento a esses estímulos e que vem construindo neles suas auto imagens e significações dentro de um ambiente virtual (Rey, 2017).

Já há algum tempo tem sido percebida a relação existente entre o crescimento dos casos de transtornos mentais e o uso excessivo de recursos tecnológicos e redes sociais, denunciados pela identificação dos episódios de ansiedade, depressão e estresse.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a saúde como sendo um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade. Levando em conta essa definição, podemos observar que o crescimento da atuação das mídias sociais é um dos sintomas mais claros da influência da era digital nos processos cognitivos de adolescentes, muito em razão de sua capacidade de conectar indivíduos do mundo inteiro mesmo que, por outro lado, também seja capaz de gerar nas pessoas a sensação de isolamento, somando-se a isso, conceitos de imagem disseminados nas mídias sociais que contribuem para o aparecimento de ansiedade, estresse e problemas de autoestima dos jovens (OMS/WHO, 1946; Odgers e Jensen, 2020).

Além disso, uma pessoa submetida a repetitiva exibição a um conteúdo publicitário que valorize uma ideia impossível de excelência, tem o poder de gerar um forte sentimento de incapacidade, desarmonia ou baixa autoestima, capaz de fazer crescer a percepção de ansiedade (Ghaemi, 2020).

Segundo Balbino et al., (2022) a forma de agir do homem sofre uma grande influência do estado de ansiedade, abrindo espaço para a aceitação de um comportamento socialmente recluso, para o desânimo e, em certos momentos, para problemas como o uso de drogas, de maneira semelhante ao uso exagerado da tecnologia exemplificada pelas redes sociais. Adicionalmente, a ansiedade pode, também, afetar a capacidade de concentração das pessoas, dificultando ou impedindo que elas se foquem na realização das atividades cotidianas.

A partir do contexto da utilização reiterada de instrumentos eletrônicos, surgem preocupações, não reveladas, quanto às possíveis consequências para o bem-estar mental. Inúmeros estudos científicos têm demonstrado uma progressiva conexão entre perturbações de natureza psicológica como depressão e ansiedade e o tempo de exposição a tela de aparelhos como telefones celulares, PCs, entre outros. Essa exposição excessiva, aos tais recursos tecnológicos gera questionamentos sobre qual deve ser o nível adequado de contato das pessoas com eles e de que forma é possível reduzir as consequências negativas resultantes do referido contato (Garcia e Santos, 2019).

Redes e mídias sociais são instrumentos dotados de grandes habilidades, são descomplicadas e capazes de favorecer as comunicações entre grupos de familiares, amigos e outras pessoas. Independentemente dessas características, esses recursos também possuem a capacidade de oferecer um perigo real para a saúde mental das pessoas, considerando a possibilidade de que venham a gerar um gradual processo de dependência tecnológica, como resultado de uma compulsiva relação com as redes sociais. Por causa do uso intenso da Internet, todos os dias, pessoas acabam provocando danos à sua própria saúde, tanto física quanto mental e é, justamente, essa utilização exagerada que precisa ser melhor avaliada na presente conjuntura (Monteiro, 2020).

É de conhecimento geral que grande parte das plataformas e aplicativos de mídia social foram, deliberadamente, desenvolvidos para capturar o interesse das pessoas pelo maior tempo de que forem capazes de navegar. Estas ferramentas têm por meta, além de determinados

aspectos pouco evidentes, utilizar elementos como pré julgamentos e as vulnerabilidades psicológicas comuns aos jovens (Clementi et al., 2017).

É indiscutível que a chegada da tecnologia na vida das pessoas gerou inúmeras transformações em suas rotinas diárias, principalmente no que diz respeito ao jeito com que elas se expressam. Apesar disso, passa a ser muito importante discutir a questão dos problemas de saúde mental e a sua relação com a era digital, em termos de Brasil. A expansão da utilização das tecnologias digitais, chamou a atenção para preocupações reais em relação à saúde psicológica da população (Freitas et al., 2023).

A utilização exagerada da Internet cresceu, ainda mais, a partir do surgimento dos telefones inteligentes, classificados como ferramentas altamente versáteis que vão além do senso comum. Mais do que as funções elementares de um telefone móvel, os atuais telefones inteligentes (smartphones) envolvem e encantam por sua capacidade de reprodução de áudio e vídeo, registrando fotos, além de permitir determinadas experiências, através de jogos que, até então, só podiam ser acessados através de desktops e notebooks (Santaella, 2019).

Todas as inovações aplicadas à arquitetura dos telefones móveis, juntamente com as mudanças de costumes da população, reforçam um relato interessante, sustentado pelo desenvolvimento tecnológico das redes móveis, que na atualidade se conectam, definitivamente, ao dia a dia das pessoas (Santaella, 2019).

O já referido crescimento descomunal da utilização diária da Internet, estimulado pelo acesso aos smartphones com seus inumeráveis recursos, provocam contratempos ou obstáculos, relacionados com desentendimentos familiares, ocasionados pela falta de comunicação (Oliveira e Barroco, 2023).

Grande parte das referidas dificuldades correspondem à vontade de autoafirmação e, frequentemente, ao temor de um enjeitamento. Por causa disso, a utilização exagerada, inerente das redes sociais, navegando apenas com a observação do que terceiros postam, quase sempre diz respeito a sensações negativas como a ambição, o ódio e o dissabor com as próprias experiências (Siqueira e Vargas, 2019).

A utilização excessiva das redes sociais e dos jogos de conteúdo agressivo e plataformas de séries e filmes, muitas vezes tem correspondência com os primeiros sintomas da depressão, angústia, isolamento e abstinência de sono. A tecnologia em demasia leva as pessoas a passarem por longos períodos conversando, à distância, prejudicando seu próprio desenvolvimento, pela falta de interações sociais significativas (Barreto, 2023).

No mundo virtual o modo através do qual as mídias sociais interferem na forma de agir dos adolescentes e jovens é outra dificuldade que precisa ser levada em conta. Considerando que esse público se encontra em um período de transição e evolução, quanto menor a condição de análise e julgamento, maiores são as fraquezas e suscetibilidades a manipulações desse público (Nardi e Nunes, 2023).

As denominadas plataformas de Internet abrem caminho para que pessoas do mundo inteiro entrem em contato, umas com as outras, ao mesmo tempo em que, contraditoriamente, mostram-se capazes de despertar tristezas, angústias, aflições, afastamento ou segregação. O contato, sem medidas, com o mundo virtual modifica, dia a dia, a maneira com a qual as pessoas lidam umas com as outras, bem como com sua própria evolução enquanto seres humanos. Tais transformações têm provocado diversos casos de adoecimentos psicológicos, gerando consequências, também, para a sociabilização, interferindo em características como compreensão, paciência e acolhimento (Rosa, 2022).

Apesar de tudo isso, esses recursos tecnológicos também podem oferecer soluções ou colaborar para que se evite a ocorrência de eventuais impactos de na saúde mental, atuando no esclarecimento de transtornos como ansiedade e depressão, a partir da estruturação de comunidades cujo o objetivo é o debate e o suporte por meio da ferramenta telemedicina. Desde que utilizada de forma equilibrada e cuidadosa, toda e qualquer tecnologia é capaz de gerar benefícios, levando-se em conta a condição de que as pessoas utilizem esse recurso da forma mais correta quanto possível. Através da educação é possível assumir uma postura preventiva que permita às pessoas desfrutarem de todas as vantagens oferecidas por todas as novas tecnologias disponíveis.

## **Eventuais repercussões das redes sociais sobre a vida dos adolescentes**

Redes sociais são instrumentos através dos quais adolescentes desenvolvem a capacidade de estabelecer relacionamentos com diferentes agrupamentos sociais à procura de indivíduos com os quais tenham afinidade. Assim, esses adolescentes passam a frequentar o universo digital, a partir de uma visão altamente idealizada, pela possibilidade de lá encontrarem pessoas com os mesmos interesses e formas de enxergar o mundo, vivências e desejos. A Internet muitas vezes oferece um bem-estar e um aconchego dos quais as pessoas quase sempre sentem falta na realidade de suas vidas (Lima e Primo, 2021).

A possibilidade do estabelecimento de contato virtual com pessoas de características diversas e dos mais diferentes e distantes lugares, ao mesmo tempo, são elementos de grande fascínio para os adolescentes. Postagem de fotos e vídeos e o compartilhamento de sons, emoticons e jogos abrem espaço para trocas e entretenimento que fazem às vezes papel do contato físico. Em razão de todos estes aspectos, torna-se rotineiro encontrar indivíduos que constroem universos particulares, nos quais se abrigam e se encontram adictos do mundo virtual, justamente pela incapacidade de experienciar relações concretas, fato que termina por gerar efetivas mutações na vida dessas pessoas, provocando alterações na forma como estabelecem seus relacionamentos sociais (Costa et al., 2020).

A dependência da Internet guarda relação direta com aspectos de natureza social, vistos como possíveis desencadeadores do desenvolvimento de transtornos. Tal fato justifica a necessidade que os seres humanos têm de se comunicar socialmente de alguma forma, uma vez que a comunicação social é um elemento capaz de potencializar o conforto, a comodidade ou o descanso, assim como também pode vir a minimizar a ansiedade, a apreensão ou angústia nas conexões sociais, tendo ainda o poder de restringir os relacionamentos sociais, importantes para as relações manejáveis limitando-as a um padrão aceitável (Costa et al., 2020).

A visão que se tem dos adolescentes é a de que pertencem a determinado grupo social, suscetível aos avanços da tecnologia, justamente pela forma constante com que interagem com esses recursos, através de aplicativos envolvendo jogos, redes sociais, sites de relacionamento e outros. A forma exacerbada com que esses adolescentes lidam com a Internet é o que determina, em grande parte, a sua incapacidade de conexão pessoal com outros indivíduos, reflexo da acomodação, desencadeando uma série de problemas de natureza social que os levam ao isolamento e a vivenciar um quadro de profunda depressão (Silva e Silva, 2018).

No ano de 2012, Dr. Larry Rosen desenvolveu na Califórnia um estudo que teve como propósito a análise da conduta dos adolescentes usuários de tecnologia sociais, de forma desmedida. O estudo revelou que tais indivíduos tinham potencial capacidade de desenvolver personalidades individualistas, orgulhosas, pretensiosas e egocêntricas, além de agirem de forma antissocial, potencialmente agressiva, de adquirir manias e distúrbios do sono, ansiedade,

depressão, e apresentarem dificuldade para utilizar a escrita, apresentando ainda déficit de atenção e de assimilação de conhecimentos entre outros problemas característicos (Rosen, 2012 apud Silva e Silva, 2018).

Segundo Rosa (2022) A entrada dos adolescentes no mundo digital é permeada de um forte idealismo, estimulado pelo encontro com outros indivíduos que experimentam situações similares às suas, e se identificam por causa dos mesmos desejos e objetivos. É nas redes sociais que os adolescentes entendem ser possível estabelecer relações efetivas com diversos agrupamentos sociais, além de procurar por pessoas que acreditam partilhar de seus sentimentos mais profundos, justamente por acreditarem que a Internet é o universo no qual se sentem verdadeiramente acolhidos como não são na vida real.

Buscar a implementação de um processo de privação do uso da Internet e de quaisquer outras tecnologias a ela relacionadas é uma tarefa que não pode ser realizada de forma radical. Diferentemente do que se faria com relação ao álcool e outras substâncias, privando completamente o indivíduo da utilização de quaisquer desses recursos, no caso da Internet e recursos afins, essa atitude significaria impedi-lo de se beneficiar da evolução natural dos novos tempos, ação que não corresponderia ao objetivo de que qualquer tratamento dessa natureza. O que se procura, na realidade, é conseguir que o indivíduo utilize tais recursos apenas de forma moderada (Costa et al., 2020).

O ato de reavaliar a forma de lidar com as novas tecnologias em plena harmonia com a tão necessária manutenção da saúde psíquica das pessoas, é plenamente possível de ser alcançado considerado o fato de que o homem de hoje precisa estar plenamente integrado com as mais variadas dimensões de sua vida, ao mesmo tempo em que sustenta suas relações com o mundo assim como com sua família, amigos e outros atores, a partir da utilização dos referidos recursos tecnológicos, sem que isso represente, de alguma forma, tornar-se escravo daquilo que o próprio homem criou.

## **Dependência tecnológica e a saúde mental desses adolescentes**

Os excessos cometidos em relação ao acesso às redes sociais, normalmente cometidos por adolescentes, acabam por produzir inúmeras repercussões negativas para a qualidade do sono, para a disposição para alimentação, para as atividades físicas, bem como para a saúde psíquica ou mental das pessoas (Santos, 2020).

A ampliação do nível de conforto e bem-estar, aliada a uma interatividade potencialmente disponível para interligar universos separados, diferentemente do que se poderia esperar, faz crescer ainda mais o apartamento social e a concentração de indivíduos afins. Na vigência de uma vida mais acelerada, permeada por um turbilhão de informações, a pauperização dos relacionamentos humanos, aliada à compulsão pelo universo virtual, dá início a novos desafios hoje em dia. A realidade virtual mantém constantemente as pessoas conectadas, afastando-as cada vez mais da vida real, dado o fato de que algumas delas perdem a capacidade de distinguir o real daquilo que é sonho ou fantasia (Marques et al., 2021).

A nova Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11), vigente a partir de 2018, trata a dependência tecnológica como uma doença, apontando a relação compulsiva com os jogos eletrônicos como a maior responsável pela dependência. Também com base no CID-11 foi desenvolvido o Manual de Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais (DSM-5), que aponta a dependência por Internet e jogos cibernéticos como causadores de enfermidades e distúrbios mentais, estabelecendo que:

O uso persistente e recorrente da Internet para envolver-se em jogos, levando a prejuízo significativo ou sofrimento por cinco (ou mais) dos seguintes sintomas em um período de 12 meses: 1. Preocupação com jogos eletrônicos, tornando-se a atividade dominante na vida diária; 2. Sintomas de abstinência quando os jogos são retirados (irritabilidade, ansiedade ou tristeza, mas sem sinais físicos de abstinência farmacológica); 3. Necessidade de despendar cada vez mais tempo jogando; 4. Tentativas frustradas de controlar a participação nos jogos; 5. Perda de interesse em antigos passatempos e entretenimentos; 6. Uso excessivo continuado de jogos pela Internet, apesar do conhecimento dos problemas psicossociais; 7. Enganar a família, terapeutas ou outros quanto ao tempo despendido com os jogos; 8. Uso dos jogos para evitar ou aliviar o humor negativo; 9. Colocar em risco ou perder relacionamentos, emprego ou oportunidade educacional ou de carreira devido à participação em jogos pela Internet (American Psychiatric Association, 2023, p. 735).

Pessoas de diferentes idades, níveis de escolaridade e padrões socioeconômicos estão sujeitas a sofrer os graves efeitos da dependência tecnológica que, mesmo não sendo capaz de gerar prejuízos morfológicos, respondem pelo desencadeamento de desequilíbrios psicológicos. Dessa forma, são grandes as apreensões com a utilização desmedida dos recursos tecnológicos desde a infância, considerando que esse é o momento de desenvolvimento dos seres humanos e que eventuais circunstâncias que os exponham a condições viciantes, certamente será ofensivo e deletério, interferindo na possibilidade de que se desenvolvam de forma plena (Melo et al., 2019).

O “sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho” é o que caracteriza a ansiedade que, de fato, só pode ser diagnosticada como transtorno à medida em que as pessoas por ela acometidas, exageram no uso da tecnologia e esse comportamento passa a prejudicar a qualidade de vida, o bem-estar psíquico ou a realização das atividades diárias dos adolescentes. Durante o tempo em que estão conectados os adolescentes se isolam, ficando desligados de tudo ao seu redor, eximindo-se do contato com outras pessoas, o que pode favorecer o ganho de peso, gerando prejuízos para o sono e prejudicando seu desenvolvimento (Neumann; Missel, 2019).

É possível concluir que os adolescentes têm por hábito naturalizar todas as coisas, de forma quase que instantânea, tornando mais fácil o desenvolvimento de vícios, em razão de sua grande dificuldade em distinguir limites para aquilo que pode levar ao adoecimento, em termos de saúde mental. É fundamental averiguar a sintomatologia, uma vez que é preciso identificar mais do que somente um sintoma, pois as manifestações podem significar, na realidade, um grande número de psicopatologias diferentes.

## Método

A estruturação da presente pesquisa foi processada a partir da realização de uma revisão de literatura integrativo-qualitativa, com o propósito de permitir a melhor assimilação dos efeitos ou repercussões provocadas pelas redes sociais, como é o caso do aumento da ansiedade na denominada Era Digital, no Brasil.

Lakatos e Marconi (2019, p. 86) interpretam Pesquisa Bibliográfica como sendo “o levantamento, seleção e documentação de toda bibliografia já publicada sobre o assunto, com o objetivo de colocar o pesquisador em contato direto com todo o material já escrito sobre o mesmo.”

Define-se como Revisão Integrativa o exame abrangente da literatura, colaborando para o

debate a respeito de metodologias e resultados de pesquisas, bem como ponderações ou análises a respeito da implementação de novos estudos, no futuro (Batista; Kumada, 2021). Pesquisas Qualitativas abrangem uma perspectiva interpretativa do mundo, denotando que os pesquisadores estudam determinados aspectos em seu habitat natural, na busca da compreensão de eventos, no que diz respeito ao significado que cada pessoa confere a cada um deles (Gil, 2022)

A primeira fase da metodologia compreendeu a triagem cautelosa de conteúdo para exame. Foram realizadas pesquisas em bases de dados como Scielo, Pepsic e PubMed, além de estudos acadêmicos e acervos virtuais, à procura de textos pertinentes e significativos envolvendo a conexão entre a utilização de redes sociais e o crescimento dos casos de ansiedade, especialmente aos ocorridos no Brasil. Os alvos em questão foram artigos científicos, publicações de instituições públicas, dissertações de mestrado, teses de doutorado, além de apresentações de entidades detentoras de reconhecimento que tratam da saúde mental e das consequências da utilização exacerbada da tecnologia digital.

O parâmetro ou critério de inclusão foi baseado em artigos publicados envolvendo a perspectiva baseada em análises empíricas, análises qualitativas ou quantitativas, com primazia para estudos mais atuais, capazes de espelhar ou reproduzir as condutas mais recentes.

Os parâmetros de exclusão aplicados foram: a) artigos não relacionados ou que destoam do tema proposto; b) artigos duplicados; c) artigos que evidenciam outras fases da vida (infância, vida adulta ou idosos); d) artigos em que o texto, na íntegra, não se encontrava disponível gratuitamente. No tocante aos aspectos éticos, dispensou-se a recorrência ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Universidade, dado o fato de que os estudos não envolviam, diretamente, nenhuma pessoa ou animal, tal como preconiza a Resolução do Conselho Nacional de Saúde n.º 466/12.

Através da presente metodologia, acredita-se que a revisão literária será útil como instrumento valioso, capaz de permitir uma visão consistente e moderna a respeito das consequências da utilização das redes sociais para a saúde mental de adolescentes, sobretudo em termos de Brasil.

Com base em critérios de inclusão e exclusão, o quadro a seguir apresenta as informações mais importantes a respeito da influência do uso exagerado das redes sociais na saúde mental de crianças e adolescentes a partir de 13 estudos analisados. O quadro 1 contém dados a respeito do autor do artigo, o ano e os principais achados. A partir disso, a análise dos resultados tornou-se mais efetiva e as diferentes repercussões desse padrão comportamental ficaram mais evidentes.

## Resultados e discussão

Quadro 1. Quadro sinóptico com a distribuição e organização dos artigos selecionados considerando autor(es), ano e principais achados.

AUTOR(ES) / ANO:	PRINCIPAIS ACHADOS:
Balbino et al. (2022)	O uso de redes sociais impacta a ansiedade e a saúde mental de jovens e adolescentes e traz consequências psicológicas.
Dias et al. (2019)	O adolescente usa a Internet como um caminho alternativo para escapar da realidade, aqueles que possuem um grupo pessoal na rede estão menos sujeitos aos malefícios dela.
Sanches; Forte (2019)	A <i>Internet</i> não é totalmente nociva, porém ela configura um ambiente propício para o surgimento de problemas psicológicos.
Abi-Jaoude; Naylor; Pignatiello	O uso maléfico de <i>smartphones</i> está relacionado com aumento do

(2020)	sofrimento mental, comportamento auto lesivo, suicídio -as meninas são mais suscetíveis.
Coyne <i>et al.</i> (2020)	Esse estudo longitudinal não encontrou associação entre o tempo de uso do celular com o aumento da ansiedade.
Freitas <i>et al.</i> (2021)	O uso das redes sociais está aumentando e provoca a gênese de novas formas de adoecimento, principalmente o mental.
Gao <i>et al.</i> (2020)	Alta prevalência de problemas de saúde mental devido ao mal-uso da tecnologia durante a pandemia.
Ghaeml (2020)	O crescimento de níveis de ansiedade e depressão nos adolescentes acompanhou o surgimento da tecnologia e o fenômeno atual do uso prolongado desta.
Lima; Silva; Martins (2021)	Uso excessivo de internet implica no agravamento do transtorno de ansiedade social.
Nunes <i>et al.</i> (2021)	Na amostra coletada foi indicado prevalência do uso maléfico do <i>smartphone</i> , o que contribui para queixas de saúde física e mental.
Paixão, Patias e Dell'Aglio (2019)	Relação entre autoestima e sintomas de transtornos mentais na adolescência, destacando variáveis associadas a esses aspectos.
Rego; Maia (2021)	A ansiedade em adolescentes aumentou durante a pandemia de COVID-19.
Rosa (2022)	As redes sociais afetam a saúde mental dos adolescentes e essa interação possui aspectos positivos e negativos.
Sales; Costa; Gai (2021)	O uso problemático dos recursos tecnológicos pode contribuir para o surgimento de transtornos psicológicos.
Silva Júnior <i>et al.</i> (2022)	Ainda há necessidade de muitos estudos sobre esse assunto, mas a maioria indica que a tecnologia causa prejuízos à saúde mental dos jovens.
Vieira <i>et al.</i> (2022)	A maioria dos estudantes faz uso excessivo de redes sociais, isso afeta diretamente a saúde mental deles.
Yang <i>et al.</i> (2022)	O vício em <i>smartphones</i> e a depressão podem ser variáveis mediadoras sequenciais na associação entre a insatisfação corporal e transtornos alimentares.

A partir da leitura e releitura dos artigos encontrados na pesquisa, os temas relevantes foram categorizados e serão discutidos em tópicos intitulados como: Consequências do uso compulsivo das redes sociais pelos adolescentes; Ambientes virtuais e a qualidade de vida; Implicações do uso acentuado das redes sociais.

## Consequências do uso compulsivo das redes sociais pelos adolescentes

Ao longo da vida o ser humano em seu processo evolutivo de amadurecimento e desenvolvimento atravessa inúmeras transformações que fazem parte da formação de sua

personalidade e de sua subjetivação. De acordo com Dias et al. (2019), a adolescência, se apresenta como uma transição essencial entre a infância e a idade adulta e se caracteriza por profundas modificações físicas, emocionais e sociais e em meio a essa transição, as redes sociais exercem um papel significativo na formação da identidade dos adolescentes, somando-se às ferramentas disponíveis em sua busca por identidade, aceitação social e criação de vínculos.

Estudos publicados por Nunes et al., (2021), Yang et al., (2022) e Vieira et al., (2022), a partir de outra realidade, demonstraram que parte significativa dos adolescentes revelava indícios de compulsão ao uso da Internet, justamente por causa do contato exagerado com aquele recurso digital.

Nunes et al., (2021), a partir do exame de uma população de 286 adolescentes, na faixa etária entre 15 e 19 anos, comprovaram que a quase totalidade dos adolescentes exibia algum grau de dependência do uso de smartphones. Tal estudo definiu a existência de determinada vinculação entre o problema e a evidenciação de sintomas como dor física e o crescimento dos problemas psicológicos, tipo insônia, exaustão, problemas de memória, neurastenia, sentimentos de inutilidade e incapacidade ou perda do nível de concentração.

Vieira et al., (2022), em pesquisa transversal realizada com adolescentes da amostra, identificou uso exacerbado de mídias digitais. Em confronto com outras pesquisas, o predomínio da dependência dos adolescentes em relação à tecnologia cresceu, oportunizando a análise das repercussões derivadas dessa problemática. Entre as consideradas mais simples estão o crescimento, significativo, da ansiedade, da depressão, atitudes ou condutas suicidas e do transtorno dismórfico corporal no qual as pessoas passam muitas horas do dia se preocupando com um suposto defeito, que pode estar em qualquer parte do corpo.

Torna-se perceptível que a dependência de crianças e jovens quanto ao uso das redes sociais, não para de crescer nos dias atuais. As plataformas digitais, como um todo, colocam à disposição um arsenal inesgotável de provocações ao estabelecimento de relacionamentos capazes de gerar o aumento de comportamentos adversos.

Avaliação adicional indicou, de forma inédita, que a compulsão pelo uso de smartphones e a ansiedade são fatores mediadores consistentes na associação entre descontentamento corporal e disfunções alimentares. Apesar disso, o referido tal estudo transversal, bem como futuros estudos longitudinais poderão ser capazes de melhor avaliar as relações de causa e efeito entre esses fatores (Yang et al., 2022).

É possível dizer que as redes sociais fazem parte quase que integralmente de uma geração que já nasceu na era digital. Segundo Freitas et al. (2021), isso se dá pelo fato de as redes serem um poderoso meio de desenvolver vínculos pessoais e sociais, tão essenciais nessa fase da vida, além de também se configurarem como fonte de informações e notícias, proporcionando ainda, para esses jovens, a oportunidade de serem eles mesmos, os produtores de conteúdo, estabelecendo uma relação não mais de passividade acerca dos meios de comunicação.

A percepção destes jovens sobre o uso das redes sociais e de que maneira isso afeta sua saúde mental foi objeto de um estudo desenvolvido por Freitas et al. (2021), onde foi possível observar a influência das mídias sociais na construção das identidades e dos comportamentos destes jovens, sendo o uso excessivo das redes sociais, uma das causas do desenvolvimento de dependências, além de conflitos familiares, dificuldades de aprendizagem, transtornos de ansiedade e déficit de atenção entre outros problemas.

Segundo Paixão, Patias e Dell'Aglio (2019), o adolescente submetido a condição de dependência dos meios eletrônicos expõe-se a uma enorme gama de disfunções e atribuições como a incapacidade de administrar seus horários, perdas psicológicas e desentendimentos ao longo da

realização de seus afazeres diários, assim como com amigos e familiares. Nessa condição são frequentes as alterações de humor e o desenvolvimento de grande número de disfunções psíquicas, considerando que deixa de dedicar tempo para estudo ou descanso para se manter conectado, alimentando o chamado ciclo vicioso, com iminente prejuízo para sua própria saúde mental.

Relacionada como uma das mais frequentes disfunções psíquicas, a ansiedade, caracterizada por fortes variações emocionais e acentuado nível de agitação interior, é quase sempre acompanhada de um comportamento irritado e alvoroçado. A ansiedade é uma manifestação que gera grandes apreensões, pelo fato de que atinge indivíduos de diversas idades de forma incessante, provocando medo nas mais variadas circunstâncias da vida cotidiana. O número de pessoas ansiosas segue crescendo, à medida que é ampliado o acesso à tecnologia disponível, principalmente para os adolescentes e crianças, tornando esse mal prejudicial a pessoas cada vez mais jovens (Paixão et al., 2019).

Aproximadamente 16% dos jovens entre 10 e 19 anos de idade são acometidos pelo transtorno da ansiedade, manifestado por estado físico e emocional potencialmente capaz de desencadear uma gama de consequências das mais diversas, entre elas: a hipertensão arterial, taquicardia, transpiração exagerada e variações respiratórias, ainda que somente passa a ser compreendida como uma doença, caso tais manifestações e sintomas passem a ser incompatíveis com o esperado (Rego e Maia, 2021).

## **Ambientes virtuais e a qualidade de vida**

Estudos produzidos por Sanches e Forte (2019), Abi-joude et al., (2020), Gao et al., (2020), Ghaemi (2020), Freitas et al., (2021), Sales et al., (2021), e Silva Júnior et al., (2022), deixam claro que os ambientes virtuais favorecem transtornos mentais em crianças e sobretudo em adolescentes.

Ensaio estatístico tratando do entendimento sobre a qualidade de vida de estudantes universitários revelou que 96,8% entre os 343 participantes da pesquisa, declararam fazer uso de instrumentos eletrônicos todos os dias. Os alunos declararam, também, que tal circunstância abre espaço para aflições e angústias, além de solidão e baixa autoestima. Analisando por esse ângulo, torna-se evidente que a Internet é um campo temerário para indivíduos em situação de suscetibilidade (Sanches e Forte, 2019).

Concretizadas pouco mais de 70 pesquisas abordando o que pensam os adolescentes sobre as mídias sociais e sua interferência no aumento dos problemas psicológicos, identificou-se que o perigo maior para a saúde mental nesse meio é a exposição e o constrangimento que ela provoca em indivíduos dessa idade (Freitas et al., 2021).

Para Sales, Costa e Gai (2021), adolescentes são as maiores vítimas do uso exagerado da Internet por se encontrarem em fase de desenvolvimento físico e psíquico. Dessa forma evidenciou-se o fato de que a Internet acaba por potencializar o desenvolvimento da sintomatologia de transtornos mentais e também de distúrbios relacionados à insatisfação corporal, que conjugados ou isoladamente colaboram para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Há de se destacar que esse problema também colabora para a evolução de doenças físicas, uma vez que o vício em questão estimula um jeito de viver sedentário e maus costumes em relação à alimentação.

Segundo Dias (et al., 2019), mais do que isso, alguns estudiosos chegaram ao consenso de que a Internet é usada, de forma rotineira, como uma forma de fugir da realidade que muitos dos adolescentes enfrentam neste determinado momento de sua evolução biopsicossocial. Afortunadamente, o mesmo estudo também mostrou que adolescentes amparados por um grupo de apoio, nessa conjuntura, estão menos sujeitos a sofrer as consequências da exposição

duradoura aos meios digitais.

Nesta circunstância, o profissional da psicologia tem o poder de agir das mais variadas formas com o propósito de combater o uso exacerbado de redes sociais por crianças e adolescentes. Uma das possíveis formas de ação é a realização de avaliações psicológicas para identificação de prejuízos de conduta on-line de adolescentes, os estímulos escondidos por trás do uso imoderado das redes sociais e as eventuais repercussões negativas na vida diária e nas relações interpessoais (Souza e Cunha, 2019).

Ressalta-se o fato de que o uso salubre das redes sociais é um objetivo audacioso e diversos que trata, muito mais, do que somente o comportamento individual dos jovens, se ocupando também da participação ativa da família, da escola e da sociedade em sua plenitude. Por isso, o trabalho do psicólogo deve ser visto como crucial para possibilitar a reflexão crítica, o livre diálogo e o desenvolvimento de estratégias globais para combater os desafios e os perigos relacionados ao uso exagerado de redes sociais por crianças e adolescentes.

## **Implicações do uso acentuado das redes sociais**

A utilização exacerbada das redes sociais tem sido fonte de muita ansiedade e angústia, especialmente no tocante à saúde mental de crianças e adolescentes. As repercussões da relação extrema com as plataformas digitais superam o que se verifica em simples interações sociais e acabam interferindo na mente do jovem, de forma profunda e, quase sempre, negativa (Silva e Silva, 2018).

A ansiedade tem sido alvo de uma crescente atenção, por parte da literatura científica, pois afeta os adolescentes em sua saúde mental. A utilização das redes sociais e o aumento da sintomatologia da ansiedade têm sido cada vez mais relacionados. Transtornos de ansiedade social podem resultar do uso exacerbado da Internet, sobretudo, em indivíduos que se submetem a infindáveis horas de navegação, como também podem advir do envolvimento intenso com redes sociais, o que exige uma detida análise sobre as repercussões prejudiciais a esse contato demasiado (Lima et al., 2021).

A utilização diária da Internet por parte dos adolescentes justifica sua classificação como dependência, sobretudo pelo fato de que os indivíduos desse grupo etário específico, são os mais vulneráveis exigindo a devida observação para que seja possível interferir, antes que tal mal se instale (Rosa, 2022).

Uma vez reconhecidos sintomas característicos de problemas com a saúde mental, esses adolescentes devem receber toda a atenção de todo o conjunto familiar, da mesma forma que na perspectiva do desenvolvimento de crianças, adolescentes e jovens, em geral. Todo esse contexto determina a relevância de que se busque estabelecer mecanismos, de forma antecipada, para a publicidade, a precaução, bem como para as devidas interferências no contexto da saúde mental desse público, como obstáculos a serem superados pela Psicologia (Balbino et al., 2022).

Redes Sociais são potencialmente capazes de colaborar para a evolução de problemas relacionados ao amor-próprio e dignidade. O contato reiterado com imagens editadas e parâmetros artificiais de beleza, influenciam os jovens a estabelecerem sistemáticas comparações com outras pessoas, levando-os a experimentar a sensação de não pertencimento e contrariedade, tanto com suas imagens como com suas próprias vidas. Em complemento, o exagero na relação com as redes sociais leva, quase sempre, à compulsão e, por consequência, ao retiro ou segregação social.

Quanto maior o tempo utilizado pelos jovens na conexão com sites e aplicativos, mais tempo esses indivíduos passam fora do contato com a realidade, o que gera perdas em relação às suas

competências sociais e, sobretudo, a sua capacidade de estabelecer relacionamentos interpessoais. Essa nova realidade abre caminho para sentimentos de solidão e alienação, que, por sua vez, são capazes de tornar, ainda maiores, distúrbios relacionados à saúde mental, como ansiedade e depressão (Silva, 2018).

Com base nestes fatos, as análises desenvolvidas envolveram países como Brasil, Estados Unidos, Canadá e China, explorando um largo espectro de recursos como literatura, em busca de investigar a temática do presente estudo. Grande parte dos artigos evidenciou significativa relação entre a imoderação na utilização de redes sociais e o desenvolvimento de problemas de saúde mental. Ainda que determinados artigos não tenham deixado essa relação muito clara, é perceptível que a Internet oferece aspectos positivos e outros negativos que precisam ser trabalhados sempre com foco no usuário.

Um estudo extensivo envolvendo conteúdos coletados de um intervalo de oito anos analisou a vinculação entre a duração da conexão com sites de redes sociais e os padrões mais acentuados de depressão e ansiedade, com ênfase nas peculiaridades distintivas de cada participante. A amostra consistiu em um grupo de 500 adolescentes, com idades entre 13 e 20 anos, que preencheram questionários anualmente. O estudo apresentou resultados indicando que o aumento do tempo de conexão on-line não guardava relação com o crescimento dos problemas de saúde mental na adolescência caso computado, apenas, o nível individual de adoecimento (Coyne et al., 2020).

Sendo assim, conforme Coyne et al., (2020), o tempo gasto em conexão às redes sociais não é, exatamente, comprobatório da existência de problemas de saúde mental. Por essa razão, quem pesquisa precisa manter-se atento quanto ao exame da conjuntura, assim como do conteúdo relacionados a essa utilização da tecnologia, entre inúmeros outros aspectos capazes de justificar o crescimento dos problemas de saúde mental na adolescência e no início da vida adulta dos jovens.

## Conclusão

A pesquisa em tela detectou em registros bibliográficos o exame de estudos que envolvem transtornos alusivos à utilização de redes sociais e a sua conexão com os adolescentes. Dessa forma os excessos no uso dos referidos instrumentos crescem gradativamente, abrindo espaço para ameaças a saúde psíquica dos adolescentes, em função do vício ou compulsão pelo uso das redes sociais.

A vida contemporânea utiliza a Internet para uma infinidade de coisas, inclusive para atender as carências dos seres humanos. Apesar disso, a medida em que um indivíduo exagera no uso da Internet, dedicando um tempo demasiado do seu dia em estado de conexão, acaba por gerar consequências nocivas para sua própria saúde mental.

Inúmeras e grandes polêmicas podem resultar da utilização das redes sociais, sobretudo quando o assunto são as possíveis repercussões sobre o bem-estar, a estabilidade emocional e o equilíbrio mental dos adolescentes, consideradas as potencialidades daquele instrumento tanto para fortalecer, de forma útil e benéfica, os vínculos anteriormente constituídos, como para originar um efetivo processo de retiro ou afastamento social ou ainda estabelecer o desencadeamento de graves desordens psíquicas.

Algumas das mais frequentes deformações biopsicossociais vinculadas a utilização excessiva da Internet, por parte dos adolescentes, identificadas na presente pesquisa foram a interferência nas tarefas e obrigações diárias, resistência a interação com outras pessoas, inclinação à solidão, malefícios à vida educacional, aumento da ociosidade, vinculação com ansiedade e depressão, tudo isso fazendo com que esse grupo social seja o mais suscetível à dependência ou submissão a Internet.

Considerando a possibilidade de que as alterações comportamentais ocorridas especificamente com os adolescentes resultem do contato exacerbado com as novas tecnologias, que os oferecem a possibilidade de estabelecer vínculos e trocas através das redes sociais, se faz necessário interpretar e assimilar tais vinculações, com o objetivo de influenciar esses indivíduos a utilizarem de forma consciente, sobretudo, as redes sociais.

Como proposta para o desenvolvimento de novas pesquisas sobre o tema em questão, considera-se ser preciso uma visão mais ampla do que, de fato, vem a ser os mecanismos psicológicos com os quais se vinculam o presente objeto. Por todos esses aspectos recomenda-se que os adolescentes recebam a devida atenção da família, do Estado, da escola e por todo o conjunto da sociedade, adotando providências no sentido de sensibilizar todas essas instâncias em relação aos perigos que condutas e procedimentos inconsequentes significam para a coletividade, além de impacta-las quanto às temáticas patológicas que tais condutas manifestam para os adolescentes (Brasil, 2020).

É possível crer que as atitudes resultantes da utilização excessiva das redes sociais bem como da Internet afetam as relações dos adolescentes com sua família e com toda a coletividade. Por tudo isso recomenda-se que novos estudos sejam capazes evidenciar um quadro de precaução que padronize soluções apropriadas para os problemas em questão.

## Referências

ABI-JAOUDE, E.; NAYLOR, K. T.; PIGNATIELLO, A. Smartphones, social media use and youth mental health. **CMAJ: Canadian Medical Association Journal**, [s.l.], v.192, n.6, p.E136-E141, fev. 2020.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5). Tradução de Maria Inês Corrêa Nascimento *et al.* 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BALBINO, M.L.C.; SILVA, F.N.A.; BRAZ, H.M.; FONSECA, P.C.S.; MAGALHÃES, R.F. O impacto das redes sociais na ansiedade e saúde mental de jovens e adolescentes. **Scientia Generalis**, [s.l.], v.2, n.Supl. 1, p.71-71, 2022.

BARRETO, E. **Um olhar para dentro**: uso desenfreado de redes sociais afeta saúde mental e desgasta relações fora das telas. Fortaleza: Secretaria da Saúde, 2023.

BATISTA, L.S.; KUMADA, K.M.O. Análise metodológica sobre as diferentes configurações da pesquisa bibliográfica. **Revista Brasileira de Iniciação Científica**, [s.l.], v.8, n.1, p.1-17, 2021.

BORDIGNON, C.; BONAMIGO I.S. Os jovens e as redes sociais virtuais. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**, São João Del Rei, v. 12, n. 2, p.310-326, 2017.

BRASIL. Comitê Gestor da *Internet* no Brasil. Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. **Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil**. 2019. Disponível em: [https://cetic.br/media/docs/publicacoes/216370220191105/tic\\_kids\\_online\\_2018\\_livro\\_eletronico.pdf](https://cetic.br/media/docs/publicacoes/216370220191105/tic_kids_online_2018_livro_eletronico.pdf). Acesso em: 09 abr.2024.

BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Secretaria Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente. **Proteção de crianças e adolescentes na Internet**.

Brasília/SF: Secretaria Nacional da Família, 2020.

BROWN, B. B. (2004). Adolescents' Relationships with Peers. In: Lerner, R. M.; Steinberg, L. (Eds.). *Handbook of Adolescent Psychology*. Hoboken: John Wiley & Sons.

CLEMENTI, J. A.; SANTOS, F.; FREIRE, P.S.; BASTOS, L.C. Mídias sociais e redes sociais: conceitos e características. **Seminário de Universidade Corporativa e Escolas de Governo**, [s.l.], v. 1, n. 1, p. 455-466, 2017.

COSTA, F.M.; MORAIS, M.; SOUZA, C.O.; CABRAL, H.G. O repensar das novas tecnologias e a saúde mental na adolescência e juventude: um desafio para o nosso tempo. **Revista Ambiente Acadêmico**, [s.l.], v.6, n.1, p.84-79, jan./jun. 2020.

COYNE, S.M.; ROGERS, A.A.; ZURCHER, J.D.; STOCKDALE, L.; BOOTH, McC. Does time spent using social media impact mental health? An eight year longitudinal study. **Computers in Human Behavior**, [s.l.], v. 104, out. 2020.

DIAS, I. M.; SANCHES, R. C. F.; AUDI, M.; BARBOSA, V. B. de A.; CARACIO, F. C. C.; CHAGAS,

E. F. B.; DIAS, J. A. Relação entre uso de mídias sociais e sintomas de ansiedade e depressão em adolescentes. **Contribuciones a las ciencias sociales**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 8054–8076, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.1-487. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/4807#:~:text=A%20presen%C3%A7a%20de%20sintomas%20emocionais,com%20o%20risco%20para%20depress%C3%A3o>. Acesso em: 15 out. 2024.

DIAS, Vanina Costa; LIMA, N.L. de; VIOLA, D.T.D.; KELLES, N.F.; GOMES, P.S.; SILVA, C.R. Adolescentes na rede: riscos ou ritos de passagem? **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s.l.], v. 39, n.1, p.1-15, abr. 2019.

ERIKSON, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: Norton.

FAVOTTO, L.; MICHAELSON, V.; PICKETT, W.; DAVISON, C. The role of family and computer-mediated communication in adolescent loneliness. **PLoS One**, [s.l.], v.14, n.6, e0214617, 2019.

FIALHO, L.M.F.; SOUSA, F.G.A. Juventudes e redes sociais: interações e orientações educacionais. *Revista Exitus*, [s.l.], v.9, n.2, p.303-342, 2019.

FREITAS, C.A.M.; DAVID, F.; FARIAS, M.C.S.; SANTOS, E.S.; CASTRO, A.C.F. Desafios da saúde mental na era digital. **Ciências da Saúde**, [s.l.], v.27, n.128, 2023. Disponível em: <https://revistaft.com.br/desafios-da-saude-mental-na-era-digital/>. Acesso em: 14 jun. 2024.

FREITAS, R.J.M. de; OLIVEIRA, T.N.C.; MELO, J.A.L.; SILVA, J.V.; MELO, K.C.O.; FERNANDES, S.F. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. **Enfermaria Global**, [s.l.], v.20, n.64, p.324-364, out. 2021.

FREITAS, R.J.M.; OLIVEIRA, T.N.C.; MELO, J.A.L.; SILVA, J.V.; MELO, K.C.O.; FERNANDES, S.F. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. **Enfermería Global**, [s.l.], n.64, p.338-351, 2021.

GAO, J.; ZHENG, P.; JIA, Y.; CHEN, H.; MAO, Y.; CHEN, S.; WANG, Y.; FU, H.; DAL, J. Mental health problems and social media exposure during COVID19 outbreak. **PLOS ONE**, [s.l.], v.15, n.4, p.1-10, abr. 2020.

GARCIA, M. C.; SANTOS, A. Desenvolvimento da identidade em crianças e adolescentes: o papel da Internet e da tecnologia. **Revista de Psicologia da Infância e Adolescência**, [s.l.], v.25, n.1, p.34-51, 2019.

GHAEMI, S. N. Digital depression: a new disease of the millennium? **Acta Psychiatrica Scandinavica**, [s.l.], v.141, n.4, p.356-361, fev. 2020.

GIL, A.C. **Como fazer pesquisa qualitativa**. São Paulo: Atlas, 2022.

JERUSALINSKY, J. As crianças entre os laços familiares e as janelas virtuais. In: JERUSALINSKY, J.; BAPTISTA, A. (Orgs.). **Intoxicações eletrônicas: o sujeito na era das relações virtuais**. Salvador: Ágalma, 2017. p. 39-55.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos**. 8.ed. São Paulo: Atlas, 2019.

LARANJEIRAS, A.L.C.; NEVES, R.W.S.; ALENCAR, V.V.; LOPES, A.P. O uso excessivo das tecnologias digitais e seus impactos nas relações psicossociais em diferentes fases do desenvolvimento humano. **Ciências Biológicas e de Saúde Unit**, Alagoas, v.6, n.3, p.166-176, maio 2021.

LIMA, M. E. F.; SILVA, H. M. A.; MARTINS, C. S. Adição por *Internet* e suas implicações para o transtorno de ansiedade social. **Revista Brasileira de Iniciação Científica**, IFSP Itapetininga, v. 8, n.1, p.1-13, 2021.

LIMA, M. E. P.; PRIMO, A. V. D. Influência da rede social na ansiedade do adolescente e o papel da enfermagem: revisão integrativa da literatura. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [s.l.], v.95, n.35, p.1-18, 2021.

LIMA, M.F.; ARAÚJO, J.F.S. A utilização das tecnologias de informação e comunicação como recurso didático-pedagógico no processo de ensino e aprendizagem. **Revista Educação Pública**, [s.l.], v.21, n.23, jun. 2021. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/21/23/a-utilizacao-das-tecnologias-de-informacao-e-comunicacao-como-recurso-didatico-pedagogico-no-processo-de-ensino-aprendizagem>. Acesso em: 09 abr. 2024.

MARQUES, C.C.; SOUZA, W.C.; SOUZA, J.C.P. A dependência da tecnologia na saúde mental dos adolescentes. **Brazilian Journal of Health Review**, [s.l.], v.4, n.5, p.23077-23096, 2021.

MELO, D.G.S.; RODRIGUES, E.L.F.; SILVA, G.M.; OLIVEIRA, M.L.; ABREU, F.; RIBEIRO, S. **Dependência tecnológica**: a doença da contemporaneidade no contexto familiar. *Psicologia.pt*, 21 jan. 2019. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1276.pdf>. Acesso em: 10 abr. 2024.

MONTEIRO, M.C.S. **Crianças e consumo digital**: a publicidade de experiência na era dos youtubers. Curitiba: Appris, 2020.

NARDI, G.; NUNES, V. **A epidemia silenciosa**: como as redes sociais afetam a saúde mental dos jovens. [Contraponto Digital]. 2023. Disponível em: <https://contrapontodigital.pucsp.br/noticias/epidemia-silenciosa-como-redes-sociais-afetam-saude-mental-dos-jovens>. Acesso em: 15 jun. 2023.

NEUMANN, D. M. C.; MISSEL, R. J. Família digital: a Influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes. **Pensando Famílias**, [s.l.], v.23, n.2, p.75-91, dez. 2019.

NUNES, P.P. de B.; ABDON, A.P.V.; BRITO, C.B.; SILVA, F.V.M.; SANTOS, I.C.A.; MARTINS, D.Q. Fatores relacionados à dependência do smartphone em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 07, p. 2749-2758, jul. 2021.

ODGERS, C.L.; JENSEN, M.R. Annual research review: adolescent mental health in the digital age: facts, fears, and future directions. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, [s.l.], v.61, n.3, p.336-348, 2020.

OLIVEIRA, F.A.F.; BARROCO, S.M.S. Revolução tecnológica e smartphone: considerações sobre a constituição do sujeito contemporâneo. **Psicologia em Estudo**, [s.l.], v.28, n.1, p.1-16, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **Constituição da Organização Mundial da Saúde** – 1946. Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>. Acesso em: 21 abr. 2024.

PAIXÃO, R.F.; PATIAS, N.D.; DELL'AGLIO, D.D. Autoestima e Sintomas de Transtornos Mentais na Adolescência: Variáveis Associadas. **Psicologia Clínica e Cultura**, [s.l.], v.34, n.1, p.1-8, 2019.

POMPEI, T.; GOUVEIA, L. M. B.; RAMOS, P. F. M. da. Redes sociais: influência, identidade e diferença na contemporaneidade. **Em Sociedade**, [s.l.], v.3, n.1, p.93-111, 2022.

RECUERO, R. **A conversação em rede**: comunicação mediada pelo computador e redes sociais na Internet. 4.ed. Porto Alegre: Sulina, 2019.

REGO, K.O.; MAIA, J.L.F. Ansiedade em adolescentes no contexto da pandemia por COVID-19. **Research, Society and Development**, [s.l.], v.10, n.6, p.1-10, 2021.

REY, F. G.; TORRES, J. F. P. La epistemología cualitativa y el estudio de la subjetividad en una perspectiva cultural-histórica. Conversación con Fernando González Rey. **Revista de Estudios Sociales**, [s.l.], v.60, p.120-127, 2017.

ROSA, A.F. **O impacto das redes sociais na saúde mental dos adolescentes**. 2022. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade Campo Limpo Paulista, Campo Limpo Paulista/SP, 2022.

SAFERNET BRASIL. **Suposto desafio da “MOMO”**: recomendações da Safernet Brasil e alerta para pais e educadores. [Portal da Safernet Brasil]. 2018. Disponível em: <https://new.safernet.org.br/content/suposto-desafio-da-momo>. Acesso em: 09 abr. 2024.

SALES, S.S.; COSTA, T.M. da; GAI, M.J. P. Adolescentes na era digital: impactos na saúde mental. **Research, Society and Development**, [s.l.], v.10, n.9, p.1-10, jul. 2021.

SAMPAIO, F.F.; PIMENTEL, M.; SANTOS, E.O. (Org.). **Informática na Educação**: pensamento computacional, robótica e coisas inteligentes. Porto Alegre: Sociedade Brasileira de Computação, 2019.

SANCHES, P.F.; FORTE, C. Redes sociais e depressão: um estudo estatístico sobre a percepção de bem-estar em estudantes universitários. **Revista Tecnológica da Fatec**, Americana, v.7 n.2, p.14-23, dez. 2019.

SANTAELLA, L. (Org.). **Inteligência artificial & redes sociais**. São Paulo: EDUC, 2019.

SANTOS, C. COVID-19 e saúde mental dos adolescentes: vulnerabilidades associadas ao uso de *Internet* e mídias sociais. **Holos**, [s.l.], v.3, n.37, p.1-14, 2021.

SHAH, J.; DAS, P.; MUTHIAH, N.; MILANAIK, R. New age echnology and social media: adolescent psychosocial implications and the need for protective measures. **Current Opinion in Pediatrics**, [s.l.], v.31, n.1, p.148-156, 2019.

SILVA JÚNIOR, E.S.; MELO, J.A.B. de; SILVA, A. P. da; SILVA, T. de A.; CHAVES, A. P. de C.; SOUZA, A. F. de; GONÇALVES JÚNIOR, J.de S.; SANTANA, S. do N. Depressão entre adolescentes que usam frequentemente reses sociais: uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.1, p.18.838-18.851, Mar. 2022.

SILVA JUNIOR, E.S.; MELO, J.A.B.; SILVA, A.P.; SILVA, T.A.; CHAVES, A.P.C.; SOUZA, A.F.; GONÇALVES JÚNIOR, J.S.; SANTANA, S.N. Depressão entre adolescentes que usam frequentemente as redes sociais: uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of Development, Curitiba**, v.8, n.3, p.18838-1851, mar. 2022.

SILVA, T. O.; SILVA, G. T. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Revista Psicopedagogia**, São Paulo, v.34, n.103, p.87-97, 2018.

SIQUEIRA, L.S.; VARGAS, L.G. O direito à saúde (mental) de crianças e adolescentes e o uso das tecnologias ubíquas. In: Congresso Internacional de Direito e Contemporaneidade, 5, 2019. **Anais [...]**. Santa Maria / RS: UFSM, 2019.

SOUZA, K.; CUNHA, M. X. C. da. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, [s.l.], v.3, n.3, p.204-217, set./dez. 2019.

VIEIRA, Y.P.; VIERO, V.S.F.; SAES-SILVA, E.; SILVA, P.A.; SILVA, L.S.; SAES, M.O.; DEMENECH, L.M.; DUMITH, S.C. Uso excessivo de redes sociais por estudantes de ensino médio do sul do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.40, p.1-8, maio 2022.

YANG, F.; QI, L.; LIU, S.; HU, W.; CAO, Q.; LIU, Y.; TANG, M.; LV, Z.; ZHOU, Z.; YANG, Y. Body dissatisfaction and disordered eating behaviors: the mediation role of smartphone addiction and depression. **Nutrients**, [s.l.], v. 14, n.6, e1281, mar. 2022.

## CAPÍTULO 02

# “O AMOR NÃO NOS LIVRA DA NOSSA PRÓPRIA FALTA”: O MITO DO AMOR ROMÂNTICO NA CONSTRUÇÃO DA SUBJETIVIDADE E SUAS REVERBERAÇÕES NOS RELACIONAMENTOS NÃO MONOGÂMICOS

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch2

*Yasmin Borges Montezuma Brasil  
Grace Troccoli Vitorino*

*“Eu esperei tanto  
Que eu não esperaria nem por mim  
Um sinal do céu, um telefone que tocaria  
E pela porta de trás, da casa vazia  
Eu te veria e mal me reconheceria  
Noites sozinho, noites sozinha  
Lembra, tudo antes de ser  
Eu tinha outro nome, você também  
Mas um dia na rua eu te vi  
E algo **reconheci**”  
- Vanguart*

## Introdução

A presente temática foi escolhida devido a uma reflexão simbólica que obtive a partir de um vídeo apresentado pela jornalista Julia Tolezano<sup>[2]</sup>, conhecida pelo canal “Jout Jout, prazer” no Youtube, que trouxe uma crítica interessante sobre o nosso papel como protagonistas na construção dos nossos relacionamentos amorosos, tal como as seguintes inquietações: Por que viver uma relação com regras sociais previamente já impostas pela cultura? Por que tais comportamentos são vistos como traição, ou não? Por que entramos em relacionamentos amorosos carregando o peso de levá-lo durante toda a vida (até que a morte os separe)?

Baseado nisso, me intriguei em compreender o contexto histórico-cultural que perpassa todas as gerações e traz consigo, até hoje, a supremacia - quase inviolável - da visão de amor romântico e visando questionar sobre como esse ideal pode reverberar nas relações não monogâmicas contemporâneas.

Para isso, o presente estudo tem como objetivo geral analisar, em termos teóricos, os desdobramentos provocados pela concepção construída historicamente de “amor eterno” e sentimento de “completude” - suscitado pelo mito do amor romântico - nas configurações afetivas não-monogâmicas.

Nessa sequência, a presente pesquisa relata a influência da cultura na construção social do amor; descreve os motivos pelos quais o “amor eterno” não é mais visto como libertador e analisa os motivos pelos quais casais optam pela não-monogamia. Além

disso, disserta sobre a importância de acordos afetivos, tal como o protagonismo dos integrantes em reger a própria relação.

A seguir apresentar-se-ão o material e método; os resultados e discussão; a conclusão e as referências do presente estudo.

## **Material e métodos**

O presente estudo teve como objetivo geral analisar, em termos teóricos, os desdobramentos causados pela concepção historicamente construída de “amor eterno” e sentimento de “completude” - suscitado pelo mito do amor romântico - nas configurações afetivas não-monogâmicas.

A fim de apontar categorias teóricas importantes que sinalizam o cumprimento desse objeto de estudo, a natureza desse trabalho se encontra na metodologia qualitativa que, segundo Minayo (1992), trabalha com realidades que não podem ser quantificadas, por isso, busca trabalhar com o universo de significados que abrangem aspirações, valores e atitudes. Dessa forma, esse tipo de pesquisa tem como objetivo aprofundar questões específicas, compreendendo que as relações e fenômenos analisados não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 1992, p. 92). Por este motivo, a validade da pesquisa qualitativa não se restringe ao tamanho de uma amostra, mas pela própria profundidade do estudo.

Em se tratando do método bibliográfico, Gil (1999, p. 50) afirma que esse tipo de pesquisa é desenvolvido a partir de um material já existente, geralmente, de livros e de artigos científicos. Além disso, o principal benefício da pesquisa bibliográfica é proporcionar ao pesquisador a experiência de conseguir abranger um maior número de fenômenos, em uma maior amplitude.

Na epistemologia qualitativa:

O tema da subjetividade é adotado a partir de uma perspectiva dialógica, dialética e complexa em que a subjetividade não aparece 'coisificada' [...], mas que se expressa como sistema complexo em constante avanço, que constitui o sujeito concreto e, por sua vez, é constituída por aquele de forma permanente, por meio de sua constante produção de sentidos e significados dentro dos diferentes sistemas da subjetividade social em que desenvolve suas ações (REY, 2011, p. VIII).

A presente pesquisa trata-se de uma revisão de literatura realizada a partir de pesquisas em livros e artigos publicados em sites de busca como o Google acadêmico e o SciELO. Assume sua importância quando possibilita uma integração de dados da literatura empírica e teórica que podem ser direcionados à definição de conceitos, conceituação histórica ou consolidando uma área de conhecimento e constituindo-se orientações de práticas pedagógicas para a definição dos parâmetros de formação de profissionais para atuarem na área.

A seleção dos estudos e a interpretação das informações podem estar sujeitas à subjetividade dos autores apontando novas perspectivas. Assim, revisão de literatura ou revisão bibliográfica teria então dois propósitos (ALVES-MAZZOTTI, 2002): a construção

de uma contextualização para o problema e a análise das possibilidades presentes na literatura consultada para a concepção do referencial teórico da pesquisa.

Esse método de pesquisa contempla três categorias, a revisão de literatura narrativa, a sistemática e a integrativa. A primeira não faz uso de critérios explícitos e sistemáticos para coleta e análise de literatura, tem caráter mais subjetivo e permite uma maior liberdade na escolha literária e possibilita, também, a análise crítica pessoal do pesquisador. A segunda é considerada uma investigação científica pelo fato de abranger estudos observacionais e empíricos; testa hipóteses, sintetiza resultados e é considerada uma evidência científica mais elaborada. Já a terceira é uma alternativa que integra as duas metodologias supracitadas, permitindo uma combinação de dados da literatura experimental e teórica. (BIBLIOTECA PROF. PAULO DE CARVALHO MATTOS, 2015)

Para este projeto, o viés escolhido foi o da revisão narrativa de literatura, pois abrange a discussão e a descrição do desenvolvimento de um tema específico, baseando-se no contexto em que esse tema está inserido e nas suas teorias (ROTHER, 2007). Além disso, é um estudo caracterizado por uma análise crítica e que possibilita a interpretação do autor sobre as literaturas publicadas no tema da pesquisa, permitindo uma breve atualização e coleta de informações sobre a particularidade do tema.

Sendo assim, a pesquisa classifica-se como de natureza qualitativa e cunho exploratório, no qual irá permitir um contato mais próximo com o tema e conseqüentemente com o problema, permitindo a criação de hipóteses (GIL, 1999). Além disso, essa abordagem permite que o fenômeno seja analisado pelos diversos pontos de vista e análises expressos diante da literatura (GÜNTHER, 2006).

Para alcançar arcabouço teórico amplo, a bibliografia utilizada foi coletada a partir de pesquisas sobre os seguintes termos: “amor romântico”, “não monogamia”, “monogamia consensual”, “poliamor”. Para isso, serão utilizados estudos publicados entre os anos de 2013 até 2023 com temática voltada a relacionamentos afetivos relacionados a configurações não-monogâmicas, que se enquadram no contexto de pesquisa qualitativa, bibliográficas e que estejam disponíveis no idioma português. Ademais, serão delimitadas como plataformas de pesquisa os portais periódicos, como SciELO e Google Acadêmico.

Para a coleta de dados foram desconsiderados do estudo: trabalhos de conclusão de curso, pesquisas de abordagem metodológica quantitativa, publicações em outras línguas que não seja português e publicações anteriores ao ano de 2013.

A análise de dados será realizada no período de março a junho de 2023. A partir dos dados encontrados, será realizada uma análise prévia dos resumos dos artigos e, com isso, será possível apontar quais estudos se enquadram dentro dos critérios de inclusão e exclusão do trabalho. Após a coleta dos dados, procedeu-se à análise, sistematização e redação final do estudo.

## Resultados e Discussão

Este estudo versa sobre a construção teórica e reflexiva da evolução do conceito histórico de amor romântico e suas metamorfoses às configurações contemporâneas de

relacionamentos não-monogâmicos. Para tanto, iremos partir a nuances do amor romântico já na modernidade, ou seja, a partir do renascimento iluminista com as possíveis implicações sócio culturais de suas transformações aos dias atuais.

Embora o amor seja um sentimento presente na nossa vida desde a nascença, o ideal de amor romântico é uma construção social que se estabeleceu no Século das Luzes a partir da relação entre a Razão com as influências histórico-sociais à época - que se mantêm até hoje. Além disso, se caracteriza pela busca de uma reciprocidade afetiva e pelos mecanismos que levam a manutenção das tradições amorosas que continuam a se perpetuar dentro dos relacionamentos. Entende-se, nesse sentido, que este sentimento é uma experiência ímpar, porém perpassada pelos ideais de cultura (PINHEIRO; ANDRADE, 2004).

## Modernidade - considerações conceituais

Em uma recapitulação histórica, como forma de ilustrar o movimento iluminista, Kant (1995) conceitua “menoridade” como a incapacidade que um indivíduo tem de fazer uso do próprio entendimento, sem que haja, necessariamente, a orientação de um outro. Nesse sentido, o homem é o próprio culpado dessa menoridade, afinal, ela existe não por falta de decisão, mas por falta de coragem. “*Sapere aude!* Tem coragem de te servires do teu próprio entendimento! Eis a palavra de ordem do iluminismo”.

Assim, entende-se que a menoridade nada mais é do que uma forma submissa de seguir determinados padrões sociais, tal como o casamento. Evento do qual a família ficava responsável pelo manejo, pelo contrato e pela autonomia, principalmente das noivas.

Nesse contexto, o conceito de racionalidade é compreendido como uma característica humana, tal qual a representação demarcadora do ideal iluminista. Com base nisso, a razão é percebida como elemento principal para a construção da Modernidade e, com isso, traz consigo elementos chaves para um novo olhar sobre **as formas de amar**. Deste modo, o que mudou não foi somente a forma de amar, mas o próprio **sentido de vida** em relação ao seu papel enquanto ser de desejos.

“No século XVIII, a religião não era mais o que era. [...] a vontade de viver feliz, aqui e agora, substituiu o desejo de beatitude eterna. Começa-se a pensar que a riqueza, os prazeres, o bem-estar e a saúde não são bens tão desprezíveis quanto se dizia” (LINS, 2012, p. 16). Desta forma, a vontade de experimentar o momento presente e de perseguir as próprias ambições começou a ganhar dimensões cada vez mais significativas. Nesse sentido, o Século das Luzes deu o primeiro passo em busca de uma mudança em relação às configurações de amor, não mais como um protocolo linear a ser seguido, mas como algo a se questionar, dando voz ao **desejo** e à percepção da sexualidade.

Em “Livro do Amor - vol. 2”, Regina Navarro Lins (2012) narra uma situação comum à época: bailes de máscaras começaram a ganhar força e aderência, não mais como uma mera forma de divertimento, mas por toda sutileza sexual que acontecia por trás dos holofotes. As máscaras passaram a ser uma ferramenta que disfarçava a identidade, assim - naquele ambiente - era socialmente permitido que as regras de etiqueta fossem deixadas de lado, dando margem a flertes, toques, beijos e, até mesmo, ao sexo. Os

tímidos tornavam-se audaciosos e os quartos eram tomados por muitas movimentações, com isso, os “prazeres da carne” finalmente estavam sendo ouvidos.

As máscaras foram consideradas um marco para a emancipação sexual feminina, afinal, os bailes de máscaras conseguiram possibilitar às mulheres do século XVIII um inusitado senso de **liberdade** erótica. Os tabus e as restrições sociais eram deixados de lado e, com isso, uma nova relação começou a se formar: o desejo de autonomia carnal.

Araújo (2002), por sua vez, reforça a importância da trajetória da racionalidade iluminista à luz das relações afetivas, como resposta a isto, a sexualidade dentro do casamento, que, até então, era esperada que fosse meramente para procriação e descreve:

O amor, no sentido moderno de consensualidade, escolha e paixão amorosa, não existia no casamento, sendo, em geral, vivenciado nas relações de adultério, e a sexualidade não era vivida como lugar de prazer, sua função específica, era a reprodução. Da antiguidade à idade média, eram os pais que cuidavam do casamento dos filhos. O casamento não consagrava um relacionamento amoroso. Era um negócio de família, um contrato que dois indivíduos faziam não para o prazer, mas a conselho de suas famílias e para o bem delas. O principal papel do casamento era servir de base a alianças cuja importância se sobrepunha ao amor e à sexualidade (ARAÚJO, 2002, p. 72).

Diante disso, não há como excluir o papel da igreja em toda construção sociocultural das relações afetivas e na construção do ideal de amor cortês. Segundo Araújo (2002) citando Flandrin (1987), a vida sexual fora regida pelos preceitos da moral cristã, pelo menos até o século XVIII ou, até mesmo, até a Revolução Francesa. Paralelo a esse raciocínio, Menezes (2007) afirma que, na tradição clássica, a renúncia está relacionada ao amor carnal, mas a posse do objeto se realizará na contemplação e na fusão com o supremo bem, enquanto que no amor cortês a felicidade está na aceitação da própria renúncia.

Restringindo as relações sexuais ao casamento e à procriação, a moral cristã proibia qualquer método contraceptivo e considerava pecado toda atividade sexual fora do matrimônio. Entretanto, entendia-se que, caso a mulher fosse infértil, era de total permissividade que o homem se “deitasse” com outra a fim de propagar a prole (ARAÚJO, 2002).

Destarte, para manter a exclusividade no casamento e o controle do corpo feminino, as mulheres eram proibidas de se relacionarem com outros. “Um amor doméstico, puritano, casto, controlado e também cauteloso em suas maneiras, sob medida para a classe média [...] No que diz respeito à **repressão sexual** (LINS, 2012, p.63). Além disso, outra forma de controle muito presente à época - além do posicionamento da Igreja - era a própria Medicina, que repudiava o sexo e o orgasmo, os considerando condições patológicas e pejorativas. (LINS, 2012).

Seguindo essa lógica, entende-se que, por mais que o amor romântico tenha surgido para dar autonomia aos casais - no sentido de escolher com quem namorar e casar - ainda se apresenta de maneira muito “castradora”, pois é totalmente embasado numa “liberdade” normativa, em que se é livre para escolher alguém, contanto que essa

pessoa siga determinados ideais pré-estabelecidos. Ou seja, apresenta contradições relevantes quando se pensa na “autonomia” proposta a esse modelo sociocultural, pois, o livre-arbítrio não passa de uma ilusão muito bem elaborada.

Nesse percurso, quando me refiro à ilusão de liberdade e a elaboração dessa estrutura de amor romântico, aponto para a elevada adesão das pessoas a esse ideal como propósito de vida. Ora, é tentadora a proposta de que encontrarei uma pessoa que me completará perfeitamente, ao ponto de nos tornamos um só, e ainda por cima, me trará a garantia de felicidade eterna.

Partindo de uma outra perspectiva, é importante assinalar, a partir de Ariès (1987), que as principais mudanças matrimoniais aconteceram com o início da Modernidade, com a valorização do amor individual - presente na ideologia burguesa - e o amor carnal. Outro ponto chave do matrimônio moderno é a aceitação do divórcio, não mais como pecado ou reparação de uma escolha errada, mas como tentativa de dar lugar a outra pessoa, reforça o autor. Ao contrário do tradicional amor conjugal, que esperava-se aumentar com o tempo, o amor-paixão tende a acabar com o tempo e se estabilizar. Assim, esse movimento de separação não deve mais ser considerado como um fracasso nas relações, mas sim como uma compreensão de que não há mais a necessidade de um “até que a morte os separe”.

Nesse sentido, trazendo a concepção moderna de sexualidade, Foucault (1988), designa uma série de fenômenos que englobam tanto os mecanismos biológicos da reprodução como as variantes individuais e sociais do comportamento; a instauração de regras e normas apoiadas em instituições religiosas, judiciárias, pedagógicas e médicas; e também as mudanças no modo pelo qual os indivíduos são levados a dar sentido e valor à sua conduta, seus deveres, prazeres, sentimentos, sensações e sonhos. Ademais, também aponta que a experiência sexual, assim como todas as experiências humanas, é resultado de um complexo conjunto de processos sociais, culturais e históricos. Segundo o autor, ao longo da história a atividade sexual foi submetida a dispositivos de **controle** com base nos valores e ideologias predominantes na sociedade.

Em complemento, Araújo (2002) ressalta que a sexualidade é vista como uma construção social que produz repercussões no corpo, nos comportamentos e nas relações sociais. Não é por menos que é válido considerar as relações afetivas como uma decorrência de tudo aquilo que foi “pregado” pelos valores morais ou pelas ideologias predominantes na sociedade e que se estabelecem como uma forma de controlar os desejos do outro.

Seguindo essa linha, Nicolaci-da-Costa (2004, p. 84) aponta que “enquanto a modernidade era sólida e estriada, em virtude da visibilidade de seus poderes centrais, hierarquias, regras, [...] a pós-modernidade é fluida, ou lisa, em virtude de sua descentralização, organização em redes, sua ausência de barreiras ou fronteiras.”. A desconstrução dos tabus como decorrente de toda barreira ideológica construída a partir das “normas de amor”, tem gerado reverberações positivas ao que se refere à comunicação e à forma de enxergar o outro como um ser individual, por mais que seja dentro do âmbito amoroso.

Com base nisso, criamos e recriamos nossos próprios valores, seja assentindo, seja questionando cada uma das normas socialmente impostas. Com o amor não seria diferente, afinal, não deixa de ser uma experiência - por mais singular que seja - atravessada por diversos ideais históricos, que sofre do que chamamos de Cultura Transplantada, o que minimiza suas funções pensantes e reproduz algo por décadas e é caracterizado pela imposição e a preservação de modelos culturais importados, sendo, pois, diminuta a possibilidade de criação e inovação culturais (Romanelli, 2014).

Um dos aspectos demarcadores da contemporaneidade, também conhecida como pós-modernidade, é um estado de permanente conflito na sociedade e nos laços entre e dentro de seus segmentos. “Na verdade, a pós-modernidade não gerou essa crise; ela a herdou da Modernidade e a explícita em cores cada vez mais fortes. A pós-modernidade se constitui como uma crítica à modernidade, sem substituí-la, contudo.” (Pires, 2009, p. 82).

Assim, entende-se que vivemos em uma sociedade em constantes crises, com desconstruções e reflexões que levam ao seguinte questionamento: ainda existe espaço para o amor? Se sim, de qual amor estamos falando?

## **Amor romântico - inflexões teórico-críticas**

Afinal, o que é o amor romântico?

A fantasia popular sobre o amor encontra inspiração na fábula de Aristófanes, narrada por Platão em seu livro “O banquete”. Nela, conta-se que antigamente éramos seres duplicados: tínhamos quatro pernas, quatro braços, duas cabeças e dois sexos. Havia os seres que tinham dois sexos femininos, os que tinham dois sexos masculinos e os que tinham um sexo feminino e um sexo masculino. Assim, éramos seres muito fortes. Preocupado com a possibilidade de que tirássemos o lugar dos deuses, a fim de nos enfraquecer e garantir a soberania deles, Zeus teria nos cortados pela metade, costurando cada parte na região do umbigo e voltando nossa cabeça para ele, de forma que sempre nos lembrássemos do resultado da vaidade. Para, além disso, teria nos espalhados pelo planeta, afastando as metades. Desde então, cada um de nós viveria se sentindo com falta de algo, supostamente a outra metade de si mesmo. Trata-se de uma fantasia amorosa bastante comum, a de que encontrar nosso grande amor nos livraria de nós mesmos (PLATÃO, 385 a.C, citado por SUY, 2022, p. 31).

O amor romântico sempre foi ilustrado a partir do ideal de alma gêmea, não por menos, recebeu a alcunha de ser a única e verdadeira forma de amar. Criou-se, nesse sentido, um inalcançável modelo de romance e que gera uma busca incessante repleta de angústia e frustração. Para Menezes (2007, p. 561), “o amor romântico, como ideal de perfeição ética e estética, promete um tipo de felicidade na qual o indivíduo encontra plenitude numa perfeição de adequação física e espiritual ao outro”.

Noutros termos, amor romântico começou a tomar forma com a despedida do amor cortês, aos passos da contemporaneidade, as novas perspectivas de amor chamavam atenção das pessoas, Lins (2012) afirma que a ideia de experiência mística, amores etéreos, discursos românticos recheados de metáforas celestiais, na qual o “coração

sangrava” ou pessoas ficavam “perdidas de amor”, trazia à tona a necessidade de vivenciar esse tipo de experiência.

Ou seja, as características de amor romântico se resumem a: você idealizar a pessoa amada e projetar nela tudo o que gostaria que ela fosse. Com isso, você não se relaciona com uma pessoa real, mas com uma projeção das próprias necessidades. Logo, esse tipo de amor torna-se insustentável, tendo em vista que a convivência diária e a intimidade nos mostram o verdadeiro lado de todo mundo, como seus defeitos e inseguranças.

Somos historicamente perpassados por uma cultura de dominação, controle e obediência, nessa lógica, os valores que sustentam esses ideais e todo seu contexto ético, moldam e influenciam a forma como nos comportamos e falamos. Esse mesmo raciocínio pode ser tomado para propagar o ideal de amor romântico que nada mais é do que uma construção social que é regada de simbolismo e valores. Não obstante, tal utopia não passa de um mito, tão bem estruturado e sedutor, que atravessa gerações e se mantém vivo até hoje.

Falar de amor é falar sobre como ouvimos falar sobre amor, ou seja, sobre como esses hábitos são produzidos e perpassados pela cultura durante séculos e que tem uma percepção quase que unânime, na qual existe uma naturalização de seus comportamentos e uma valorização de suas reverberações. Somos condicionados, desde a infância, a desejar viver esse tipo de amor, acreditando que só é possível ser feliz vivendo - eternamente - esse romance: a ilusão de alma gêmea. E, na atualidade, a cultura midiática se faz presente na implementação desse papel propagador. Não é por menos, que a frase “e assim viveram felizes para sempre” é a propaganda mais difundida e conhecida por todos nós.

Por sua vez, as obras literárias e os aspectos culturais que abarcam todo nosso processo evolutivo-educacional em relação às visões de amor, estabelecem uma relação de poder e de moral sobre qual seria a escolha “certa” a se tomar. “Narrar está estreitamente conectado com a produção de nossas identidades [...] e também contribuem para constituir um mundo onde devemos nos alojar, onde devemos encontrar um lugar” (PIRES, 2009, p.87).

De outra sorte, Felipe (2006, p. 11) descreve o amor como “romântico quando ele é regido por uma idealização que se estende aos seguintes aspectos: a ideia de intensidade (em si mesmo e no outro, para quem o amor se destina), a concepção de completude, de eternidade e de entrega”. Isto é, entende-se que o amor e a felicidade eterna estão intrinsecamente atrelados, de tal forma em que um leva ao caminho do outro. Não por menos, crescemos ouvindo músicas, lendo livros e assistindo filmes que remetem a causa da sua felicidade, completude ou existência de vida, ao amor do outro, ou melhor, à reciprocidade daquele sentimento.

Com base nisso, a ideia de que a felicidade eterna vai muito além da relação afetiva propriamente consolidada, parece haver a necessidade de que o outro me ame da forma como eu idealizo ser amada. “A dificuldade de encontrar, hoje em dia, o que antes era ressaltado pelo “amor romântico” parece ter gerado uma “neurose”, uma constante busca por um amor que não se sabe ao certo o que é, para que serve, mas que se deseja “ter a qualquer custo” (KESSLER, 2013, p. 365).

Ademais, o amor romântico traz consigo um entrelaçamento entre o conceito de amor e de desejo, segundo Bauman (2003), ambos são como irmãos, por vezes, gêmeos, mas nunca idênticos. O desejo é vontade de consumir, absorver, devorar, ingerir e digerir - aniquilar. É como um passo a passo: provar, explorar, tornar familiar e domesticar. O amor é a vontade de cuidar, de preservar. Tem o impulso de se expandir. O desejo se autodestrói e o amor se autopropetua. Como já dizia a cantora e compositora Rita Lee “amor é latifúndio, sexo é invasão”. Sendo assim, não só a forma de descrever o amor é muito romantizada, como os próprios sentimentos aprendidos também são. É intenso, impulsionador, altruísta e imaculado.

Destarte:

O mito do amor complemento, de duas partes perdidas que se buscam, embora inverossímil, tem ele boa-fé, pois como todo mito, visa ele explicar o porquê da forte atração entre dois indivíduos, atração esta desconcertante para eles mesmos. Esta ideia abstrata é explicada por algo concreto, ou seja, da divisão de dois corpos que desde então, buscam-se para se complementarem (MENEZES, 2007, p. 564).

## **Amor-paixão - aproximações teóricas**

Para todos os sentidos, entendemos que a forma mais próxima de tangenciar o sentimento de amor romântico é quando nos apaixonamos. Suy (2022, p. 75) elucida em seu livro “A gente mira no amor e acerta na solidão”, como “paixão é o amor em seu estado máximo, o orgasmo do amor [...] e a paixão só é boa porque acaba.”. Nesse âmbito, percebemos a sedução que essa atmosfera sugere, do qual tentador é se manter em uma relação que me impulsiona libidinalmente mas que, miseravelmente, acaba.

Não obstante, tendemos a culpabilizar o outro pelas nossas frustrações em relação a esse fim, logo, percebemos que a prevalência de falas como, “fui enganada” ou “não imaginava que pudesse fazer isso comigo”, explicitam uma configuração afetiva em que o outro tivesse a obrigação de sustentar as minhas expectativas, expectativas. (SUY, 2022)

Não nos apaixonamos pelo outro, nos apaixonamos pelo sentimento que o outro nos causa. Com isso, a dor da frustração de uma reciprocidade fora do esperado, traz o questionamento: será que sou verdadeiramente amado? Será que estou no relacionamento ideal? “Tendemos a tomar a diferença do outro como desamor, a tomar a outridade do outro como rejeição. Como o outro ousa não atender aos meus desejos?” (SUY, 2022 p. 50)

Ver a pessoa amada descer do pedestal de perfeição - sentimento muito presente na paixão - direciona a relação a dois lados: ao fim ou a passagem da paixão para o amor real. O peso de tudo isso é que as expectativas e os ideais de amor romântico são colocados em um patamar como única forma de amor, com isso, a frustração é inevitável e o sentimento de um dia querer viver tal encantamento se faz presente, por mais que a realidade e a rotina apareçam mais cedo ou mais tarde em futuras relações. É um ciclo sem fim, uma busca eterna por algo que é efêmero ou, na realidade, não existe.

E na ânsia de manter esse sentimento vivo, há quem prefira manter a pessoa amada distante, afinal, a única maneira capaz de preservar a utopia da realidade é não a

transformando em convívio, para isso, existe uma forte ferramenta capaz de preservar o “fogo da paixão”, a falta.

Quem não suporta a solidão, também não suporta o amor, porque o amor nunca nos preenche por completo, ele não nos livra da nossa própria falta. Muito pelo contrário, quando amamos alguém, a nossa falta tende a ser duplicada. Ao encontrar um amor, a gente não encontra a parte que nos faltava. A gente encontra a parte que fará falta a partir dali. Somos seres faltantes e isso não é um problema [...] porque livra o outro de ocupar o papel de alguém que nos salvará. [...] Amar é se haver com a insuficiência do outro que denuncia a insuficiência de cada um. Quando duas pessoas se tornam um só, é porque alguém deixou de existir ali. A gente mira no amor e acerta na solidão. Porque quando o outro vai, a gente fica. [...] A paixão é a concretização do mito do amor (SUY, 2022 p. 22).

A experiência de se apaixonar tem como uma das suas particularidades a ilusão de que esse sentimento vai durar para sempre. É como se a paixão não desse espaço para a transformação que o amor traz. Assim, as pessoas querem viver um amor, mas não querem aceitar que a paixão é passageira e que é permeada de faltas, erotismo e novidades. “Existe uma forte tendência de valorizar mais o previsível nas relações longas. Mas o erotismo gosta do imprevisível. O desejo entra em conflito com o hábito e a repetição” (LINS, 2017, p. 72).

## **A falta de sentir falta - reflexões analítico-conceituais**

A falta simboliza a maior incongruência do amor, pois queremos “matá-la” a todo custo, mas quando o outro está perto demais, sua presença passa a ocupar todos os lugares, sufoca, preenche, é aí que sentimos saudade de sentir saudade, sentimos falta de sentir falta. E assim nos percebemos como seres que querem ser amados essencialmente na nossa falta: queremos que nossa ausência seja sentida. Lins (2017, p. 29) retratou que “Imaginar que numa relação amorosa vamos nos completar, que nada mais vai nos faltar, é o caminho mais rápido para a decepção.”

É difícil amar com tantas divergências, a frustração intragável de uma relação não recíproca, leva - com uma facilidade muito maior do que na modernidade - a uma constante busca por novos amores, seja pelo prazer das demais experiências, seja pela tentativa de encontrar o amor ideal. Para Pires (2009, p. 85) “percebe-se que o ponto nevrálgico paira na forma como o amor romântico é idealizado e materializado nas relações amorosas e não no sentimento em si”. Deste modo, a Modernidade traz uma perspectiva de progresso, evolução ou a algo que se direciona a um aperfeiçoamento, conduzindo e construindo um processo cultural cada vez mais consistente.

Assim, em seu livro “Novas formas de amar”, Regina Navarro Lins (2017), afirma que a falta se torna uma pré-condição para a manutenção do desejo, é a incongruência chave de uma relação entre intimidade e sexo. “Então, quando os dois se fecham na relação, não é a falta, mas o excesso de proximidade que impede o desejo. [...] O erotismo exige distância, viceja no espaço entre mim e o outro.” (LINS, 2017, p. 94)

## Revolução Sexual - marco histórico

O início do século XX, marcado pelo avanço das tecnologias e o surgimento do telefone, traz a concretização de um marco histórico: os encontros amorosos. A partir de 1940, no contexto ocidental, o amor romântico começou a se enraizar nas relações afetivas. Antes, as uniões ocorriam por predileções familiares, tal como status, procriação e manutenção da família. Agora, a maioria das pessoas aspiram pelo amor romântico como objetivo de vida e, principalmente, como sinônimo de felicidade eterna (LINS, 2017).

Além disso, outro grande marco foi a criação das pílulas contraceptivas, que influenciou em uma mudança radical de comportamento, desassociando o sexo com a procriação e trazendo à mulher o direito de fazer o que quiser com o próprio corpo, assim, relações sexuais fora do casamento ganharam proporções cada vez maiores.

Com base nessa configuração, a liberdade sexual feminina causou um impacto social expressivo, não meramente pela possibilidade de escolha sexual, mas pela apropriação do próprio corpo. Ora, durante 5 mil anos o sistema patriarcal tomou conta dos corpos femininos, atribuindo ao homem a decisão de quantos filhos deveriam ter e em quais momentos isso aconteceria. Nesse sentido, entende-se, a partir desse momento, que posições econômicas - entre homens e mulheres - começavam a se equiparar.

Entretanto, o principal marco histórico atrelado diretamente à Revolução Sexual ocorreu em meados da década de 1960 e 1970, através do movimento *Hippie* também conhecido pelo slogan “*make love, not war*”, no qual o sexo vinha como pauta principal. Ascendeu com o advento da pílula anticoncepcional, luta com a repressão e a aspiração pela liberdade sexual (LINS, 2012). Em complemento, a autora reforça: “Tentava-se incluir o amor livre em todas as ideologias da época”.

A revolução sexual era o direito ao desejo para todos, o direito a não sermos mais penalizados ao manifestarmos nossa atração por outra pessoa, grande novidade para as mulheres que, até então, eram sempre reprimidas em sua expressão da libido. Antes vivíamos de amores interrompidos, que paravam no último estágio. Dali para a frente, a porta estava aberta: uma moça podia escolher o que queria, desobedecer à norma social, parental, familiar” (LINS, 2012, p. 169)

Por conseguinte, entendemos que toda transição causa incômodos, afinal, o inesperado - de fato - intimida. Novas identificações passam a se desenvolver e para alcançar proporções progressistas ou reacionárias, debates precisam emergir e movimentos liderados por conservadores e libertários contribuem para a elucidação desse processo de mudança. Como ressalta Lins (2017, p. 18), “o ultraje de ontem é a normalidade de hoje”.

## Não Monogamia - conceito útil para análise

O amor romântico está saindo de cena e tem levado com ele sua principal característica: a condição de **exclusividade**. Sem o desejo de buscar a completude, novas configurações de relacionamento começam a se manifestar. Nesse sentido, é importante observar a virada de chave entre a visão hegemônica do amor romântico e

monogâmico, mediante as suas reverberações sobre novas formas de amar que se dispõem na contemporaneidade.

O cerne da questão está, muitas vezes, atrelado à homogeneização da forma de pensamento sobre como se dão as construções, normas e regras de uma relação afetiva. Ou seja, existe uma demanda para em se debater a cristalização das normatizações afetivas que traz à tona a reflexão sobre como o comportamento de repetição - que nós mesmos fazemos sem nos dar conta - de manter sempre os mesmos preceitos de uma relação à outra, traz graves consequências, seja à nós mesmos, seja à expectativa do outro.

“O homem é a única criatura que precisa ser educada.” (KANT, 1996, p. 441). Entende-se, deste modo, que o homem cria e recria valores sociais, ao mesmo tempo que tem a capacidade para se atualizar, se mantém, em grande parte, na ignorância e no medo do novo. Ora, se somos animais e temos instintos, por que é tão difícil desconstruir valores criados por nós e desestigmatizar relacionamentos não convencionais? Para Kant, o pensamento é uma habilidade que deve ser desenvolvida e, assim, as regras devem ser seguidas dentro das minhas convivências pessoais e não meramente pelo hábito.

Tomando como base o contexto histórico, foi a partir dos mórmons que se obteve os primeiros exemplos de congregações religiosas embasadas na não monogamia, na comunidade Oneia e por meio das práticas de Yoga Tântrico. O Tantra, como técnica milenar conhecida atualmente, é, na verdade, uma técnica clássica que mescla respiração, contato e consciência erótica e já introduzia, desde seus primórdios uma relação sexual entre a troca com o outro e suas percepções entre corpo e mente (EASTON; HARDY, 2020). “Pagãos e adeptos do Radical Faeries se reúnem em festivais e encontros para celebrar antigos ritos sexuais, [...] como a ampla sexualidade dos encontros dos faeries, ou um erotismo mais sutil de danças sagradas e percussão” (EASTON; HARDY, 2020, p. 60).

Nesse contexto, surge o poliamor. Colocando o amor como centro das relações afetivas, o poliamor nasce do entendimento de que o amor não pode ser forçado, direcionado ou impedido de ser sentido. O poliamor defende, assim, que é possível e válido manter relações íntimas e/ou sexuais com múltiplos parceiros simultaneamente, com a concordância de todos os envolvidos [...] baseia-se na não monogamia, no amor livre, na responsabilidade, na compreensão, no respeito à individualidade, na liberdade sexual, na equidade de gênero e no diálogo (HARITAWORN; LIN; KLESSE, 2006, citado por PEREZ; PALMA, 2018, p. 03).

O conceito de não monogamia emerge para se referir a um conjunto de relações afetivas e sexuais que se dispõem levando em conta pressupostos básicos como valores, ideais práticos e como crítica ao amor romântico e a monogamia. (BORNIA JUNIOR, 2018) É o consentimento para que o outro esteja livre para ser e amar quem quiser, sem a exigência de **exclusividade** sexual ou emocional. Baseado nisso, é interessante perceber o incômodo social que a não monogamia causa nos debates atuais, justamente por contrapor o fato de que a monogamia em série já existia há longos anos e que sempre foi brandamente naturalizada. Ou seja, nada mais é do que a prática de ter vários parceiros durante a vida e, claro, de forma não consentida com o parceiro fixo, logo,

traição (EASTON; HARDY, 2020). O que não deixa de ser uma forma de amor livre, entretanto, de forma unilateral e desonesta.

Com base nisso, uma nova forma de amar foi “semeada” e tem “florescido” cada vez mais: a não monogamia. Caracterizada pela valorização dos acordos afetivos e do consentimento, traz o ideal de protagonismo na relação amorosa ao refutar a cristalização de padrões de comportamento dentro de um relacionamento. Ora, por que seguir regras já estabelecidas socialmente se **eu** e a **pessoa** com quem me relaciono, temos autonomia para criar as **nossas** próprias condições de SER dentro daquela relação?

Nessa esfera, quando se pensa em um protagonismo na relação, reforçamos a ideia de figura ativa, tal como aquela que se responsabiliza pela construção, manutenção e reparo do próprio relacionamento diante de situações de adversidade. “amar, então, é verbo que só se conjuga no gerúndio” (SUY, 2022, p. 49). Ou seja, amar é estar é um ato de escolha e um exercício de se movimentar para mantê-lo apesar das transformações, é aperfeiçoar o olhar para o outro, entendendo-o como ser desejante, ser de faltas. E, ao criar um ambiente favorável para essa troca, passa-se, assim, a existir uma **conexão**.

A humanidade cria instituições, institui a exogamia, as regras de parentesco, prescreve o casamento, proíbe o adultério. Mas é extremamente notável que o desejo e o amor ultrapassam, transgridem normas, regras e interditos: ou bem o amor é muito endógamo e torna-se incestuoso ou é exógamo e torna-se adúltero, traidor do grupo, do clã, da pátria. A selvageria do amor o conduz à clandestinidade e à transgressão. (MONIN, 2008, p. 22)

A angústia e o receio de sair da zona de conforto trazem um levantamento curioso sobre esse Efeito Manada que justifica a naturalização e a adesão dos comportamentos convencionais nas relações e que parece ser marcado pela fuga à reflexão sobre este *modus operandi*. Assim, é possível observar que as pessoas não refletem sobre os sentimentos negativos presentes em suas relações, porque, de alguma forma, parece errado mudar as regras convencionais já pré estabelecidas historicamente, nesse caso, as duas saídas mais “fáceis” são: se manter em uma relação insuficiente ou romper e buscar outra pessoa, mas sempre no mesmo padrão de normas tradicionais.

Ao sofrer com preconceitos e cercamentos impostos por proselitistas monogâmicos (ativistas invisíveis das expressões do “amor romântico”), os agentes sociais relacionam-se conforme regras que por vezes sequer perceberam ter sido impostas, por estarem socialmente sedimentadas. Talvez muito mais por apego às tradições e à falta de estímulos para repensar a validade de modelos antigos, há casais que vivem a experiência amorosa com apenas um parceiro, mesmo sentindo-se infelizes. (KESSLER, 2013, p. 366).

Com base nas pontuações trazidas, questionamos: afinal, o que é o amor? Como identificá-lo? Como expressá-lo? E se for plural? E se não for recíproco? É válido perguntar: por que essas novas configurações passaram a ser consideradas, também, expressões de amor se antigamente eram tão reprimidas? Estamos amando menos do que antes? Ou só estamos, finalmente, expressando as demais possibilidades por elas serem - atualmente – aceitas?

Diante de todo contexto histórico-cultural supracitado, o presente estudo propõe trazer, de forma mais abrangente, as reverberações que as relações amorosas sofrem - ainda hoje -, pela influência do ideal de “amor eterno”, fomentado pelo ideal de amor romântico e sua construção histórica, desde a modernidade até a contemporaneidade. Ademais, busca trazer a importância do papel do psicólogo clínico no amadurecimento pessoal a fim de levantar uma reflexão sobre o *status quo* das relações afetivas, tal como a desconstrução dessas repetições automatizadas de comportamento.

## **Revisão narrativa da literatura sob a ótica do amor romântico e da não monogamia**

### **Base de dados Google Acadêmico**

Das bases de dados dispostas aos estudos científicos, o Google Acadêmico contempla um escopo mais diversificado, por esse motivo é o primeiro a ser utilizado para pesquisa. A coleta se dispôs a partir dos seguintes descritores “amor romântico”, “não-monogamia”, “poliamor” e “não-monogamia consensual”, com as aspas sendo aplicadas para delimitar os resultados obtidos a artigos com maior proximidade do tema do presente estudo. Para a coleta de dados, foram desconsiderados do estudo: fontes de pesquisa realizadas por trabalho de conclusão de curso, pesquisas de abordagem metodológica quantitativa, publicações em outra língua que não seja português e publicações anteriores ao ano de 2013.

Deste modo, a pesquisa da palavra-chave “amor romântico” proporcionou aproximadamente 15.000 resultados, com esse valor reduzindo para 9.190, a partir do filtro de busca, referente a estudos publicados nos últimos dez anos e em língua portuguesa. De forma semelhante, a pesquisa pelo descritor “não-monogamia” gerou 314 resultados, reduzindo para 276 conforme a aplicação do referido filtro por data de publicação e idioma. A pesquisa por “poliamor” sofreu uma redução de 1.590 resultados para 1.450. Por fim, a pesquisa pela palavra-chave “não-monogamia consensual” originou, por sua vez, apenas 42 (quarenta e dois) resultados, não sofrendo variação com o uso dos filtros, chamando a atenção para a escassez de estudos científicos sobre esse fenômeno emergente no âmbito da sexualidade contemporânea

Nesta etapa inicial da coleta de dados, foram pré-selecionados um total de 30 (trinta) artigos, obtidos pela leitura e avaliação dos títulos obtidos a partir da busca de descritores e que tinham, de alguma maneira, proximidade com os temas abordados no presente estudo. Em seguida, o critério utilizado para uma nova filtragem do material obtido foi a leitura das palavras-chave e da seção ‘Resumo’ dos artigos selecionados, novamente buscando avaliar a relevância do material para a discussão que propomos, excluindo aqueles que pareciam se distanciar das temáticas em evidência nesta pesquisa. Nestes termos, após a devida aplicação dos critérios mencionados, a coletânea dos materiais obtidos contou com 4 (quatro) artigos referentes ao descritor “amor romântico”, 3 (três) referentes à “não-monogamia”, 2 (dois) referentes ao “poliamor” e 2 (dois) referentes à “não-monogamia consensual”, um total de 11 (onze) estudos a serem analisados à luz do referencial teórico que selecionamos.

Na Tabela 1, disponibilizada a seguir, apresentamos uma síntese quantitativa dos resultados da coleta de dados no Google Acadêmico, antes e após a aplicação dos referidos critérios no material pré-selecionado.

<b>Tabela 1 - Resultados obtidos com a coleta de dados na base Google Acadêmico</b>				
	Amor Romântico	Não-monogamia	Poliamor	Não-monogamia Consensual
Artigos pré-selecionados antes da aplicação dos critérios da pesquisa	8	10	6	3
Incluídos	4	3	2	2
Excluídos	4	7	4	1
Fonte: quadro elaborado pela autora (2023)				

Para indicar as obras selecionadas por essa base de dados, a Tabela 2, apresentada a seguir, engloba as pesquisas setorizadas em Título, Autor e Ano de publicação.

<b>Tabela 2 - Obras selecionadas para pesquisa a partir da coleta de dados no Google Acadêmico</b>		
Título	Autor	Ano de publicação
Amar amores: O poliamor na contemporaneidade	Perez; Palma	2018
Ativismos não-monogâmicos no Brasil contemporâneo: a controvérsia poliamor – relações livres	Pilão	2022
Quando o amor é o problema: feminismo e poliamor em debate	Pilão	2019
Entre a liberdade e a igualdade: princípios e impasses da ideologia poliamorista	Pilão	2015
Fonte: quadro elaborado pela autora (2023)		

## Base de dados SciELO

A segunda base de dados que utilizamos foi a SciELO, com a pesquisa utilizando os mesmos quatro descritores apontados na seção anterior, e seguindo igualmente a aplicação de aspas para delimitação dos resultados. No que se refere à palavra-chave "amor romântico", a busca inicial proporcionou 22 (vinte e dois) resultados, reduzindo para 6 (seis) após a filtragem por data de publicação. A pesquisa do descritor "não-monogamia" gerou 2 (dois) resultados, reduzindo para apenas 1 (um) após a aplicação do filtro para obras dos últimos dez anos e em português. Mediante a busca pela palavra-chave "poliamor", originou-se 6 (seis) resultados, reduzindo para 5 (cinco) com o uso dos filtros.

Por fim, a busca pelo termo “não-monogamia consensual” não gerou resultados, se mostrando desprovido de estudos.

Importante ressaltar, no entanto, que apesar de compreendermos que se trata de uma quantidade escassa de material de estudo, consideramos inviável a comparação dos resultados obtidos no Google Acadêmico como plataforma única, em decorrência disso, os documentos encontrados no SciELO entrarão como elemento agregador de escopo consideravelmente maior.

Ressaltamos, também, que não selecionamos artigos repetidos entre as bases utilizadas, sendo os artigos encontrados no Google Acadêmico, por exemplo, desconsiderados caso fossem obtidos também na SciELO e vice-versa entre estas demais fontes.

A pré-seleção do material bibliográfico encontrado na SciELO, através da referida leitura e avaliação dos títulos, proporcionou um total de 30 (trinta) artigos no contexto geral, valor que foi reduzido para 12 (doze) a partir do uso de filtros, como idioma português e data de publicação. Ademais, o número de artigos reduziu novamente com a posterior análise de palavras-chave e seções ‘Resumo’, considerando, novamente, a proximidade com a presente discussão o fator principal para esta filtragem, ficando, dessa forma, com 4 (quatro) obras totais. Dispuseram-se da seguinte maneira: 1 (uma) selecionada a partir da busca por “amor romântico”, 1 (uma) pela busca por “não-monogamia” e 2 (duas) referente ao descritor “poliamor”.

Na Tabela 3, disponibilizada a seguir, apresentamos também uma síntese quantitativa dos resultados da coleta de dados na SciELO, antes e após a aplicação dos referidos critérios no material pré-selecionado.

<b>Tabela 3 - Resultados obtidos com a coleta de dados na base SciELO</b>				
	Amor Romântico	Não-monogamia	Poliamor	Não-monogamia Consensual
Artigos pré-selecionados antes da aplicação dos critérios da pesquisa	22	2	6	0
Incluídos	6	1	5	0
Excluídos	16	1	1	0
Fonte: quadro elaborado pela autora (2023)				

Para indicar as obras selecionadas por essa base de dados, a Tabela 4, apresentada a seguir, engloba as pesquisas setorizadas em Título, Autor e Ano de publicação.

Tabela 4 - Obras selecionadas para pesquisa a partir da coleta de dados no SciELO		
Título	Autor	Ano de publicação
O amor romântico em seus desdobramentos e reverberações na sociedade	Silva; Silva; Silva	2019
Novas formas de relacionamento: fim do amor romântico ou um novo amor-consumo?	Kessler	2013
Amar é verbo, não pronome possessivo: etnografia das relações não monogâmicas no sul do Brasil	Bornia Junior	2018
Eu, tu... <i>Ilus</i> : Poliamor e não-monogamias consensuais	Silvério	2018
Não monogamia consensual: atitudes e experiências de pessoas heterossexuais, homossexuais e plurissexuais	Costa; Ribeiro-Gonçalves	2020
Do amor romântico ao poliamor: uma análise crítica a partir da teoria feminista	Silva	2017
Monogamia na contemporaneidade: um estudo sobre a exclusividade sexual no casamento	Silva	2022
<b>Fonte: quadro elaborado pela autora (2023)</b>		

Com base no exposto, as publicações científicas supracitadas foram escolhidas por preencherem todos os critérios de inclusão, exclusão e por incluírem dados que respondam o objetivo geral e os específicos.

Diante dos dados coletados, apresento os resultados referente às pesquisas coletadas, articulando os estudos apresentados e desenvolvendo uma análise teórico-reflexivo. Para isso, tomando como ponto de partida o fragmento musical “eu me apaixonei pelo que inventei de você <sup>[3]</sup>”, visualiza-se como uma máxima em inúmeras relações, a **necessidade** de suprir a **própria necessidade**, caminhando, assim, a uma persistente sensação de frustração pela incapacidade que o outro tem de sustentar um ideal que não pertence a ele, mas sim, a mim.

Entendendo, nesse sentido, que o amor romântico perpassa um contexto histórico e apresenta-se socialmente como um ideal a ser almejado e seguido, falar sobre outras formas de amar gera, em certo ponto, incômodo, pois, a partir do momento que tiramos do outro o papel de nos realizar, completar ou nos fundir, confirmamos a ideia de que a falta não deixará de existir.

Segundo Perez e Palma (2018), o mito do amor romântico se apresenta como uma “libertação” calcada na idealização, pois anseia por uma relação estável, feliz, duradoura e moldada no ideal burguês. Além disso, categoriza a virgindade como recompensa masculina e, conseqüentemente, se direciona a monogamia compulsória que garante, assim, a preservação da família, tal como exclusividade e valores.

Como paralelo, Silva, Silva e Silva (2019) afirmam que a ideia de amor romântico reforça que, para as pessoas permanecerem juntas, a relação deve se pautar sob a ótica de regras já pré-determinadas e impostas socialmente, e, em caso de não cumprimento, reverberam-se em punições ou, até mesmo, rompimento, tendo em vista que tais atitudes ferem o interesse pessoal e o interesse coletivo do casal, pois, o amor e a fidelidade são condições para o que é considerado “relacionamento saudável”. Ademais, outra ritualística trazida pelo Amor Romântico é a ideologia de fusão, tendo como justificativa a compreensão de que duas pessoas que se amam verdadeiramente, se tornam uma só, reforçando, com base nisso, a ilusão de amor eterno e alma gêmea.

Em contrapartida, Kessler (2013) atrela o amor romântico à manutenção da monogamia, tendo em vista ser o argumento de crítica utilizado pelos não-monogâmicos como justificativa para vislumbrar outras formas de se relacionar. Ou seja, por mais que o amor romântico tenha surgido como prática libertadora às impostas pelo amor cortês, apresenta, ainda assim, características reacionárias, pois aprisiona casais com a ideia de completude e condição à felicidade eterna.

Logo, a fantasia de fusão como uma máxima a ser seguida, faz, de certa forma, com que os integrantes dessa relação percam suas identidades e não se reconheçam como indivíduos únicos dentro desse contexto. Nesse sentido, a ideia de que a completude só vem acompanhada a partir do olhar do outro faz com que eu me desenvolva num espaço limitado de ser, ou seja, apenas na metade de mim.

A ideia de exclusividade traz, como sentimento principal, os ciúmes, ou melhor, a romantização dele prova de um amor verdadeiro. "As pessoas sentem ciúme, de maneira involuntária, e sofrem com ele, mesmo desejando não o sentir" (BORNIA JUNIOR, 2018, p. 163). Entende-se, nesse contexto, que os ciúmes é condição dos relacionamentos monogâmicos, entretanto, é comum em qualquer tipo de relação, o que difere, em demais âmbitos, é a forma como o casal lida com essa emoção.

Seguindo essa linha, ao sermos ensinados sobre amor, somos, também, ensinados a como amar e a como lidar com nossas emoções, entre elas, é percebido como a tolerância aos ciúmes se apresenta de maneira mais instável, seja pela romantização do sentimento, seja pela sua patologização. Segundo Lins (2017), a relação entre duas pessoas é determinada pela ausência de garantia. Por maior que seja a prova de amor explicitada, pode não ser suficiente. Essa possibilidade de questionar o sentimento do outro ou de invalidar, é que é o cerne do ciúme. Ciúme é a contrapartida da ausência de garantia.

Outro ponto a se levar em consideração é o fato de os ciúmes ser apresentado, em muitos aspectos, como um critério relevante para que pessoas saíssem de relações monogâmicas e passassem a apoiar relações livres, tendo em vista o sofrimento e trauma causados pela presença desse sentimento nas suas antigas relações, afirma Borna Junior (2018). Nesse âmbito, o ciúme como posse, foi o propulsor para o fim de muitas relações e, diante disso, se pôs em questão o fato de ser, realmente, condição de um amor verdadeiro ou não passa de uma forma permissiva de controle.

Borna Junior (2018), por sua vez, confirma que maioria dos entrevistados em sua pesquisa disseram que o ciúme estaria associado à própria insegurança ou à insegurança construída em algum relacionamento. Não por menos, entende-se que o ciúme está atrelado

a um medo do abandono e, para superar os sentimentos de impotência, o ciumento se esforça por sufocar o outro e validar seu controle.

O ciúme é interpretado nas nossas sociedades como uma resposta “natural” a qualquer ameaça à relação, sendo os possíveis envolvimento fora dela o seu maior risco. A linguagem do amor é apresentada com somente duas opções: monogamia ou infidelidade, esta última levando inevitavelmente ao fim do relacionamento [...] O ciúme, porém, pode ser considerado uma consequência das inseguranças e dependências geradas pelos sentimentos de posse e exclusividade criados pela união monogâmica. Não se trata, portanto, de algo inerente ao amor, mas sim de uma resposta que é ensinada a partir de atitudes culturais [...] que mantém a ordem social e econômica da monogamia, contribuindo para sua posição hegemônica dominante (Silvério, 2018, p. 124)

Em complemento, os autores afirmam, “o ciúme seria a base de sustentação do amor romântico e de seu ideal de que a pessoa pertence somente a nós e não deve ser dividida com mais ninguém” (SILVÉRIO, 2018, p. 215). Ou seja, quando percebemos que o outro é um ser independente, e não a personificação das nossas fantasias, nos ressentimos e tendemos a nos culpabilizar, logo, para mantermos a presença da fantasia de que o outro nos completa, exigimos dele ser tudo para nós e nos esforçamos em ser tudo para ele (LINS, 2018).

Como contrapartida, Kessler (2018) conceitua a não-monogamia como uma possibilidade de estabelecer múltiplas relações afetivo-sexuais simultaneamente e de formas consensuais. Como outra perspectiva, um relacionamento aberto é aquele que oferece mais possibilidades do que simplesmente “você e eu”. Permite, ao casal, a autonomia de descrever o que sua relação significa e o que é permitido. Nestes termos, entrega ao casal a autonomia e o protagonismo de descrever sua relação e o que gostaria ou não, que acontecesse.

Logo, se a monogamia é a única opção aceitável, a única forma verdadeira de amar, será que os acordos dentro dessa relação são genuinamente consensuais? Quantas pessoas na nossa sociedade fizeram essa escolha de maneira consciente?

Quando se aborda a configuração de um relacionamento não-monogâmico, refere-se, majoritariamente, a forma como esse relacionamento se dispôs, ou seja, seus acordos afetivos. No contexto poliamorista, não se aceita nenhuma “intromissão” dos parceiros sobre a sua autonomia, de modo a não seguirem “obrigações morais” ou “exercerem direitos”, tendo em vista que o fator hegemônico dessa desse arranjo é pautado na liberdade sexual, no qual o objetivo não é limitar ninguém, mas sim, compreender e permitir (PILÃO, 2022).

No contexto da revolução sexual, surge o poliamor. Responsável por colocar o amor como centro das relações afetivas, o poliamor surge da compreensão de que o amor não pode ser forçado, podado, ou limitado de ser sentido (PEREZ; PALMA, 2018). Pois o amor, tal como qualquer outro sentimento, é aprendido, desenvolvido e está sempre em constante pulsão, ou seja, não é findável.

Numa palavra:

O poliamor se contrapõe aos mecanismos do amor romântico por aceitar que o ser humano é capaz de amar mais de uma pessoa. [...] Admite a variedade de sentimentos que se desenvolvem em relação a várias pessoas e que vão além da relação sexual (PEREZ; PALMA, 2018, p. 04).

Parafrazeando Navarro, em seu livro “Novas formas de Amar” (2017), o ultraje de ontem é a **revolução** de hoje. Sabendo disso, entendemos que o poliamor permite ampliar, de forma inovadora, a forma como sentimos e expressamos o amor. E, como era de se esperar, tudo que é novo impacta, trazendo resistência, tornando o processo de liberdade sexual ainda mais desafiador e minimizado. Assim, experienciar o poliamor em uma sociedade que idealiza o amor romântico e a monogamia compulsória exige, aos não monogâmicos, uma constante batalha de enfrentamento e desconstrução das pressões sociais que envolvem as compreensões e as novas formas de amar (PEREZ; PALMA, 2018).

Diante deste enredo, Pilão (2019) pontua que uma das desvantagens da monogamia teria, como um dos pontos-chaves, a ausência de honestidade entre os parceiros em função da predileção à infidelidade em detrimento do questionamento aos acordos que impõem a exclusividade afetivo-sexual.

Uma pesquisa realizada por Costa; Ribeiro-Gonçalves (2020, p. 108), aponta:

Esta evidência contraria uma das crenças associadas às relações entre pessoas do mesmo sexo ou gênero, particularmente entre homens gays, que afirmam que estas são marcadas por maior “promiscuidade”, infidelidade, e frequência de sexo extra-diádico. Pelo contrário, ainda que alguns casais de dois homens possam manter relações não-monogâmicas, para muitos destes casais a não monogamia sexual não é necessária para a satisfação diádica. [...] Assim, demonstrando um maior desejo de práticas não monogâmicas e de relações sexuais causais, o envolvimento em relacionamentos não-monogâmicos não é surpreendente. Também por este motivo se compreende um elevado nível de satisfação relacional semelhante ao de pessoas heterossexuais tendencialmente monogâmicas. Estes resultados vão de encontro a estudos que sustentam que uma sociosexualidade menos restritiva não tem um impacto negativo na satisfação relacional em casais não monogâmicos de forma consensual.

Com base nisso, podemos observar que parece existir um estereótipo de que a não monogamia tem relação com a promiscuidade e que indica ser reflexo de relações onde não há “amor verdadeiro”. Em contraponto, Bornia Junior (2018) expõe em sua pesquisa a perspectiva de que vários casais passaram a ter mais desejo e confiança no parceiro e que a vida sexual ficou mais intensa.

Como reviravolta, a presença do sentimento de “felicidade” dentro de um relacionamento deixou de seguir, nesses contextos, ideais utópicos de mutualismo, ou seja, o papel que o outro tem em relação comigo, não é mais como premissa à minha felicidade. Uma nova sensação emerge na não monogamia, a “compressão”, descrita por Bornia Junior (2018), como sentimento de **empatia** e **alegria** diante à felicidade do parceiro/parceira em se relacionar com o outro. “É ver o amor e carinho que ele(a) sente por outros com bons olhos [...] é ficar alegre quando a pessoa que você ama é amada por mais alguém” (PILÃO, 2015, p. 411).

Em paralelo, Silva (2017) traz uma pesquisa que apresenta, como ponto de partida, uma investigação sobre o que as mulheres do grupo de Facebook “Poliafetividade” apontaram como problemática em suas relações anteriores e os motivos em prevalência para que deixassem um contexto monogâmico e optassem pelas relações livres, sendo eles, “constantes crises de ciúmes”, “controle e sentimento de posse”, “busca por autonomia e liberdade”.

Como recorte significativo, uma das entrevistadas relata sua percepção sobre as relações como sendo, de forma geral, hierárquicas, pois se baseiam em “trocas econômicas” e “subterfúgios emocionais”, ou seja, um ambiente onde há espaço para abuso de poder. Como outra alternativa, as relações não monogâmicas proporcionam uma alternativa para contactar seus interesses, como sentir-se respeitada pelo que é e por compreender os desejos do casal na relação. “o amor pode crescer, ele pode te ampliar. Então o que eu vejo de vantagem na não monogamia é você não ter que escolher [...] é possível dialogar mais” (SILVA, 2017, p. 80).

Segundo Silva (2022) citando Wood *et al.* (2021), em estudo qualitativo que investigou as motivações para uma relação não monogâmica, a prevalência foi de que mulheres e homens costumam se sentir motivados a se engajar nas relações, sobretudo pelo bem-estar e pela satisfação das necessidades individuais. Os pesquisados relataram motivações relacionadas à necessidade de autonomia, à busca de um relacionamento alinhado a crenças e valores individuais, à expansão da vivência da sexualidade e ao crescimento individual. Em paralelo, o autor pontua que a satisfação das necessidades individuais de um dos parceiros pode influenciar consideravelmente o outro, e, também, a relação.

Sendo assim, a qualidade de vida referente às necessidades individuais, pode repercutir positivamente na satisfação conjugal e no manejo dos conflitos. Ou seja, prevalência de um ambiente favorável ao diálogo e ao acolhimento.

Baseado no exposto, Lins (2017, p. 71) afirma: “A relação entre dois seres é marcada pela ausência de garantia. [...] A busca de autonomia não significa incapacidade de permanecer numa relação a dois, mas, sim, a recusa de pagar qualquer preço por ela.” Em outras palavras, entendemos que as condições à se pagar por um ideal de amor romântico estão sendo postas em cheque e que permitem, por conta disso, não somente a disponibilidade de escolhas, como também, a emancipação afetiva.

De outra sorte, para Pilão (2015) citando Salem (1989), o sentimento de completude, atribuído ao matrimônio, incute aos casais uma expectativa - já percebida - como inalcançável e que apresenta alta a probabilidade de catástase. Sendo, por meios óbvios, percebidos como uma perseguição em vão e carregada de utopia.

Em se tratando da influência que o “amor eterno” carrega e reflete às relações, Silvério (2018, p. 269), pontua:

Todos esses paradoxos são sustentados pelo amor romântico com seu carácter de totalidade, exclusividade, complementaridade, eternidade, superioridade e correlação entre amor e sexo, o que faz dele um dos principais valores monogâmicos que pessoas poliamorosas tentam desconstruir. Os questionamentos recaem, entretanto, não somente sobre este tipo de amor, mas também sobre

os outros existentes, as características que definem esse sentimento e caracterizam uma relação como afetiva e/ou sexual. Coloca-se assim a possibilidade de se pensar não apenas em “amor”, mas em “amores” de várias formas.

Por fim, a partir do *corpus* do estudo, percebemos a quão sedutora é a ideia de que existe alguém no mundo que nos trará total segurança com a “completude” e com a “felicidade eterna” prometida, entretanto, percebemos que só há a garantia de não ser abandonado se o outro for controlado. Ou seja, o ato de dividir uma vida se torna obrigatório; os limites pessoais já não são respeitados; quando o único espaço reconhecido é o compartilhado com o outro e o espaço privado é negado, a fusão substitui a intimidade e a posse alicia o amor. É o processo que Navarro Lins (2017, p. 90), descreve “o beijo da morte para o sexo. [...] Onde nada resta a esconder, nada resta a procurar”. E assim, toda autenticidade é findada, as peculiaridades se tornam “mais do mesmo”; os defeitos roubam a cena; o mistério, o novo e a individualidade se dissipam tão sutilmente que quando menos se espera, um foi totalmente preenchido pelo outro.

## Conclusão

À guisa de conclusão, a partir do *corpus* do estudo, foi possível analisar os desdobramentos provocados pelo mito do amor romântico, tal qual suas reverberações diante de relacionamentos não monogâmicos. Nesse sentido, percebe-se o aumento no número de publicações científicas em relação ao tema nos últimos anos, como hipótese: estaríamos, atualmente, considerando a não monogamia como uma possibilidade válida de relacionamento? Seria este um movimento inicial para que o debate deixe de ser um tabu?

Diante do exposto, pesquisas empíricas e teóricas analisadas apontam para uma possível relação da não monogamia como contraponto ao ideal de amor romântico. Logo, podemos inferir que as condições utópicas propostas por essa ideologia não trazem, nos dias atuais, tanto conforto e almejo como antigamente, tendo em vista que se passou a ser percebido que o outro não é mais o “objeto portador da minha metade”, tampouco a condição *sine qua non* da minha felicidade “eterna”.

Destarte, pelo fato de o amor romântico trazer, como uma das máximas, a noção de exclusividade, as lacunas deixadas ao longo das relações levaram, não somente a refletir sobre as próprias configurações de relacionamento e o protagonismo no próprio contexto, como mobilizou, também, casais e indivíduos a questionarem sobre como e o que fazer dentro das próprias relações.

Noutros termos, tendemos a esperar do outro que nos dê tudo. Que sustente e preencha todas as nossas expectativas. Não por menos, a frustração é um dos sentimentos mais presentes nas relações e se faz como elemento constante ao longo da vida. Projetamos no outro as faltas que notamos dentro de nós e, por não vivenciar a “completude”, seguimos com o sentimento de solidão em busca da parte que nos falta.

Será que sou a única pessoa do mundo que não encontrou a “alma gêmea”? ou “será que nunca serei verdadeiramente feliz?” Esses e outros questionamentos parecem decorrer, durante anos, de um ideal completamente enraizado, sedutor e controlador, que preenche famílias, culturas e todo um contexto histórico.

Como condição de encontrar a “tampa da panela”, aceitamos abrir mão da nossa identidade pessoal em prol da prevalência do casal e do rumo à fusão. Em casos de relacionamentos longos que chegam ao fim, não é incomum a sensação de não se reconhecer mais. Ora, tantos anos de anulação de si, gera a circunstância de, no fim das contas, ser a única pessoa que resta. Ou seja, não é somente uma relação que se perdeu, mas parte - ou todo - de uma identidade.

O sentimento de falta cultivado pelo mito do amor romântico traz uma eterna angústia e necessidade de preenchimento. As faltas não são percebidas como características naturais do ser humano, mas como aspectos que precisam ser preenchidos, principalmente por outra pessoa.

A Oração da Gestalt, escrita por Perls (1988, p. 17) elucida esse hiato: “Eu faço as minhas coisas, você faz as suas. Não estou nesse mundo para viver de acordo com suas expectativas, nem você está neste mundo para viver de acordo com as minhas. Você é você, e eu sou eu”. Nesse sentido, as pessoas escolhem seus parceiros e esperam que preencham todos os seus requisitos, além disso, acreditam que o amor e o desejo sexual os acompanharão durante toda vida e, principalmente, será espontâneo e fervoroso. Como resultado, a ideia de que os dois se tornam um só os obriga a amadurecer num espaço bem limitado.

E com isso, esperamos de uma pessoa só a capacidade de sustentar todos os papéis que precisamos na minha vida e é aí que, geralmente, a identidade individual dos integrantes é prejudicada, sobreposta pela primazia identitária do casal. O “tornar um só” acontece, não como proposto pelo ideal de amor romântico, mas pela invalidação do outro.

Em contrapartida tais repercussões, a não monogamia vem à tona como proposta de conhecimento pessoal e de incentivo a autonomia. Percebe-se, diante dos estudos trazidos, que pessoas optaram pela não monogamia, na maioria dos casos, por traumas de viver uma relação censurada e embasada no controle. →

Entendemos, assim, a transformação da influência que o amor romântico tem nas relações atuais, não mais como um objetivo de vida, mas como algo indesejável. Essa mudança de perspectiva ocorreu a partir do questionamento, por vezes, das próprias vivências e no papel que exerceu ao viver, anteriormente, experiências convencionais de relação.

A possibilidade de experienciar e de se perceber como autor de suas escolhas em uma relação apontou para relacionamentos mais consolidados, com base na comunicação aberta e no respeito mútuo.

Nesse âmbito, apesar do amor romântico ser um mito cheio de lacunas, não indica nenhum problema, quando se refere a desejar um par amoroso para toda vida, o grave é a crença de que só se pode ser feliz se houver, obrigatoriamente, um outro alguém. Com isso, amar bem é um exercício para todas as relações afetivas, não apenas nos laços românticos e saber que existem outras configurações de amor dá margem a encorajar pessoas a saírem da bolha ilusória que vivem e enxergarem novas perspectivas de relação.

Logo, o presente estudo visa a disseminação desse debate para alavancar sua importância e mostrar que não seguir o *script* é, sim, uma possibilidade válida.

Por fim, subscrevo Rita Lee: o amor é para sempre e o sexo... também.

## Referências

ALVES-MAZZOTI, Alda Judith. Revisão da Bibliografia. *In*. ALVES MAZZOTI, Alda Judith, Fernando. **O método nas Ciências Naturais e Sociais: pesquisa quantitativa e qualitativa**. São Paulo: Pioneira, 1998. p. 179-188.

ARAUJO, Maria de Fátima. Amor, casamento e sexualidade: velhas e novas configurações. **Psicol. cienc. prof., Brasília**, [s. l.], v. 22, n. 2, p. 70-77, jun. 2002. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932002000200009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932002000200009&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 10 maio 2023.

ARIES, P. O amor no casamento. *In*: ARIÉS, Philippe; BÉJIN, André. **Sexualidades ocidentais: contribuições para a história e para a sociologia da sexualidade**. 3. ed. São Paulo: Editora Brasiliense, 1987.p.153-162.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Tradução de: Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

BORNIA JUNIOR, Dardo Lorenzo. **Amar é verbo, não pronome possessivo etnografia das relações não-monogâmicas no sul do Brasil**. 2018. 233 p. Tese (Doutorado em Antropologia Social) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2018. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/193166>. Acesso em: 19 abr. 2023.

COSTA, P. A.; RIBEIRO-GONÇALVES, J. A. Não monogamia consensual: atitudes e experiências de pessoas heterossexuais, homossexuais e plurissexuais. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 21, n. 1, p. 104–110. 2020. Disponível em: <https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/8085>. Acesso em: 02 maio 2023.

PERLS, Frederick S. **Gestalt-terapia explicada**. 3. ed. [S. l.]: Summus editorial, 1988. 371 p.

FELIPE, J. Gênero, sexualidade e a produção de pesquisas no campo da educação: possibilidades, limites e a formulação de políticas públicas. **Pro-Posições**, Campinas, SP, v. 18, n. 2, p. 77–87, 2016. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8643546>. Acesso em: 21 maio. 2023.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade**. A vontade de saber Rio de Janeiro: Graal, 1988.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1999.

GÜNTHER, Hartmut. Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão? **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 22, n. 2, p. 201-209, 2006.

HARDY, Janet W.; EASTON, Dossie. **Ética do amor livre**. [S. l.]: Elefante, 2020.

KANT, Immanuel. **Sobre a Pedagogia**. Trad Francisco Cock Fontanella. Piracicaba: Editora Unimep, 1996.

KANT, Immanuel. Resposta à pergunta o que é Iluminismo. *In*: KANT, Immanuel. **A Paz Perpétua e outros Opúsculos**. São Paulo: Edições 70, 1995.

KESSLER, Cláudia Samuel. Novas formas de relacionamento: fim do amor romântico ou um novo amor-consumo? **Sociedade e Cultura**, [s.l.], v. 16, n. 2, p. 363-374, 9 out. 2014. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fcs/article/view/32195>. Acesso em: 31 out. 2022.

LEE, Rita. **Amor e Sexo**. Rio de Janeiro: Som Livre, 2003. Disponível em: <https://open.spotify.com/track/333v4s9EybUEFOY6ComIC2?si=843b65eddd844157>. Acesso em: 19 maio 2023.

LINS, Regina Navarro. **Novas formas de amar: Nada vai ser como antes: grandes transformações nos relacionamentos amorosos**. [S. l.]: Planeta, 2017. 272 p.

LINS, Regina Navarro. **O livro do amor: Do iluminismo à atualidade**. [S. l.]: Best Seller, 2012. v. 2.

MENDONÇA, Marília. **De quem é a culpa?** Rio de Janeiro: Som Livre, 2017. Disponível em: <https://open.spotify.com/track/4YhPcVixIAJrLhFVPGbJkE?si=e8351a48b4ee48b6>. Acesso em: 19 maio 2023.

MENEZES, Maria Célia de. O Mito do Amor Romântico. **Fragmentos de cultura**, Goiânia, v. 17, p. 559-571, jun. 2007. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/fragmentos/article/view/344/282>. Acesso em: 31 out. 2022.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento, pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: Hucitec, 1992.

MORIN, Edgar. **Amor, poesia, sabedoria**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2008.

NICOLACI-DA-COSTA, Ana Maria. A passagem interna da modernidade para a pós-modernidade. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s.l.], v. 24, n. 1, p. 82-93, mar. 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/JHkcSPfBDSwtzWxXf4xV5Kv/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 31 out. 2022

PEREZ, Tatiana Spalding; PALMA, Yáskara Arrial. Amar amores: o poliamor na contemporaneidade. **Psicologia & Sociedade**, Porto Alegre, v. 30, n., p. 1-11, 7 jun. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/KgtGNbWYTBz8V3ZnFmYDHFj/?lang=pt>. Acesso em: 19 maio 2023.

PILÃO, Antonio Cerdeira. Ativismos não-monogâmicos no Brasil contemporâneo: a controvérsia poliamor ± relações livres. **Sexualidad, Salud y Sociedad**, Rio de Janeiro, v.38, p. 1-24, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2022.38.e22205.a>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sess/a/QmP3dyFhnkVRJjX7XMGLbmJ/?lang=pt>. Acesso em: 11 maio 2023.

PILÃO, Antonio. Entre a liberdade e a igualdade: princípios e impasses da ideologia poliamorista. **Cadernos Pagu**, Rio de Janeiro, n. 44, p. 391-422, jun. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cpa/a/frRfZxpWY8nFTSc6KwNRh9H/?lang=pt>. Acesso em: 02 maio 2023.

PILÃO, Antonio Cerdeira. Quando o amor é o problema: feminismo e poliamor em debate. **Revista Estudos Feministas**, [S.L.], v. 27, n. 3, p. 1-14, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/rHXdGnbh8LdgJnTvWYNLYRB/?lang=pt>. Acesso em: 11 maio 2023.

PINHEIRO, M. C. T. e ANDRADE, R. G. Leitura psicanalítica da publicidade amorosa. **Revista Mal-estar e subjetividade**. Fortaleza, v. 4, n. 2, set. 2004.

PIRES, Suyan Maria Ferreira. Amor romântico na literatura infantil: uma questão de gênero. **Educar em Revista**, [S.L.], n. 35, p. 81-94, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/er/a/D3FKFPj6gMZ6qx5Gwzzk44w/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 31 out. 2022.

REY, F. L. G. **Pesquisa qualitativa em psicologia: caminhos e desafios** São Paulo: Cengage Learning, 2011.

ROMANELLI, Otaíza de Oliveira. **História da educação no Brasil**. São Paulo: Editora Vozes, 2014. 309 p.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

SILVA, Isabella Júlia Santana da; SILVA, Kirley França da; SILVA, Robson Guedes da. O amor romântico em seus desdobramentos e reverberações na sociedade. amar é verbo, não pronome possessivo etnografia das relações não-monogâmicas no sul do brasil, **Revista Semana Pedagógica**, Porto Alegre, v.1, n.1 p. 139-141, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistasemanapedagogica/article/view/243276/33685>. Acesso em: 18 abr. 2023.

SILVA, Grazielle Campos da. **Do amor romântico ao poliamor: uma análise crítica a partir da teoria feminista**. Tese (Mestrado em Psicologia Social) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, p. 1-107, 2017. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/handle/handle/20600>. Acesso em: 29 abr. 2023.

SILVA, Patrícia Machado da. **Monogamia na contemporaneidade: um estudo sobre a exclusividade sexual no casamento**. Dissertação (mestrado) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Psicologia, 2022. Disponível em: <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/58752/58752.PDF>. Acesso em: 29 abr. 2023.

SILVÉRIO, Maria Silva e. **Eu, tu... ilus: poliamor e não-monogâmias consensuais**. Tese (Doutorado em Antropologia) - Instituto Universitário de Lisboa. Lisboa, p. 1-293, 2018. Disponível em: <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/18470>. Acesso em: 4 abr. 2023.

SUY, Ana. **A gente mira no amor e acerta na solidão**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2022.

BIBLIOTECA PROF. PAULO DE CARVALHO MATTOS. **Tipos de revisão de literatura**. Botucatu: [s. d.], 2015. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf>. Acesso em: 10 abr. 2023.

VANGUARD. **Pelo amor do amor**. Brasil, 2013. Disponível em <https://open.spotify.com/track/11xgYzOrO3NntkBZmfrDfc?si=199b7283d981477d>. Acesso 15 de maio de 2023.

## CAPÍTULO 3

# AS DELIMITAÇÕES DA ESCOLA NA APRENDIZAGEM: ENTENDENDO A NECESSIDADE DO ACOMPANHAMENTO PSICOPEDAGÓGICO

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch3

*Sidiney Leitão Soares da Silva*

### Introdução

A Psicopedagogia é uma profissão bastante abrangente, visto que o profissional é apto a atuar em diversos espaços, tais como escolas, clínicas, hospitais e qualquer empresa, bem como com variadas faixas etárias, ou seja, crianças, jovens, adultos ou idosos.

Essa profissão, que busca na psicologia, psicanálise, psicolinguística, neurologia, psicomotricidade, fonoaudiologia, psiquiatria, entre outros, o conhecimento necessário para aprender como ocorre o processo de aprendizagem nos seres humanos, é importante, porque dentre tantos motivos, identifica os entraves na aprendizagem, podendo, então, atuar de maneira preventiva para evitá-los e propiciar estratégias e ferramentas que possibilitem facilitar esse aprendizado.

Dessa forma,

“A psicopedagogia é uma área de estudo nova, voltada para o atendimento de sujeitos que apresentam problemas de aprendizagem.” (...) “cabe à Psicopedagogia o objetivo de resgatar uma visão mais globalizante do processo de aprendizagem e dos problemas desses processos” (PORTO, 2006 p. 107).

BOSSA (2000) corrobora, afirmando que a psicopedagogia é o ramo que tem como ocupação a aprendizagem humana, que nasceu de uma carência relacionada a problemas de aprendizagem, tendo como preocupação inicial o processo de aprendizagem, estudando, desse modo, suas características.

A Psicopedagogia é bastante conhecida como a profissão que atende crianças com dificuldades ou transtornos de aprendizagem, porém, as dificuldades, os distúrbios ou qualquer patologia podem aparecer em todo momento da vida. Com isso, a Psicopedagogia trabalha com criança, adulto e idoso, sem fazer qualquer distinção de idade ou sexo para o atendimento.

A importância de um profissional de psicopedagogia dentro das instituições como um dos grandes alicerces que asseguram a educação e promovem o desenvolvimento psicossocial das pessoas a estudar sobre assunto que envolve todas as esferas da nossa sociedade. “a Psicopedagogia tem como meta compreender a complexidade dos múltiplos fatores envolvidos nesse processo de aprendizagem” (RUBINSTEIN, 1996, p.127).

Já Beyer (2003), pensa que:

A Psicopedagogia, área de conhecimento interdisciplinar, tem como objeto de estudo a aprendizagem humana. É papel fundamental do psicopedagogo potencializá-la e atender as necessidades individuais, no decorrer do processo. O trabalho psicopedagógico pode adquirir caráter preventivo, clínico, terapêutico ou de treinamento, o que amplia sua área de atuação, seja ela escolar – orientando professores, realizando diagnósticos, facilitando o processo de aprendizagem, trabalhando as diversas relações humanas que existem nesse espaço; empresarial – realizando trabalhos de treinamento de pessoal e melhorando as relações interpessoais na empresa; clínica – esclarecendo e atenuando problemas; ou hospitalar – atuando junto à equipe multidisciplinar no pós-operatório de cirurgias ou tratamentos que afetem a aprendizagem. É importante salientar que a Psicopedagogia é uma área que vem para somar, trabalhando em parceria com os diversos profissionais que atuam em sua área de abrangência.

### Isso significa que

As mudanças de estratégias de ensino podem contribuir para que todos aprendam. Em alguns casos, as estratégias de ensino não estão de acordo com a realidade do aluno. A prática do professor em sala de aula é decisiva no processo de desenvolvimento dos educandos. Esse talvez seja o momento do professor rever a metodologia utilizada para ensinar seu aluno, através de outros métodos ou atividades ele poderá detectar quem realmente está com dificuldade de aprendizagem, evitando os rótulos muitas vezes colocados erroneamente, que prejudicam a criança trazendo-lhe várias consequências, como a baixa estima e até mesmo o abandono escolar. “O que é ensinado e aprendido inconscientemente tem mais probabilidade de permanecer”. (COELHO, 1999, apud SOARES; SENA, 2001, p.04).

O psicopedagogo é, portanto, um profissional fundamental para a aprendizagem, seja no modo de aprender, como na decisão dos métodos de ensino que devem ser explorados, tanto no acompanhamento individual, como de pessoas que rodeiam o aprendiz, bem como seu contexto social. Afinal, durante todo o processo de ensino aprendizagem, muitas vezes aparecem barreiras em que o aprendiz não tem competência de identificar e analisar, o que faz com que seja necessária a intervenção de pessoas especializadas, como o Psicopedagogo, cuja formação o permite analisar, observar, diagnosticar e intervir nas dificuldades observadas, trabalhando, ao lado de outros profissionais.

A essência do processo de aprendizagem significativa é que as ideias expressas simbolicamente são relacionadas às informações previamente adquiridas pelo aluno através de uma relação não arbitrária e substantiva (não literal). Uma relação não arbitrária e substantiva significa que as ideias são relacionadas a algum aspecto relevante existente na estrutura do cognitivo do aluno, como, por exemplo, uma imagem, um símbolo, um conceito ou uma proposição (AUSUBEL, 1980, p.34).

O profissional da psicopedagogia pode trabalhar em hospitais, em clínicas, em escolas e, também, em empresariais, trabalhando com observação, terapias, tratamentos clínicos, e orientando professores, onde seu foco principal é a aprendizagem do ser humano.

## Material e métodos

A importância de um profissional de psicopedagogia dentro das instituições como um dos grandes alicerces que asseguram a educação e promovem o desenvolvimento psicossocial das pessoas fomenta essa pesquisadora a estudar sobre assunto que envolve todas as esferas da nossa sociedade. Para tal, contamos com a proposta de pesquisa de revisão bibliográfica, que será construída e elaborada através da contribuição de autores como Bossa (2007), Silva (2012) e Gasparin (1997), dentre outros. Boccato (2006, p. 266), afirma que

A pesquisa bibliográfica busca a resolução de um problema (hipótese) por meio de referenciais teóricos publicados, analisando e discutindo as várias contribuições científicas. Esse tipo de pesquisa trará subsídios para o conhecimento sobre o que foi pesquisado, como e sob que enfoque e/ou perspectivas foi tratado o assunto apresentado na literatura científica. Para tanto, é de suma importância que o pesquisador realize um planejamento sistemático do processo de pesquisa, compreendendo desde a definição temática, passando pela construção lógica do trabalho até a decisão da sua forma de comunicação e divulgação.

E como afirmam Lakatos e Marconi (2001, p. 183), a pesquisa bibliográfica,

abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema estudado, desde publicações avulsas, boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, materiais cartográficos, etc. [...] e sua finalidade é colocar o pesquisador em contato direto com tudo o que foi escrito, dito ou filmado sobre determinado assunto.

A abordagem escolhida foi a qualitativa, ancorada na percepção de Minayo (2000), pois entendemos que

A pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com um universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização das variáveis (MINAYO, 2000, p. 21).

O objetivo geral é compreender o papel da escola na aprendizagem e entender as limitações que esse processo envolve. Os objetivos gerais são relatar o papel da escola na aprendizagem, compreender os desafios da educação e esclarecer o papel do psicopedagogo na aprendizagem. Desse modo, o estudo em questão foi dividido em três partes, a saber: 1. O papel da escola na educação 2. O que é psicopedagogia 3. A importância do psicopedagogo institucional na escola.

## O papel da escola na educação

**A Educação Básica é formada pela Educação Infantil, Ensino Fundamental e o Ensino Médio. Analisando, ela engloba a maior parte da vida escolar dos alunos. Isso, sem contar com os que ingressam em uma graduação, especialização, mestrado e doutorado.**

O objetivo da educação básica, de acordo com o artigo 22 da LDB, é **“desenvolver o educando, assegurar-lhe a formação indispensável para o exercício da cidadania e fornecer-lhe meios para progredir no trabalho e em estudos posteriores”**. Ultrapassando esse objetivo, a educação escolar deve ter como pressupostos principais o desenvolvimento dos estudantes, de forma a garantir uma formação comum, que é indispensável para o exercício da cidadania, bem como, ofertar os recursos necessários para que os futuros adultos tenham uma boa oportunidade dentro do mercado de trabalho e em estudos posteriores.

Isso só é possível por meio de estratégias práticas e inovadoras que, não somente atraíam, mas mantenham os alunos dentro nas escolas, para que **tenham acesso a oportunidades de aprendizado significativas e equitativas**. A escola, não é apenas um ambiente de ressignificação dos conteúdos, mas um local que tem, também, como função promover a interação, afunilando os laços com a comunidade, visto ser uma instituição que ocupa um papel substancial na sociedade, pois, seus em seus objetivos está a formação do caráter, os valores e os princípios morais, que conduzirá o educando a aplicar os conhecimentos aprendidos de modo eficaz, para que sejam usados em favor da sociedade, para a construção de uma realidade melhor para todos.

O papel da escola na sociedade, portanto, é socializar o conhecimento, atuando na formação moral dos discentes, promovendo o pleno desenvolvimento do indivíduo como cidadão. Dessa forma, a escola, de fato, pode ser conhecida como o lugar onde o educando encontrará os meios para preparar-se para a realização seus objetivos.

## O que é psicopedagogia

A psicopedagogia, conforme Kiguel (1983), encontra-se em fase de organização de um corpo teórico específico, objetivando à integração das ciências pedagógicas, psicológica, fonoaudiológica, neuropsicológica e psicolinguística para uma compreensão mais integradora do fenômeno da aprendizagem humana.

Para o Psicopedagogo, aprender é um processo que implica pôr em ações diferentes sistemas que intervêm em todo o sujeito: a rede de relações e códigos culturais e de linguagem que, desde antes do nascimento, têm lugar em cada ser humano à medida que ele se incorpora a sociedade (BOSSA,1994, p. 51).

Jorge Visca pensa que:

“A psicopedagogia foi uma ação subsidiária da medicina e da psicologia, perfilou-se como um conhecimento independente e complementar,

possuidora de um objeto de estudo o processo de aprendizagem e de recursos diagnósticos, corretores e preventivos próprios” (VISCA, 2007, p.23).

A psicopedagogia estuda as características da aprendizagem humana: como se aprende, como essa aprendizagem varia gradativamente e está condicionada por diversos motivos. O objeto da análise, que é um sujeito a ser estudado por outro sujeito, obtém características específicas a depender do trabalho clínico ou preventivo, como aponta Golbert (2007, p. 24), “a definição do objeto de estudo de psicopedagogia passou por fases distintas em diferentes momentos históricos que repercutiam nas produções científicas, pois ele era entendido de várias maneiras”.

Com base em, Silva (2012, p. 9), para começar, o trabalho psicopedagógico dava preferência a reeducação, o processo de aprendizagem era avaliado em função dos seus défices e o objetivo era superar esses défices. O objeto em questão era o sujeito que não aprendia, concebendo-o a “não-aprendizagem”. Para tanto, buscava estabelecer as semelhanças entre grandes grupos de sujeito, ou seja, o esperado para determinada idade.

Um dos principais objetivos do surgimento da Psicopedagogia foi investigar as questões da aprendizagem ou do não - aprender em algumas crianças. Por um longo período atribuía-se exclusivamente à criança a patologia do não - aprender foi na Europa, no século XIX, que médicos, pedagogos e psiquiatras levantaram questões sobre o não - aprender, entre eles: Maria Montessori, Decroly e Janine. (GASPARIAN, 1997, p. 15).

Hoje, a psicopedagogia se ocupa com a compreensão de aprendizagem com um equipamento biológico com disposições afetivas e intelectuais que interferem na forma de relação do sujeito com o meio, sendo que essas disposições influenciam e são influenciadas pelas condições socioculturais do sujeito e do seu meio.

## **A importância do psicopedagogo institucional na escola.**

O psicopedagogo institucional é um profissional extremamente importante nos espaços formais de educação, pois suas ações pretendem prevenir, identificar, desenvolver ações e auxiliar pais, alunos e docentes na tarefa de ensinar e aprender, assim como tem o dever de formar, prevenir e identificar a diversidade do público atendido.

Mesmo que a escola passe a se preocupar com os problemas de aprendizagem, nunca conseguiria abarcá-los na sua totalidade; algumas crianças com problemas escolares apresentam um padrão de comportamento mais comprometido e necessitam de um atendimento psicopedagógico mais especializado em clínicas. Sendo assim, surge a necessidade de diferentes modalidades de atuação psicopedagógica; uma mais preventiva, com o objetivo de atenuar ou evitar os problemas de aprendizagem dentro da escola; outra, a clínico terapêutica, para onde seriam encaminhadas apenas as crianças com maiores comprometimentos, que não pudessem ser resolvidos na escola (Beyer, 2003 p. 45).

O psicopedagogo atento às particularidades dos alunos atua de forma a proporcionar preventivamente, junto aos docentes da escola e à coordenação pedagógica, ações didáticas que favoreçam o aprendizado dos alunos. No fundo, a

dimensão preventiva busca de antemão minimizar as dificuldades de aprendizado e os possíveis fracassos escolares.

De acordo com Ferreira (2002, p. 32), o psicopedagogo institucional tem como atribuições:

- Abordar os aspectos pedagógicos e psicológicos do desenvolvimento da criança e do adolescente – a ação do psicopedagogo escolar leva em conta as várias teorias do desenvolvimento psicomotor, linguístico, emocional e cognitivo dos alunos; assim, deve acompanhar regularmente os estágios de desenvolvimento dos alunos com vista a diagnosticar possíveis distúrbios. Para tanto, faz-se necessário o conhecimento das teorias de Piaget, Wallon, Vygotsky e outros.
- Tratar das questões que envolvem o aprendizado – entre as atribuições do psicopedagogo está favorecer a aprendizagem colaborativamente com os demais atores educacionais da unidade escolar. O destaque maior deve ser junto aos alunos com necessidades educacionais especiais (NEE).
- Dar visibilidade às diversidades no espaço escolar – o psicopedagogo, no que concerne à diversidade, deve ser um promotor dela no espaço escolar; favorecendo a convivência dos atores escolares com as múltiplas diferenças que compõem a vida humana. Assim, os alunos com NEE serão acolhidos pelos corpos discente e docente e poderão desenvolver melhor suas ações pedagógicas.

Essas e outras atribuições, embora sejam do psicopedagogo, contam com a participação de todo corpo pedagógico que forma o time da escola. Então, o autor, complementa sua observação, enfatizando o quanto a psicopedagogia é fundamental, pois:

- Participar das reuniões pedagógicas da escola – o psicopedagogo deve participar de todos os momentos e fóruns de discussão e planejamento das ações pedagógicas das escolas para contribuir com a sua especificidade no processo de tomada de decisões que envolvem o ensino e aprendizado dos alunos.
- Cooperar na elaboração do Projeto Político Pedagógico (PPP) – o PPP é um importante instrumento de política democrática nas unidades escolares; assim, o psicopedagogo coopera na elaboração do PPP garantindo os direitos dos alunos com necessidades educacionais especiais e a diversidade dos demais alunos em seu processo de aprendizado.
- Atender as famílias – o psicopedagogo estabelece junto à equipe pedagógica da unidade escolar o diálogo permanente com as famílias dos alunos, buscando a parceria indispensável para o sucesso do ensino na escola. O diálogo deve ser pautado no respeito e na confidencialidade que os atendimentos exigem da ética profissional (Ferreira, 2002, p. 32)

É perceptível, então, que toda escola necessita desse profissional para que as demandas emocionais, pedagógicas e sociais sejam amplamente assistidas. Como diz

Segundo Rogers (1981), a educação é processo que exige um relacionamento interpessoal, que envolva a comunicação, afinal, as relações buscam promover um ambiente tranquilo e garantir um bom relacionamento entre todos os envolvidos.

## **Conclusão**

A importância do psicopedagogo escolar está em exercer a função de idealizador da aprendizagem na instituição escolar, favorecendo a formação do indivíduo como sujeito social, que por meio da educação busca exercer a cidadania de forma crítica.

A autonomia, a participação dos integrantes da educação, como é o caso da família e dos educadores, e o autocontrole são os sustentáculos para a melhoria da eficiência, para as tomadas de decisões e para o bom funcionamento da escola e respectivas competências que ela deve desenvolver.

O objetivo geral foi alcançado com êxito, pois por meio dos estudos realizados foi possível compreender o papel da escola na aprendizagem e entender as limitações que esse processo envolve. Os objetivos gerais também foram bem delineados, pois foi possível relatar o papel da escola na aprendizagem, compreender os desafios da educação e esclarecer o papel do psicopedagogo na aprendizagem. Concluímos que a psicopedagogia institucional é indispensável para a adequada condução do ambiente escolar e na qualidade do processo de ensino aprendizagem.

## Referências

- AUSUBEL, David P. **Psicologia educacional**. 2 ed. Rio de Janeiro: Interamericana, 1980.
- BEYER, Marlei Adriana. **Psicopedagogia: ação e parceria**. Rio de Janeiro. 2003.
- BOSSA, Nadia A. **A Psicopedagogia no Brasil: contribuições a partir da prática**.RS, Artmed, 2007. BRASIL.
- FERREIRA, N.S.C. **Repensando e ressignificando a gestão democrática da educação na cultura globalizada**. Educação & Sociedade, Campinas, v. 15, n. 89, p. 1227-1249, set./dez. 2004.
- GASPARIAN, Maria Cecília Castro. **Contribuições do modelo relacional sistêmico para a psicopedagogia institucional**. São Paulo: Lemos Editorial, 1997.
- GOLBERT, C. **Considerações sobre as atividades dos profissionais em psicopedagogia na região de Porto Alegre**. In: Boletim da Associação Brasileira de Psicopedagogia, ano 4, n. 8, ago., 2007.
- KIGUEL, Sonia Moojen. **Reabilitação em Neurologia e Psiquiatria Infantil – Aspectos Psicopedagógicos**. Congresso Brasileiro de Neurologia e Psiquiatria Infantil – A Criança e o Adolescente da Década de 80. Porto Alegre, Abenepe, vol. 2, 1983.
- MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração e interpretação de dados**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 2001.
- MINAYO, M. C. S. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2000.
- SILVA DA, Kátia Cilene. **Introdução à Psicopedagogia**. Curitiba: Intersaberes, 2012.
- SOARES, Matheus; SENA, Clésio C. B. **A contribuição do psicopedagogo no contexto escolar**. 2001.
- VISCAS, Jorge. **Psicopedagogia: novas contribuições**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2007.

## CAPÍTULO 4

# UMA COMPREENSÃO HISTÓRICA E CONTEMPORÂNEA SOBRE O CONCEITO DE MASCULINIDADE

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch4

*Ana Beatriz Nogueira Carvalho  
Antônio Josielder Rodrigues Araújo  
Victoria Bezerra Sampaio Gomes  
Francisco Luan de Souza Carvalho*

### Introdução

Para uma descrição inicial do que seriam as masculinidades, é de suma importância refletir primeiro sobre o que é o gênero, os papéis de gênero e sexualidade. Para Scott (2017), o gênero está para além do aspecto biológico pois está intrinsecamente ligado aos papéis impostos à homens e mulheres pela sociedade. A partir da distinção entre os gêneros é possível então diferenciar os aspectos sexuais entre homens e mulheres para assim hierarquizá-los e ditar o comportamento que se é esperado para cada indivíduo. Já a sexualidade, segundo Theodoro (2008), é a forma como uma pessoa se sente atraída à outra na esfera sentimental, emocional e/ou sexual, sendo importante mencionar que o gênero e a sexualidade podem ser complementares ou contrários um ao outro.

A definição e classificação dos seres humanos por gênero é algo muito antigo na história da humanidade, sendo posteriormente reforçados por preceitos religiosos, em especial o cristianismo, que sustentou e reafirmou a divisão de papéis e exploração de um gênero em detrimento de outro. A concepção de sexualidade é relativamente nova, sendo estudada no século XIX por Michael Foucault (1984), nesses estudos o autor traz que a idealização de um comportamento sexual baseado nas moralidades cristãs vigentes da época configura uma forma de exercer o poder sobre o outro, com os ditames e normas de como cada gênero deve se comportar.

A masculinidade hegemônica é a principal abordagem a ser considerada dentro deste estudo, tendo em vista que, sua prática se dá de maneira a perpetuar uma forma de masculinidade elaborada para uma configuração social de séculos passados, com argumentos e justificativas de existência que não se aplicam aos dias atuais (Connell e Messerschmidt, 2013). A palavra hegemonia tem origem do grego, egemonía, e significa de forma mais ampla a supremacia entre cidades, nações ou povos (Michaelis, 2024).

Essa perspectiva é representada simbolicamente por meio de comportamentos, cultura e valores produzidos por práticas masculinas a nível local, regional e global que por sua vez se retroalimentam de forma cíclica, mas sem perder seu caráter mutável e atualizante. A problemática da masculinidade hegemônica está justamente em alguns valores e práticas difundidos socialmente que deslegitimam outras formas de masculinidades e desvalorizam aspectos ligados à feminilidade (Connell e Messerschmidt, 2013).

Diante desta realidade, atualizando essa perspectiva, compreende-se que as mídias sociais tomam cada vez mais seu espaço, possibilitando novas formas de ser no mundo atual. A influência que as mídias sociais têm na contemporaneidade não pode ser ignorada, uma vez que ao mesmo tempo que ela possibilita que o sujeito se expresse, também faz parte da construção do mesmo (Romio e Roso, 2023). Com essas concepções, percebe-se que em toda a história da humanidade houveram pensadores com suas filosofias e modelos de vida, onde difundiam condutas e normas morais para o melhor convívio em sociedade. Com o advento da internet muitos indivíduos passaram a ter um alcance social maior, o que fez com que grupos ideológicos que antes eram pequenos e se restringiam a apenas um país ou cidade, pudessem reunir membros em diversos lugares do mundo (Miguel e Meireles, 2021).

A partir disso, valores e práticas a respeito da masculinidade e do que é “ser homem” são difundidos na internet tendo um alcance gigantesco em sujeitos pertencentes a diferentes contextos. A partir dos aspectos apresentados se faz necessário levantar a seguinte problemática: como percebemos, na contemporaneidade, os vários debates que vêm sendo travados acerca do que é a masculinidade com um viés de superioridade em relação a masculinidades não dominantes. Diante do exposto, este trabalho tem como objetivo explorar os conceitos de masculinidade através da história chegando até os tempos atuais e analisando os impactos sociais e psicológicos que padrões hegemônicos desse conceito podem gerar na população masculina.

## **Método**

Este texto possui natureza de escrita narrativa de carácter teórico e natureza qualitativa. Para fins de análise e reflexão sobre os possíveis conceitos de masculinidades ascendentes na atualidade e em como o conceito de masculinidades permanece em constante construção e desconstrução de acordo com valores e normas de cada sociedade em seu respectivo período histórico.

A técnica de escrita com revisão narrativa é desenvolvida através da consulta de pesquisas e escritos científicos já existentes na literatura, possibilitando que o leitor consiga de forma rápida e prática, adquirir conhecimento sobre vários pontos de vista de diversos autores sobre o tema de seu interesse (Rother, 2007). Os estudos de revisão literária, estão dentro das mais importantes formas de produção acadêmica, pois ela possibilita uma visão abrangente de qual o estado de pesquisa atual e a

produção de conhecimento sobre determinado assunto pesquisado em seu campo de conhecimento (Andrade, 2021).

A pesquisa das informações que compõem este trabalho, se deu através de busca nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePsic), Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e livros clássicos e publicados que contribuíram com o enriquecimento de informações relevantes e pertinentes.

Diante do que foi exposto, o presente trabalho é fundamentado teoricamente nos pesquisadores e autores que tratam a respeito dos tipos de masculinidade existentes na atualidade e que já existiram ao longo dos tempos e nas diversas formas de se constituir homem na sociedade contemporânea, entre eles: Zanello (2011, 2012, 2015, 2021), Scott (1989), Conell e Messerschmidt (2013), Kimmel (1998), Theodoro (2008), Foucault (1984), Corino (2006), Andrade (2017), Veiga (2022), Gerda Lerner (2013), Garcia (2015), JJ Bola (2020), dentre outros.

A partir da seleção dos materiais nos meios de físicos e digitais, foi realizada uma análise crítica do conteúdo selecionado, ponderando-se quais poderiam contribuir de forma significativa para a pesquisa, abordando temas relacionados à masculinidades e toda sua complexidade, desde diferentes compreensões ao longo do tempo, papéis de gênero, masculinidade hegemônica e masculinidades subalternas, até conceitos atuais como masculinidades tóxicas.

Ademais, importa relatar que, a pesquisa qualitativa é de suma importância na produção científica, pois possibilita o acesso a informações mais precisas a respeito do assunto ou objeto de estudo de forma individual, e por esse motivo, vem ganhando cada vez mais espaço no meio científico, por vezes, sendo utilizada em conjunto com a pesquisa quantitativa, que visa obter a maior amostragem possível para poder estipular uma generalização confiável (Taquete, Borges, 2020).

## **Resultados e discussão**

### **Uma breve contextualização histórica do conceito das masculinidades**

A sexualidade, é um conceito amplo e maleável, que se altera constantemente de acordo com o fluxo de evolução da sociedade, seguindo os conceitos éticos e morais atribuídos a uma determinada época histórica, sendo ou não aceitável determinados comportamentos ou práticas que configuram a prática sexual adequada ou repudiada pela sociedade da época. Historicamente, a sexualidade expressa por meio da prática sexual era atribuída a questões de poder e relacionamento social, sendo praticada, em sua grande maioria por homens, por uma parcela da sociedade que detinha poderes políticos. O ato sexual como demonstração de poder e influência foi reproduzida de forma mínima, com algumas tribos matriarcais do continente africano e a passagem de Cleópatra na história do Egito antigo (Foucault, 1984).

Podemos tomar como referência histórica do ato sexual praticado por homens como forma de erudição e poder, às cidades gregas e Romanas, por volta do século V

a.C. Em Esparta, uma cidade grega focada no poder militar, existia uma tropa de elite constituída apenas por casais homoafetivos, sendo descrita como a maior força militar de sua época, com a justificativa de que cada soldado lutaria com maior afinco e determinação para proteger seu amado e não deixar nada machuca-lo (Corino, 2006).

Já na cidade estado de Atenas, que ficou conhecida como um berço cultural da humanidade, existia por volta do século VII a.C. a prática da *paiderastia* (amor a meninos), onde um homem mais velho se relacionava sexualmente com um jovem de idade entre 12 á 18 anos para lhe ter como pupilo e amante. Ambos deveriam pertencer à mesma classe social e o mais jovem não deveria ser forçado a ter relações com o mais velho pois seria cortejado e conquistado por parte de seu pretendente. Após a conquista bem sucedida, apenas o homem mais velho poderia buscar o prazer e a satisfação no ato sexual e por isso se mantinha na posição de ativo na relação. Já o homem mais jovem deveria ficar no papel de passivo com posições sexuais que eram atribuídas às mulheres, além de manter sempre uma postura impassível (Andrade, 2017).

Ao completar os 18 anos de idade, a relação entre mentor e pupilo era rompida e se firmava uma amizade entre os dois, e o que antes era pupilo passaria a ser mentor de um homem mais jovem para assim dar prosseguimento a prática social, adquirindo agora a posição de poder na relação (Corino, 2006).

Todas essas práticas homoafetivas deixaram de ser socialmente aceitas e propagadas com a ascensão do cristianismo no império Romano, que conquistou vasta parte do globo, propagando sua cultura e recém adquirida religião, que condenava os praticantes da homoafetividade. A condenação da prática da homoafetividade nas relações sociais masculinas foi a única grande mudança na configuração social trazida pelo cristianismo, que apenas adaptou e reformulou alguns rituais das antigas religiões predominantes, a ideia de que o homem seria superior a mulher ainda era pregada pela religião cristã, o que veio apenas a gerar a manutenção de uma estrutura patriarcal (Veiga, 2022).

A prática da sodomia era repudiada pelo motivo de um dos homens na relação homossexual precisar assumir a posição da mulher, se “rebaixando ao mesmo nível daquele ser inferior. No caso das mulheres em suas relações homossexuais, a punição vinha da tentativa de ela querer se equiparar ao homem, praticando algum tipo de penetração e tomando esse lugar de “poder” (Oliveira, 2014).

Mesmo com todas as mudanças e diferenças sociais entre as épocas históricas e os tempos modernos, uma constante continuou e perdurou pelo passar dos séculos. Muito antes da concepção da ideia de sexualidade nascer, já existia a noção preconcebida de que cada gênero desempenharia um determinado papel social, com atitudes e comportamentos típicos e aceitáveis para determinado indivíduo, onde homens deveriam desempenhar papeis de provedores e protetores, enquanto as mulheres ficariam responsáveis por cuidar da casa e dos filhos. Essa configuração familiar e de divisão de tarefas não é uma concepção criada pela religião cristã, mas sim algo que foi historicamente evoluindo com a raça humana desde os primórdios de sua existência (Lerner, 1986).

Entre os séculos XVIII e XIX, de acordo com Silva (2006), existiu o chamado monismo sexual que trazia a ideia da mulher como um homem invertido onde a vagina

era vista como um pênis interno, posteriormente o *one-sex-model* trouxe a noção de que existia apenas um sexo, o masculino, e o sexo feminino seria uma versão inferior ou anônala a ele. Ainda no século XIX, após o *two-sex-model* a mulher passa a ser vista como o oposto do homem, assim como os homossexuais. Após essa classificação, os homens da era vitoriana passaram a temer serem associados aos ditos invertidos sexuais, com isso, estereótipos de bravura, vigor, destreza e capacidade de conquistar mulheres foram criados (Silva, 2006).

O modelo de masculinidade no século XX não se diferenciou muito do modelo da época vitoriana e este modelo ainda é o que solidifica as bases da masculinidade hegemônica. De acordo com Connell e Messerschmitt (2013), após a libertação gay, a ideia de hierarquias entre as masculinidades surgiu, pois, tal acontecimento foi visto como um ataque aos estereótipos de gênero e dessa forma, homens homossexuais passaram a sofrer violências e preconceitos por parte dos homens heterossexuais. De acordo com Connell e Messerschmitt (2013), a masculinidade hegemônica pode ser compreendida como:

[...] um padrão de práticas (i.e., coisas feitas, não apenas uma série de expectativas de papéis ou uma identidade) que possibilitou que a dominação dos homens sobre as mulheres continuasse. A masculinidade hegemônica se distinguiu de outras masculinidades, especialmente das masculinidades subordinadas. [...] não se assumiu normal num sentido estatístico; apenas uma minoria dos homens talvez a adote. Mas certamente ela é normativa. Ela incorpora a forma mais honrada de ser um homem, ela exige que todos os outros homens se posicionem em relação a ela e legitima ideologicamente a subordinação global das mulheres aos homens (p. 245).

Dessa forma, qualquer expressão de gênero, comportamento ou característica que não esteja de acordo com o padrão da masculinidade hegemônica - homem branco, heterossexual, machista e de classe alta - será encaixado dentro das masculinidades subordinadas ou até mesmo estará fora do espectro da masculinidade (Barral e Zanello, 2021). Por mais que a masculinidade hegemônica exija que todos os homens a siga, apenas uma minoria o faz, tendo em vista que ela é potencialmente inatingível para alguns. No entanto, ela ainda tem potencial para controlar homens e mulheres. Também é importante ressaltar que a masculinidade hegemônica, assim como o conceito de gênero como um todo, está sujeita a modificações, dessa forma, masculinidades anteriores podem ser substituídas por novas (Connell e Messerschmitt, 2013).

Embora essa configuração social e divisão de tarefas tenha sido essencial para a sobrevivência dos primeiros hominídeos, a mesma se torna defasada e sem fundamentos lógicos nos dias atuais, onde força e agilidade nada dizem sobre a capacidade de trazer recursos para o lar (Harari, 2011). Contudo, por mais que os tempos sejam outros, onde a inteligência tenha superado a força física e exista atualmente um acervo de informações e conhecimentos históricos e sociais que jamais a humanidade teve acesso antes, perdura na sociedade a antiga ideia enraizada de que cada gênero possui papéis e comportamentos que devem ser reproduzidos e outros que devem ser evitados (Lerner, 1986).

## Ainda, o mundo dos homens

Gerda Lerner (1920-2013) descreve em seu livro “A criação do patriarcado” como o sexo masculino fundou seu sistema de dominação social, utilizando como principal arma argumentativa a diferença morfológica dos gêneros, o que posteriormente fundamentou a divisão do trabalho, onde a mulher foi sentenciada a ficar confinada no lar cuidando da prole, enquanto o homem dominava o mundo.

Com o avanço das civilizações e o advento da propriedade privada, a mulher passou a ser vista como uma mercadoria, um bem, pertencente ao homem, que poderia usar sua vida como bem entendesse, podendo vendê-la ou entregá-la para amortização de uma dívida financeira, tal como também poderia fazer com seus filhos, e embora meninos homens entregues como escravos pudessem ser uma força de trabalho valiosa, as moças eram ainda mais desejadas, pois além de exercerem seus trabalhos domésticos, também exerciam a servidão sexual (Lerner, 1986).

Para que uma mulher fosse considerada um bem de valor considerável, ela deveria se encaixar dentro do padrão comportamental que era exigido. Seu bem mais precioso era a virgindade, que deveria ser protegida a todo custo, pois nenhum homem a aceitaria ou a julgaria de valor se ela já tivesse sido possuída por outro homem. É importante mencionar que, se uma mulher fosse violentada sexualmente, ela era entregue a seu agressor para tomá-la como esposa, ou seja, o castigo pelo seu crime “a uma propriedade privada” era adquirir “um produto avariado”, e esse “produto”, a mulher, não possuía o direito de negar tal acordo ou clamar por justiça ao que lhe foi feito (Jablonka, 2019).

Durante muito tempo ao longo da história humana, as mulheres eram proibidas de participar da vida pública, da política, do comércio, do meio acadêmico, tudo isso ainda baseado no argumento de que o papel divino destinado a mulher era apenas a procriação e os cuidados com o lar, e que sua libertação de tal papel social riuira a ordem natural (Lerner, 1986).

Para algumas pessoas da atualidade, é impensável e inconcebível imaginar uma sociedade onde apenas um dos sexos tem o poder de decidir, de julgar, de gozar de liberdade, enquanto o outro, mesmo pertencendo a mesma espécie, é tratado como o que Simone de Beauvoir (1908-1986) definiu em seu livro, “O segundo sexo: fatos e mitos”, um não homem (Beauvoir, 1949).

Porém, embora diferente das configurações expostas anteriormente, a dominação masculina ainda prevalece fortemente nos dias atuais. Por muitos séculos, pautada na questão da força e outros atributos físicos, porém, com a modernidade, as artimanhas da dominação também se modernizaram, passando da violência física, que ainda se faz bastante presente, para a violência simbólica, que engloba desde o individual ao convívio social, não só das pessoas que são dominadas, mas também, dos dominadores (Bourdieu, 1998).

Em 1966 James Brown escreveu em uma de suas músicas “Esse é o mundo dos homens”, afirmação que ainda se mostra bastante atual. É possível notar essa dominação em pequenos detalhes do nosso cotidiano que passam despercebidos,

como em sinalizações, onde o ser humano é representado por uma figura masculina, porém, quando é preciso sinalizar algo relacionado ao cuidado de crianças, a figura feminina é quase que unanimemente representada exercendo esse cuidado, e por vezes, fraldários são localizados apenas dentro do banheiro feminino (Melo, 2016).

Contudo, a dominação não se baseia em apenas excluir o outro, o controle do outro também se dá a um nível comportamental, em especial na dominação masculina em relação ao feminino, exercido através da imposição de como as mulheres devem se comportar sexualmente e performar sua feminilidade. O poeta e dramaturgo Oscar Wilde (1854-1900) proferiu a seguinte frase, “tudo no mundo tem a ver com sexo, menos o sexo, sexo tem a ver com poder”, essa frase possui um carácter atemporal, sendo discutida no livro “seja homem” do autor inglês J. J. Bola (2020) que escreveu:

O sexo tem a ver com poder – reflete como o sexo em si é muitas vezes visto e realizado como um meio de se obter dominação sobre outra pessoa. É por isso que a ideia dos homens fazendo sexo com várias mulheres é muitas vezes festejada na sociedade e os homens são graciosamente rotulados com epítetos como “ganhão”, “destruidor de corações” ou “conquistador” enquanto as mulheres são chamadas de “vadias”, “vagabas”, “vacas”, “putas”, “cadelas”, “promiscuas” e daí por diante, uma lista interminável (p. 31).

A liberdade sexual empregada a homens e mulheres é totalmente desbalanceada, sendo socialmente estimulada para os homens, enquanto que as mulheres, para serem aceitas e exaltadas na sociedade, precisam exercer comportamentos de castidade e inocência, ou seja, ela suprime seus próprios desejos e desde muito jovens adquirem um repertório comportamental que lhes é imposto, suprimindo aspectos de sua personalidade (JJ Bola, 2020).

Entretanto, a supressão da personalidade não é destinada apenas às mulheres, os próprios homens também sofrem com questões criadas pela própria dominação do masculino, pois, para se estar e ser aceito dentre os que comandam, precisa-se assumir uma postura já pré estabelecida, com critérios de comportamentos definidos desde os primeiros anos, e dentro desses critérios de comportamento, a agressividade e frieza em demonstrar sentimentos se torna fator indispensável (Trevisan, 2021).

## **O masculino sob ameaça: A crise da masculinidade**

Muitos debates vêm sendo travados acerca da masculinidade e do que é ser homem nos dias atuais, tanto no âmbito real quanto na esfera virtual das mídias sociais. No entanto, aspectos relacionados às questões de gênero são discutidos desde antes da era digital com o intuito de compreender as questões sociais envolvidas nos papéis designados a cada sujeito pertencente a um sexo biológico específico (Silva, 2006).

Em seu livro, “A crise da masculinidade”, o professor e escritor francês, Francis Dupis-Déri, traz a reflexão de que a masculinidade sempre está em crise, que os homens sempre estão perdidos quanto a sua masculinidade pois ela é baseada em papéis de gênero que são fluídos, e que se moldam de tempos em tempos, seguindo

um padrão de comportamento hegemônicos, então, tenta-se consolidar algo estático em bases fluídas (Dupuis-Déri, 2022).

De acordo com Silva (2006), a hegemonia existe apenas se houver congruência entre os padrões culturais e o poder institucional, dessa forma quando os padrões culturais se modificam e o que embasava a defesa do patriarcado já não se sustenta, as bases para uma dominação ou hegemonia de um modelo de masculinidade são aos poucos destruídos (Silva, 2006). É importante destacar que o que se desfaz é um modelo em específico de masculinidade e não o gênero masculino como um todo.

Para Ferreira e Oliveira (2019) a crise da masculinidade contemporânea pode também ser vista como uma consequência dos debates levantados pelos movimentos feministas. Segundo os autores, a partir da década de 60, com a ascensão do movimento feminista no ocidente, ativistas passaram a questionar o ideal de homem da época, trazendo à tona problemáticas envolvidas que estavam muito intrincadas com o modelo hegemônico apresentado anteriormente.

Diante disso, muitos homens passaram a questionar suas expressões de masculinidades, gerando assim uma crise da masculinidade. Dessa forma, é possível compreender que, mudanças culturais e sociais ocorrem e continuarão a ocorrer no decorrer de toda a história da humanidade e essas mudanças impactam diretamente nas expressões e papéis de gênero, uma vez que os mesmos são produtos construídos socialmente. Com isso, faz-se um paralelo entre as mudanças sociais e a ascensão do movimento feminista, juntamente com a ideia trazida por Dupuis-Déri (2022) de que a problemática que sustenta a crise da masculinidade está ligada diretamente a uma tentativa de estabelecimento de um padrão hegemônico em um contexto que se modifica constantemente, a sociedade.

Como resultado disso, surgem os grupos masculinistas, que são diversos grupos de homens que se organizam em esferas e subcategorias com diferentes nuances entre si, mas que compartilham da mesma crença central de que vivem em um mundo que estaria moralmente invertido. Assim, as mulheres e os movimentos feministas são os principais responsáveis pelos sentimentos de frustração sentidos por esses homens, pois, eles deveriam por direito dominar os corpos femininos e ao serem negados a esse direito acabam sendo colocados em um lugar de inferioridade injusta (Amato, Fuchs, 2022).

Para além das implicações diretas desses discursos em relação às mulheres, autores mostram como o machismo e a misoginia podem afetar seriamente os homens. J. J. Bola (2020) trata do tema da violência entre os homens de forma muito clara, evidenciando que muitas vezes a masculinidade e a violência são tidas como sinônimos, trazendo a luz comportamentos e práticas incentivados desde a infância de meninos que legitimam comportamentos violentos, competitivos e de dominância.

Segundo o Departamento Penitenciário Nacional (2022) as mulheres constituíam 7% da população carcerária no Brasil, ou seja, os 93% restantes eram constituídos por homens. Vale ressaltar ainda que, segundo o Ministério de Justiça e Segurança Pública (2022) a maioria dos crimes cometidos por mulheres estão relacionados ao tráfico de drogas e poucos são os casos de crimes violentos.

Outro ponto de grande relevância é a alexitimia masculina observada por Rosostolato (2019), condição em que o homem encontra dificuldades de compreender e expressar os próprios sentimentos. Além da aprendizagem de comportamentos hegemônicos violentos e dominadores na infância, o incentivo ao silêncio quando direcionado a sentimentos e sensações é outro grande contribuidor para a condição psíquica (Zanello e Bukowitz, 2011; Zanello, 2018).

Com isso, é possível traçar ainda um paralelo entre os processos de saúde mental e o tema de gênero (Zanello e Costa, 2015; Zanello, 2018), apontamentos anteriores e os altos índices de suicídios cometidos por homens, levando em consideração que a alexitimia em conjunto com uma cultura violenta arraigada, podem contribuir para uma dificuldade enfrentada por esses homens para buscar cuidado no enfrentamento de sofrimento psíquico. Segundo (Zanello, 2018) as mulheres lideram os números de adoecimento mental e possíveis tentativas contra a própria vida, no entanto, os homens são quem mais cometem suicídios, 12,6 por cada 100 mil homens em comparação com 5,4 por cada 100 mil mulheres, de acordo com relatório publicado pela OMS em 2017.

Dessa forma, observa-se que a violência está inserida no âmago do imaginário de uma masculinidade que não mais se sustenta na atualidade e com isso gera cada vez mais prejuízos a níveis sociais e psicológicos para esses homens (Zanello e Silva, 2012). A partir disso, uma alternativa ao modelo hegemônico de masculinidade seriam as masculinidades positivas. Elas podem ser compreendidas como uma visão inclusiva e saudável de características e comportamentos vistos como masculinos, que permitem ideais de empatia, respeito, igualdade de gênero e liberdade emocional (Oliveira 2020).

Com o combate de estereótipos prejudiciais, surge uma visão mais ampla e diversa do que significa ser homem, possibilitando a inclusão e valorização das diversas expressões emocionais, subjetividades e modelos de relacionamento que vão além do olhar tradicional de masculinidade, dessa forma encoraja-se a aceitação e valorização de experiências masculinas plurais (Oliveira 2020).

Ao encorajar a expressão de sentimentos de forma saudável se torna possível lidar melhor com o estresse, fortalecendo vínculos interpessoais e desenvolvendo habilidades de comunicação de forma eficaz (Moura, 2022). A expressão emocional contribui para a criação de relacionamentos mais estáveis e abertos ao diálogo, tanto no nível pessoal quanto profissional. Proporcionar que os homens sejam vulneráveis e demonstrar suas emoções sem medo é importante para promover uma cultura de masculinidades positivas apoiadas no respeito mútuo, na autenticidade e na aceitação da diversidade de experiências humanas possíveis (Oliveira 2020).

O cultivo do afeto e do cuidado entre homens pode ajudar ainda na prevenção e diminuição de comportamentos violentos e abusos, promovendo uma consciência de respeito mútuo. Ao desafiar a ideia de que expressar emoções ou preocupar-se com os outros é um sinal de fraqueza, os homens podem criar relacionamentos mais autênticos e satisfatórios, tanto consigo mesmos quanto com os outros (Sutter, Maluschke 2008).

Outro aspecto importante das masculinidades positivas está ligado a paternidades mais ativas. A visão de pai como sujeito provedor do lar e autoridade superior vem sendo mudada aos poucos e com isso temos a paternidade positiva, que envolve uma abordagem ativa e comprometida com o bem-estar emocional, físico e social dos filhos. Segundo Moura (2022), a visão das paternidades ativas se resume aos pais que estão engajados na vida dos filhos, buscando conhecer e compreender suas subjetividades, demonstrando seus sentimentos por seus filhos sem medo da normatização de um padrão hegemônico imposto, e ensinando seus filhos como expressar sentimentos, serem independentes, conversarem e exercitarem a empatia.

Ao adotar uma abordagem de paternidade positiva, os pais criam um ambiente familiar saudável e acolhedor, onde os filhos se sentem seguros, amados e independentes (Moura 2022). Com a presença ativa na vida dos filhos, comunicação aberta e não violenta, o homem passa a exercer um papel mais presente no cuidado com os filhos, retirando assim uma responsabilidade anteriormente dada apenas às mulheres.

Observou-se que a tentativa de estabilização de um padrão hegemônico de masculinidade fixo e imutável em uma sociedade que está em constante mudança não mais se sustenta. Como resultado movimentos masculinistas tentam de diversas formas perpetuar esses ideais ultrapassados dentro ou fora da esfera virtual, no entanto, baseado em modelos de masculinidade da era vitoriana e levemente atualizados para fins de manutenção, essa masculinidade normatizadora causa prejuízos a homens e mulheres. Com as masculinidades positivas é possível trazer a luz a ideia de que a masculinidade não é algo estático e único, existem diversas formas de performar a masculinidade e as masculinidades positivas trazem um viés não violento e mais congruente com o período atual.

## **Considerações finais**

O conceito de masculinidades é complexo, sendo construído socialmente e moldado por expectativas culturais e históricas. A masculinidade hegemônica, caracterizada pela dominação e valorização de traços viris específicos, perpetua desigualdades de gênero e limita expressões individuais. A evolução histórica da concepção de masculinidade revela a persistência de divisões de gênero e a necessidade de desafiar modelos tradicionais. Ao investigar essa evolução, compreendemos a continuidade da divisão de papéis de gênero, associando homens a características de virilidade e poder, enquanto mulheres são relegadas a papéis subordinados.

Essa história complexa evidencia como padrões de masculinidade são construídos e reconstruídos ao longo do tempo, influenciados por fatores culturais, religiosos e políticos. Durante séculos, o homem foi colocado em posição de superioridade em relação à mulher, enquanto tudo associado à feminilidade era oposto ao modelo hegemônico de masculinidade. Embora se discuta muito sobre as consequências para as mulheres, há também impactos negativos do machismo e dos padrões inalcançáveis de masculinidade hegemônica para os homens.

A influência das mídias sociais na construção desses padrões é evidente, uma vez que muitos grupos masculinistas ganham força na esfera virtual. As redes sociais

desempenham um papel significativo na disseminação e reforço desses padrões, promovendo uma imagem estereotipada e restritiva do que significa "ser homem". No entanto, é fundamental uma maior investigação de como o ambiente virtual pode contribuir para a construção de subjetividades masculinas hegemônicas ou saudáveis.

A crise na identidade masculina, desencadeada por mudanças culturais e pelo movimento feminista, representa uma oportunidade para repensar e reconstruir noções de masculinidade, reconhecendo que padrões patriarcais não apenas oprimem mulheres, mas também têm consequências negativas para homens, como perpetuação da violência entre si, dificuldades no estabelecimento de relações mais saudáveis, alexitimia e transtornos psicológicos mais graves como depressão e suicídio. Assim, é fundamental buscar uma abordagem mais igualitária e inclusiva, compreendendo e estudando como desconstruir padrões de masculinidade hegemônica para promover a saúde mental e estabelecer relações mais saudáveis e igualitárias entre os gêneros.

## REFERÊNCIAS

AMATO, B.; FUCHS, J. J. B. Discursos de ódio de gênero e subjetivação: articulações entre masculinismo e extrema-direita. Em: *Violência e Gênero: análises, perspectivas e desafios*. [s.l.] Editora Científica Digital, 2022. p. 77–92.

ANDRADE, M. C. R. O papel das revisões de literatura na produção e síntese do conhecimento científico em Psicologia. Belo Horizonte: Pepsic, dez. 2021. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202021000300001](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202021000300001). Acesso em: 12 jan. 2024.

ANDRADE, T. S. M. O relacionamento homoerótico na Grécia Antiga: uma prática pedagógica. São Paulo: *Faces da História*, v. 4, n. 2, p. 58 - 72, jun - dez, 2017. Disponível em: <file:///C:/Users/Intel%2003/Downloads/master13111992,+Editor+da+revista,+4++relacionamento+homoerotico.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2024.

BRASIL, Ministério da Justiça e Segurança Pública. Número de mulheres presas aumentou 256% em 12 anos. Brasília: Ministério da Justiça e Segurança Pública, 2013. Disponível em: <https://www.gov.br/mj/pt-br/assuntos/noticias/numero-de-mulheres-presas-aumentou-256-em-12-anos>. Acesso em: 16 maio 2024.

CONNELL, R. W.; MESSERSCHMIDT, J. W. Masculinidade hegemônica: repensando o conceito. *Revista Estudos Feministas*, v. 21, n. 01, p. 241-282, 2013. Disponível em: [http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S0104-026x2013000100014&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S0104-026x2013000100014&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 20 mar. 2023.

CORINO, L. C. P. Homoerotismo na Grécia Antiga – homossexualidade e bissexualidade, mitos e verdades. *Biblos*, 2006. Disponível em: <https://periodicos.furg.br/biblos/article/view/249/63>. Acesso em: 24 mar. 2023.

DE PAULA, R. C. M.; DA ROCHA, F. N. Os impactos da masculinidade tóxica no bem-estar do homem contemporâneo: uma reflexão a partir da Psicologia. Monteiro, A. F.; Lima, A. B. *O Jornal Vassourense e a Política no Brasil do século XIX - 1885 a 1887*. *Revista Mosaico*, v. 10, n. 2, p. 82-88, 2013. Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RM/article/view/183>. Acesso em: 04 abr. 2023.

DE SOUZA, M. D. F.; ALTOMAR, G.; MANFRIN, S. H. A construção social da masculinidade. *ETIC - Encontro de Iniciação Científica - ISSN 21-76-8498*, v. 13, n. 13, 2017. Disponível em: <http://intertemas.toledoprudente.edu.br/index.php/ETIC/article/view/6227>. Acesso em: 21 mar. 2023.

FERREIRA, F. M.; DE OLIVEIRA, C. P. O movimento feminista e a crise da masculinidade: reflexões a partir da psicologia política. *Cadernos de Psicologia*, v. 1, n. 2, 2020.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade, o uso dos prazeres*. Digital Source, 1998. Disponível em: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/2940574/mod\\_resource/content/1/Hist%C3%B3ria-da-Sexualidade-2-O-Uso-dos-Prazeres.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/2940574/mod_resource/content/1/Hist%C3%B3ria-da-Sexualidade-2-O-Uso-dos-Prazeres.pdf). Acesso em: 23 mar. 2023.

FOUCAULT, Michel. Sobre a Sexualidade. Rio de Janeiro: Zahar, 2021.

GARCIA, Carla Cristina. Breve história sobre o feminismo. São Paulo: Editora Claridade, 3. ed., 2015.

GOFF, J.; TRUONG, N. Uma história do corpo na Idade Média. 1. ed. Trad. Marcos Flaminio Peres. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

HARARI, Yuval Noah. Sapiens: uma breve história da humanidade. 1. ed. Porto Alegre, RS: L&PM, 2015.

MELO, F. C. F. G. Gênero, maternidade e reprodução ou quais são as razões para um fraldário estar localizado dentro de um banheiro feminino?. Rio de Janeiro: Revista EMERJ, v. 19, n. 76, p. 62 - 71, out - dez 2016. Disponível em: [https://www.emerj.tjrj.jus.br/revistaemerj\\_online/edicoes/revista76/revista76\\_62.pdf](https://www.emerj.tjrj.jus.br/revistaemerj_online/edicoes/revista76/revista76_62.pdf). Acesso em: 05 abr. 2024.

MIGUEL, Luis Felipe; MEIRELES, Adriana Veloso. O fim da velha divisão? Público e privado na era da internet. Tempo Social, v. 33, p. 311-329, 2021.

MOURA, Tuany Abreu de. Paternidades contemporâneas: um estudo sobre paternidade “ativa” e “positiva” nas redes sociais. Fortaleza: Repositório Institucional, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/69635>. Acesso em: 12 mar. 2024.

OLIVEIRA, D. A. Homoafetividade: uma análise transdisciplinar. ANIMA: Revista Eletrônica do Curso de Direito das Faculdades OPET, 2014. Disponível em: <https://www.opet.com.br/faculdade/revista-anima/pdf/anima12/ANIMA-12-HOMOAFETIVIDADE-UMA-ANALISE-TRANSDISCIPLINAR.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.

OLIVEIRA, Renata Peixoto de. Construindo masculinidades positivas no enfrentamento ao machismo. CEEGED-UNILA, 2020. Disponível em: <https://dspace.unila.edu.br/server/api/core/bitstreams/24dcd39e-4d5f-47d9-b749-6b108bc5829a/content>. Acesso em: 01 mar. 2024.

Organização Mundial da Saúde. Uma em cada 100 mortes ocorre por suicídio, revelam estatísticas da OMS. 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2021-uma-em-cada-100-mortes-ocorre-por-suicidio-revelam-estatisticas-da-oms>. Acesso em: 16 maio 2024.

ROBERT, W. C.; MESSERSCHMIDT, J. W. Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. Sage journals, v. 16, p. 1, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0891243205278639>. Acesso em: 17 jun. 2023.

ROMIO, C. M.; ROSO, Adriane. Tentativas de silenciar mulheres feministas: revisão das produções científicas sobre antifeminismo na internet. Revista Interfaces, v. 11, n. 2, 2023. Disponível em: <https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/1167/985>. Acesso em: 06 fev. 2024.

ROSOSTOLATO, Breno. Alexitimia e masculinidades: do silêncio aos processos de desconstrução. Revista Brasileira de Sexualidade Humana, [S. l.], v. 30, n. 2, p. 55–64, 2019. DOI: 10.35919/rbsh.v30i2.92. Disponível em: [https://www.rbsh.org.br/revista\\_sbrash/article/view/92](https://www.rbsh.org.br/revista_sbrash/article/view/92). Acesso em: 16 maio 2024.

ROTHER, Edna Terezinha. **REVISÃO SISTEMÁTICA X REVISÃO NARRATIVA**. São Paulo: Scielo, 17 de jul de 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/>> Acesso em 12 de jan de 2024.

SCOTT, J. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. *Educação & Realidade*, [S. l.], v. 20, n. 2, 2017. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/educacaoerealidade/article/view/71721>. Acesso em: 17 dez. 2023.

SILVA, S. G. **Masculinidade na história**: a construção cultural da diferença entre os sexos. *Psicologia: Ciência e profissão*, v. 20, p. 8-15, 2000. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/7ftQZzgJTGcvJmzWDv7gD5d/?lang=pt>> Acesso em 02 abr. 2023.

SILVA, S. G. **A crise da masculinidade**: uma crítica à identidade de gênero e à literatura masculinista. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 26, p. 118-131, 2006. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/hvgrgfhvbYX4tpGHHYXdWks/abstract/?lang=pt>> Acesso em 03 abr. 2023.

SILVA, Ricardo Tadeu Caires. *Caminhos e descaminhos da abolição*. Universidade Federal do Paraná, Setor de Ciências Humanas, 2007.

SKINNER, B. F. *As Causas do Comportamento*. In: SKINNER, B. F. **Sobre o Behaviorismo**. Cultrix, 10. Ed. São Paulo, 2006.

SUTTER, C.; MALUSCHKE, J. S. N. F. B. **Pais que cuidam dos filhos**: a vivência masculina na paternidade participativa. *Fortaleza: Psico*, v. 39, n. 1, p. 74 - 82, 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/1488>. Acesso em: 16 maio. 2024.

TAQUETTE, S. R.; BORGES, Luciana. **PESQUISA QUALITATIVA PARA TODOS**. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2020.

TREVISAN, João Silverio. **SEIS BALAS NUM BURACO SÓ: A CRISE DA MASCULINIDADE**. 2 Ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2021.

VEIGA, D. S. **Jesus, Hélio e Mitra**: como os rituais de magia contribuíram para a expansão do cristianismo primitivo. *Estudos de Religião*, v. 36, n. 3, p. 5 - 22, set - dez 2022. Disponível em: <C:/Users/Intel%2003/Downloads/Dialnet-JesusHelioEMitra-8926455.pdf>. Acesso em 07 de março de 2024.

ZANELLO, V. *Saúde mental, gênero e dispositivos: cultura e processos de subjetivação*. 1. ed. Curitiba: Appris, 2018.

ZANELLO, V. & Bukowitz, B. (2011). *Loucura e cultura : uma escuta das relações de gênero nas falas de pacientes psiquiatrizados*. Labrys, Études Féministes. Recuperado de <https://www.labrys.net.br/labrys20/brasil/valeska.htm>

ZANELLO, Valeska, Fiuza, H. Gabriela, & Costa, Humberto S. (2015). *Saúde mental e gênero: facetas gendradas do sofrimento psíquico*. *Fractal: Revista de Psicologia*, 27(3), 238–246.

ZANELLO, Valeska & Silva, René M. C. (2012). *Saúde mental, gênero e violência estrutural*. *Revista Bioética*, 20(2), 267–279.

## CAPÍTULO 5

# LÁGRIMAS INVISÍVEIS: A EXPERIÊNCIA DO LUTO E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO EM MÃES APÓS A PERDA NEONATAL

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch5

*Dhâmaris Fonseca do Amarante*

*“Perdi...*

*Todos nós perdemos...*

*Perdemos momentos, perdemos pessoas, perdemos coisas. Perdemos sensações ou perdemos em sensações.*

*Perdemos emoções, pensamentos, memórias... perdem-se poder na vida e até a própria vida. Perdemos objetivos de inúmeras formas e intensidades. Perdemos alma, coragem e esperança.*

*Perdemos escolhas, oportunidades... quantas!*

*Perder, quão negativa essa palavra é, quão suspensiva se pode se tornar; às vezes apenas perdemos porque sim, outra ficamos escravizadas à sua passagem.*

*Perde-se o Éden, mas ganham-se coragem das guerreiras, a perseverança dos sobreviventes, a instrução dos sensatos. Enigmas que, nascidos de uma realidade fugaz, se imortalizam, sem se perder.”*

*- A vós mulheres (Pontes, 2009).*

## Introdução

Para o entendimento da temática do luto materno é preciso compreender sobre os segmentos que perpassam a gravidez, que se contextualiza como um processo fisiológico no qual ocorrem transformações orgânicas, psicológicas e sociais na vida da mulher, influenciadas por variáveis biológicas, socioeconômicas e culturais. Um momento marcado por sonhos e expectativas, muitas vezes criadas desde a infância, quando a menina que brincava de boneca já desejava ser mãe. Sonhos esses que podem ser concretizados, ou frustrados (Thuler et al., 2018).

Esse sonho se torna mais real quando a gravidez é confirmada, mediante a avaliação do ciclo menstrual, checagem da data da última menstruação e da atividade sexual, e/ou a realização de Teste Imunológico de Gravidez (TIG) – Pesquisado pelo Hormônio Gonadotrófico Coriônico (Beta-HCG). Após sua confirmação, é recomendado o início do pré-natal, no qual ocorrem os cuidados com a mãe, que receberá as devidas orientações para o acompanhamento do processo de desenvolvimento do bebê (Ministério da Saúde [MS], 2005).

## **Processos de entendimento sobre o período da gravidez e a idealização do bebê**

O desenvolvimento da gravidez é dividido em três períodos trimestrais que se configuram como um processo de adaptação do corpo, de aceitação dos aspectos emocionais, de percepção de movimentos do feto, de sensação de peso e de desconforto. O primeiro trimestre é demarcado pelos três primeiros meses de gestação, especificamente de zero até a 13ª semana, sendo caracterizado pelas transformações físicas da mãe, como o crescimento dos seios, o aumento da fome e do sono, os enjoos e até o cansaço. O segundo trimestre é medido do quarto ao sexto mês, que equivale ao período entre a 14ª e 26ª semana, no qual a mãe passa a sentir os primeiros movimentos do bebê na barriga, assim como o seu crescimento e as modificações nos quadris e nos seios. O terceiro trimestre é constituído do sétimo ao nono mês, delimitado pela 27ª até 40ª ou 41ª semana, sendo configurado pelo pouco espaço na barriga, pois o bebê já está quase pronto para nascer, podendo causar a sensação de desconforto, peso e menos sono (MS, 2014a).

Esse momento do ciclo da vida da mulher geralmente é caracterizado por grandes significados e transformações, atravessados por um turbilhão de sentimentos – felicidade, medo, angústias, incertezas, idealizações, curiosidade e mudanças na percepção corporal. Reações essas que precisam de uma maior atenção, sendo necessária a oferta de suporte, de cuidado e de cautela à gestante (Mendes et al., 2016).

Se essa gravidez não é planejada, ou seja, quando a mulher não desejou ter um bebê naquele momento, ela pode experimentar ainda um sentimento importante de ambivalência afetiva, onde há pensamentos recorrentes sobre incertezas com relação ao desejo de querer ou não aquele filho gestado. Ocorrem mudanças intrapsíquicas e interpessoais resultantes das perdas e dos ganhos que esse momento específico traz, uma vez que nem sempre as mulheres passam a aceitar a gravidez tão facilmente (Maldonado, 2017).

Com a aceitação, a mulher passa a idealizar e a planejar um futuro que será construído em torno da gravidez. Lembra os momentos em que desde a infância a menina idealizava um filho, estabelecendo assim uma relação mãe e filho muito antes do nascimento. Fantasia e grandes expectativas são construídas em cima de um bebê que ainda não nasceu (Shiavo, 2018). Nesse momento, algumas mulheres se comparam as suas próprias mães - desejam dar seguimento ao que elas fizeram ou ser uma mãe melhor que as suas foram para elas. Ainda nesse período, também passam a estabelecer planos consoantes ao ajuste da sua vida em relação ao bebê, preparam a casa e o enxoval do bebê e envolvem os apreços e as atenções de toda a família em torno da gestação (Maldonado, 2017).

## **Processo de perda do bebê: abortamento espontâneo, óbito ou perda fetal**

Em meio a todas as expectativas alimentadas desde o início da gravidez, algumas mulheres passam pela perda de seu bebê, quando muitas vezes esse ciclo é interrompido por um processo de perda fetal, por meio de um aborto não intencional, ou por morte neonatal. Nesse momento, fortalece-se a ideia de perda de um projeto de vida e da integridade evidente durante a gestação, ampliando as possibilidades de traumas resultantes de um processo de luto (Rios, Santos, e Dell’Aglia, 2016).

O aborto, apesar de não estar nos planos da maioria das gestantes e de normalmente não ser abordado no pré-natal, é comum. Ele é descrito como um término da gestação antes da 20<sup>a</sup>/22<sup>a</sup> semana ou com peso do embrião/feto inferior a 500g. A incidência do índice de aborto é de 70%; no qual 50% dos abortamentos ocorrem antes da falha menstrual e 10% a 15% no 1º trimestre da gestação. A interrupção da gravidez pode ocorrer por diferentes causas: fatores fetais, como doenças cromossômicas (de 50% a 60%); fatores maternos, como doenças autoimunes, intoxicações, infecções, doenças sistêmicas (lúpus e diabetes); dentre outros (Eleutério et al., 2014).

Como resultado desse processo, o óbito ou perda fetal é definido como a morte de um produto da fecundação, antes da sua expulsão ou da retirada total do corpo da progenitora, independente do período da gravidez em que ela se encontra. O óbito é confirmado quando o feto não respira, separadamente da mãe, e não apresenta sinais de vida, como pulsação do cordão umbilical, batimentos cardíacos ou movimentos existentes dos músculos de contração voluntária (MS, 2014b). Essa perda pode ocorrer em qualquer momento da gestação e, a depender do seu estágio, possui três subdivisões: a primeira é definida como perda precoce, na qual ocorre em menos de 20 semanas de gestação; a segunda é determinada como perda intermediária, ocorrendo de 20 a 27 semanas completas; e a terceira é definida como perda tardia, ocorrendo com 28 ou mais semanas de gestação (Parecer CREMESP n 22.770, 1994). Estima-se que o primeiro trimestre da gravidez, em especial entre a oitava e décima segunda semana, ocorrem os maiores riscos de óbito fetal, no qual 50% dessas é resultante de anomalias cromossômicas (Soares & Cançado, 2018).

A partir da morte do embrião, a mulher poderá passar por dois processos para expelir o saco gestacional. Pode ocorrer a expulsão natural, no qual o bebê é “expulso” naturalmente do útero, em um segmento que poderá ser longo e acompanhado de dor. Quando o processo de expulsão natural não é realizado, pode ser realizado um procedimento para a ejeção do produto gestacional, por meio da curetagem, com raspagem da cavidade uterina para a extração do que ficou, ou por amiu (aspiração manual intrauterina). Ambos os procedimentos são dolorosos para quem realiza, tanto físico quanto psicologicamente, e demarcam o processo da perda do bebê (MS, 2005).

Além do aborto e a perda fetal, quando a gestação segue até o final, ainda há o risco de morte neonatal, que ocorre durante o período neonatal, ou seja, nas quatro primeiras semanas de vida do bebê, isto é, entre 0 e 28 dias incompletos após o nascimento. Ocorre em 11,2 (a cada mil) crianças, e entre as principais causas estão a atenção ao parto e ao nascimento, a prematuridade, a malformação congênita, a asfixia intraparto, as infecções perinatais e os fatores maternos (MS, 2011). Tais mulheres são conhecidas como “mãe de anjo”, termo que se refere à mulher que perdeu seu bebê com até dois anos de vida após o nascimento (Soares et al., 2020).

Junto à morte fetal ou neonatal, a mulher experimenta a perda do corpo com os seus atributos que a definem enquanto grávida, como por exemplo a barriga e os seios diminuem (Lemos & Cunha, 2015). O marco da concretização da perda em ambos os processos são diferentes: no aborto gestacional, apesar da morte poder ser confirmada por meio de exames, é apenas no processo de expulsão que geralmente a mulher se percebe não ser mais gestante e não ter mais um bebê; e na morte neonatal, apesar de muitas vezes haver um processo de declínio processual do quadro clínico do bebê e um prognóstico reservado, é apenas ao segurar nos braços o bebê morto e niná-lo no seu silêncio que a perda é materializada (MS, 2011; Soares et al., 2020).

Quando o embrião/feto ou bebê vai a óbito, esse momento pode ser experienciado pelas mulheres com extrema resiliência, mas também podem ser experimentados intensos sentimentos de negação e reações de choque, acompanhados de baixa autoestima, falta de motivação, medo e humor deprimido (Al-Maharma et al., 2016). Essas perdas podem trazer prejuízos à mãe nos âmbitos afetivos, cognitivos e comportamentais, em um processo de sofrimento mental, com danos a várias instâncias de suas vidas (Lopes et al., 2017).

## **Processos de Enlutamento Materno**

Mediante às diversas reações citadas anteriormente, essas mães podem desenvolver um luto simbólico pelo bebê que morreu, e pelos planos, expectativas, sonhos e esperanças perdidos (Lemos & Cunha, 2015). O luto é definido como uma perda significativa, resultada de uma resposta natural e esperável, na qual se perde o vínculo com quem partiu, mudando significativamente o dia a dia do enlutado (Arima & Freitas, 2017). A partir desse, compreende-se que, apesar do processo de morrer e da morte de alguém próximo ou da sua própria serem universais, a experiência é única e subjetiva e não pode ser generalizada, podendo ocorrer de diferentes maneiras, variando de pessoa para pessoa, na forma de lidar e na duração. Os modos de convívio com quem se vai, de uma forma geral, e o nível de resiliência são únicos e exclusivos para cada indivíduo (Silva, 2014). Ou seja, cada mulher vai lidar com sua perda de forma singular.

A singularidade do luto é marcada também pela concepção de apego. Bowlby (1997) compreende o luto como o resultado das reações cognitivas, emocionais e biológicas, que promovem a separação dos vínculos afetivos por meio de quatro fases

desenvolvidas por ele. A primeira é marcada pelo desespero agudo, envolvendo intensa aflição, ataques de raiva e negação; a segunda é apontada pelo forte desejo em ter a pessoa perdida de volta, reforçando ideias de que o mundo não tem mais sentido sem esta; a fase seguinte é caracterizada pelo desespero e desorganização, devido às memórias começarem a ser revividas e a existência a perda começa a ser aceita; a quarta e última fase é demarcada pela reorganização, quando o indivíduo inicia o processo de organização de novos destinos para a vida dele. Vale ressaltar que cada uma dessas fases não possui um padrão rígido de duração e experimentação. A partir dessa concepção, apesar da interrupção da gravidez, a relação de apego pode ser observada.

O luto também é reflexo do amor. Segundo Parkes (1998), a intensidade com que cada um experimenta o luto é a mesma com que se ama. Isso porque o amor é o sentimento mais forte que vincula os indivíduos, e a resistência e não aceitação da ruptura do vínculo entre quem vive e quem morre ocorre devido ao apego desenvolvido nessa relação, resultando no luto. Ou seja, o reconhecimento do lugar de mãe e o nível de apego e amor que a mulher dedicou à criança afetará o seu luto.

De acordo com Kübler-Ross (2017), as pessoas passam por estágios diferentes de luto. Ela desenvolveu cinco estágios de vivência do luto, sendo o primeiro referente a negação, compreendendo a reação de dizer “não” diante da notícia de óbito; o segundo a raiva, condizente com esse sentimento sentido pela morte em si, culpabilizando muitas vezes a própria pessoa, a equipe ou a vida; o terceiro a barganha, relacionada ao sentimento de culpa, gerando promessas e juramentos para que a situação se reverta; o quarto a depressão, não atribuída a um estágio patológico, mas sim uma condição comum ao processo; e o quinto e último a aceitação, onde o enlutado aceita que seu ente querido se foi, fazendo com que este passe a perceber a vida de outra forma. Essas fases ajudam a compreender as estratégias de enfrentamento nesse percurso tão doloroso e singular que os seres humanos passam (Kübler-Ross, 2017).

Em oposição às teorias estruturadas em fases, outros teóricos retratam que o luto é experienciado de forma dinâmica. A exemplo, Stroebe e Schut (1999), a partir do Modelo do Processo Dual de compreensão das reações dos indivíduos às perdas, sugerem que os indivíduos possuem momentos de oscilação entre a orientação para a perda, reconhecendo-a e aceitando-a, e de orientação para a restauração, lidando com as adaptações da vida sem a pessoa perdida. De forma semelhante, Bonanno, Westphal e Mancini (2011), a partir da Teoria das Quatro Trajetórias de Reações de Luto e Trauma, afirmam que não existe uma maneira singular e engessada de lidar com os eventos potencialmente traumáticos, havendo uma variedade de formas, a destacar como as principais trajetórias de luto, a resiliência, a recuperação, o sofrimento crônico e o sofrimento tardio, sendo a resiliência a resposta mais comum. De modo complementar, Worden (2013), a partir da Teoria das Tarefas do Luto, define quatro tarefas que devem ser realizadas pela pessoa enlutada: (1) aceitar a realidade da perda; (2)

elaborar/trabalhar a dor do luto; (3) ajustar-se a um ambiente no qual a pessoa falecida está ausente; e (4) reposicionar, emocionalmente, a pessoa falecida e continuar a vida.

A mulher pode ainda ter seu luto negado ou reprimido. Essa conduta se refere a uma categoria de luto chamada de perda não reconhecida, na qual o enlutado tem a sua forma de lidar com o luto de maneira vedada, podendo ocasionar o impedimento de vivenciar o momento, se expressar ou até participar de rituais de despedida. Por isso, a importância de existir uma rede de cuidado com a mulher enlutada, por parte da equipe de saúde e dos familiares, para que ela possa exprimir o que está sentindo e vivenciando em relação às perdas (Parkes, 1998; Ramos, 2016).

## **Estratégias de Enfrentamento ao luto materno**

Mediante a forma singular de experienciar de cada um, as estratégias de enfrentamento no processo de luto são de suma importância, principalmente em casos nos quais as pessoas não conseguem enfrentar a perda e se reorganizar. Tais estratégias são compreendidas como um conjunto de táticas desenvolvidas pelo indivíduo para superar situações de sofrimento e de dor, que são significativas para a elaboração e superação de uma perda significativa, sendo ela psíquica e/ou física. Vale ressaltar que fatores como a relação entre enlutado e falecido; o gênero do enlutado; a idade de quem morre; e questões de vulnerabilidades, como perdas múltiplas ou mortes inesperadas, afetam diretamente na forma de lidar do luto (Gonçalves & Bittar, 2016).

As estratégias de enfrentamento do luto no contexto de gravidez interrompida ou morte neonatal podem variar em algumas instâncias. Caracterizam-se em contar com uma rede de apoio, na qual as relações sociais servem de suporte para a superação do luto e a espiritualidade ou religiosidade, que contribuem no alívio da angústia (Gonçalves & Bittar, 2016). Outra estratégia de enfrentamento pode ser a escrita ou leitura de blogs, devido à influência da era digital na sociedade contemporânea, sendo uma forma de expressão do que foi e é sentido, além propiciar a troca de experiência e fortalecer o apoio entre mães que passaram por tais situações (Frizzo et al., 2017). Outra forma de contribuição, que alguns hospitais têm adotado, é a caixa de lembranças do bebê, na qual a instituição coloca itens como pulseiras de identificação do bebê, mechas de cabelo, digitais da mão e do pé, além de fotografias, oferecendo como uma forma de ritual de despedida da mãe (Salgado, 2018).

Tais estratégias ajudam a maioria das mulheres, para as quais, geralmente, com o passar do tempo, as expressões de tristeza vão diminuindo a intensidade do sentimento de perda. Destaca-se que existe a possibilidade de recaídas em datas comemorativas, como aniversários, que fazem lembrar a perda. Por esse motivo, é importante desenvolver uma postura empática diante da situação, pois a morte de um bebê pode em alguns momentos remeter a mãe sentimento de culpa e impotência perante uma realidade que não ocorreu conforme o planejado (Silva, 2014).

Para tanto, se faz necessário que a postura da Psicóloga seja de compreender em sua essência, todas as nuances que perpassam desde a notícia da perda efetiva junto a idealização do bebê, bem como os mecanismos que são essenciais para que as lágrimas invisíveis das mães no advento do luto, possam ser validadas e conseqüentemente adaptativas para o sobreviver.

## **Conclusão**

A proposta do seguinte estudo teórico foi de compreender as experiências de luto vivenciadas por mães no período gestacional e neonatal, bem como as estratégias utilizadas para amenizar o luto. Foi observado que desde o momento da notícia de perda do bebê e as reações físicas do processo de aborto, assim como os procedimentos cirúrgicos de retirada do feto e saco gestacional como a curetagem e o amiu, e os processos de desumanização da assistência de saúde como um acolhimento e postura de forma não empática, carregada de pré-concepções, podem inaugurar os marcos evolutivos do processo de luto.

Mediante a isso, as mães passam a experimentar diversas reações e sentimentos como angústia, raiva, culpa, frustração, medo, solidão, vazio, decepção, choro, isolamento, incapacidade e a interrupção de um sonho, podendo em alguns casos impedir novos planos de idealizações de vida, como por exemplo ser mãe novamente.

Conforme os sentimentos presentes no processo de luto experienciados por essas mães na perda de seus filhos, estas passaram a recorrer de recursos de enfrentamento do luto. Essas estratégias serviram de suporte e acolhimento para que as suas dores de alguma forma fossem amenizadas.

É válido destacar a relevância de novos estudos sobre a temática, para que se conheça a perspectiva de outras pessoas envolvidas nessa perda, como pais e avós para que se possa compreender minimamente essa experiência que é tão singular.

Portanto, a seguinte pesquisa teórica surgiu com o intuito de propiciar ao leitor uma realidade que ao mesmo tempo é distante para alguns e tão perto para outros que é a experiência de mães que perderam seus bebês de uma forma tão prematura. Para tanto, esse estudo não termina por aqui, fica o convite para que a sociedade, os profissionais de saúde, acadêmicos e gestores possam pesquisar, refletir, discutir e criarem políticas públicas para a atenção ao cuidado no abortamento e perda neonatal.

## Referências

- AL-MAHARMA, D.Y.; ABUJARADEH, D. A. A. H.; MAHMOUD, K. F.; JARRAD, R. A. Luto materno e a percepção e apego a crianças nascidas após uma perda perinatal. **Infant Mental Health Journal**, v. 37, n. 4, p. 411-423, 2016. doi: 10.1002/imhj.21570.
- ARIMA, A.C.; FREITAS, J.L. O luto velado: a experiência de viúvas lésbicas em uma perspectiva fenomenológico-existencial. **Tendências em Psicologia**, v. 25, n. 4, pág. 1467-1482, 2017. doi:10.9788/tp2017.4-01pt.
- BONANNO, G. A.; MANCINI, A. D. Resiliência à Perda e Trauma Potencial. **Annual Review of Clinical Psychology**, v. 7, p. 511-525, 2011. doi: 10.1146/annurev-clinpsy-032210-104526.
- BOWLBY, J. **Formação e rompimento de laços afetivos**. 3.ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.
- ELEUTÉRIO, F. J. C. S.; SOARES, R. M. R.; AUGUSTO, K. L.; BRILHANTE, A. V. M.; FREITAS, M. **Protocolo de Obstetrícia da Secretaria de Saúde do Estado do Ceará**. Fortaleza: Secretaria de Saúde do Estado do Ceará, 2014. Disponível em: [https://www.saude.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/9/2018/06/protocolos\\_obstetricia\\_sesa\\_ce\\_2014\\_.pdf](https://www.saude.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/9/2018/06/protocolos_obstetricia_sesa_ce_2014_.pdf). Acesso em: 15 nov. 2024.
- FRIZZO, H. C. F.; BOUSSO, R. S.; ICHIKAWA, C. R. F.; NIGRO DE SÁ, N. Mães enlutadas: criação de blogs temáticos sobre a perda de um filho. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 2, pág. 116-121, 2017. doi:10.1590/1982-0194201700019.
- GONÇALVES, P. C.; BITTAR, C. M. L. Estratégias de Enfrentamento no Luto. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 24, n. 1, pág. 39-44, 2016. doi:10.15603/2176-1019/mud.v24n1p39-44.
- KÜBLER-ROSS, E. **Sobre a Morte e o Morrer: o que os pacientes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos próprios parentes**. Ed. Acender. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2017. 304 p.
- LEMOS, L. F. S.; CUNHA, A. C. B. Concepções sobre morte e luto: Experiência feminina de perda gestacional. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 4, pág. 1120-1138, 2015. doi:10.1590/1982-3703001582014.
- LOPES, B. G.; BORGES, P. K. O.; GRDEN, C. R. B.; CORADASSI, C. E.; SALES, C. B.; DAMASCENO, N. F. P. Luto materno: dor e enfrentamento da perda de um bebê. **Revista Rene**, v. 18, n. 3, p. 307-313, 2017. doi:10.15253/2175-6783.2017000300004.

MALDONADO, M. T. **Psicologia da Gravidez: gestando pessoas para uma sociedade melhor**. São Paulo: Ideias & Letras, 2017.

MENDES, P. D. G.; FILHA, F. S. C.; SILVA, R. N. A.; VILANOVA, J. M.; SILVA, F. L. O papel educativo e assistencial de enfermeiros durante o ciclo gravídico-puerperal: a percepção de puérperas. **Revista Interdisciplinar**, v. 3, pág. 49-56, 2016. Disponível em: <https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/927>. Acesso em: 15 nov. 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE [MS]. **Pré-natal e Puerpério: atenção e humanizada – Manual técnico**. Brasília: Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, 2005.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Atenção Humanizada ao Aborto: norma técnica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE [MS]. **Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde**. Brasília: Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, v. 4, 2014a.

MINISTÉRIO DA SAÚDE [MS]. **Caderneta da Gestante**. Brasília: Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas, 2014b. Edição Eletrônica.

PARECER CREMESP. N. 22.770, 1994. **Atendimento a Recém-Nascidos de baixo peso**. Disponível em: <http://www.cremesp.org.br/?siteAcao=Pareceres&dif=s&ficha=1&id=358>. Acesso em: 15 nov. 2024.

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. São Paulo: Summus, 1998. 289 p.

RAMOS, V. A. B. O processo de Luto. **Portal dos Psicólogos**, p. 1-16, 2016. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>. Acesso em: 15 nov. 2024.

RIOS, T. S.; SANTOS, C. S. S.; DELL'AGLIO, D. D. Elaboração do processo de luto após uma perda fetal: Relato de experiência. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 1, pág. 98-107, 2016. doi:10.18256/2175-5027/psico-imed.v8n1p98-107.

SALGADO, H. O. **Como lidar luto perinatal: acolhimento em situações de perda gestacional e neonatal**. São Paulo: Lexema: Ema Livros, 2018.

SHIAVO, R. A. **Saúde Mental na gestação: ansiedade, estresse e depressão**. Agudos: MaterOnline, 2018.

SILVA, A.C. de O. Conceituando o luto. In: SANTOS, Franklin Santana. **Tratado brasileiro sobre perdas e luto**. São Paulo: Ateneu, 2014. Cap. 8, pág. 71-78.

SOARES, A. M.; CANÇADO, F. M. A. A. Perfil de Mulheres Com Perda Gestacional. **Revista Médica de Minas Gerais**, v. 28, p. e-1930, 2018. doi:10.5935/2238-3182.20180072.

SOARES, L. G.; KUCHLA, E.; MAZZA, V. A.; SOARES, L. G.; FERRAZ, M. I. R.; MATTEI, S. P. Mães de anjos: (re)vivendo a morte do filho como estratégia de enfrentamento. **Escola Anna Nery**, v. 1, e20190030, 2020. doi:10.1590/2177-9465-ean-2019-0030.

STROEBE, M.; SCHUT, H. O modelo de processo dual de enfrentamento do luto: justificativa e descrição. **Death Studies**, v. 23, p. 197-224, 1999.

THULER, A. C. M. C.; PAREDE, M. L.; SOUZA, M. R. A. Caracterização das Mulheres no ciclo gravídico-puerperal e o incentivo à amamentação precoce. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 26, e16936, 2018. doi:10.12957/reuerj.2018.169

WORDEN, JW **Aconselhamento do Luto e Terapia do Luto: um manual para profissionais de saúde mental**. 4.ed. São Paulo: Roca, 2013.

## CAPÍTULO 6

# IMPACTOS DO USO DE TECNOLOGIAS DIGITAIS SOBRE O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch6

*Agostinho de Sousa  
Maria Deizielly de Almeida Aires  
Maria Nildilene Araújo Tavares  
Ysrael Moura Garcia  
Allan Ratts de Sousa*

### Introdução

Paiva e Costa (2015) alertam para o fato de que brincadeiras (amarelinha, esconde-esconde e pega-pega) e brinquedos tradicionais não são mais preferidos pelas crianças modernas, devido à predominância da tecnologia (*tablets*, computadores e celulares) na vida cotidiana. Trata-se do surgimento de uma referência contemporânea de lazer, trabalho e conhecimento em substituição à recreação clássica, o que pode afetar o desenvolvimento infantil nos aspectos cognitivo, afetivo e social. A partir desse processo, passou a existir uma relação entre o sedentarismo e a automação tecnológica.

Em concordância com esse entendimento, Santos e Barros (2017) acrescentam que os dispositivos eletrônicos ganharam popularidade não apenas entre crianças, mas também da sociedade de forma geral (jovens e adultos), o que significa uma mudança nos padrões de interação cotidiana. Assim, à medida que os jogos e dispositivos eletrônicos (inclusive a televisão) se tornam mais populares entre as crianças, os brinquedos tradicionais e as atividades lúdicas perdem parte de seu apelo.

Nesse contexto, a preocupação sobre possíveis impactos do uso abusivo de tecnologias digitais na infância, fase crucial do desenvolvimento humano, foi o que despertou o interesse por pesquisar este tema. Diante disso, faz-se necessário investigar as evidências literárias disponíveis sobre tal temática. Nesse sentido, um diálogo crítico com as pesquisas existentes pode ser balizador para se obter informações valiosas sobre o estado da arte com direcionamentos mais específicos sobre a prática cotidiana.

Considerada a importância de pesquisas para orientar pais, educadores e profissionais de saúde sobre a realidade evidenciada, surgiu a pergunta de partida desta pesquisa: quais são os impactos do uso de tecnologias digitais no desenvolvimento infantil? Por conseguinte, traçou-se como objetivo geral investigar os impactos físicos, psíquicos e sociais do uso de tecnologias digitais no desenvolvimento da criança.

Como desdobramento deste objetivo maior, foram delineados os seguintes objetivos específicos: apresentar os marcos e características do desenvolvimento infantil a partir das perspectivas de Vygotsky e Piaget, visto que esses autores trabalham conceitos de psicologia do desenvolvimento; investigar a influência das tecnologias digitais sobre a subjetividade na sociedade contemporânea; e, por fim, debater, a partir

da literatura específica, sobre as repercussões do uso de telas digitais no desenvolvimento físico, psíquico e social na infância.

Para alcançar tais objetivos, buscou-se realizar uma revisão de literatura relevante que destacasse desafios no uso mais consciente e benéfico de tecnologias digitais por crianças em seus primeiros anos de vida, em contraposição à exposição abusiva de telas digitais.

## Método

Seguindo o critério de classificação de Vieira (2008), este estudo se classifica como uma revisão de literatura tradicional ou não sistemática, pois visa verificar as evidências disponíveis sobre o tema proposto. Foram consultadas e analisadas fontes bibliográficas (livros e artigos científicos disponíveis em bibliotecas físicas e/ou digitais).

A autora em destaque afirma ainda que “as revisões de literatura também podem ser vistas como pesquisa com dados secundários. As revisões não sistemáticas ou tradicionais apresentam apenas resumos de estudos primários, em sequência temporal ou por assunto” (Vieira, 2008, p. 105).

Para a seleção das fontes, pesquisou-se por literatura impressa, *e-books* de bibliotecas digitais (Pearson, Estúdio Books) e artigos científicos, estes últimos selecionados a partir de bases de dados científicas (SciELO e Pepsic), usando-se os seguintes descritores: dispositivos digitais; tecnologia e saúde; jogos eletrônicos; criança; psicologia do desenvolvimento; educação infantil; subjetividade contemporânea.

Para os efeitos desta pesquisa, foi adotado o conceito de criança estabelecido na Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990 (Estatuto da Criança e do Adolescente), onde se lê: “Considera-se criança, para os efeitos desta Lei, a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade” (Brasil, 1990, artigo 2º).

Na perspectiva de investigar uma realidade brasileira relacionada à temática, utilizou-se 10 artigos científicos nacionais, considerando-se estudos produzidos entre 2006 e 2023. A triagem e seleção inicial foi feita a partir da leitura dos títulos e resumos. Como critério para avaliar a pertinência e relevância dos artigos, foram feitos os seguintes questionamentos: o artigo aborda os prejuízos e/ou benefícios das tecnologias digitais sobre o desenvolvimento infantil? O artigo adiciona reflexão significativa para melhor entendimento do tema da pesquisa e resposta à pergunta de partida?

A análise e síntese da literatura pesquisada (livros, *e-books* e artigos) foi feita de forma a responder aos objetivos específicos da pesquisa. Na apresentação dos marcos e caracterização do desenvolvimento infantil foram utilizados os conceitos de Vygotsky e Piaget, renomados estudiosos do assunto.

Espera-se, com esta revisão, ter delineado um método efetivo para a realização da revisão bibliográfica sobre os impactos do uso de telas digitais no desenvolvimento de crianças, contribuindo assim para a produção de conhecimento relevante e embasado nessa área de estudo.

## **Impactos do uso de tecnologias digitais sobre o desenvolvimento infantil**

Para atingir os objetivos desta pesquisa, abordaremos nesta seção as perspectivas de dois renomados estudiosos do desenvolvimento infantil, a saber, Vygotsky e Piaget. A seguir, será introduzido um panorama sobre a relação entre as tecnologias digitais e a subjetividade contemporânea. Por fim, serão discutidas as repercussões do uso de telas digitais sobre o desenvolvimento físico, psíquico e social de crianças.

### **Marcos e características do desenvolvimento infantil a partir das perspectivas de Vygotsky e Piaget**

Piaget concluiu em seus estudos que o desenvolvimento da cognição infantil evolui conforme um padrão ordenado de etapas. Nesse sentido, cada período etário possui características específicas construídas a partir do aprendizado obtido na etapa anterior (Davidoff, 2001).

Portanto, a concepção piagetiana do desenvolvimento cognitivo é delineada em quatro estágios principais que marcam a evolução da criança desde o nascimento até a adolescência, conforme nos mostra Palangana (2015, p. 21):

De acordo com a concepção piagetiana, o desenvolvimento cognitivo compreende quatro estágios ou períodos: o sensório-motor (do nascimento aos 2 anos), o pré-operacional (2 a 7 anos), o estágio das operações concretas (7 a 12 anos) e, por último, o estágio das operações formais, que corresponde ao período da adolescência (dos 12 anos em diante). Cada período define um momento do desenvolvimento como um todo, ao longo do qual a criança constrói determinadas estruturas cognitivas. Os novos estágios se distinguem dos precedentes pelas evidências, no comportamento, de que a criança dispõe de novos esquemas, com propriedades funcionais diferentes daquelas observadas nos esquemas anteriores.

De acordo com a mencionada autora, o primeiro estágio é caracterizado pela ausência de função simbólica, ou seja, quando a criança constrói esquemas sensório-motores básicos, assim como desenvolve noções fundamentais de causalidade, espaço e tempo (inteligência prática e exploratória). Já no segundo estágio, pré-operacional, ocorre o desenvolvimento da capacidade simbólica (linguagem, compreensão do jogo por trás dos símbolos e imitação postergada). Outras características importantes dessa fase são: comportamento egocêntrico e ausência de reversibilidade no pensamento (Palangana, 2015).

Na descrição do estágio das operações concretas, a autora informa que a criança começa a pensar de forma mais lógica e concreta (operações lógicas elementares). O pensamento infantil começa, então, a adquirir reversibilidade, diferentemente dos estágios anteriores. Já no chamado estágio das operações formais (a partir dos 12 anos), desenvolve-se o pensamento abstrato e hipotético-dedutivo, a saber: possibilidades, combinações, ultrapassagem dos limites do mundo concreto e lógica independente da ação.

**Quadro 1 – Estágios do desenvolvimento infantil segundo Piaget**

<b>ESTÁGIO</b>	<b>CARACTERÍSTICAS</b>
<b>Sensório-motor</b> (0-2 anos)	Aprendizado sobre o mundo a partir do tato e outros sentidos.
<b>Pré-operacional</b> (2 a 7 anos)	Organização de objetos de forma lógica.
<b>Operacional concreto</b> (7 a 12 anos)	Aprendizado de que quantidades podem assumir formatos diferentes.
<b>Operacional formal</b> (12 anos em diante)	Desenvolvimento do raciocínio verbal e pensamento hipotético.

Fonte: Collins *et al.* (2012, p. 266) e Palangana (2015, p. 21)

Observe-se que esses estágios são complexos e, portanto, não são construídos de forma isolada. Pelo contrário, são integrados e representam uma progressão do pensamento e da compreensão do mundo. Dessa forma, cada estágio dessa sequência é desenvolvido sobre as conquistas cognitivas e comportamentais da etapa anterior.

Ainda conforme Palangana (2015), Piaget enfatiza que, embora haja uma sequência tipicamente observada, o ritmo de desenvolvimento pode sofrer influência, tanto de diferenças individuais como do ambiente ao redor da criança.

Diferentemente de Piaget, a perspectiva de Vygotsky enfoca a interação entre o desenvolvimento humano e o ambiente social (Palangana, 2015). Sua compreensão é reforçada pela lição de Taille, Oliveira e Dantas (2019), quando dizem:

Falar da perspectiva de Vigotski é falar da dimensão social do desenvolvimento humano. Interessado fundamentalmente no que chamamos de funções psicológicas superiores, e tendo produzido seus trabalhos dentro das concepções materialistas predominantes na União Soviética pós-revolução de 1917, Vigotski tem como um de seus pressupostos básicos a ideia de que o ser humano se constitui como tal na sua relação com o outro social. A cultura torna-se parte da natureza humana num processo histórico que, ao longo do desenvolvimento da espécie e do indivíduo, molda o funcionamento psicológico do homem (Taille; Oliveira; Dantas, 2019).

Observe-se que os mencionados autores trazem uma perspectiva histórico-filosófica, informando que a abordagem de Vigotski foi influenciada por correntes materialistas da então União Soviética pós-1917, na medida em que ele entende que o desenvolvimento do ser humano está profundamente ligado à sua interação com outros indivíduos na sociedade. Portanto, ele defende o papel crucial da cultura no funcionamento dos processos psicológicos humanos ao longo da história da espécie e do indivíduo.

Em contribuição ao esclarecimento da abordagem vigotskiniana, Taille, Oliveira, Dantas (2019) descrevem o seguinte:

As postulações de Vigotski sobre o substrato biológico do funcionamento psicológico evidenciam a forte ligação entre os processos psicológicos humanos e a inserção do indivíduo num contexto sócio-histórico específico. Instrumentos e símbolos construídos socialmente definem quais das inúmeras possibilidades de funcionamento cerebral serão efetivamente concretizadas ao longo do desenvolvimento e mobilizadas na realização de diferentes tarefas (Taille; Oliveira; Dantas, 2019).

Dessa forma, percebe-se que Vigotski entendia que as experiências formativas e desenvolvimento do ser humano são intrinsecamente sociais, conforme sintetizado no Quadro 2:

**Quadro 2 –** Concepções sobre o desenvolvimento psicológico segundo Vigotski

<b>CONCEPÇÃO</b>	<b>DESCRIÇÃO DA IDEIA</b>
<b>Níveis do desenvolvimento humano</b>	O desenvolvimento humano acontece em três níveis: cultural, interpessoal e individual. Os maiores interesses de Vigotski eram os níveis cultural e interpessoal.
<b>Experiência formativa</b>	A experiência formativa da identidade é social.
<b>Efeitos da interação social</b>	Por meio da interação social (pais, professores e colegas), a criança internaliza e vivencia as ferramentas culturais (sabedoria, valores e conhecimento técnico acumulados por gerações anteriores).
<b>Papel da instrução</b>	Professores devem agir como instrutores, orientando e incentivando as crianças para que aperfeiçoem a atenção, concentração e aprendizagem.

Fonte: Collins *et al.* (2012, p. 270).

Com base nas observações de Vigotski, percebe-se a importância da interação interpessoal (por meio de atividades, tarefas, instruções) na aprendizagem dos símbolos socialmente construídos e no desenvolvimento psicológico infantil.

## **Implicações das tecnologias digitais sobre a subjetividade contemporânea**

Os indivíduos e estratos sociais do século XXI são testemunhas da difusão da rede global de computadores (Internet). Esta era permite a diversas populações o acesso generalizado a celulares e tecnologias digitais. Sobre esse novo contexto de sociedade digital Barros (2022) nos dá mais detalhes:

O que é a sociedade digital? A sociedade digital pode ser delineada, antes de tudo, como aquela que emerge planetariamente da revolução digital iniciada na última década do século XX [...]. Este novo mundo que podemos enxergar como uma nova forma de sociedade, além disso, tem a sua própria fisionomia. São típicos da paisagem das sociedades digitais – ao menos no que se refere ao modelo de civilização digital que se estabeleceu em

nosso planeta nas últimas décadas – os celulares e computadores interconectados, o ambiente de Internet com todos os seus desdobramentos, as novas formas de comunicação e entretenimento que exploram a tecnologia digital, e assim por diante. As chamadas TDIC – Tecnologias Digitais de Comunicação e Informação – definem o patamar tecnológico que precisou ser alcançado para atingirmos esta nova fase da história da humanidade que nós aqui denominaremos como a Era Digital (Barros, 2022, p. 1).

Alves e Mancebo (2006) corroboram com a descrição desse novo contexto em que as linguagens são redefinidas e a realidade é produzida em um ciberespaço. Assim dizem:

Outro aspecto nada desprezível no campo da crítica diz respeito à qualidade e quantidade de dados e informações. O computador digital contemporâneo, cada vez mais plugado em redes globais de informação, cria a necessidade de penetrar as dobras sociais e desenvolver novas linguagens para descrever a realidade. O fato é que se vive em uma sociedade cada vez mais moldada por eventos de uma nova qualidade que se produzem no ciberespaço, e este é invisível, encontra-se fora de nossa apreensão perceptiva. O único acesso ao universo de zeros e uns se dá por meio da interface. O mundo novo e luminoso do espaço-informação desponta como um marco ordenador da cultura tecnológica (Alves; mancebo, 2006, p. 51).

Nessa paisagem social, imersa em dispositivos interconectados, encontra-se o indivíduo, que, por sua vez, opera nesse ambiente on-line por intermédio de novas formas de comunicação e entretenimento, transformando rapidamente sua maneira de existir. Sobre isso, Barros (2022) no brinda com nova lição.

Ao examinar uma fotografia tirada ao acaso em uma das cidades modernas, por exemplo, será muito provável que possamos identificar visualmente estes elementos básicos, logo a um primeiro olhar, a começar pelos celulares que provavelmente estarão sendo utilizados por alguns dos passantes no momento de uma foto. A sociedade digital apresenta uma paisagem própria, além de instaurar novas formas de sociabilidade e possibilidades várias relacionadas à informação e comunicação. No mundo digital, os indivíduos não possuem mais somente uma existência presencial; tão importante quanto esta é a sua existência virtual. A sociedade digital é também a sociedade da exposição. Damo-nos a conhecer a pessoas que nunca nos encontraram fisicamente, e também passamos a conhecer pessoas com as quais, em muitos casos, só travaremos contato através de computadores. Além disso, a tecnologia, a informação e a comunicação que conformam este novo mundo afetam todas as dimensões da vida humana acomodada em uma sociedade digital: sua cultura, economia, política, modos de pensar e de sentir, relações sociais e vida material. Elas também redefinem o público e o privado, esborando as fronteiras entre um e outro e introduzindo novas formas de identidade (Barros, 2022, p. 1).

Com base no exposto, é possível elencar as seguintes características do indivíduo que vive em uma sociedade digital:

- existência virtual tão relevante quanto a presencial;
- convivência com uma cultura da exposição;
- redefinição de aspectos culturais, econômicos, políticos e sociais;
- transcendência entre o público e o privado (novas formas de identidade afetando as esferas da vida humana).

Compreender as mudanças sociais mencionadas permite visualizar a subjetividade atual como parte de uma nova era de interseção entre indivíduo, tecnologia, informação e comunicação.

## **Repercussões do uso de tecnologias digitais sobre o desenvolvimento físico, psíquico e social na infância**

Nesta subseção, será apresentado o contexto de como as tecnologias digitais permeiam os espaços dos mais diversos ambientes sociais contemporâneos (lar, trabalho, escola, lazer, espaços públicos etc.). Tal contexto servirá como ambientação preparatória para a seção seguinte, que tratará dos resultados e discussão dos objetivos desta pesquisa.

### **Contexto**

Diante da crescente influência digital contemporânea sobre as relações humanas, uma questão a ser destacada é a do tempo de exposição excessiva a esse mundo virtual e a conseqüente dependência prejudicial que isso pode acarretar às novas gerações. Sobre isso, Rosa e Souza (2021) acrescentam:

Em meio ao período técnico científico informacional em que estamos imersos na atualidade contemporânea, as tecnologias digitais invadem cada vez mais os diversos espaços. Contudo, se por um lado, a internet é um ambiente com inúmeras vantagens, por outro lado, ela se apresenta com inúmeros perigos ao desenvolvimento da criança hoje em dia, principalmente em relação ao tempo e imersão das crianças no mundo virtual que pode acarretar numa dependência nociva (Rosa; Souza, 2021, p. 23.314).

É necessário refletir também a respeito do impacto dessa nova realidade tecnológica sobre o desenvolvimento da interação social humana, em particular das interações sociais na infância. Ramos e Knaul (2020) discutem essa questão da seguinte forma:

Atualmente, é comum encontrar pessoas utilizando uma tecnologia digital, um smartphone, por exemplo, em detrimento da interação presencial com pessoas próximas, sendo está uma escolha e opção no momento. No entanto, na medida em que isso ganha proporção de tempo maior do que o envolvimento em outras atividades é que se faz necessária uma atenção às influências do que esse hábito pode gerar em longo prazo, especialmente na infância em que as relações sociais são fundamentais ao desenvolvimento [...] (Ramos; Knaul, 2020, p. 161).

Com esse debate, não se está negando que as mídias digitais surgiram para simplificar processos de comunicação e interação, que costumavam ser mais lentos. O que está em pauta é o fato de que um problema importante emerge quando esse novo mecanismo começa a prejudicar o convívio social. Nesse sentido, Santos *et al.* (2020) apresentam o seguinte contexto:

É reconhecida a importância dos avanços da tecnologia atualmente, entretanto, compreende-se que esta pode tornar-se um sério problema prejudicando o desenvolvimento da criança quando utilizada de forma inadequada. Constata-se que

existem poucos estudos a respeito dessa problemática. Observa-se no cotidiano dos serviços de saúde e da vida que as crianças utilizam de tecnologias de forma abusiva sem o acompanhamento dos pais e responsáveis. Esses oferecem as diferentes mídias com intuito de acalmá-las e de entretê-las para que possam realizar suas atividades [...] (Santos *et al.*, 2020, p. 593).

Para complementar o objetivo desta revisão contextual, não se pode deixar de abordar, ainda que de forma sucinta, as características de uma importante transição geracional no tempo. Se o uso das mídias digitais, em especial da internet, proliferou-se a partir da chamada geração Z, é preciso compreender também características da geração Y anterior e da geração Alpha seguinte.

Algumas das características da geração Y, nascida na década de 1980, são descritas por Oliveira (2019) da seguinte maneira:

[...] A geração Y está num cenário oposto ao da geração X, mais precisamente o fim da censura, estes indivíduos passaram ter acesso a tudo sem limites, a família passou a dar mais abertura, e a geração cresceu acreditando que sua opinião vale mais que a dos seus pais. Na geração anterior, na família existia um conceito de chefe, sendo que ao pai se devia obediência. [...] A família que criou a geração Y é uma família contemporânea, por exemplo, famílias menores em que se prioriza o trabalho. Os pais trabalham de dois a três turnos, as crianças crescem em instituições, os pais são separados e também não há clareza desta situação. A criança passou a comandar todos os cenários dentro da sua família, não pelo fato da falta de limites, mas pela evolução da linguagem, dos hábitos, das tarefas, dos aspectos cognitivos, diferentes desta geração (Oliveira, 2019, p. 26-27).

Seguindo a sequência cronológica, Rosa e Souza (2021) fornecem características sobre a geração Z e mencionam uma diferença importante em relação à geração anterior:

Com os avanços das tecnologias, as crianças, na atualidade, estão cada vez mais imersas nessa cibercultura, uma vez que passam a ter acesso a dispositivos eletrônicos cada vez mais cedo. Chamada de geração z, as crianças nascidas nas últimas décadas (a partir da década de 1990) representam a chamada “geração da internet”, ou como abordam muitos autores: a “geração on-line”, ao serem conhecidos como a geração que utiliza com frequência os diferentes dispositivos digitais e que são proficientes com as novas tecnologias (Jaques *et al.*, 2015). Essa geração também chamada de “nativos digitais”, é mais sofisticada que a geração anterior, a geração y, nascida entre a década de 1980 e 1990, uma vez que utilizam das mídias digitais como parte integrante de suas vidas (Guerin *et al.*, 2018 *apud* Rosa & Souza, 2021, p. 23.315).

A geração Alpha, por serem filhos da geração Z e nascidos a partir de 2010, estão mais adaptados ao aparato digital contemporâneo do século XXI, conforme esclarece em detalhes Oliveira (2019, p. 29):

As crianças da geração ALPHA nasceram imersas no mar de tecnologia. Esta geração surgiu a partir de 2010, são filhos da geração Y, portanto são mais estimulados a interagir com a máquina desde o nascimento [...] São crianças com pensamentos e habilidades mais rápidas se comparados à geração passada, pois

nascerem com a tela posicionada a sua frente, o mundo virtual o engendrou. As crianças são frutos dos efeitos distintos que a tecnologia e suas potencialidades proporcionam para seus nativos. Os indivíduos determinados pelo fenômeno tecnológico estão se desenvolvendo outra forma de vida, devido a sua mentalidade digital, líquida e coletiva no ciberespaço.

Dessa forma, a partir de uma compilação das características geracionais mencionadas por Oliveira (2019) e Rosa e Souza (2021), elaborou-se o Quadro 3.

### Quadro 3 – Gerações Digitais

Geração	Período de Nascimento	Características
Geração Y	Década de 1980	Evolução da linguagem, dos hábitos, das tarefas e dos aspectos cognitivos das crianças, em relação à geração anterior.
Geração Z	Década de 1990	Acostumados ao uso cotidiano e intenso de tecnologia eletrônica, habilidades com dispositivos e ferramentas digitais. Conhecida como “geração da internet”.
Geração Alpha	A partir de 2010	Filhos da Geração Z. Nascidos em uma sociedade habituada com o ambiente on-line, cuja rotina é conectada desde a infância. Conhecidos como “nativos digitais”.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Assim, percebem-se as mudanças rápidas de hábitos e de características comportamentais à medida que as gerações mencionadas se sucedem. Pode-se perceber também a influência do avanço tecnológico nessas mudanças.

## Resultados e discussão

Para a Sociedade Brasileira de Pediatria (2016), o uso extensivo de tecnologia digital desde a infância pode ter impactos negativos significativos na saúde e no bem-estar.

Estudos científicos comprovam que a tecnologia influencia comportamentos através do mundo digital, modificando hábitos desde a infância, que podem causar prejuízos e danos à saúde. O uso precoce e de longa duração de jogos online, redes sociais ou diversos aplicativos com filmes e vídeos na Internet pode causar dificuldades de socialização e conexão com outras pessoas e dificuldades escolares; a dependência ou o uso problemático e interativo das mídias causa problemas mentais, aumento da ansiedade, violência, cyberbullying, transtornos de sono e alimentação, sedentarismo, problemas auditivos por uso de headphones, problemas visuais, problemas posturais e lesões de esforço repetitivo (LER) [...] (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2016, p. 2).

Observe-se que a lista de prejuízos é diversificada e abrange três dimensões: física, psíquica e social. Dentre os aspectos físicos, destacam-se distúrbio de sono e alimentar, problemas visuais, auditivos, posturais, sedentarismo e lesões por esforço repetitivo. Quanto aos prejuízos psíquicos, estão entre eles: o baixo desempenho escolar, a dependência e a ansiedade excessiva. A dimensão social, por sua vez, mas não menos importante, é caracterizada por problemas de socialização, violência, *cyberbullying*.

Além desses fatores, o parecer da Sociedade Brasileira de Pediatria também inclui riscos relacionados à sexualidade (*grooming* e *sexting*), bem como outros riscos de gravidade similar, conforme descreve o trecho a seguir:

[...] problemas que envolvem a sexualidade, como maior vulnerabilidade ao grooming e sexting, incluindo pornografia, acesso facilitado às redes de pedofilia e exploração sexual online; compra e uso de drogas, pensamentos ou gestos de autoagressão e suicídio; além das “brincadeiras” ou “desafios” online que podem ocasionar consequências graves e até o coma por anoxia cerebral ou morte (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2016, p. 2).

Percebe-se, portanto, que o acesso facilitado a conteúdos inadequados amplia, inclusive, os riscos para o tráfico de entorpecentes. Também são mencionados os perigos de coma ou óbito por anoxia cerebral por meio de “brincadeiras” on-line. Os comportamentos autoagressivos e ideações suicidas podem ser enquadrados na dimensão de prejuízos psíquicos, já mencionados.

Santana, Ruas e Queiroz (2021) também fazem coro em relação aos prejuízos físicos quando destacam um detalhe importante, mas muitas vezes esquecido: o efeito da luz LED dos dispositivos eletrônicos. Tal efeito pode dificultar o sono das crianças, pois ocasiona a diminuição da melatonina, o que acaba afetando o crescimento infantil. Os mencionados autores também chamam a atenção para a dimensão emocional, por causa do prejuízo da chamada dissociação de cognição afetiva. Portanto é destacada a importância da dedicação de tempo e cuidado dos pais para o bom desenvolvimento infantil.

A partir de interessante revisão bibliográfica realizada por Cotonhoto e Rossetti (2016), pode-se destacar consequências negativas relativas, especificamente, ao uso de alguns games (jogos eletrônicos), a saber: conteúdo agressivo, comportamento durante o jogo, conteúdo com ideologia. Esses jogos também podem desencadear nos jovens certo comportamentos indesejados, como apatia social, isolamento e dificuldade de partilhamento emocional.

Enfatiza-se também o esforço de pesquisa bibliográfica de Santos e Barros (2017), que sintetiza um rol de consequências indesejáveis advindas do uso inadequado das tecnologias digitais por crianças, listadas da seguinte maneira:

Os referidos autores apontam também para uma maior probabilidade de desenvolver uma compulsão e dependência ao mundo virtual e que o uso excessivo do computador pode também aumentar sintomas de transtornos de ansiedade, distúrbios de comportamentos, condutas antissociais, transtornos obsessivo-compulsivos (TOC), depressão e suicídio. Quanto aos riscos à saúde do corpo, causados por horas diante da tela do computador, os autores resumem: cefaléia [sic] de origem visual e problemas nos olhos, lesões do

esforço repetitivo (LER), transtornos do sono com alterações significativas do humor devido à redução do sono e descanso, que também pode ler a dificuldade de atenção, concentração ou o déficit de atenção induzido por multitarefas tecnológicas, riscos auditivos pelo uso contínuo de iPods de alta potência ou fones de ouvido, sedentarismo e obesidade, transtornos posturais, uso de drogas e medicamentos oferecidos e adquiridos através do computador e redes de pornografia, de pedofilia e de exploração sexual digital (Santos; Barros, 2017, p. 16).

É interessante notar que muitos dos fatores mencionados nesta lista coincidem com o rol de prejuízos já descritos. Isso parece indicador de que pesquisas diferentes estão caminhando em um mesmo sentido, obtendo resultados semelhantes. Pode-se destacar, todavia, alguns acréscimos neste último estudo: transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), depressão, cefaleia, alteração excessiva de humor.

Nesse contexto de consequências prejudiciais dos dispositivos digitais, Santos e Barros (2017) trazem para o debate um aspecto pouco lembrado, mas muito importante para o tema: a exposição infantil ao consumo.

A exposição por parte da mídia de brinquedos e objetos eletrônicos destinados ao público infantil pode despertar a vontade de consumo nas crianças. São cada vez mais visíveis crianças brincando com coisas e não com pessoas. A fragilização do brincar marca uma ruptura, visto que cada vez mais os brinquedos e as tecnologias deixam de exigir a participação de um outro sujeito (Santos; Barros, 2017, p. 15).

Observe-se que os mencionados autores estabelecem uma relação sóbria entre a exposição das crianças ao mundo mercadológico digital e uma fragilização moderna do brincar e fantasiar como forma de interação social e desenvolvimento emocional. Sobre o detalhamento dessa ideia, os citados autores acrescentam:

[...] fica evidente a importância da fantasia na vida da criança e, mais do que isso, a importância do ambiente lhe possibilitar essa capacidade de fantasiar, de imaginar e de criar, para além dos fatos concretos. [...] o brincar não pode ser dissociado do entendimento do desenvolvimento emocional da criança justamente pelo fato da função simbólica e facilitadora do processo de elaboração da realidade, visto que é, também, através dos jogos e brincadeira que a criança se constitui, se organiza e se desorganiza, para que seja possível se integrar novamente. Assim, o brincar e as relações com os pais e com os outros, são interdependentes nesse processo (Santos; Barros, 2017, p. 14).

Assim, percebe-se a importância da imaginação e criatividade para a mente e emoção infantil. A dimensão simbólica, como visto, é uma estrutura importante na construção do próprio edifício da realidade e, nesse processo, os autores enfatizam a importância do brincar tradicional e das relações interpessoais e familiares.

Não obstante os prejuízos e desafios contemporâneos do uso, cada vez mais cedo, de tecnologias digitais por crianças, Santana, Ruas e Queiroz (2021) chamam a atenção também para as possibilidades positivas dessas ferramentas. Assim eles dizem:

As crianças têm iniciado o contato com plataformas tecnológicas muito cedo (o primeiro acesso entre 0 a 6 anos de vida), ‘conectadas’ as redes e sistema tecnológicos inseridas de forma significativa para aprimoramento intelectual, físico ou motor. Segundo informações de pesquisas essa ferramenta de informação e comunicação na primeira infância vem ganhando espaço de melhoria no desenvolvimento cognitivos e habilidades psicomotoras reativando o conceito de aprendizagem na primeira infância (Santana; Ruas; Queiroz, 2021, p. 175).

Outros autores, de forma análoga, caminham na direção moderada de destacar também a perspectiva produtiva desse tema. Esse é o caso Cotonhoto e Rossetti (2016), que, em seu estudo sobre games, elencam tanto consequências negativas, conforme já visto, como efeitos cognitivos positivos, tais como: melhoria na atenção, na concentração, no planejamento, na avaliação e na tomada de decisão. Quanto à dimensão social, destacam a possibilidade de jogar em grupo (torcida e incentivo de colegas), trocar informações e planejar estratégias. Em sua pesquisa, os autores valorizam a democratização dos posicionamentos da seguinte maneira:

A literatura na área tem revelado posicionamentos diferentes em relação à prática de jogos por crianças, especialmente as pequenas. Os pontos de vistas e os argumentos variam entre positivos, negativos e neutros. Uma parcela dos autores que revelaram pontos positivos nessa questão associa os jogos eletrônicos ao processo de aprendizagem formal dos alunos, podendo trazer benefícios como concentração, atenção e aprendizagem de conteúdos escolares; a outra parcela de autores que identificam pontos positivos nos jogos eletrônicos tomam como base de análise os processos psicológicos desencadeados por tais jogos, sejam eles cognitivos, afetivos ou sociais (Cotonhoto; Rossetti, 2016, p. 353).

Com essa perspectiva, percebe-se que os autores não estão subestimando ou minimizando as consequências negativas da temática, mas apenas mostrando que a questão é mais ampla e depende da ação de outros agentes, como os pais.

A mesma linha de pensamento segue Santos e Barros (2017), ao apontarem que [...] os efeitos negativos apresentados referem-se ao uso dos eletrônicos de maneira excessiva, ou seja, quando a criança passa a maior parte do tempo em interação com as tecnologias, mais do que com pessoas e, até mesmo, quando o contato com estas acaba sendo mais no mundo virtual do que no mundo real. Sendo que os efeitos do uso das tecnologias para o desenvolvimento emocional da criança dependem não só do uso da própria criança, mas também daqueles com quem ela convive e depende (Santos; Barros, 2017, p. 17-18).

Em complemento, Santos e Barros (2017) prosseguem e arrematam em tom conciliatório:

É importante salientar que, quando esse uso se configura de modo excessivo, ou seja, quando os jogos e brincadeiras das crianças só acontecem por intermédio desses objetos, não havendo lugar para o brincar livre, sem objetos ou com outras pessoas, é que se pode pensar em significativas desvantagens para o desenvolvimento emocional infantil. No entanto, é possível que esse brincar tecnológico seja mediado por um brincar com outras crianças, ou com

os pais. Os efeitos do uso das novas tecnologias, especificamente smartphones, tablets e videogame, além da tecnologia “mais antiga e popular” que ainda permanece bastante presente, a televisão, parecem ser tanto positivos quanto negativos. É possível afirmar que não são as coisas (neste caso, os eletrônicos) que são boas ou ruins, e sim, o uso de que se faz destas (Santos; Barros, 2017, p. 15).

Assim, a partir de uma convergência dos resultados mencionados da pesquisa da Sociedade Brasileira de Pediatria (2016) e dos estudos de Santana, Ruas e Queiroz (2021), Cotonhoto e Rossetti (2016) e Santos e Barros (2017), elaborou-se o Quadro 4.

**Quadro 4 – Prejuízos e benefícios da exposição de crianças a tecnologias digitais**

<b>PREJUÍZOS</b>	<b>Físicos</b>	Transtornos de sono (redução de melatonina) e alimentação; sedentarismo; cefaleia de origem visual; problemas nos olhos; problemas auditivos por uso de <i>headphones</i> ; problemas visuais; problemas posturais; lesões de esforço repetitivo (LER); obesidade; “brincadeiras” ou “desafios” on-line que podem ocasionar consequências graves e até o coma por anoxia cerebral ou morte.
	<b>Psíquicos</b>	Dificuldades escolares; depressão; compulsão e dependência ao mundo virtual; transtornos obsessivo-compulsivos (TOC); transtorno de ansiedade; dificuldade de atenção, concentração ou o déficit de atenção induzido por multitarefas tecnológicas; alterações significativas do humor; pensamentos ou gestos de autoagressão e suicídio; dissociação de cognição afetiva; apatia social, isolamento e dificuldade de partilhamento emocional; conteúdo agressivo e ideológico de jogos.
	<b>Sociais</b>	Dificuldades de socialização e conexão com outras pessoas; condutas antissociais; consumismo; nas crianças maior vulnerabilidade a problemas envolvendo a sexualidade ( <i>grooming</i> , <i>sexting</i> , pornografia); acesso facilitado às redes de pedofilia e exploração sexual digital; violência; <i>cyberbullying</i> ; compra e uso de entorpecentes e medicamentos.
<b>BENEFÍCIOS</b>	<b>Psíquicos</b>	Desenvolvimento cognitivo e de habilidades psicomotoras; melhoria na atenção, na concentração, no planejamento, na avaliação e na tomada de decisão.
	<b>Sociais</b>	Possibilidade de jogar em grupo (torcida e incentivo de colegas), troca de informações e planejamento de estratégias.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Note-se que este quadro evidencia uma compilação dos possíveis prejuízos e benefícios da exposição de crianças a tecnologias digitais contemporâneas, a fim de facilitar a visualização e compreensão dos resultados desta pesquisa.

## Conclusão

Esta pesquisa buscou investigar os impactos físicos, psíquicos e sociais do uso de tecnologias digitais no desenvolvimento infantil. Para alcançar este objetivo geral foram estabelecidos objetivos específicos. Retoma-se nesta conclusão, os resultados obtidos à luz desses objetivos.

Primeiramente, foram apresentados os marcos e características do desenvolvimento infantil a partir das perspectivas de Vygotsky e Piaget. Ambos os autores trabalham conceitos de psicologia do desenvolvimento. Pelos achados, as características destacadas por Vygotsky enfatizam a influência da cultura e das relações sociais sobre o desenvolvimento das crianças. Piaget, por sua vez, concentrou-se em estruturar fases ou estágios do desenvolvimento cognitivo infantil.

Em segundo lugar, buscou-se compreender a influência das tecnologias digitais sobre a subjetividade na sociedade contemporânea. Constatou-se as seguintes características sociais contemporâneas: existência virtual tão relevante quanto a presencial; convivência com uma cultura da exposição; redefinição de aspectos culturais, econômicos, políticos e sociais; transcendência entre o público e o privado. Portanto, percebeu-se que a mentalidade contemporânea possui novas dimensões de identidade e comunicação, resultado de uma era de integração entre indivíduo, informação e tecnologia.

Por fim, buscou-se debater sobre as repercussões do uso de telas digitais no desenvolvimento físico, psíquico e social na infância. Assim, com base nas análises apresentadas pela Sociedade Brasileira de Pediatria (2016) e pelos pesquisadores mencionados nesta revisão bibliográfica, conclui-se que o uso inadequado ou excessivo de tecnologia digital na infância pode provocar diversos impactos negativos ao desenvolvimento físico e psicossocial de crianças, dentre eles estão: distúrbios do sono e alimentares; problemas visuais e auditivos; sedentarismo e lesões por esforço repetitivo (LER); baixo desempenho escolar; dependência; ansiedade; comportamentos autoagressivos; ideações suicidas; dificuldades de socialização; violência; *cyberbullying*; exposição a conteúdos inadequados; e riscos relacionados ao tráfico de entorpecentes sexualidade e consumo.

No entanto, as pesquisas de Santana, Ruas e Queiroz (2021) e Cotonhoto e Rossetti (2016) apontaram também para aspectos positivos no uso dessas ferramentas digitais, com destaque para o desenvolvimento cognitivo, psicomotor e habilidades sociais por intermédio de games e plataformas digitais.

Essa dualidade entre aspectos positivos e negativos sugere que não se pode qualificar os dispositivos eletrônicos como bons ou ruins. A ênfase da discussão deveria estar no uso e não na ferramenta tecnológica em si, uma vez que os eletrônicos digitais podem ser meios adicionais valiosos para educação e entretenimento infantil. Todavia, deve-se monitorar seu uso excessivo, a fim de mitigar ou evitar prejuízo físico e psicossocial para o desenvolvimento das crianças. A mediação dos pais e responsáveis

pode evitar, ou pelo menos mitigar, os impactos negativos, bem como potencializar a promoção dos aspectos positivos.

Com isso, ressalta-se a importância do equilíbrio entre a quantidade e qualidade de tempo dedicado ao entretenimento on-line (telas digitais) e outras formas de interação off-line, como brincadeiras tradicionais ao ar livre e interações significativas com a família, amigos e vizinhos. Assim, o desafio dos pais e responsáveis é monitorar a integração de diferentes brincadeiras e modalidades de interação com o mundo ao redor da criança, a fim de enriquecer o aprendizado e desenvolvimento infantil.

Conclui-se que a discussão sobre os prejuízos potenciais do uso de tecnologia digital por crianças é válida e necessária no contexto atual, especialmente no que diz respeito à mediação equilibrada dos responsáveis. Todavia, o navio deste debate não precisa fincar âncora somente nas desvantagens apresentadas nesta pesquisa. Tal pensamento seria simplista e reducionista da realidade. Trata-se de um tema amplo e rico para contribuições científicas. Logo, entende-se que o uso responsável e consciente de tais ferramentas também pode proporcionar oportunidades e benefícios para o bem-estar e desenvolvimento psicossocial de nossas crianças.

Acrescente-se que nesta pesquisa, conforme o quadro 4, constatou-se menor menção de benefícios, especialmente os físicos, em comparação à quantidade de prejuízos relacionados ao uso de tecnologias digitais na infância. Não obstante essa limitação, resta aqui uma oportunidade interessante para futuros estudos sobre essa constatação ou sobre as razões de sua ocorrência. Espera-se, enfim, que esta pesquisa possa inspirar outras na busca de um entendimento mais amplo desta relevante temática contemporânea.

## REFERÊNCIAS

ALVES, P. P.; MANCEBO, D. Tecnologias e subjetividade na contemporaneidade. **Estudos de Psicologia**, Natal, RN, v. 11, n. 1, p. 45–52, jan. 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/LvfWyf4hCy5BzTLvm4r5LBc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 6 maio 2024.

BARROS, J. D'A. **História digital**: a historiografia diante dos recursos e demandas de um novo tempo. São Paulo: Vozes, 2022. *E-book*. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 3 maio 2024.

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 16 jul. 1990.

COTONHOTO, L. A.; ROSSETTI, C. B. Prática de jogos eletrônicos por crianças pequenas: o que dizem as pesquisas recentes? **Rev. Psicopedagogia**, [s. l.], v. 33, n. 102, p. 346-357, set. 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v33n102/12.pdf>. Acesso em: 6 maio 2024.

COLLIN, C. *et al.* **O livro da psicologia**. Tradução: Clara M. Hermeto; Ana Luísa Martins. São Paulo: Globo Livros, 2012.

DAVIDOFF, Linda L. **Introdução à Psicologia**. 3º ed. São Paulo: Pearson Makron Books, 2001.

OLIVEIRA, G. da S. **Geração alpha entre a realidade e o virtual**: o sujeito digital. 2019. 43 f. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Regional do Noroeste do estado do Rio Grande do Sul, Unijuí, RS, 2019. Disponível em: <https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/server/api/core/bitstreams/554981cb-3004-40e4-9674-3da331f54529/content>. Acesso em: 23 maio 2024.

PAIVA, N. M. N.; COSTA, J. S. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça? **O Portal dos Psicólogos**, [s. l.], p. 1-13, 2015. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>. Acesso em: 6 maio 2024.

PALANGANA, I. C. **Desenvolvimento e aprendizagem em Piaget e Vigotski**. São Paulo: Summus, 2015. *E-book*. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 28 abr. 2024.

RAMOS, D. K.; KNAUL, A. P. O uso das tecnologias digitais na infância pode influenciar nos modos de interação social? Evidências de uma revisão sistemática de literatura. **Interfaces da Educação**, Paranaíba, MS, v. 11, n. 32, p. 159-187, 2 abr. 2020. Disponível em: <https://periodicosonline.uems.br/index.php/interfaces/article/view/3818>. Acesso em: 23 maio 2024.

ROSA, P. M. F.; SOUZA, C. H. M. de. Ciberdependência e infância: as influências das tecnologias digitais no desenvolvimento da criança. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, PR, v. 7, n. 3, p. 23.311-23.321, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/25955/20586>. Acesso em: 23 maio 2024.

SANTANA, M. I.; RUAS, M. A.; QUEIROZ, P. H. B. O impacto do tempo de tela no crescimento e desenvolvimento infantil. **Revista Saúde em Foco**, [s. l.], v. 14, n. 1, p. 169-179, 2021. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2021/05/O-IMPACTO-DO-TEMPO-DE-TELA-NO-CRESCIMENTO-E-DESENVOLVIMENTO-INFANTIL.pdf>. Acesso em: 23 maio 2024.

SANTOS, C. C.; BARROS, J. F. Efeitos do uso das novas tecnologias da informação e comunicação para o desenvolvimento emocional infantil: uma compreensão psicanalítica. **Psicologia. PT – O Portal dos Psicólogos**, [s. l.], p. 1-25, 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0435.pdf>. Acesso em: 6 maio 2024.

SANTOS, T. A. S. *et al.* A influência da tecnologia no desenvolvimento da criança pré-escolar e escolar. **Investigação qualitativa em saúde: avanços e desafios**, São Paulo, v. 3, p. 592-608, 2020. Disponível em: <https://publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/188>. Acesso em: 23 maio 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Saúde de crianças e adolescentes na era digital. **Manual de Orientação: Departamento de Adolescência**, [s. l.], n. 1, out. 2016. 13 p. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf). Acesso em: 6 maio 2024.

TAILLE, Y. de La; OLIVEIRA, M. K. de; DANTAS, H. **Piaget, Vigotski, Wallon: teorias psicogenéticas em discussão**. 28. ed. São Paulo, SP: Summus, 2019. *E-book*. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 3 maio 2024.

VIEIRA, S. **Como escrever uma tese**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

## CAPÍTULO 7

# AS IMPLICAÇÕES EM CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS COM USO EXCESSIVO DE TELAS

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch7

*Ana Victoria Mendes de Carvalho  
Carlos Vitor Costa dos Santos  
Michelle Keyze Ferreira Rodrigues  
Jessica Layanne de Sousa Lima*

### Introdução

Em meados da década de 1990, surgiu o uso de aparelhos eletrônicos e foi sendo cada vez mais naturalizado e introduzido nos diversos contextos. Hoje, grande parte das atividades, sejam elas rotineiras, laborais ou de lazer, perpassam e se deparam com o uso de telas e ferramentas eletrônicas (Santana et al., 2021).

Nesse contexto moderno, aparelhos domiciliares, como televisores, evoluíram para dispositivos de bolso, móveis e portáteis. O aumento subitâneo deste comportamento, inclusive findando-se na consolidação de um hábito, implica na forma como cada vez mais as crianças são precocemente inseridas neste cenário, com a utilização constante de televisores, *tablets*, *smartphones* e *videogames* (Arantes, 2021).

Nessa perspectiva, a infância é marcada por estímulos e interações a serem cumpridos para que assim ocorra de forma ideal o desenvolvimento, como atividades sensoriais trabalhadas por meio de brincadeiras ao ar livre e com utilização da imaginação. Contudo, a dependência precoce dessas crianças ao mundo digital desemboca em consequências na atenção, na saúde e no comportamento social, inclusive na falta de concentração – que terá efeitos negativos no futuro (Young e Abreu, 2019).

Atualmente, a utilização de eletrônicos está cada vez mais inserida no contexto familiar, sendo justificada como a única opção para conseguir ocupar as crianças enquanto os cuidadores trabalham ou realizam seus afazeres. Porém, existem diversos problemas por trás dessa justificativa, sendo eles a interferência na interação familiar e socialização, no brincar e construir (Félix, 2022).

De tudo dito, da escassez de pesquisas semelhantes, além da necessidade de indagar sobre o tema, ensejou-se por tornar esta pesquisa paulatinamente mais um princípio científico disponível à sociedade. Partindo disso, o objetivo deste estudo configurou-se em investigar as implicações em crianças de 0 a 6 anos de idade com uso excessivo de telas.

### Fundamentação teórica: Telas

As mídias interativas, conforme percorrido por Picon *et al.* (2015), em uma abordagem mais abrangente, pode ser configurada como um aglomerado de ferramentas, máquinas, instrumentos e mecanismos criados pelo homem ao longo da história, que visa a modificação do ambiente em prol de si. Não obstante, os equipamentos digitais e a

ascensão da tecnologia da informação compõem e diversificam as formas com as quais as interações sociais acontecem.

Como dito por Lemos (2016), a tecnologia passou por inúmeros avanços ao longo dos anos. Com isso, oferece diversos meios práticos e de fácil usualidade, conectando, desta forma, os indivíduos em diferentes lugares do planeta ao mundo virtual. Em apenas alguns *clicks*, pode-se ter acesso à internet, aos conteúdos, aos jogos eletrônicos ou às redes sociais, estabelecendo vínculos, socializando em grupos virtuais e criando diálogos através do *smartphone*.

Santana, Ruas e Queiroz (2021) expuseram que a disseminação da internet em todo o globo foi instituída há aproximadamente vinte anos, trazendo em si inúmeras nuances sociais desta inserção digital no cotidiano dos sujeitos. Em consonância com o dito, Lacerda (2021) apresenta que, embora a televisão já tenha proposto esse avanço, os dispositivos portáteis são as mais novas ferramentas tecnológicas, fazendo com que crianças nasçam em berços digitais, juntamente com os pais já hiperconectados.

Corroborando o apresentado acima, Sônoda e Araújo (2022) discorrem que várias doenças também estão associadas ao uso abusivo de aparelhos tecnológicos, bem como podem ser advindas da exposição de luz azul, tais como: obesidade, depressão, distúrbios do sono, doenças cardiovasculares e mau funcionamento do ritmo circadiano.

Além disso, Crispim *et al.* (2022) apresentam que o uso prejudicial do uso dessas ferramentas, bem como de suas nuances, deve ser analisado de acordo com os contextos socioculturais, a psicodinâmica do indivíduo, além dos fatores neurobiológicos que permeiam essa discussão, tendo seu enfoque na disponibilidade de gratificação e compensação destes dispositivos.

## **Infância**

Papalia e Feldman (2013) compreendem que, no que tange especificamente à primeira infância, fase compreendida entre 0 a 6 anos, há mudanças cerebrais que possibilitam a produção de informações mais rápidas, melhorando as funções de memória, coordenação motora, além de processos cognitivos como planejamento de ações, linguagem e pensamentos que promovem associações. Essas crianças se encontram em fase pré-escolar, momento crucial para o desenvolvimento das habilidades sociais e do brincar em conjunto.

Souza (2014) expõe que o período pré-operatório ocorre dentro da primeira infância, sendo caracterizado pela evolução de linguagem, sentimentos interpessoais, poder sob os símbolos e relações sociais. Neste intervalo de tempo, o brincar se torna um dos principais mecanismos para o desenvolvimento cognitivo da criança.

Nesse contexto, Passos (2021) dispõe que é necessário atentar-se para as mudanças biológicas e sociais que acontecem na infância, haja vista a evolução nos desenvolvimentos motores, cognitivos e de linguagem, além de alterações no sistema nervoso central (SNC) no que diz respeito ao processo de mielinização.

Nesta linha de intelecção, Dalgarrondo (2018) expõe que a linguagem norteia e garante a socialização com os outros indivíduos, haja vista ser de suma importância para a afirmação do sujeito em relação ao mundo. Ademais, o processo linguístico tem relação direta com o pensamento, sendo primordial para o desenvolvimento quando se diz respeito aos pensamentos lógicos e lúdicos.

Lacerda (2021), por sua vez, explicita que o ambiente de inserção da criança, composto de forma geral pelas figuras maternas e paternas, orientará o sujeito acerca da utilização de objetos, na concepção do outro e no entendimento de si mesmo. O brincar em conjunto coloca à tona o processo de maturação e integração com a realidade.

## Método

Para a construção deste artigo foi utilizada a pesquisa qualitativa como método basal, que, conforme González (2020), parte de um recorte temporal-espacial com foco descritivo e compreende uma gama de diferentes ferramentas, perspectivas e abordagens que descrevem possibilidades de interpretação acerca de uma problemática. Em suma, tem como objetivo traduzir e decodificar o significado dos fenômenos na esfera social.

Não obstante, a técnica bibliográfica foi utilizada como método, sendo, de acordo com Pizzani *et al.* (2012), uma das etapas de investigação que se configurou como uma revisão dos escritos sobre os principais aspectos do assunto visado. Partindo disso, o presente estudo utilizou-se da revisão sistemática como sub ferramenta, tendo, segundo Cordeiro *et al.*, (2007), como objetivos principais: reunir, avaliar de maneira crítica e formular uma síntese dos diversos resultados encontrados nos estudos primários conduzidos por outros pesquisadores.

A pesquisa se deu por meio da busca de documentos científicos escritos apenas na língua portuguesa, incluindo artigos dos últimos seis anos (2017-2023). Porém, em relação ao ano vigente - 2023, não foram encontradas publicações científicas que se relacionavam aos descritores. Para fins de levantamento, foram utilizadas as bases de dados referenciais como *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, Pepsic, Periódicos e Biblioteca Virtual de Saúde – BVS, dentre outras. Esmiuçando a pesquisa, os descritores buscados foram: “telas” e “criança”.

Buscando as três expressões de modo concomitante, na plataforma *SciELO* foram localizadas mais de 70 publicações referentes à temática. O mesmo mecanismo de busca se repetiu nas demais plataformas. As referências inclusas articulavam as palavras-chave pensadas, sendo excluídas àquelas que não mencionaram integralmente os termos da diáde telas - criança, não estavam escritas no idioma demarcado e não adotaram a faixa etária do estudo, estabelecida de 0 a 6 anos de idade. Por fim, 11 artigos foram selecionados para análise e construção desta pesquisa.

## Resultados e Discussão

Os documentos científicos relevantes para a pesquisa foram reunidos para apresentação de maneira resumida conforme a Tabela 1, considerando a organização de

forma decrescente quanto ao ano de publicação e a exposição do conteúdo prevaiente em cada obra.

**Tabela 1 –** Relação dos artigos analisados pelos pesquisadores

<b>AUTORES/ANO</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>ANO</b>	<b>TIPO DE PESQUISA</b>	<b>OBJETIVO</b>
<b>DE AQUINO ET AL.</b>	Tecnologias digitais na primeira infância: experiências e riscos na interação com telas	2022	Pesquisa exploratória/campo	Investigar a relação de crianças de 2 a 5 anos com as tecnologias digitais no contexto familiar e os aspectos positivos e negativos do uso de telas.
<b>DOS SANTOS ET AL.</b>	Tempo de tela dos nativos digitais na pandemia do coronavírus	2022	Revisão narrativa	Analisar o efeito do uso de smartphones por crianças da pré-escola e a relação dos seus cuidadores com esse uso.
<b>GONDIM ET AL.</b>	Influências do uso de telas digitais no desenvolvimento social na primeira infância: estudo de revisão	2022	Revisão integrativa	Identificar os conhecimentos científicos em relação ao uso de telas por crianças na primeira infância e seus desenvolvimentos e o acompanhamento parental relacionado a esse uso.
<b>PROVIDELLO ET AL.</b>	Uso de telas de mão e desenvolvimento da linguagem – percepção dos pais para construção de cartilha orientativa	2022	Pesquisa exploratória/campo	Analisar a percepção de pais sobre as telas de mão utilizadas pelas crianças com idades entre 18 a 71 meses e a criação de uma cartilha com as indicações para o uso adequado.
<b>SILVA ET AL.</b>	Implicações da COVID-19 no cotidiano das famílias nordestinas e no cuidado infantil	2022	Pesquisa exploratória/campo	Explorar o dia a dia de famílias com crianças de 0 a 6 anos durante o distanciamento social por covid-19 e o aumento da tolerância

				dos pais com a exposição a telas.
<b>NOBRE ET AL.</b>	Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância	2021	Pesquisa exploratória/campo	Investigou os fatores principais que permeiam o tempo de telas entre crianças de 24 a 42 meses e os recursos presentes no ambiente familiar.
<b>ROSA ET AL.</b>	O papel da coparentalidade e da rede de apoio materna no uso de mídias digitais para bebês	2020	Pesquisa exploratória/campo	Compreender os processos de coparentalidade e o apoio familiar de mães que utilizaram de mídias nos cuidados com seus bebês.
<b>APOLINNÁRIO; GIACOMAZZO</b>	Tecnologias digitais na infância: reflexões a partir da percepção da família	2019	Pesquisa exploratória/campo	Analisar a interação de crianças de 4 a 5 anos que fazem o uso de tecnologias digitais dando foco para o contexto familiar.
<b>MALLMANN; FRIZZO</b>	O uso das novas tecnologias em famílias com bebês: um mal necessário?	2019	Pesquisa exploratória/campo	Analisar as crianças da atualidade em um ambiente tecnológico e a visão das mães frente a esse tema.
<b>SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA</b>	Manual de orientação - Grupo de trabalho saúde na era digital	2019	Orientação/Cartilha	Orientações a respeito do tempo de telas e os aspectos psicossociais causados por este uso.
<b>FERNANDES ET AL.</b>	A criança de 0 a 3 anos e o mundo digital	2017	Revisão integrativa	Apontar as consequências da exposição de crianças de 0 a 3 anos às telas e mídias digitais.

Fonte: elaborada pelos autores.

## Dados estatísticos sobre a exposição aos eletrônicos

De acordo com uma pesquisa que buscou analisar o uso de tecnologias por crianças no contexto familiar, confirma-se o manuseio indispensável de eletrônicos e telas no cotidiano das pessoas. Esses recursos são constantemente atualizados ou substituídos por *softwares* mais rápidos, com visuais mais modernos, contribuindo para a aquisição de mais dispositivos e, conseqüentemente, maior exposição. Ressalta-se que, no que concerne ao tipo de equipamentos presentes nos lares, o mais presente é a televisão (96%), o celular (93%) e o notebook (37%), respectivamente. A utilização dos dois primeiros dispositivos pela amostra total (225 crianças) é responsável por 1-2 horas diárias de 65% e 3 horas diárias de 43% da população pesquisada (De Aquino et al., 2022).

Similarmente ao que foi dito acima, com fundamento em estudo dirigido ao uso de telas por crianças de 24 a 42 meses, em contexto brasileiro, é possível constatar que 63,3% dos 180 pesquisados fazem uso diário superior a duas horas. Desse montante, 94,5% dos infantes foram expostos às telas, sendo estes, em sua maioria, televisores (61%), seguido de *smartphones* (41%). De maneira atrelada aos indicadores mencionados, o fator econômico do âmbito familiar é diretamente proporcional ao tempo de tela, ou seja, quanto maior o nível de classificação econômica, maiores são as chances de apresentação de mídias digitais à criança, bem como o tempo despendido na atividade (Nobre et al., 2019).

Outro fator importante, além do tempo de uso de telas, é sobre quais momentos o acesso torna-se mais frequente. Baseado em um estudo realizado com os tutores referente à utilização de telas por crianças em horários de alimentação/próximo ao descanso, foi relatado que 55% das crianças acessam tecnologia durante as refeições, 77% utilizam celular ou televisão próximo à hora de dormir e 32% adormecem utilizando o aparelho. Dessa forma, o manejo das famílias torna-se contrário às orientações da Sociedade Brasileira de Pediatria, quando subscreve que o período alimentar e de sono devem ser livres de interferência de telas (De Aquino et al., 2022).

## O uso excessivo da tecnologia e a substituição das vivências

Com o avanço da tecnologia e da disponibilização de telas, os dispositivos estão ficando cada vez mais móveis. Hoje, é possível observar o uso desses aparelhos em diversos âmbitos. É notório quando se analisa ambientes distintos e se percebe que os pais disponibilizam esses meios midiáticos para as crianças em ambientes como restaurantes, ônibus, carros e até mesmo dentro de casa com intuito de controle, para “deixar a criança quieta”. Isso se configura como uma distração passiva, assim, instiga o consumismo de jogos, celulares e outros aparelhos que normalizam a ideia inativa de brincar (SBP, 2019).

De maneira menos abrangente, as mídias digitais e, conseqüentemente, as telas, são representadas por um conjunto de ferramentas tecnológicas, conectadas por meio da internet, englobando celulares, computadores, *tablets* e diversos outros dispositivos. Dentro destes, pode-se pontuar mídias passivas, ativas, etc. Com a popularização desses meios, os familiares e cuidadores utilizam esses recursos como um meio de lazer e, dessa forma, passam a normalizar o uso frequente desses aparelhos (Rosa et al., 2020).

É perceptível que o uso excessivo desses dispositivos eletrônicos está cada vez mais recorrente em crianças e até bebês. O uso está deixando de ser um momento de lazer familiar e sendo usado para suprir a necessidade das genitoras, ou seja, como ferramenta para distração das crianças em momentos de maior precisão e dificuldade desses cuidadores (Rosa *et al.*, 2020).

É possível notar, por meio das falas de mães acerca da perspectiva do uso de telas e eletrônicos por seus filhos, que há certa modificação do pensamento da disponibilização destes equipamentos. As opiniões discorridas, majoritariamente de cunho negativo, anterior ao nascimento, é da não apresentação e/ou manejo restrito das ferramentas. Compreendida de uma maneira mais flexível e/ou positiva, após o bebê nascer, as telas configuram-se, em certas ocasiões, como “um mal necessário”, haja vista serem entendidas como único recurso à disposição frente aos contextos em que a criança precisava distrair-se (Frizz e Mallmann, 2019).

Todavia, a cultura digital vem mudando alguns aspectos, tornando-se cada vez mais presente na vida hábil destas crianças. As telas estão caminhando entre relações familiares, escolares e muitas vezes de lazer, tornando um campo de normalidade para os pais (Apolinário e Giacomazzo, 2019). Dispositivos como televisores, celulares e *tablets* são considerados telas comuns na rotina atual das crianças e são vistos como auxiliares dos cuidados parentais como meio de ajuda ou para deixar a criança ocupada (Gondim *et al.*, 2022).

Da mesma maneira, dentro do contexto de rotina, é perceptível uma maior necessidade de fazer uso de telas quando a criança e/ou a mãe se encontra cansada ou irritada, e ainda quando a genitora precisa se ausentar diante das tarefas domésticas. Esta prática pode acarretar uma série de transformações na estrutura e organização familiar, bem como na interação socioemocional do infante (Frizzo e Mallmann, 2019).

Dentre o contexto de evolução do brincar, é explícito a importância dessa atividade no aspecto cognitivo na infância. O brincar é um reflexo dos cenários familiar, escolar e social, nos quais a criança, por muitas vezes, imita as relações que vislumbram (Apolinário e Giacomazzo, 2019).

## Uso de telas e interferências no desenvolvimento infantil

Desde a ascensão do mundo tecnológico e a oferta abundante de dispositivos digitais, o modo de viver socialmente vem sofrendo diversas alterações. Não obstante, as crianças são diretamente impactadas pelo uso constante de aparelhos eletrônicos, telas e suas implicações e, majoritariamente, são inseridas neste contexto pelos pais, tutores ou responsáveis, principalmente, após a evolução portátil, contando com *smartphones*, *tablets*, *videogames*, etc. (Frizzo e Mallmann, 2019).

Diante do apresentado, as ferramentas são apontadas como implicações devido ao envolvimento precoce das crianças, isto é, na fase pré-escolar, em que são desenvolvidos temperamento, caráter e vulnerabilidade aos sintomas de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade. Entre dois e cinco anos de idade, a exposição a variados tipos de telas ressalta dificuldades socioemocionais e comportamentais, comprometendo a interação entre crianças e cuidadores, manifestando problemas de conduta e comportamento antissocial (Godim *et al.*, 2022).

Nesse contexto, as implicações que permeiam o uso abusivo de telas e eletrônicos vão desde atrasos na linguagem, dificuldades na coordenação motora fina e afetação da memória. Inclusive, os conflitos e as tensões intrafamiliares se tornaram mais presentes, causados pela interação insuficiente entre os membros que compõem a rede familiar, o que pode contribuir para o desequilíbrio emocional das crianças e dos responsáveis (De Oliveira, 2021).

No contexto infantil, em suma, a criança reordena os processos internos conforme as descobertas do mundo e do contexto em que está inserida. Atrelado a isso, as funções cognitivas básicas necessitam de interações positivas e afetivas com as figuras representativas – mãe, pai, irmãos, avôs e avós, tios – para que possam contribuir para a evolução do prazer diante de futuros vínculos, além de assumir papel imprescindível na prevenção de psicopatologias e transtornos comportamentais. Portanto, o uso de telas e eletrônicos, diante desse contexto, prejudica a relação da criança consigo, com a realidade e com os demais (Fernandes et al., 2017).

Além disso, o aumento da disponibilização de telas para crianças pequenas pode ocasionar aumento do sedentarismo, diminuição do desenvolvimento cognitivo, passividade intelectual, comportamental e desfavorecimento de um bom funcionamento familiar. Ainda assim, associado ao uso abusivo desses aparelhos interativos, são percorridos vários resultados considerados como prejuízos para a saúde infantil, tais como: risco de obesidade, alterações no desenvolvimento motor e psicossocial, duração e qualidade do sono, além da propensão a transtornos do neurodesenvolvimento como o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e Transtorno do Espectro Autista (TEA) (Providello *et al.*, 2022).

No que concerne à relação intrínseca entre o desenvolvimento infantil e as implicações do uso excessivo de telas, é importante ressaltar acerca do processo de linguagem que tem origem na maturidade cerebral adquirida parcialmente na primeira infância, em especial, até os dois anos. Tal processo necessita de recursos interativos reais e presentes entre criança e cuidador, tendo o uso de eletrônicos como empecilho, haja vista dificultar a relação intrafamiliar nesta idade (Providello et al., 2022).

De maneira mais específica, durante o período da pandemia de COVID-19, o ensino para as crianças sucedeu de forma remota por meio de tecnologias para que não houvesse prejuízos escolares, porém essas crianças não tinham independência com as tecnologias, e tampouco habilidades. Dessa forma, durante o período de isolamento, ficaram propensas a desenvolver vários impactos biopsicossociais, como estresse crônico e agudo, depressão, ansiedade, distúrbio do sono e apetite. Ademais, diminuiu trocas afetivas no núcleo familiar, indispensáveis para o desenvolvimento da criança e da construção de sua subjetividade. Para além da superexposição, a perda da rotina com professores e amigos, no contexto escolar, também foi um fator prejudicial e indicador de tais implicações (Dos Santos et al., 2022).

Ainda sobre o contexto pandêmico, foi possível verificar que a tolerância dos pais e cuidadores acerca do tempo de tela das crianças era maior, devido ao distanciamento físico e reclusão social. Com isso, elevou-se também o índice de risco de obesidade, distúrbios de sono, atraso cognitivo e da linguagem, além de desregulação comportamental, socioemocional e de humor (Silva et al., 2022).

Outrossim, o crescimento harmonioso, corporal e mental, é um processo de ajustamento hormonal advindo da rotina realizada. Nessa perspectiva, a omissão desse

processo salutar está relacionada a transtornos de sono e transtornos mentais cada vez mais frequentes em crianças. As dificuldades de dormir e a qualidade de sono são causadas por meio da faixa de onda de luz azul presente nas telas dos dispositivos, afetando a diminuição da produção de melatonina, conseqüentemente, produzindo terrores noturnos e despertares frequentes. Certamente, isso prejudica as atividades diurnas, a memória e a concentração, o processo de aprendizagem, a regulação emocional, tendendo a fragilizar o vínculo criança e cuidador pela falta de interação intrafamiliar (SBP, 2019).

A interação social trata-se de uma atribuição indispensável dentre os diferentes aspectos do desenvolvimento na primeira infância. É imerso nesse contexto que as crianças trocam relações com cuidadores, tornando essencial para a consecução da linguagem. Contudo, quando expostas a esses aparelhos, estão sujeitas a prejuízos de habilidades pessoais e comunicativas. A comunicação infantil deve ser entendida como forma de expressar sentimentos, criatividade e imaginação, sendo interferida pela exposição longa às mídias interativas, implicando em atraso no processo linguístico (Providello *et al.*, 2022).

É enganoso, justificar que o uso de telas englobaria o desenvolvimento de crianças na primeira infância. A luminosidade emitida por aparelhos de telas cria fascínios e interrompem outras formas necessárias de interação. Essa falta de interação dos adultos com os bebês diminui o senso de cuidado e proteção relacionado àquele indivíduo, tendo em vista que a criança precisa olhar minuciosamente para se relacionar, imitar, emitir sons, ter afeto, etc. A relação com dispositivos é subsidiada intrinsecamente pelas telas, já que estas não reagem aos comportamentos emitidos pelos bebês, ou seja, nada que eles expressam, sejam sorrisos, choros ou gritos, modificará as reações emitidas por personagens (Fernandes, 2017).

## **Importância das intervenções no uso danoso de telas**

Dentro do ambiente intrafamiliar, os genitores/cuidadores têm sido usuários ativos de telas e dispositivos digitais, tendo em vista o uso constante de aparelhos eletrônicos. Tal comportamento é replicado pelas crianças inseridas nesses contextos de maneira diretamente proporcional, mesmo na primeira infância (Gondim *et al.*, 2022).

De maneira abrangente ao tema, é importante discorrer sobre o avanço das mídias interativas, analisando até que ponto permitir essa exposição às crianças é saudável. Uma vez que o avanço tem sido crescente, os adultos cada vez mais aumentam o uso de aparelhos eletrônicos, sendo apresentado ao público infantil que convive nesse mesmo ambiente de exposição (Fernandes *et al.*, 2017).

Ao percebermos que a infância, dentro desse contexto atual, configura-se a partir da inserção das crianças aos meios digitais, é importante salientar que os cuidadores não reprovam o uso dessas ferramentas e pontuam que o uso de maneira regrada pode auxiliar em alguns aspectos da vida desse indivíduo (Apolinário e Giacomazzo, 2019). Dessa forma, diante de um estudo realizado com os responsáveis, foi dito que eles percebem a relevância da supervisão das mídias utilizadas pelas crianças: 74% supervisionam o que é acessado, 24% acompanham parcialmente e 2% nunca acompanharam (De Aquino *et al.*, 2022).

Embora a relação de cuidado entre mães e pais seja diferente, por algumas vezes, eles trabalham conjuntamente para fornecer o papel parental para essa criança, mas faz-se necessário que outros membros adentrem esse cuidado, como avós, tios ou responsáveis.

Essa rede de apoio é de suma importância quando falamos dos cuidados com as crianças. Contudo, ao analisar estas relações, um aspecto evidenciado, majoritariamente pelas mães, foi que as avós, de trato materno, estão contextualizadas como fonte vigente da entrega das telas aos bebês. Isso é de grande proporção pela importância que o suporte parental representa para essas crianças, haja vista que os próprios genitores optam pela não entrega de telas e os demais familiares tornam essa regra ineficaz. Atrelado a isso, fica a orientação dúbia e confusa do uso de tela (Rosa et al., 2020).

Intrinsecamente, o mundo atual é circundado em torno de mídias interativas, tornando o impedimento deste uso abusivo à criança mais desafiador, ainda mais quando os próprios adultos estão expostos constantemente a esses aparelhos. É de suma importância compreender a notória repetição de comportamentos e as implicações dessas ações para o desenvolvimento do infante (Providello et al., 2022).

Em relação afirmativa ao dito anteriormente, o excesso sem restrições pode afetar as crianças de maneira não positiva. Privar o filho do mundo digital pioraria ainda mais as relações, criando crianças “fora do mundo”. Sendo assim, é possível observar que dentro da contemporaneidade há aceitação do uso digital pelas famílias, mas de uma maneira que precise ser vigiada e limitada (Apolinário e Giacomazzo, 2019).

Neste íterim, diante da utilização das telas por crianças baseado no contexto familiar, é perceptível que, em alguns casos, essas mídias são acessadas longe do acompanhamento dos responsáveis e sem regras. Todavia, é importante salientar que a supervisão e vigília por parte desses familiares é de suma importância, visto que, desta forma, as crianças estariam adentrando um campo de maneira mais segura, contribuindo para o fortalecimento do vínculo intrafamiliar em que estão inseridas. No contexto discorrido, é possível evitar os riscos de um acesso desorientado e proporcionar ao infante experiências salutares de aproximação ao gigante mundo que circundam as telas (De Aquino et al., 2022). Essa partilha de vivência entre criança-tela interativa-cuidador possibilita e estimula a evolução do processo linguístico como um todo (Nobre et al., 2019).

Em conformidade com o relato, o longo tempo usando telas tende a diminuir a interação criança-cuidador, com isso, a estrutura familiar está ficando menos diversificada, tornando mais difícil a exploração dos sentimentos infantis. A ajuda dos cuidadores e parentes, limitando esse tempo de exposição, é de extrema necessidade (Apolinário e Giacomazzo, 2019).

Acerca dessa problemática, inúmeros fatores são evidenciados acerca do uso de tecnologias por crianças. As repercussões e alterações, seja a curto, médio ou longo prazo, podem refletir na saúde, na convivência social e na consolidação de hábitos. Evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, não usar telas durante as refeições, desconectar 1-2 horas antes de dormir, desenvolver convivências e oferecer atividades esportivas ao ar livre com supervisão de um responsável são vistas como alternativas para se desvincular minimamente dos eletrônicos em demasia (SBP, 2019).

A intensidade das crianças em relação à utilização de telas levanta discussões para a dependência digital infantil. A importância de acompanhamento dos tutores diante do conteúdo acessado pelos infantes é devido à forma como ocorre a exposição nas mídias,

tendo riscos tanto por acesso a materiais inapropriados a sua idade quanto por problemas de dependência (De Aquino et al., 2022).

Importante salientar que estudos iniciais e recentes indicam que o uso cauteloso destas mídias interativas e móveis, diferentemente da televisão, por considerar toques e interação com o conteúdo, pode contribuir de maneira positiva para o desenvolvimento cognitivo, motor fino e da linguagem das crianças, caso associado com a presença de um familiar compartilhando as experiências de leitura, diálogo e interação (Nobre *et al.*, 2019).

Nessa mesma perspectiva, a inserção das crianças de 2 a 5 anos habitualmente ao acesso às telas, estimuladas dentro do contexto familiar, sendo decretado regras e monitoramento, tem a possibilidade de contribuir nos processos de aprendizagem e alfabetização (De Aquino et al., 2022).

De tudo dito, os responsáveis mencionam as telas como fonte de auxílio na comunicação, entendida como o ato de aprender palavras, imitar cantigas e frases, o que pode aumentar o meio lexical dos infantes. É possível compreender, em suma, que as ferramentas tecnológicas podem ser fontes estimulantes, desde que sejam usadas com ponderação, equilíbrio, orientação e supervisão (Rosa *et al.*, 2020).

## **Considerações finais**

Diante da pesquisa e da análise dos dados, foi possível verificar que as interferências do uso excessivo de telas por crianças de 0 a 6 anos é evidenciado pela dificuldade cognitiva e linguística, assim como pelo comprometimento da coordenação motora fina, interação social e memória. Ademais, aponta como fator de risco de obesidade, distúrbios de sono e desregulamentação socioemocional como sintomas ansiosos, depressivos e irritadiços.

Entretanto, o uso de tecnologia após os 2 anos, de maneira gradual e supervisionada, pode auxiliar no processo de aprendizagem. Dessa forma, enfatiza-se a intervenção dos cuidadores como imprescindível, possuindo consequências sólidas para os processos biopsicossociais da criança, como estímulo para desenvolver o brincar e construir, interagir e socializar.

Do evidenciado por esta produção científica, foi possível verificar a necessidade de maior monitoramento parental quanto ao conteúdo exposto às crianças, bem como ao tempo de tela diária, contribuindo para melhor aproveitamento dos recursos tecnológicos, sem trazer prejuízos aos infantes. Importante salientar as recomendações de instituições respaldadas cientificamente e que podem auxiliar na proteção integral às crianças diante da era digital, como as orientações fornecidas pela Sociedade Brasileira de Pediatria.

Por fim, é de suma importância a produção de documentos científicos, como este, que discorra acerca dos aspectos do desenvolvimento biopsicossocial da criança, diante da presente escassez de escritos dentro da relação crianças x telas. Faz-se necessário maior atenção à temática aqui retratada, haja vista a presença indiscutível do mundo tecnológico na vida de todos, inclusive dos infantes.

## REFERÊNCIAS

APOLINÁRIO, M. G; GIACOMAZZO, G. F. Tecnologias digitais na infância: reflexões a partir da percepção das famílias. **Revista Saberes Pedagógicos**, v. 3, n. 1, p. 179-193, 2019.

ARANTES, M. C. B; DE-MORAIS, E. A. Exposição e uso de dispositivo de mídia na primeira infância. **Residência Pediátrica**, v. 3, n. 1, p. 1-18, 2021. Disponível em <<https://cdn.publisher.gn1.link/residenciapediatria.com.br/pdf/pprint535.pdf>> Acesso em: 29/04/2023.

BIROLI, F. **Família: novos conceitos**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2014. Disponível em <<https://redept.org/uploads/biblioteca/colecaoquesaber-05-com-capa.pdf>> Acesso em: 29/04/2023.

CORDEIRO, A. M., *et al.* Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do colégio brasileiro de cirurgiões**, v. 34, p. 428-431, 2007. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0100-69912007000600012>>. Acesso em: 29/04/2023.

CRISPIM, M. E. S., *et al.* O uso excessivo de telas por crianças pós covid-19: impactos psicológicos e do desenvolvimento infantil. **Estudos Avançados sobre Saúde e Natureza**, v. 5, 2022.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. Artmed Editora, 2018.

DE AQUINO, J. C. F; CAETANO, L. M. D; DE AQUINO, C. C. F. Tecnologias digitais na primeira infância: Experiências e riscos na interação com telas. **Interfaces da Educação**, v. 13, n. 38, 2022.

DOS SANTOS, R. O., *et al.* Tempo de tela dos nativos digitais na pandemia do coronavírus. **Revista Expressão Católica**, v. 11, n. 1, p. 73-81, 2022.

FÉLIX, L, D, C.,. **Os impactos do uso de telas no desenvolvimento psicossocial das crianças**. 2022. Monografia (Graduação em Psicologia) – Centro Universitário Vale do Salgado. Icó-Ce, p. 48. 2022.

FERNANDES, C. M.; EISENSTEIN, E.; DA SILVA, E. J. C. **A criança de 0 a 3 anos e o mundo digital**. SBP, 2017. Disponível em <<https://www.essemundodigital.com.br/news/a-crianca-de-0-a-3- anos-e-o-mundo-digital>>. Acesso em: 09/04/2023.

GONDIM, E.C., *et al.* Influências do uso de telas digitais no desenvolvimento social na primeira infância: estudo de revisão. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 30, n. 1, p. 67961, 2022.

GONZÁLEZ, F. E. Reflexões sobre alguns conceitos da pesquisa qualitativa. **Revista Pesquisa Qualitativa**, v. 8, n. 17, p. 155-183, 2020.

LACERDA, M. B. **Um brincar com a tecnologia digital na primeira infância?: reflexões sobre o uso das telas e o processo de integração infantil.** 2021. Dissertação (Mestrado) – Universidade Católica de Pernambuco. Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica. Mestrado em Psicologia Clínica, 2021.

LEMOS, I. L. **Baralhos das Dependências Tecnológicas:** Controlando o uso de jogos eletrônicos, internet e aparelho celular. Novo Hamburgo: Editora Sinopsys, 2016.

MALLMANN, M. Y; FRIZZO, G. B. O uso das novas tecnologias em famílias com bebês: um mal necessário?. **Revista Cocar**, n. 7, p. 26-46, 2019.

NOBRE, J. N. P., *et al.* Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1127-1136, 2021.

PAPALIA, D. E; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano.** Tradução Carla Filomena Marques Pinto Vercesi *et al.* 12. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre: AMGH, 2013.

PASSOS, T. P. **Uso de telas na infância:** Revisão bibliográfica sobre riscos e prejuízos para o desenvolvimento cognitivo e linguístico. 2021. Monografia (Graduação em Fonoaudiologia) – Escola de Ciências Sociais e da Saúde, da Pontifícia Universidade de Católica de Goiás, Goiânia, 2021.

PICON, F., *et al.* Precisamos falar sobre tecnologia: caracterizando clinicamente os subtipos de dependência de tecnologia. **Revista brasileira de psicoterapia**, v. 17, n. 2, p. 44-60, 2015.

PIZZANI, L., *et al.* A arte da pesquisa bibliográfica na busca do conhecimento. **RDBCI: Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, v. 10, n. 2, p. 53-66, 2012. Disponível em <<https://doi.org/10.20396/rdbci.v10i1.1896>> Acesso em: 29/04/2023.

PROVIDELLO, C. F; FERREIRA, M. C de F; HAGE, S. R. de V. **Uso de telas manuais e desenvolvimento da linguagem:** percepção dos pais para a construção de uma cartilha de orientação. SciELO Preprints, 2022. Disponível em: <<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/4726>>. Acesso em: 24/04/2023.

ROSA, C. L., *et al.* O papel da coparentalidade e da rede e apoio materno no uso de mídias digitais por bebês. Rio Grande do Sul: **Revista Contexto Clínico**, 2020.

SANTANA, M. I; RUAS, M. A; QUEIROZ, P. H. B. O impacto do tempo de telas no crescimento e desenvolvimento infantil. **Revista Saúde em Foco**, ed. 14. Goiânia – Goiás, 2021.

SILVA, J. P. F. da *et al.* Implicações da covid-19 no cotidiano das famílias nordestinas e no cuidado infantil. **Saúde e Sociedade**, v. 31, p. e210287, 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Manual de orientação: #menos telas #mais saúde. Rio de Janeiro: **Grupo de trabalho saúde na era digital**, 2019b.

SONODA, R. T; ARAÚJO, A. Distúrbios neurovisuais causados por luz azul. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar**-ISSN 2675-6218, v. 3, n. 3, p. e331247-e331247, 2022.

SOUZA, N. M. de. Reflexões sobre a teoria piagetiana: o estágio operatório concreto. **Cadernos de Educação: Ensino e Sociedade**, Bebedouro-SP, 1 (1): 134-150, 2014.

TEIXEIRA, S. M. Envelhecimento, família e políticas públicas: em cena a organização social do cuidado. **Serviço Social & Sociedade**, p. 135-154, 2020.

WALSH, F. Diversidade e complexidade nas famílias do século XXI. **Processos normativos da família: diversidade e complexidade**, p. 3-27, 2016.

YOUNG, K. S. DE ABREU, C. N. **Dependência de internet em crianças e adolescentes. Fatores de risco, avaliação e tratamento.** Porto Alegre: Artmed, 2019.

## DA PRÁTICA CLÍNICA...

A seguir apresentamos casos clínicos e discussões práticas em Humanismo, Terapia cognitivo-comportamental e Psicanálise, a fim de uma compreensão mais clara da atuação em psicologia clínica. Os casos possuem alterações de nomes, situações, idades e gêneros, a fim de preservar o sigilo do que foi trabalhado em psicoterapia. Podem também haver casos fictícios.

## CAPÍTULO 8

# DA TEORIA À PRÁTICA: VIVÊNCIAS E REFLEXÕES SOBRE O ESTÁGIO PROFISSIONAL NA PERSPECTIVA DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch8

*Maria Ednice Sousa Oliveira  
Francisco Luan de Souza Carvalho*

*“Ser empático é ver o mundo com os olhos do outro e não ver o nosso mundo refletido nos olhos dele”.*  
- Carl Rogers

### Introdução

O Estágio Profissional do curso de Psicologia objetiva o exercício da prática a partir das teorias aprendidas no decorrer da graduação. Tal prática é aplicada na clínica escola, no Serviço de Psicologia Aplicada (SPA) e possibilita aproximar o discente em Psicologia à realidade profissional. À vista disso, o estudante com uma postura ética, crítica e teoricamente fundamentada, realiza os atendimentos clínicos com o suporte do supervisor, sendo este, um profissional qualificado na área de atuação do estágio e que desempenha a docência na IES.

Desse modo, o estágio profissional também possui a finalidade de estimular a investigação científica, buscando desenvolver a capacidade clínica de analisar e avaliar cada processo e identificar as necessidades de natureza psicológica, diagnosticar, elaborar relatos científicos, pareceres técnicos, projetos de intervenção, laudos e demais comunicações profissionais. No semestre de 2024.1, foi realizado o Estágio Profissional no Serviço de Psicologia Aplicada – SPA com ênfase na Abordagem Centrada na Pessoa. Para tanto, visando o cenário clínico e considerando a segunda etapa do Estágio Profissional, pode-se afirmar o quão vasto é o campo de atuação a partir da Abordagem Centrada na Pessoa, tendo em vista a amplitude das atitudes facilitadoras.

Rogers (1983) aponta que, assim como outras correntes, a Abordagem Centrada na Pessoa também está inserida na Terceira Força, conhecida como Psicologia Humanista. A justificativa para tal identificação se desenvolve a partir da crença tanto na dignidade, quanto no valor da pessoa em busca do seu próprio crescimento. Para Amattuzi (2010), a Abordagem Centrada na Pessoa diz respeito mais a uma ética e não a uma técnica, pois ela se volta ao ser humano, sendo este, detentor de um valor intransferível. Para tanto, há muitos fatores de valor humanista em tal abordagem, considerando sua importância e respeito sobretudo na pessoa. Contudo, segundo Bezerra e Bezerra (2012) na abordagem rogeriana existem muitos aspectos humanistas, uma vez que busca enfatizar o respeito no ser humano colocando em destaque o papel dos

sentimentos e também da experiência, vista como fator para que haja o crescimento e que vai de encontro à centralização do ser humano como responsável por suas escolhas.

Ainda segundo Rogers (1997) algo imprescindível para o psicoterapeuta é a consideração positiva incondicional voltada ao cliente, a partir do acolhimento de experiências relatadas por ele sob o aspecto da compreensão empática, que contribui, entre outros pontos, para o não questionamento. O acolhimento empático corresponde a um reconhecimento de sua existência e, por meio da congruência junto ao terapeuta, se sente acolhido e valorizado verdadeiramente em seu sofrimento.

Para tanto, existe uma consolidação das bases humanistas da ACP na atualidade, uma vez que visa acolher a pessoa em situação de angústia sob o viés de uma autenticidade terapêutica que busca facilitar o reencontro com o significado para sua existência. Dessa forma, Rogers (1997) salienta que a partir do momento que o psicoterapeuta é ele mesmo, sem máscara, abre-se margem para que o cliente se veja como um ser capaz de ser portador de sentido. Rogers (1982), evidenciou que o foco do processo terapêutico ocorre quando há um interesse da própria pessoa em compreender os significados de suas vivências e pela forma que estas são experienciadas. Com isso, o autor reforça em sua prática, uma atitude humanista e fenomenológica que consiste em mediar a construção do Eu do cliente. Pode-se afirmar que a ACP, detém uma nova maneira de inquirir fenômenos psicológicos a partir da junção entre o humanismo existencialista e a fenomenologia, não se atendo somente em estudar comportamentos observáveis ou controláveis e sim compreender as experiências e significados atribuídos a elas pelo sujeito (Bezerra e Bezerra, 2012. p. 32).

## **Caso Clínico: A Abordagem Centrada na Pessoa como facilitadora do processo terapêutico para uma cliente com queixas de ansiedade e insatisfações familiares e profissionais**

### **Resumo do Caso e Contexto Inicial**

Para a escrita desse caso foi realizado alterações em diversos âmbitos e contextos, a fim de resguardar a identidade e o sigilo do que foi desenvolvido em psicoterapia com a cliente.

A cliente procurou a psicoterapia com o objetivo de lidar melhor com sintomas de ansiedade, além de relatar insatisfações frequentes em seu ambiente familiar e dificuldades em interações profissionais. A continuidade da psicoterapia teve início no semestre 2024.1, com uma história pregressa de acompanhamento por outros estagiários do Serviço de Psicologia Aplicada. Desde o início, a escuta empática foi central no processo, alinhando-se aos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), conforme desenvolvida por Carl Rogers, que enfatiza o acolhimento genuíno e a compreensão empática como bases da relação terapêutica (Rogers, 1957).

### **Escuta Empática e Espaço Não-Julgador**

A criação de um espaço de escuta livre de julgamentos foi essencial, e tomamos isso como passos iniciais, a fim de ampliar a confiança da cliente no processo de psicoterapia, visto que a cliente relatava uma escassez de apoio em seu círculo social para compartilhar

suas questões sem receio de crítica. Rogers (1951) destaca que a empatia e a compreensão do terapeuta facilitam o processo de autoconhecimento, o que se mostrou fundamental neste caso, pois a cliente pôde ampliar sua percepção de si mesma ao refletir sobre o significado de suas ações e emoções no contexto familiar e profissional.

Em sessões iniciais, a cliente demonstrava assertividade ao lidar com situações desafiadoras, evidenciando uma capacidade de estabelecer limites, mas também uma propensão à sobrecarga devido a um excessivo senso de responsabilidade. Ao refletir sobre essas questões, buscou-se promover, por meio de respostas-reflexo (Rogers, 1961), sobre os limites entre responsabilidade pessoal e apoio de terceiros, que a mesma apresentava sempre em suas falas. Rogers (1961) sugere que o desenvolvimento de uma autoimagem mais realista e autêntica, apoiada por uma aceitação positiva incondicional, auxilia as pessoas a lidarem com suas dificuldades de maneira mais eficaz e autocompassiva, aspectos centrais no apoio à cliente para que ela se sentisse menos sobrecarregada em ambos os contextos.

### **Validação das Experiências Emocionais e Consideração Positiva Incondicional**

No decorrer do processo terapêutico, surgiram comportamentos que se mostraram atípicos, como atrasos frequentes nas sessões e uma agressividade perceptível, tanto na fala quanto na linguagem corporal. Rogers (1967) argumenta que a congruência, ou autenticidade do terapeuta, é vital para criar uma atmosfera em que o cliente sinta segurança para expressar suas emoções sem medo de rejeição ou julgamento. Nesse sentido, ao observar a mudança no comportamento da cliente, trabalhou-se para reforçar o espaço de acolhimento e validação, garantindo que suas emoções seriam reconhecidas e aceitas.

Foi enfatizado para a cliente que seus sentimentos, mesmo os mais difíceis, eram legítimos e teriam espaço de acolhimento na relação terapêutica, buscando promover um ambiente em que ela se sentisse segura para explorar o que motivava essas expressões. Rogers (1959) observa que a autenticidade na interação terapêutica permite que o cliente se sinta compreendido em um nível profundo, promovendo a segurança necessária para vivenciar o processo de autocompreensão.

### **Redução dos Conflitos Familiares**

Com o prosseguimento das sessões, percebeu-se uma diminuição nas queixas familiares, apontando para um possível avanço na ressignificação das dinâmicas com seus familiares. O apoio ao processo de autocompreensão permitiu que a cliente encontrasse novas maneiras de interpretar e se posicionar nas relações familiares, conforme sugere o modelo rogeriano de autodescoberta, no qual o cliente desenvolve maior congruência interna ao reconhecer e aceitar aspectos de si e de seus relacionamentos (Rogers, 1980).

### **Desafios no Âmbito Profissional e a Reavaliação das Expectativas Terapêuticas**

Apesar do progresso nas questões familiares, o ambiente de trabalho continuava a ser uma fonte significativa de insatisfação para a cliente. Essa área ocupava grande parte das discussões e psicoterapia, embora houvesse uma expectativa por respostas mais rápidas e soluções prontas por parte da cliente. Neste ponto, foi relevante esclarecer que

a psicoterapia não necessariamente proveria respostas imediatas, mas, segundo Rogers (1951), poderia facilitar o desenvolvimento de habilidades comunicativas e emocionais que contribuiriam para que a cliente se sentisse mais preparada para lidar com suas demandas cotidianas.

Após oito atendimentos, a cliente optou por interromper voluntariamente o processo terapêutico. Esse término, que se deu sem conflito ou sensação de incompletude, reforça a importância da autonomia no processo terapêutico, um princípio essencial na Abordagem Centrada na Pessoa, que enfatiza o respeito pela auto-determinação do cliente em seu caminho pessoal de autodescoberta e crescimento (Rogers, 1961).

### **A experiência de estágio em humanismo: vivências e trajetória**

Partindo do pressuposto de que, ao longo da experiência de estágio, há uma considerável dedicação, entende-se que, diante desse processo e por meio da abordagem humanista, são adotadas atitudes contínuas que orientam e auxiliam os atendimentos realizados. Um exemplo disso é a compreensão empática, que, segundo Rogers (1902/1997, p.39), é a capacidade do terapeuta de perceber os sentimentos e vivências do cliente e comunicá-los a ele. Portanto, implica em uma comunicação direta entre cliente e terapeuta, com o intuito de captar os significados do que é expresso, a partir do ponto de vista de quem está falando.

A compreensão empática me permitiu enxergar além do que era dito durante as sessões, proporcionando-me a clareza de que uma postura diretiva não seria adequada diante dos conteúdos trazidos pela cliente. Além disso, essa compreensão me possibilitou adotar outras atitudes que foram fundamentais para a condução do caso em questão.

Em diversos momentos ao longo do estágio, pude observar a presença da aceitação incondicional, que, por sua vez, envolve a aceitação genuína do cliente, permitindo que ele se mostre autêntico na relação (Rogers, 1902/1997, p. 39). Com minha atitude positiva como terapeuta, houve uma maior probabilidade de mudança por parte da cliente, permitindo-lhe expressar os sentimentos que surgiam. Tal postura favoreceu minha relação com diversos pacientes e fortaleceu ainda mais os vínculos estabelecidos.

Rogers (1902/1997) afirma que a abordagem humanista possibilita a constituição do terapeuta por meio de atitudes facilitadoras, que favorecem o crescimento pessoal. A autenticidade, por sua vez, corresponde à disponibilidade do terapeuta para se expressar de diversas maneiras, por meio de atitudes, sentimentos, etc., reafirmando a ocorrência da realidade no relacionamento, o que é considerado uma condição essencial no processo terapêutico. Nesse contexto, a autenticidade foi de grande valia para a manutenção de uma boa relação terapêutica e para a identificação de possíveis incômodos que poderiam paralisar o processo, o que se mostrou extremamente importante.

### **Conclusão**

Este estudo de caso ilustra como a Abordagem Centrada na Pessoa oferece um modelo terapêutico capaz de auxiliar clientes a se sentirem compreendidos e validados, promovendo o autoconhecimento e o alívio de tensões internas. A escuta empática, a autenticidade e o acolhimento incondicional foram ferramentas fundamentais ao longo deste processo, permitindo

que a cliente explorasse suas dificuldades sem medo de julgamento e fosse gradualmente encontrando caminhos de autocompreensão e ressignificação de suas relações.

## REFERÊNCIAS

AMATUZZI, M.M. (2001). Versão de sentido. In **Por uma psicologia humana** (pp. 73-86). Campinas: Alínea.

AMATUZZI, M.M. (2010). Rogers: ética humanista e psicoterapia. Campinas: Alínea.

BEZERRA, Márcia Elena Soares, & BEZERRA, Edson do Nascimento. (2012). Aspectos humanistas, existenciais e fenomenológicos presentes na abordagem centrada na pessoa. **Revista do NUFEN**, 4(2), 21-36. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S21752591201200020004&lng-pt&tng-pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S21752591201200020004&lng-pt&tng-pt). Acesso em: 17 de maio de 2024.

ROGERS, C. Ransom (1982). Tornar-se Pessoa. Série Psicologia e Pedagogia. **6º ed. São Paulo, Martins Fontes.**

ROGERS, C. (1983). Um jeito de ser. **São Paulo: EPU.**

ROGERS, C. R. (1902-1987). Um jeito de ser. **São Paulo: EPU.**

ROGERS, C. R. (1997). Tornar-se pessoa (5ª ed). **São Paulo: Martins Fontes.**

ROGERS, C. R. Client-centered therapy: its current practice, implications, and theory. Boston: **Houghton Mifflin**, 1951.

ROGERS, C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. **Journal of Consulting Psychology**, v. 21, n. 2, p. 95–103, 1957.

ROGERS, C. R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. Boston: **Houghton Mifflin**, 1961.

ROGERS, C. R. The therapeutic relationship and its impact: a study of psychotherapy with schizophrenics. **Madison: University of Wisconsin Press**, 1967.

ROGERS, C. R. A way of being. Boston: **Houghton Mifflin**, 1980.

## CAPÍTULO 9

# MUDANÇA EM TERAPIA E DESENVOLVIMENTO DAS POTENCIALIDADES: RELATOS DE ESTÁGIO EM PSICOLOGIA CLÍNICA HUMANISTA

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch9

Rafaelle Lima Coelho de Sousa  
Francisco Luan de Souza Carvalho

*“O paradoxo curioso é que quando eu me aceito como eu sou, então eu mudo.”*  
- Carl Rogers

### Introdução

A Psicologia Humanista surgiu nos anos 1950 como uma resposta às abordagens tradicionais que dominavam o cenário da psicologia: a psicanálise, com seu foco nas dinâmicas inconscientes, e o behaviorismo, que priorizava o comportamento observável e mensurável. Diferente dessas abordagens, que ofereciam uma visão restritiva do ser humano, a psicologia humanista direcionou sua atenção à experiência subjetiva e à capacidade inata dos indivíduos para o desenvolvimento e a autorrealização. O ser humano, sob essa perspectiva, é visto como um ser com potencial ilimitado de crescimento, cuja realização depende do cultivo de um ambiente acolhedor e respeitoso.

Carl Rogers, um dos fundadores e principais teóricos da psicologia humanista, desenvolveu sua teoria com base na premissa de que o ser humano possui uma tendência natural e positiva de se desenvolver plenamente. Rogers acreditava que, quando compreendidos e aceitos sem julgamentos, os indivíduos se sentem mais livres para abandonar defesas e resistências e seguir um caminho construtivo e autêntico. Ele refletiu essa crença em uma de suas falas mais icônicas:

“A experiência mostrou-me que as pessoas têm, fundamentalmente, uma orientação positiva... Acabei por me convencer de que quanto mais um indivíduo é compreendido e aceito, maior tendência tem para abandonar as falsas defesas que empregou para enfrentar a vida, e para progredir num caminho construtivo” (Rogers, 2009, p. 38).

Esse trecho ilustra a visão central de Rogers sobre o potencial humano para o crescimento e desenvolvimento pessoal, desde que estejam presentes as condições adequadas de aceitação e compreensão. Esta é a essência de sua teoria da "tendência atualizante", que propõe que todos os seres humanos têm uma capacidade inata para desenvolver suas potencialidades de forma que favoreça seu bem-estar, realização e autossuficiência.

Além disso, Rogers destaca a importância da autonomia e da autenticidade ao longo do processo de desenvolvimento pessoal. Para ele, o terapeuta não deve impor suas próprias crenças ou direções de vida aos clientes. Pelo contrário, deve permitir que

os indivíduos explorem seus próprios caminhos e descubram os significados de sua própria experiência:

“Penso que é possível agora ver claramente por que razão não existe filosofia, crença ou princípios que eu possa encorajar ou persuadir os outros a terem ou a alcançarem. Não posso fazer mais do que tentar viver segundo a minha própria interpretação da presente significação da minha experiência, e tentar dar aos outros a permissão e a liberdade de desenvolverem a sua própria liberdade interior para que possam atingir uma interpretação significativa da sua própria experiência” (Rogers, 2009, p. 39).

Nesse trecho, Rogers reforça que o terapeuta deve atuar como facilitador, criando um ambiente seguro e de liberdade onde o cliente pode descobrir sua própria verdade e caminhar em direção a um crescimento pessoal significativo. Esse enfoque é um dos pilares da psicoterapia centrada na pessoa, na qual a autodeterminação e a descoberta pessoal são elementos fundamentais. A confiança na capacidade do cliente de encontrar suas próprias respostas, em vez de seguir as diretrizes do terapeuta, caracteriza a abordagem de Rogers e difere de muitas práticas terapêuticas tradicionais.

Outro aspecto central da teoria de Rogers é sua convicção de que todos os indivíduos, mesmo que não tenham essa habilidade totalmente desenvolvida, são capazes de compreender a si mesmos e encontrar soluções para seus problemas. Essa confiança na capacidade do indivíduo para a autorregulação e resolução de problemas representa uma visão humanista otimista e respeitosa sobre o potencial humano.

Rogers também aborda o paradoxo da autoaceitação como um pré-requisito para a mudança. Ele descreve sua descoberta de que a aceitação genuína de si mesmo é essencial para qualquer transformação:

“Descobri que sou mais eficaz quando posso ouvir a mim mesmo aceitando-me, e quando posso ser eu mesmo... Julgo que aprendi isto com meus clientes, bem como através da minha experiência pessoal - não podemos mudar, não podemos afastar do que somos enquanto não aceitarmos profundamente o que somos” (Rogers, 2009, p. 29).

Este conceito reforça a ideia de que a mudança pessoal não pode ser forçada de fora para dentro, mas deve emergir de um estado de autoaceitação e autocompreensão. Para Rogers, só a partir dessa aceitação verdadeira é que uma pessoa pode iniciar um processo de transformação autêntica e duradoura. Esse princípio, essencial à psicologia humanista, propõe que o caminho para o crescimento pessoal começa com uma disposição para se aceitar como se é, acolhendo fragilidades e potencialidades de maneira compassiva.

A psicologia humanista, com seu foco na capacidade de autodescoberta e na importância das relações genuínas, trouxe uma contribuição significativa à prática terapêutica, ressaltando a importância de se ver o ser humano como um todo complexo e em constante evolução.

## **Estudo de Caso: Abordagem Centrada na Pessoa no Tratamento da Tricotilomania e Conflitos Familiares de uma Adolescente em Processo de Luto**

### **Contextualização do caso Milena**

Para a escrita desse caso foi realizado alterações em diversos âmbitos e contextos, a fim de resguardar a identidade e o sigilo do que foi desenvolvido em psicoterapia com a cliente.

Neste estudo de caso, abordamos a trajetória terapêutica de Milena, uma adolescente de 15 anos, que apresenta queixas de tricotilomania e dificuldades de relacionamento com sua mãe, intensificadas após a morte precoce do pai. A tricotilomania, entendida como um comportamento de controle compulsivo, frequentemente emerge como uma estratégia para lidar com situações de dor emocional e estresse. A terapia de Milena iniciou-se em março de 2024 em um serviço de Psicologia Aplicada, e teve como base para os atendimentos clínicos a teoria pautada na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers, que propõe um espaço de aceitação incondicional, escuta empática e congruência, ou seja, uma postura autêntica do terapeuta (Rogers, 1951 e Rogers, 1957).

### **Queixa e Primeira Sessão**

Durante a primeira sessão, Milena expressou intensamente sua dor e solidão ao relatar a perda do pai e as dificuldades de relacionamento com a mãe. Ao revisitar o impacto de sua perda e sua necessidade de apoio emocional, foi possível observar o desenvolvimento da tricotilomania como um mecanismo para mitigar seu sofrimento. A escuta ativa e a empatia foram essenciais para acolher sua angústia inicial, reforçando o clima de confiança necessário para que Milena pudesse sentir-se segura e validada (Rogers, 1957).

Além disso, Milena relatou a ausência de amizades significativas, embora dissesse estar "bem com isso", e descreveu brigas frequentes com a mãe, referindo-se a ela como "rígida e controladora". A mãe de Milena passa os finais de semana com o namorado, deixando-a sob os cuidados da avó, o que desperta nela sentimentos de abandono e frustração. Neste primeiro momento, priorizou-se a escuta e o acolhimento para fortalecer a relação terapêutica e criar uma atmosfera de aceitação, onde Milena pudesse explorar seus sentimentos sem medo de julgamento.

### **A Construção da Relação Terapêutica e a Validação Emocional**

Nas sessões subsequentes, Milena foi encorajada a compartilhar mais sobre seu cotidiano, seus hábitos e sua forma de lidar com o luto. Ela relatou um episódio significativo em que, após uma briga com a mãe, apresentou um episódio intenso de tricotilomania que se estendeu por dois dias. Rogers (1961) aponta que, ao criar um espaço de aceitação incondicional, o terapeuta oferece ao cliente a oportunidade de vivenciar e aceitar suas próprias emoções de maneira autêntica, permitindo que Milena identificasse e validasse suas próprias reações frente ao sofrimento.

Foi possível trabalhar a dificuldade de Milena em expressar seus sentimentos de frustração e abandono em relação à mãe. Em várias sessões, a jovem pôde verbalizar seu descontentamento como se estivesse falando diretamente com a mãe, utilizando o ambiente terapêutico para organizar e reconhecer seus sentimentos. A frase de Rogers, “Quando olho para o mundo, sou pessimista, mas quando olho para as pessoas, sou otimista” (Rogers, 1980), traduz a confiança desenvolvida entre terapeuta e cliente, que permitiu a Milena um desabafo sincero e profundo.

### **Evolução no Processo Terapêutico: Fortalecimento da Autoexpressão e Redução dos Sintomas**

Na sessão de 3 de abril, após uma viagem da mãe e o sentimento de abandono subsequente, Milena conseguiu expressar para ela o quanto sua ausência a magoava, algo inédito em suas interações até então. Esta iniciativa marca um avanço significativo na capacidade de comunicação de Milena, um dos objetivos terapêuticos iniciais. Essa mudança reflete o princípio rogeriano de que a congruência interna e a expressão autêntica dos sentimentos são facilitadas por uma relação terapêutica de aceitação incondicional e empatia (Rogers, 1957; Rogers, 1961).

A partir desse ponto, Milena relatou uma redução na intensidade dos episódios de tricotilomania, relatando uma significativa evolução na verbalização de suas emoções. Essa progressão sugere que, ao sentir-se ouvida e compreendida, ela pôde acessar novas formas de regulação emocional, substituindo o comportamento compulsivo pelo diálogo. Como Rogers enfatiza, “A boa vida é um processo, não um estado de ser. É uma direção, não um destino” (Rogers, 1980).

### **Trabalhando o Luto e o Desenvolvimento da Autonomia**

Ao longo das sessões, Milena também começou a explorar e refletir sobre o luto pela perda do pai, uma dor que ela identificava como uma fonte de todos os seus problemas. A abordagem centrada na pessoa permitiu que ela confrontasse essas emoções dolorosas de maneira gradual e segura, facilitando a aceitação do luto e a elaboração de novos significados para sua vida sem a presença paterna (Rogers, 1961).

Ao mesmo tempo, foram trabalhados os sentimentos de Milena sobre a imposição da mãe para que a acompanhasse à faculdade, ajudando-a a expressar sua necessidade de tempo para si mesma, reforçando sua autonomia e o respeito às suas próprias necessidades emocionais e sociais. Durante esse processo, discutiu-se o valor da autoaceitação como um catalisador de mudança, conforme Rogers (1961) propôs: “A curiosa paradoxo é que quando eu me aceito como eu sou, então eu mudo.”

### **A experiência de estágio em humanismo: vivências e trajetória**

No início de 2024, ingressei no primeiro estágio da prática clínica, sob a ótica humanista, com um supervisor que pacientemente acolhia cada um dos meus processos de sentir, com generosidade e sensibilidade, e ouvia como se o tempo não fosse um problema. Ele validava cada angústia, cada lágrima, e lembro-me de pensar que aquilo era parte do meu “tornar-se psicoterapeuta”, era o meu amadurecer, e que o sentir seria parte de mim pra todo sempre na prática clínica. Recordo-me bem daquele primeiro

momento ao entrar na clínica, um misto de ansiedade e esperança por enfim estar ali, em contato com a prática, fazendo o que eu tanto sonhara. Havia algo quase sagrado no *setting* terapêutico, e eu tinha consciência que, mais do que uma profissão, eu assumia um papel de cuidado e presença genuína. O que eu não sabia era que, ao longo do caminho, encontraria com uma paciente, a qual darei o nome fictício de Milena, que faria vir à tona toda a minha sensibilidade e me confrontaria com uma experiência tão intensa quanto transformadora.

Milena entrou com um semblante tímido, mas falava sorrindo de seus problemas, era um sorriso nervoso, e sua voz trêmula carregava um desejo silencioso de ser acolhida. Inicialmente, falou sobre a sua queixa principal: o hábito compulsivo de arrancar os cabelos, e que o fazia desde o falecimento prematuro de seu pai, especialmente em momentos de angústia e ansiedade. Mas, eu sentia que não era esse o motivo, ou pelo menos, não era só esse o motivo. A tricotilomania era apenas a ponta de um iceberg emocional profundo, que sustentava algo muito mais forte que viria após a construção de uma relação terapêutica linda e muito genuína. Havia sentimentos reprimidos e dores não expressas. Cada sessão era como acessar camadas de sua dor. Eu estava cada vez mais conectada com aquele sofrimento, almejando acolher suas dores com toda teoria que eu havia estudado, com toda minha empatia, com toda entrega que me era possível oferecer.

Sessão após sessão exploramos novas emoções, Milena começou a falar sobre a relação com sua mãe, uma história marcada por negligências, descasos, decepções e mentiras. Dentre outras coisas, ela descrevia uma mãe ausente, alguém que parecia preferir estar em qualquer outro lugar que não fosse ao seu lado. Após o falecimento de seu pai, a única figura que ela sentia que deveria realmente compreendê-la e amá-la não estava lá, estava ocupada em seus vários conturbados e complicados relacionamentos amorosos, com os quais dividia seus fins de semana, enquanto Milena referia ser “jogada” na casa de familiares, que falavam de forma ofensiva da sua tricotilomania e faziam bullying com sua aparência. A relação com a mãe tornou-se um vazio ainda mais insuportável. Ouvi-la falar de como a mãe passava os finais de semana longe, ignorando até suas mensagens, me fez sentir uma dor que reverberava fundo. Aquela menina que só queria um pouco de amor e atenção, o que parecia, para mim, uma alma que gritava por socorro, e eu me via ali, contida e ao mesmo tempo tomada por uma empatia intensa.

O ápice de nossas sessões foi quando Milena desabou chorando e quase que em um sussurro disse que não precisava de cuidados materiais, presentes ou favores, o que ela desejava era algo muito mais simples e, ao mesmo tempo, essencial: o amor e a presença da sua mãe. Quando ela murmurou, com a voz embargada, “eu só quero a minha mãe”, nesse momento, eu senti uma emoção que quase não consegui conter, aquele choro de desespero me atravessou. Diante de mim, Milena não era mais uma adolescente em sofrimento; ela era um bebê que clamava pelo seio materno, pela segurança primordial de sentir-se acolhida nos braços de quem deveria protegê-la. Aquele instante perpassou a minha alma como uma lança, e eu precisei de toda a minha força para não transbordar em lágrimas.

Refleti eu, como mãe, que esse pedido ressoou em um lugar muito sensível dentro de mim. Pensei em meus filhos, em como o vínculo materno é, para mim, uma das maiores fontes de alegria e realização, mas também como filha preterida, abandonada

emocionalmente que também havia sido, aquilo me atravessava ainda mais forte. A vontade de abraçar Milena foi quase irresistível; era como se meu instinto maternal se misturasse ao meu papel de psicoterapeuta, e por um segundo, desejei poder oferecer a ela a segurança que tanto ansiava. Naquele breve instante, entendi que a minha presença na vida dela era também uma forma de maternidade, de cuidado, e que talvez, de alguma maneira, eu pudesse preencher, mesmo que minimamente, essa lacuna imensa em seu coração.

Preciso acrescentar aqui que na supervisão seguinte li em voz alta uma versão de sentido da sessão que tivera com Milena e o choro me tomou, fui muito aplaudida e bastante acolhida. Por isso, ressalto aqui a importância de o Psicoterapeuta se manter em terapia para compreender as suas demandas.

Cada sessão era uma troca profunda, um exercício de presença e acolhimento, em que eu buscava ser para ela o espaço seguro que ela não encontrava em sua própria casa. A dor de Milena se entrelaçava com a minha empatia, e eu podia ver aos poucos sua melhora conforme ela falava de suas feridas. Entendia o quanto seu desejo pela aceitação e pelo amor materno moldava seus gestos de carinho, que por vezes se traduziam em frieza e grosseria, ela buscava desesperadamente uma forma de ser vista e amada. Em cada palavra que ela compartilhava, eu sentia a responsabilidade de estar ali, de oferecer um olhar acolhedor, que pudesse ajudá-la a construir uma nova imagem de si mesma, mais segura e menos fragmentada.

A abordagem humanista que eu estudava nos livros, especialmente os ensinamentos de Carl Rogers sobre a aceitação incondicional, ganhavam um sentido vivo nas sessões com Milena. Ela era, para mim, um espelho das teorias que tanto lia, uma oportunidade de praticar o que significava realmente amparar alguém sem julgamentos, sem expectativas, apenas oferecendo um amor compassivo e genuíno. Quando ela admitiu a sua necessidade desesperada pelo amor materno, aquilo ressoou em cada princípio da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), e eu me via ali, não só como terapeuta, mas como alguém que, naquele momento, vivia intensamente a prática da empatia e do acolhimento.

Nos meses que passamos juntas, observei Milena evoluir, sua dor parecia diminuir, mesmo que apenas um pouco, a cada sessão. Seu rosto, antes marcado pela angústia, começava a revelar sorrisos genuínos, mesmo que ainda tímidos, e percebi que ela estava construindo novas relações, menos dependentes daquele vazio que carregava. Caminhar ao lado dela foi um processo de aprendizado mútuo; enquanto ela descobria novas formas de lidar com seu sofrimento, eu compreendia, cada vez mais, a profundidade do papel terapêutico e a importância da presença humana incondicional e genuína.

Hoje, carrego comigo as marcas dessa experiência, sabendo que deixei em Milena uma compreensão empática, uma faísca de acolhimento que talvez pudesse iluminar seus dias escuros. E, da mesma forma, ela deixou em mim um aprendizado eterno: de que o amor, mesmo que devesse vir de lugares óbvios como a família, muitas vezes não acontece, mas que a presença de alguém disposto a ouvir e acolher pode fazer toda a diferença.

Milena segue em tratamento, cada vez tendo crises mais espaçadas e cada vez mais consciente do seu processo.

## Conclusão

O tratamento de Milena visa promover a autocompreensão e a expressão saudável dos sentimentos, reduzindo os episódios de tricotilomania e fortalecendo as habilidades de comunicação com a mãe. Trabalhar esses aspectos em um ambiente de aceitação e empatia contribuiu para que Milena alcançasse maior congruência emocional, desenvolvendo uma postura mais autônoma e assertiva. Ao final das sessões descritas, a paciente reportou uma sensação de liberdade e maior abertura para interações sociais e novas experiências, demonstrando um significativo progresso na construção de sua identidade e na superação dos desafios emocionais, conforme os princípios de Carl Rogers.

## REFERÊNCIAS

ROGERS, C. R. Client-centered therapy: its current practice, implications, and theory. Boston: **Houghton Mifflin**, 1951.

ROGERS, C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. **Journal of Consulting Psychology**, v. 21, n. 2, p. 95–103, 1957.

ROGERS, C. R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. **Boston: Houghton Mifflin**, 1961.

ROGERS, C. R. The therapeutic relationship and its impact: a study of psychotherapy with schizophrenics. Madison: **University of Wisconsin Press**, 1967.

ROGERS, C. R. A way of being. Boston: **Houghton Mifflin**, 1980.

## CAPÍTULO 10

# REESCREVENDO A HISTÓRIA: UM NOVO CAPÍTULO DE AMOR-PRÓPRIO NA ADOLESCÊNCIA POR MEIO DA ÓTICA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch10

*Lúcio Kerlon Sousa Frota  
Dhâmaris Fonseca do Amarante*

### Introdução

A adolescência é um período de fortes dificuldades e autodescoberta. Durante este período, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) é um meio particularmente eficaz de ajudar os jovens a desenvolver um sentido mais positivo e saudável de si próprios, o que é essencial para o seu bem-estar psicológico a longo prazo (SILVA, 2020).

A TCC ajuda a descobrir e alterar pensamentos potencialmente prejudiciais à medida que as crianças reformulam suas crenças e visões sobre o mundo e sobre si mesmas. Isto ajuda a construir resiliência emocional, essencial para resistir às perturbações desta fase e incentiva uma adaptação saudável (SANTOS, 2018).

O intuito deste capítulo é examinar como de fato a TCC pode ser uma ferramenta útil para a adolescência, analisando ideias desafiadoras para demonstrar como ela ajuda as pessoas a lidar com os desafios que acompanham este momento de transição e a desenvolver uma autoimagem mais positiva (SILVA, 2020).

### Princípios da Terapia Cognitivo-comportamental e os objetivos centrais da abordagem

Você já se perguntou como nossos pensamentos afetam nossos sentimentos e ações? Esta questão é fortemente trabalhada através da terapia cognitivo-comportamental (TCC), que se distingue pela sua estrutura precisa e objetivos terapêuticos bem definidos. Quando a TCC foi utilizada com Alex, que tinha problemas emocionais difíceis, ficou claro que nossas ideias têm um efeito direto sobre nossos sentimentos e comportamentos (Beck, 2022).

Além de contribuir na alteração das crenças, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) incentiva a aquisição de mecanismos úteis para lidar com o estresse, a ansiedade e a depressão. O bem-estar diário e a autoconfiança de uma pessoa aumentam significativamente quando a reestruturação cognitiva é usada em conjunto com a terapia cognitivo-comportamental (TCC) para substituir ideias distorcidas por visões mais precisas e saudáveis (KNAPP, 2016).

Além disso, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) emprega métodos que incluem resolução de problemas, atenção plena e exposição progressiva para ajudar os

indivíduos a compreender e modificar a conexão entre seus pensamentos e sentimentos. Este método oferece uma forma de tomar decisões mais ponderadas e viver uma vida mais equilibrada, sendo bastante benéfico no tratamento de diversos transtornos mentais (CUNHA, 2018).

## **Fazendo um paralelo entre a teoria e prática no caso de Alex: Principais Objetivos Terapêuticos**

No caso de Alex, o objetivo principal da intervenção foi apoiá-lo na adoção de uma nova perspectiva sobre o amor-próprio e as habilidades práticas de gerenciamento de crises, ao mesmo tempo em que reconhecia e lidava com sua esquizofrenia e transtorno bipolar concomitante. É fundamental saber lidar com seus medos e inseguranças por meio TCC, o que lhe favoreceu no caminho para a autotransformação (Beck, 2022).

O uso da TCC na vida de Alex é descrito em detalhes breves, mas completos abaixo, demonstrando como uma intervenção terapêutica bem planejada pode encorajar melhorias significativas e construtivas. O desenvolvimento emocional e pessoal de Alex exigiu uma terapia centrada em alinhar suas expectativas com seus valores fundamentais (Knapp, 2016).

Este capítulo demonstra a capacidade da TCC em auxiliar os adolescentes na reescrita de sua narrativa, além de examinar a influência dessa técnica em uma situação complexa. Particularmente em momentos tão importantes de transição, a TCC permite que os adolescentes criem uma nova narrativa de amor-próprio e desenvolvimento pessoal (Cunha, 2018).

### **Resumo do caso Alex**

Morando no Ceará com a mãe, Alex, de 17 anos, é estudante do terceiro ano do ensino médio. Empregamos um nome fictício para proteger sua identidade e aderir às normas éticas da Psicologia. Alex foi diagnosticado por um psiquiatra como tendo transtorno bipolar; no entanto, ele também apresenta sinais de esquizofrenia, o que agrava suas lutas cotidianas.

Um círculo vicioso de baixa autoestima, episódios de ansiedade e uma amizade tensa com seu “amigo imaginário” traziam muito sofrimento para si, acompanhada de forte ideação suicida, inclusive já tentou suicídio em outros momentos anteriores a esses atuais atendimentos até aqui relatados.

Esses problemas são reflexo de suas dificuldades em lidar com relacionamentos complexos, isolamento social e crenças rígidas que limitam sua percepção da realidade.

Este capítulo não apenas explora o impacto da TCC em uma situação complexa, mas também revela o potencial dessa abordagem para ajudar adolescentes a reescrever suas histórias. A TCC capacita os jovens a construir uma nova narrativa de amor-próprio e crescimento pessoal, especialmente em momentos de transformação tão significativos (Cunha, 2018).

Para uma melhor compreensão do caso, faz-se necessário o conhecimento sobre a:

**Queixa:** O adolescente possui Transtorno Bipolar Afetivo (TAB) segundo diagnóstico psiquiátrico, com provável comorbidade apresentando sintomas relacionados à esquizofrenia. Além dos diagnósticos citados, o paciente apresenta características diagnósticas como: Crises de “ansiedade”; isolamento social; baixa autoestima; comumente há uma má convivência com o seu “amigo imaginário”, que pela investigação clínica, foi identificado como episódios de alucinações auditivas.

**Demandas:** Além das características descritas acima, o paciente ainda apresenta sentimentos de desmotivação a ir para a escola, rigidez religiosa e muita culpa ao praticar qualquer ato de conotação sexual, negando, assim, ter relações sexuais em seus relacionamentos afetivos resguardando sua virgindade. Fatores históricos importantes como ser abandonado nos seus relacionamentos afetivos anteriores, contribuíram para que o mesmo pudesse se sentir inseguro e traumatizado.

Segundo relatos de familiares, Alex tem propensão a ser agressivo com palavras e demonstração rotineira de mal humor e temperamento bastante explosivo com alta intensidade e frequência.

## **Desenvolvimento do caso e intervenções terapêuticas**

Com base nas análises, foi necessário trabalhar o estabelecimento de limites saudáveis, estratégias de resolução de problemas, reconhecimento e alteração de disfunções cognitivas, para a promoção do bem-estar emocional e redução do estresse. Além disso, foi trabalhado o Planejamento de Crises e Prevenção de Recaídas, para que o paciente pudesse estar um pouco mais bem preparado e confortável em situações estressoras futuras. Na hierarquização do caso, foi pensado em Planos de ação que pudessem auxiliar caso houvesse a possibilidade de acontecer episódios de crise ou início de surto psicótico, impactando em intenso sofrimento psíquico.

### **Objetivos terapêuticos:**

Foi necessário inicialmente coletar maiores informações sobre os transtornos, identificando e monitorando a apresentação de sintomas. Em seguida, foram utilizadas Intervenções Cognitivas, que seguem a esfera da Estruturação Cognitiva e desenvolvimento de habilidades para a Resolução dos Problemas, bem como o planejamento de enfrentamento de ideações suicidas e Prevenção de Recaídas.

Para o manejo do caso, também foram utilizadas Intervenções Comportamentais como Técnicas de Relaxamento e Gerenciamento de Estresse por meio dos exercícios de *Mindfulness* e Respiração Diafragmática; Ativação comportamental, sendo reforçado a participação em Atividades Prazerosas e significativas para combater a anedonia (perda de prazer) e melhorar o humor (Ferreira, 2020); Desenvolvimento e Treinamento de habilidades sociais, Auxiliando o adolescente a desenvolver e melhorar suas habilidades de comunicação e interação social.

Além das tais, também foi assegurado ao paciente o reforço a uma melhor adesão ao tratamento medicamentoso, trabalhando em conjunto com o seu psiquiatra, para respostas significativas positivas de evolução do caso (Gonçalves e Santos, 2021).

## **Planejamento de Caso – Estratégias e Intervenções Utilizadas:**

Inicialmente houve o estabelecimento do vínculo terapêutico, por meio da Descoberta Guiada junto ao paciente. Em seguida, houve o investimento para a verificação de humor do paciente e aceitabilidade incondicional do seu “amigo imaginário”, descritos anteriormente como as alucinações auditivas.

Ademais, durante todas as sessões, foi ofertada uma Audiência não-punitiva, para que Alex pudesse se sentir seguro e confortável no *setting* terapêutico, livres de quaisquer julgamentos. Intervenções como a Psicoeducação, Questionamento Socrático, Técnicas focadas na Compaixão e Técnica do Role Play (“interpretação de papéis”), foram cruciais para a evolução saudável e significativa do paciente.

A cada sessão e contato em supervisão, foram conduzidas por meio da Conceitualização Cognitiva do caso, identificando Cognições Disfuncionais decorrentes dos Transtornos, assim como déficits comportamentais que evocavam respostas desadaptativas no mesmo.

A Reestruturação Cognitiva e a identificação de distorções cognitivas foram de suma importância para identificar padrões que atenuavam o sofrimento psíquico. Estratégias para o desenvolvimento de habilidades para a resolução dos problemas, bem como o treino de Habilidades Sociais foram pensadas a fim de trabalharem características diagnósticas de isolamento e dificuldade relacional.

## **Conceitualização cognitiva: a compreensão do caso em termos cognitivos e comportamentais**

Serão Identificados e classificados os componentes primários da conceitualização cognitiva do cliente Alex com base na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) de Judith Beck, que são: Pensamentos Automáticos; Significados de pensamentos automáticos; Emoções e sentimentos; Crenças centrais e Crenças intermediárias que sustentaram o ciclo de sofrimento psicológico de Alex (Beck, 2022).

### **Pensamentos Automáticos (PA):**

Durante as sessões, foi percebido que emergiram em relato os seguintes PAs:

- “Acredito que outro homem sempre me substituirá nos relacionamentos amorosos.”
- “Acho que eu não conseguiria ter sucesso nos meus futuros relacionamentos”.
- “Quero namorar garotas, mas elas não querem um relacionamento sério comigo.”
- “Estou com medo de que alguém me traia.”
- “Tenho medo de não ser amado, de sentir dor emocional e de que minha parceira se canse de mim”
- “Tenho medo de voltar a ficar triste se eu for abandonado por ela”.

Esses pensamentos automáticos percebidos ao longo da sessão mostram que as ações de Alex eram movidas pela convicção de que ele sempre seria rejeitado, trocado e mal-amado, o que gerava sentimentos de inadequação, solidão e insegurança (Beck, 2022).

## Significados dos Pensamentos Automáticos:

Foi essencial focar em sessão na descoberta de crenças subjacentes. Não obstante, tais crenças são facilitadas pela compreensão dos significados dos pensamentos automáticos (Beck, 2022). É perceptível que em discurso houve a interpretação da inadequação e inferioridade em comparação com outros homens, refletido em “Ser trocado por outro homem”.

Outros significados foram observados como a ideia de não poder ter sucesso num relacionamento diferente, resultando em falta de confiança nas próprias capacidades para manter um relacionamento e uma expectativa de fracasso, como pode ser visto nas seguintes falas: “Por que as meninas não querem namorar sério comigo?” ou “por que sempre sou rejeitado?”. Para o paciente, as mulheres não desejam um relacionamento sério, gerando assim, a sensação de ser desvalorizado e indigno, ou incapaz de manter uma parceria comprometida.

O mesmo também tinha um forte medo de ser traído, antecipando respostas de desilusão e o “adultério” por parte da parceria. O medo de não ser amado é o sentimento de que alguém não merece amor e está emocionalmente vulnerável aos outros.

## Quais as Emoções, Sentimentos e comportamentos que causavam insatisfação e prejuízos emocionais na vida do cliente:

Foi perceptível durante os atendimentos os sentimentos de frustração, medo, sentimento de insuficiência, solidão, falta de atratividade e insegurança.

Diante das Crenças Disfuncionais, foi percebido comportamentos resultantes relacionados a crises de ansiedade; presença de esquiva quando o paciente escutava músicas para se distrair; Choro frequente; Ruminação ao reviver momentos de tristeza relacionados a traições e abandono; Sentimento de insuficiência; Irritação e ira, resultando em comportamentos de socar a parede; e Isolamento social.

## Crenças Intermediárias

Na Conceituação de Caso, foi identificado:

- **Regras/Suposições/Pressupostos:** “Se eu não for perfeito, serei substituído por outra pessoa.”
- **Atitudes:** “Não vale a pena tentar relacionamentos sérios, pois sempre estarei abandonado.”
- **Ação ou comportamento:** “Isolar-me para evitar a dor do abandono”.

## Crenças Centrais ou Nucleares

Nas identificações Cognitivas do caso foram percebidas uma tríade cognitiva disfuncional, refletindo assim em maneiras irrealistas de compreensão de si, dos outros e do mundo, e do futuro. As mesmas se apresentaram desde a mais presente para a menos presente na sequência, como demonstradas a seguir:

- **Desamparo:** “Sempre serei traído e abandonado”.
- **Desamor:** “Não sou digno de ser amado”.
- **Desvalorização:** “Não tenho atrativos para agradar uma mulher.”

### **Resumo da Conceitualização Cognitiva**

Alex possui pensamentos automáticos centrados na crença de que sempre será trocado, rejeitado e mal-amado, o que gera emoções intensas de frustração, insuficiência, solidão, medo e insegurança. A reestruturação das crenças centrais é um passo essencial para promover um senso de valor próprio e autoeficácia (BECK, 2022).

Comportamentos desadaptativos, ataques de ansiedade, isolamento social e repetição de experiências deprimentes, são causados por esses pensamentos e sentimentos. Comportamentos desadaptativos, como crises de choro, ataques de ansiedade e distanciamento social, foram provocados por esses pensamentos e sentimentos (CAMPOS E SILVA, 2019).

### **E como a TCC pode ser compreendida para o auxílio do caso?**

A TCC ajuda os clientes a compreender seus processos cognitivos, ajudando-os a identificar pensamentos automáticos (Beck, 2022). Para promover um sentimento de autoestima e autoeficácia, estas crenças fundamentais tiveram que ser reestruturadas (Gonçalves e Santos, 2021).

Suas crenças centrais de inutilidade, falta de amor e desamparo, juntamente com crenças intermediárias relacionadas, alimentam um ciclo vicioso de pensamentos, sentimentos e ações negativas que o mantêm em um estado de angústia psicológica. Mudanças significativas na forma como as pessoas veem a si mesmas e aos seus relacionamentos podem ser facilitadas por intervenções centradas em crenças intermediárias (Beck, 2022).

A intervenção terapêutica focou-se na modificação de pensamentos automáticos e crenças intermediárias, com o objetivo de facilitar mudanças na percepção de si mesmo e dos relacionamentos (Ferreira, 2020).

A reestruturação de crenças e a reestruturação cognitiva visa substituir crenças nucleares disfuncionais por crenças mais adaptativas (Beck, 2022). O intuito é promover uma visão mais adaptativa e positiva de si mesmo e dos relacionamentos.

### **Conclusão e resolutividade do caso**

A condição de Alex mostrou uma melhora significativa ao longo do tratamento. Apesar de tímido e solitário no começo, ele conseguiu fazer amigos, ter um relacionamento romântico gratificante e lidar com sua vida sexual sem culpa e de forma saudável, além disso, o paciente teve um declínio em seu temperamento agressivo, conseguindo assim se relacionar melhor com sua família.

Em sessões específicas com a genitora do paciente, em especial, na devolutiva a mesma trouxe em relato que acreditava que seu filho estava “curado”, pois ele ficou mais

estável emocionalmente, como jamais esteve antes em sua vida. Diante disso, foi elucidado ainda mais sobre a importância de aceitação das características diagnósticas e possíveis eventos críticos futuros de seu filho.

Nessa ocasião, foi realizada uma psicoeducação cautelosa e compadecida sobre a conscientização de que os tais transtornos psicológicos que acompanham a vida do paciente/filho são desafiadores e causam sofrimento aos seus portadores e familiares próximos, apesar de que, no caso do mesmo, os sintomas terem amenizados, contudo, até a presente literatura não há registro de “cura”. No momento do processo de conscientização com a mãe do paciente, houve também a promoção da esperança e a conscientização de quando o transtorno for bem tratado, somando apoio familiar, acompanhamento de um profissional da saúde mental (psiquiatra) competente em relação a adesão dos medicamentos e psicoterapia faz total diferença para a evolução do caso.

É válido destacar que, nas duas últimas sessões, o cliente expressou dúvidas sobre a real existência de seu “amigo imaginário”. Ele começou a questionar se este não seria apenas uma criação de sua mente. Segundo discurso do cliente, esse reconhecimento trouxe um alívio significativo, já que deseja se distanciar do “amigo” que frequentemente o deixa confuso e chateado.

Ao considerar a possibilidade de que o “amigo imaginário” possa não ser real, ele sente um peso menor, o que indica um progresso na sua capacidade de lidar com suas inquietações internas.

Outras evoluções consideráveis foram percebidas no paciente, como: o declínio significativo de seu temperamento explosivo em intensidade e frequência; não tendo mais nenhuma tentativa de suicídio durante esse semestre e segundo sua fala em sessão não sente mais vontade de deixar de viver, ao contrário, sente esperança e mais autoconfiança, experimentando uma melhor qualidade de vida pessoal. Foram realizados 10 atendimentos, com apenas uma falta justificada por atestado médico.

Para finalizar os acompanhamentos, foi recomendado que Alex ainda precisa estar em psicoterapia constante para continuar nesse processo de melhoria contínua, a fim de uma melhor convivência com suas comorbidades e o bem-estar geral (Beck, 2022). Foi realizado o encaminhamento para a Avaliação Psicológica para que este pudesse fazer a realização de testes psicológicos para o diagnóstico adequado e melhor condução ao tratamento, bem como acompanhamento psiquiátrico e neurológico para que esta pudesse continuar aderindo ao tratamento medicamentoso pelos profissionais qualificados de saúde dessa área.

Com o direito de inserir uma vírgula e reticências ao invés de um ponto final em sua vida, esse adolescente refaz sua trajetória de amor-próprio na adolescência, reescrevendo assim, sua própria história.

## REFERÊNCIAS

- BECK, J. S. **Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática**. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.
- CAMPOS, M. C.; SILVA, R. M. **Intervenções Cognitivo-Comportamentais em Transtornos de Humor**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2019.
- CUNHA, J. **Psicoterapia Cognitivo-Comportamental na Prática Clínica**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2018.
- FERREIRA, R. J. **Psicopatologia e Transtornos Mentais na Adolescência**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2020.
- GONÇALVES, J. P.; SANTOS, E. A. **Psicologia da Adolescência: Teoria e Prática**. 2ª ed. São Paulo: Pearson, 2021.
- KNAPP, Paulo. **Fundamentos da Terapia Cognitivo-Comportamental**. São Paulo: Roca, 2016.
- SANTOS, João. **Terapia Cognitivo-Comportamental na Adolescência**. São Paulo: Editora Saúde Mental, 2018.
- SOUZA, A. L. **Psicologia e Saúde Mental: Abordagens Clínicas e Terapêuticas**. Salvador: EDUFBA, 2020.
- SILVA, Maria. **Desenvolvimento Psicológico e Terapia Cognitivo-Comportamental**. Rio de Janeiro: Editora Psicologia, 2020.
- SILVA, M. R. **Terapia Cognitivo-Comportamental na Adolescência: Teoria e Prática**. São Paulo: Editora Brasileira de Psicologia, 2020.

## CAPÍTULO 11

# CASO GERSON: POSSIBILIDADES DE ALÍVIO DOS SINTOMAS DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADO PELA ÓTICA DA TERAPIA COGNITIVA-COMPORTAMENTAL

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch11

*Sara Soares Bezerra Moraes  
Dhâmaris Fonseca do Amarante*

### Introdução

A Terapia Cognitivo-Comportamental surgiu nas décadas de 1960 e 1970, desenvolvida por Aaron Beck, a qual ganhou origem de “terapia cognitiva”, sinônimo da abreviação (TCC). Essa abordagem deve-se às pesquisas feitas por Beck, com pacientes deprimidos, através da psicoterapia de curta duração voltada para o presente (Beck, 2022). A TCC, derivada do modelo de Beck, é baseada em evidências, dentro de uma estrutura cognitiva.

É uma abordagem diretiva, objetiva, focada no aqui-agora, de tempo limitado e baseada no método científico. Adota o modelo cognitivo qual parte da hipótese de que as emoções, os comportamentos e a fisiologia de uma pessoa são influenciados pelas percepções que ela tem dos eventos.

De acordo com Beck (2022), todos os transtornos psicológicos são comuns ao modelo cognitivo que propõe a relação entre o pensamento disfuncional (que influencia o humor e o comportamento do cliente). Para que haja um decréscimo na emoção negativa é necessário um aprendizado para avaliar os pensamentos de forma mais realista e adaptativa.

A TCC, é a terapia mais praticada no mundo. Ainda de acordo com Beck (2022), essa abordagem tem sido testada e cada vez mais sendo ampliada em todo o mundo. A eficácia dessa abordagem tem sido comprovada em diversos transtornos psiquiátricos, problemas psicológicos e problemas médicos com componentes psicológicos. Até 2022, mais de 2.000 estudos tiveram essa comprovação.

Segundo, Ponciano (2013), a Terapia Cognitivo-Comportamental, se atenta às cognições que geram ansiedade ou depressão provenientes de crenças disfuncionais. A modificação dessas crenças resultará em melhorias. Seu principal fundamento é mudar como as pessoas pensam, validando as emoções como resultado da interação entre os eventos nos ambientes e as crenças e as expectativas que temos. Ressaltando que algumas crenças são demasiadamente irrealistas e rígidas, como exemplo de uma crença disfuncional de que “todos devem gostar de mim”.

Através do processo terapêutico, o cliente encontra-se envolvido, ele aprende a modificar essa crença de modo mais real e saudável, passando a pensar: “Eu gosto que as pessoas gostem de mim, mas percebo que nem todo mundo vai gostar” (Ponciano, 2013).

Entretanto é importante ressaltar que a Terapia Cognitiva Comportamental trabalha sempre de forma colaborativa paciente e terapeuta e as técnicas/recursos utilizados visam facilitar os processos durante os atendimentos e que o uso das técnicas em terapia não é reduzir o ser humano a uma concepção de realidade e sim instrumentar o processo terapêutico, cabendo ao terapeuta selecionar de forma assertiva a o uso das intervenções, exigindo-se para isso uma postura cautelosa.

Afirma Beck (2022), que é fundamental que o terapeuta cognitivo comportamental planeje o tratamento da sessão antes que o paciente entre em seu consultório, examinando a demanda, e estabeleça objetivos terapêuticos.

Como caracteriza Beck (2022), a Terapia Cognitivo-Comportamental se divide em três etapas importantes: a sessão de avaliação que tem como objetivo coletar dados ou informações para o levantamento de uma hipótese diagnóstica e construção de um plano de tratamento. A sessão terapêutica que é a aplicação desse plano de tratamento intervindo nas demandas apresentadas pelo paciente e as sessões de prevenção de recaída que introduz no término e na alta do paciente.

Também é importante ressaltar que as cognições, tanto as adaptativas quanto as desadaptativas, transcorrem em três níveis. Os pensamentos automáticos, as crenças intermediárias e as crenças nucleares, por sua vez, essas últimas são compreensões duradouras e profundas. Desenvolvidas desde a infância, são determinadas ideias sobre si mesmas, sobre as outras pessoas e sobre o mundo. Tais crenças, podem ser de caráter adaptativas ou negativas disfuncionais (Beck, 2022).

Afirma Ponciano (2013), que a percepção da pessoa perante tais crenças, podem distorcer ou enviesada da realidade, ditando seu comportamento, emoções e humores alterando a forma como elas percebem o mundo, interferindo nas relações com as pessoas e também como vão significar suas experiências.

O caso clínico escolhido para detalhar sobre o processo terapêutico foi do Gerson Sousa, sexo masculino, 28 anos e residente da cidade de Fortaleza. Para ser relatado com maior clareza sua demanda, técnicas utilizadas e evolução do caso, serão descritas a seguir. Aspectos como nome, idade, sexo e residência são de ordem fictícias para preservação da identidade do paciente.

## **Questões necessárias sobre o transtorno de ansiedade generalizado (TAG)**

E o que vem a ser ansiedade? Pode ser uma reação normal a estímulos de desordem ou que intimide as pessoas. Clark e Beck (2014), mencionam os sintomas físicos advindos desse transtorno, como taquicardia, aumento da frequência respiratória, alterações de pressão arterial etc, e também com sintomas psicológicos, como apreensão, desconforto, medos diversos etc.

Ainda de acordo com Clark e Beck (2014), que o medo e a ansiedade caminham juntas, no enigmático mecanismo de sobrevivência e auto proteção do ser humano. Por ser um estado emocional inerente à espécie humana, todos nós sentimos ansiedade, em

situações como, por exemplo, a expectativa de algo que possa vir a dar errado, ou a preparação para uma entrevista de emprego.

Nada mais normal do que sentir medo frente ao perigo ou ansiedade frente a incertezas. São reações emocionais importantes para nós seres humanos que, dessa maneira, nos preparamos para lidar melhor com essas condições.

Segundo, Silva Beatriz (2017), sugere que uma investigação cautelosa seja realizada quando, sentimentos e comportamentos disfuncionais, possam vir a prejudicar a vida de uma pessoa, como o medo, ansiedade e/ou preocupação muito fortes, isolamento, fuga ou evitação, são fortes indícios de um transtorno de ansiedade.

De acordo com o DSM-IV-TR, há diferenças entre os diferentes tipos de transtornos de ansiedade, são compostos por 13 tipos diferentes, e dentre eles está o (TAG) Transtorno de Ansiedade Generalizada. O (TAG), representa um dos quadros de doença mental mais comuns e estados emocionais mais complexos.

Segundo o DSM-5-TR, a característica essencial do transtorno de ansiedade generalizada é uma ansiedade ou preocupação excessiva (expectativa apreensiva), que ocorre quase todos os dias durante pelo menos 6 meses, acerca de diversos eventos ou atividades.

## **Identificação do caso**

### **Caso clínico:**

Gilvan Santos, 28 anos, sexo masculino, solteiro reside na cidade de Fortaleza-Ce.

### **Como tudo começou:**

Gilvan relatou ter tido sua primeira crise de ansiedade há 09 anos atrás, estava na academia quando sentiu taquicardia, sudorese, dificuldade de respirar e sensação de desmaio, desde então deixou de frequentar a academia. Essa situação o fez buscar um médico clínico geral, que após ter sido feita uma investigação através de exames de sangue, Raio X, o médico encaminhou para um cardiologista, continuado as investigações foi constatado que estava tudo bem com o coração. Conclusão médica, crises de ansiedade.

Como caracteriza Silva Beatriz (2017), a maioria dos portadores de TAG fazem uma verdadeira peregrinação até chegarem a um diagnóstico definitivo, visitam vários especialistas, como clínicos gerais, cardiologistas e neurologistas. Isso acontece pelo fato que a TAG apresenta vários sintomas físicos além dos psíquicos.

Não demorou muito para Gilvan retornar ao clínico geral, agora com queixas agregadas as anteriores, perturbações do sono: insônia, acordava no meio da noite, sentia ondas de calor ou calafrios. Além da medicação para o controle da ansiedade foi sugerido pelo médico a busca pela psicoterapia. O paciente por algum tempo fez uso da medicação sugerida, mas por conta própria suspendeu, e no mesmo período buscou o serviço de psicoterapia no SPA da UniAteneu.

De acordo, com a ABRATA (Associação Brasileira de Familiares, Amigos e Portadores de Transtornos Afetivos), apesar de que a base essencial para o tratamento dos transtornos ansiosos é a psicoterapia, a melhor estratégia permanece em associar (psicoterapia com farmacoterapia). O objetivo dessa junção para lidar com a ansiedade, é obter habilidades psicológicas, aliada à facilitação que ocorre com a ação dos fármacos, diminuindo a intensidade dos sintomas ansiosos em um curto período de tempo, trazendo mais alívio e qualidade de vida junto a psicoterapia.

### **Buscando a psicoterapia:**

O cliente G.S. de 28 anos, buscou o serviço do SPA, em novembro de 2023, o qual deu início com o Plantão Psicológico, visando que seus sintomas físicos e psíquicos se mantinham em evidências, foi necessário o encaminhamento para a psicoterapia, que teve início em fevereiro de 2024.

### **Dados Relevantes da história de vida:**

Gilvan, é filho único, morou parte da infância com a avó materna, aos 10 anos voltou a morar com a mãe. É pai de uma menina de 3 anos. Conheceu seu pai a cerca de dez anos atrás, mas não manteve contato. Durante a infância relatou ser muito tímido com dificuldades de fazer amigos, situação que permanece até hoje e que o incomoda muito. Há cerca de cinco anos Gilvan junto com sua mãe e seu padrasto que moravam no estado de São Paulo retornaram a morar em Fortaleza, relata se dar bem com o padrasto.

Relata que a primeira crise, veio há 9 anos atrás, quando se encontrava em atividade em uma academia sentiu dificuldade para respirar, taquicardia, sudorese e sensação de desmaio, motivo que o fez deixar de frequentar e realizar atividades físicas. Após essa primeira crise vieram outras, que passaram a acontecer em vários cenários do seu cotidiano. No mesmo período enfrentou o processo de câncer de sua mãe, o término de um relacionamento e o desemprego. Há cerca de um ano e meio seu melhor amigo faleceu, o que lhe causou muito sofrimento, passou um tempo sem conseguir sair de casa. Com a melhora da mãe foi conseguindo aos poucos sair de casa, há cinco anos conseguiu um trabalho, mas relata que ter que falar em público nas reuniões, lhe causava crises de ansiedade. Relata se sentir incapaz por não conseguir voltar para academia, pois teme passar pela mesma crise.

Ao retornar a Psicoterapia em fevereiro de 2024, trouxe como queixa o relacionamento conturbado com a namorada, relatando não conseguir falar o que pensava ou o que o incomodava para não a deixar chateada, preferindo omitir suas razões, evitando assim, uma discussão. Porém situações como essa estava sendo cada vez mais frequente, como consequência, lhe causando insônia, e pensamentos intrusivos.

### **Relatos de Gilvan, 28 anos, descreve bem o desconforto gerado pela TAG, no decorrer das sessões:**

“A sensação de medo e insegurança me persegue desde quando tive a primeira crise de ansiedade na academia. De lá pra cá tudo é motivo de aflição: reunião de planejamento do trabalho, o encontro com a namorada, será que vai terminar em outra discussão? Não consigo me comunicar bem com as pessoas, sempre fui tímido e isso me

causa um desconforto, gostaria de fazer mais amigos... Me sinto como se fosse um saco de pancadas, minha namorada sempre reverte a situação a seu favor, não falo o que penso sobre o que me incomoda, e isso me causa cada vez mais ansiedade, fico sem dormir, tenho pensamentos intrusos, meu coração acelera, nada disso me faz bem, acordo péssimo no dia seguinte, cansado, fadigado”.

“Não consigo mais ver noticiários em telejornais, parece que me perseguem notícias de jovens que sofreram algum tipo de acidente em academias, penso logo: “Se eu for, será que vou morrer, será que vou passar mal de novo”? Me sinto incapaz de retornar para academia. Quando penso em tudo que posso voltar a sentir, quero voltar logo para minha casa e ficar no meu quarto... Eu só gostaria de voltar a ser uma “pessoa normal”, como eu era antes... No meu trabalho por exemplo, não consigo finalizar minhas demandas diárias, sempre fica para o dia seguinte e vai se acumulando, é muita coisa para fazer, penso logo: “é muita coisa, não vou conseguir concluir”. Minha vida social, quase não tenho, pois fico apreensivo, o coração acelera, não me sinto bem, às vezes até sinto falta de ar em locais que tem muita gente”.

## **Evolução do caso:**

### **Pensamentos automáticos**

No decorrer do processo terapêutico, o paciente foi apresentado várias situações, sendo possível identificar seus pensamentos automáticos, representados a seguir:

Situação (A), voltar para academia foi o motivo principal que o fez buscar a terapia, mas logo vinham pensamentos catastróficos em forma de imagens e/ou verbalmente: “Será que vou passar mal? “Se eu for será que vou morrer”?

Situação (B), repositor de mercadorias em várias lojas. Por não conseguir concluir sua carga horária de trabalho em uma loja específica, por conta dos sintomas de ansiedade saia mais cedo, e sempre ficava demandas para o dia seguinte atrapalhando sua rotina em outras lojas no dia seguinte causando uma bola de neve. Pensamento automático (dicotômico): “É muita coisa pra fazer, se não terminar hoje será mesmo que não tenha feito nada...”

Situação (C): Gilvan não estava mais conseguindo frequentar locais públicos, barzinhos por exemplos, era um lazer que gostava muito de fazer antes das crises de ansiedade. Pensamentos automáticos: “Vai ter muita gente, será que vou conseguir permanecer no local? Melhor não arriscar... Perante a situação, seu relacionamento estava entrando em crise, pela monotonia e a falta de diálogo em propor melhorias ou assuntos que o incomodava no relacionamento.

Diante das queixas citadas, foram utilizados como plano de ação, técnicas para identificar e avaliar pensamentos automáticos. Os pensamentos automáticos que o indivíduo tem, são esses de fácil acesso e que vem sem ser controlados, simplesmente vem diante uma determinada situação e dizem respeito a cognições ocorridas rapidamente na mente referentes aos acontecimentos ou os eventos.

O modelo cognitivo, diz respeito a pensamentos que influenciam emoções e comportamentos, e se apresenta comum a todos os transtornos psicológicos. Tornam-se disfuncionais quando a interpretação das experiências interfere e afeta significativamente o comportamento do indivíduo (Beck, 2022).

### **Habilidades Sociais e Assertividade**

O cliente trouxe demandas de habilidades sociais com objetivo de ser mais assertivo em seus relacionamentos sociais e amorosos. Em situação (D), Gilvan apresentou um extremo desconforto em não conseguir se manter em conversas com colegas de trabalho, de fazer contato visual e o desejo de fuga, todas as vezes que teria que fazer alguma apresentação de seu trabalho nas reuniões mensais. Já na Situação(E), relatou sentir-se ansioso por não ser assertivo em suas palavras com sua namorada, Sintomas como sudorese, falta de ar, insônia ondas de calor ou calafrios e fadiga eram comuns a essas situações Recursos utilizados: Curtograma, Cartas de habilidades sociais, Análise de Vantagens e Desvantagens (Balança Cognitiva), Exposição gradual, Técnicas de Solução de Problemas.

### **Finalização do Caso:**

Também é importante ressaltar que as cognições, tanto as adaptativas quanto as desadaptativas, transcorrem em três níveis. Os pensamentos automáticos, as crenças intermediárias e as crenças nucleares, por sua vez, essas últimas são compreensões duradouras e profundas. Desenvolvidas desde a infância, são determinadas ideias sobre si mesmas, sobre as outras pessoas e sobre o mundo. Tais crenças, podem ser de caráter adaptativas ou negativas disfuncionais (Beck, 2022).

Diante do trabalho desenvolvido, foi possível acessar as crenças centrais disfuncionais e através do processo terapêutico foi guiado e estruturado segundo a proposta por Beck (2022), através do seguinte formato: atualização do estado do cliente, revisão das tarefas de casa, verificação do humor, psicoeducação, intervenção com o problema apresentado pelo paciente, resumo, plano de ação e feedback, com duração de 50 minutos.

Perante os casos apresentados no bloco dos pensamentos automáticos, através dos recursos aderidos pelo cliente, foi possível acompanhar o progresso e cada demanda apresentada. Para voltar à academia, Gilvan foi fazendo uma exposição gradual através de caminhadas diárias na companhia de um amigo, aos poucos foi conseguindo ir sozinho. Quando necessário fazia o RPD, questionando as evidências de seus pensamentos automáticos, e realizando a técnica de relaxamento.

Diante a sobrecarga de trabalho, realizou a balança cognitiva priorizando ficar mais tempo em uma das lojas que apresentava mais demandas de reposição. Questionando as evidências dos seus pensamentos, identificando as distorções cognitivas e através da exposição gradual, foi realizando a cada dia uma hora a mais de trabalho até conseguir completar a carga horária dessa loja específica. Gilvan, incluiu durante suas tardes de trabalho, um horário para fazer um lanche, pois, identificamos que alguns sintomas, como vazio no estômago e mal-estar, não eram consequências da ansiedade, mas sim por passar muitas horas de estômago vazio após o almoço.

Diante da queixa de frequentar barzinhos, locais públicos, Gilvan foi tentando conversas assertivas com sua namorada, solicitando apoio e compreensão sobre seu esforço e limitações. Aos poucos ele foi se propondo colocar em prática a técnica de resolução de problemas, fazendo um planejamento antes de sair de casa, vendo em qual local e horário para chegar, pois assim, teria a opção de escolher em qual ambiente deste, seria mais confortável, evitando assim uma possível reação sintomática da TAG, como a falta de ar.

E durante as sessões íamos validando as suas pequenas conquistas, que de início, não as reconhecia, pois seus pensamentos dicotômicos de tudo ou nada os impedia de reconhecer seu progresso. Há essa altura Gilvan foi conseguindo voltar a um de seus hobbies, sair para barzinhos, manter suas caminhadas na manutenção de seu objetivo em retornar para a academia. A loja já não era mais problema. Através da prática do RPD, foi conseguindo identificar suas distorções cognitivas, mudando sua forma de pensar, sentir e agir.

Sobre as últimas demandas trazidas pelo cliente: de habilidades sociais e assertividade, também conseguimos evoluções gradativas. Através do treino de habilidades sociais, treino de assertividade através da técnica da dramatização (role-play), é uma técnica que evidencia os pensamentos automáticos, apresenta respostas adaptativas e modificam crenças intermediárias e nucleares. Gilvan, foi adquirindo mais autoconfiança em suas relações sociais e amorosas, uma vez que, passando a se expressar de uma forma mais assertiva com sua namorada, percebeu que o fato dela se chatear ou iniciar uma DR, proferia mais sobre ela do que sobre ele.

Nas últimas sessões trabalhamos a prevenção de recaídas, que tem como objetivo, ensinar habilidades para que o cliente possa praticar durante toda a vida para reduzir ou prevenir recaídas. Proporcionando mudanças no seu humor decorrentes das mudanças no seu pensar e no seu comportamento.

## Conclusão

Através da aliança terapêutica, fortalecida a cada sessão com acolhimento, escuta ativa, colaboração e motivação de Gilvan, foi sendo possível as realizações dos planos de ação, em prol dos objetivos traçados para um melhor funcionamento do cliente diante das queixas relatadas, (ansiedade, habilidades sociais e assertividade).

Atualmente, através do autoconhecimento, seus pequenos progressos foram sendo enxergados como grandes conquistas, e hoje, o que diz mais sobre ele, é o ser CAPAZ: capaz de lidar com gatilhos e eventos estressores, e não mais se ver como sua ansiedade. Capaz de ser mais comunicativo, mesmo se considerando uma pessoa tímida, capaz de ser assertivo, mesmo que cause algum desconforto, pois compreendeu que, o que não está sob seu controle, é algo que pode dizer mais sobre o outro do que a si mesmo e dentre outras capacidades vivenciadas a capacidade de aceitar sem frustração, a necessidade em dar um passo atrás quando necessário e retomar esse mesmo passo quando possível for.

As técnicas utilizadas em todo o processo terapêutico foram: Psicoeducação, Registro de pensamentos (RPD), Exame de Evidências, Análise de Vantagens e Desvantagens (Balança Cognitiva), Questionamento Socrático, Escada cognitiva, Técnica de Solução de Problemas, Técnicas de Relaxamento e Role-play, foram consideráveis para finalizarmos as últimas sessões, com as prevenções de recaídas.

Foi essa relação entre teoria e prática onde uma explicação foi formada, a partir da integração de aspectos físicos, psicológicos e sociais que nortearam as intervenções. Na qual, foi possível reformular elementos novos ou mal compreendidos, auxiliando o cliente a sentir-se com maior controle, aumentando sua autoeficácia e diminuindo a ansiedade.

## Referências

BECK, J. S et al. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3.ed. Porto Alegre: **Artmed**, 2022.

PONCIANO, J.R. Teorias e Técnicas Psicoterápicas, São Paulo, **Ed. Summus**. 2013.

CLARK, David A.; BECK Aron. Vencendo a Ansiedade e a Preocupação: Com a terapia cognitivo-comportamental 2.ed. Porto Alegre: **Artmed**, 2014.

SILVA BARBOSA, Beatriz Ana. Mentis ansiosas: O medo e a ansiedade nossos de cada dia. 2.ed. São Paulo: **Principium**, 2017.

## CAPÍTULO 12

# CASO SUZANA: UMA COMPREENSÃO SOBRE A AUTOIMAGEM FEMININA, ENVELHECIMENTO E TERAPIA COGNITIVA-COMPORTAMENTAL

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch12

*Larissa Sibeles Maciel da Costa  
Dhâmaris Fonseca do Amarante*

### Introdução

Aaron Beck desenvolveu a Terapia Cognitiva com um olhar voltado inicialmente para depressão, mas após perceber que muitos relatos dos clientes circundavam em torno de suas cognições mais disfuncionais, ele resolveu se aprofundar e pesquisa quais os efeitos que esses pensamentos automáticos causavam na vida dos indivíduos. Após anos de pesquisas, foi desenvolvida a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), com outros teóricos foi possível abranger a abordagem para os mais diversos públicos e transtornos. Com as adaptações, foi possível modificar o foco, as técnicas e o tempo de tratamento, passando de uma psicoterapia breve para uma psicoterapia de longa duração, porém os pressupostos e embasamento teórico se mantiveram da Terapia Cognitiva de Aaron Beck (Beck, 2022).

Nas últimas atualizações da TCC, Judith Beck, filha de Beck, trouxe um olhar diferente dos apresentados anteriormente nos últimos escritos da abordagem. Foi apresentada a Terapia Cognitiva Orientada para a Recuperação (CTR), sendo como um complemento para a TCC tradicional. A CTR tem como foco principal os pontos fortes, a qualidade, as habilidades e os recursos de cada cliente. Mantenha-se a conceitualização como base principal da abordagem, porém passou-se a fazer conceitualização também as crenças adaptativas (Beck, 2022).

Dentro dos principais aportes que norteiam a Terapia Cognitiva-comportamental, existem 14 princípios que devem ser utilizados como base no desenvolvimento da intervenção com cada cliente, são eles:

1. Os planos de tratamento na TCC devem ser baseados em uma conceitualização cognitiva contínua e sempre em desenvolvimento,
2. A TCC necessita que exista uma aliança terapêutica sólida,
3. A TCC deve sempre monitorar o progresso do cliente,
4. A TCC deve se adequar e ser adaptada ao tratamento de cada cliente,
5. A TCC deve enfatizar o positivo,
6. A TCC enfatiza a colaboração e a participação ativa,
7. A TCC é aspiracional, baseada em valores e orientada para os objetivos,
8. A TCC inicialmente enfatiza o presente,
9. A TCC é educativa,
10. A TCC é atenta ao tempo de tratamento,
11. As sessões de TCC são estruturadas,
12. A TCC utiliza a descoberta guiada e ensina o cliente a responder suas cognições disfuncionais,
13. A TCC inclui planos de Ação,
14. A TCC utiliza uma variedade de técnicas para mudar o pensamento, o humor e o comportamento (Beck, 2022).

Como princípio central da TCC se tem a Conceitualização Cognitiva que direcionando a condução clínica dos casos atendidos. Essa ferramenta permite o terapeuta ter um olhar mais assertivos para desenvolver um plano terapêutico específico para cada cliente, pois com esta é possível ter uma compreensão dos seus pontos fortes e fracos, as aspirações e os desafios que podem ser encontrados dentro do percurso de cada indivíduo, fazer planejamentos entre as sessões, fazer escolhas de intervenções e recursos apropriados e superar possíveis bloqueios (Beck, et al., 2022).

A TCC também tem sua estrutura no Modelo Cognitivo, que tem como ideia preceptora de que as emoções, os comportamentos e a fisiologia são impactados pela forma como o indivíduo enxerga as situações (Beck, 2022). “Não é uma situação em si que determina o que as pessoas pensam, sentem e fazem, mas como elas interpretam uma situação” (Beck, et al., 2022, p. 27).

As Crenças e os Pensamentos Automáticos (PA) são partes fundamentais da TCC, pois os observando, torna-se possível ter uma compreensão do modo de funcionamento cognitivo e comportamental dos sujeitos. Identificando-os é possível um monitoramento dos mesmos, tornando também possível avaliar a fidedignidade desses pensamentos. Já as crenças são ideias sobre a compreensão de si, sobre os outros, sobre o mundo e o futuro. As crenças nucleares têm início ainda na infância, elas são apreensões duradouras tão fixas e acentuadas que muitas vezes não são perceptíveis nem para si mesmas. Muitas vezes são consideradas verdades absolutas. É como as coisas são (Beck, 2022).

Há alguns tipos de crenças, são elas as adaptativas, que contêm as crenças de eficiência, amabilidade e de valor. Dentro das crenças negativas disfuncionais, se tem as crenças de desamparo, desamor e desvalor. Dentro de cada crença, há especificações mais completas, como, por exemplo, a crença nuclear de amabilidade, onde o indivíduo se vê razoavelmente afável, agradável, desejável, atraente, querido e interessado. A crença nuclear de desvalor tem as especificações do indivíduo, tem a ideia de ser imoral, moralmente mau, um pecador, desprezível e inaceitável. Existem também as crenças intermediárias que são as atitudes, regras e pressupostos que guiam o indivíduo, mais especificamente são o nível mais fundamental de crenças (Beck, 2022).

## **Caso Clínico**

### **Identificação:**

Suzana, 66 anos, natural de Maranguape-Ce.

### **Chegando à terapia: Descrição da demanda**

A paciente procurou o processo terapêutico por indicação de amigas. As suas queixas são relacionadas a suas habilidades sociais e aceitação do outro. Nos relatos é possível observar demandas ligadas a crenças de Desamparo e Desamor, sendo as crenças de Desamparo ligada aos Pensamentos Automáticos de que todos têm interesse em algo que ela possa proporcionar, desencadeado e fortalecendo a crença de que “todos vão lhe machucar e que as pessoas não estão de acordo com o seu patamar”, refletindo

assim uma dissonância cognitiva. Na crença de Desamor, é possível identificar a crença nuclear de que será certamente rejeitada e abandonada. É perceptível no relato da paciente Crenças Nucleares de eficiência, amabilidade e de valor, de uma forma um tanto confusa, pois a mesma se acha competente, bem-sucedida, útil, agradável, amável, atraente, desejável e tantas outras qualidades, o que desencadeia e fortalece de forma disfuncional a ideia de que o outro nunca estará apto a lhe amar verdadeiramente.

Quando Suzana falava sobre o medo do abandono, esta trazia a ideia de que tal ação reflete porque o outro poderia se sentir mal em ter que agradá-la e conseguir alcançar o seu mesmo nível social e intelectual, porém, em outros momentos, trazia o abandono como algo que já teria lhe acontecido mesmo antes de viver um relacionamento amoroso. A paciente relatava o abandono materno, sendo a mais velha de 6 irmãos e vindo de uma gestação tardia, relatando não se sentir acolhida pela mãe, fazendo com que muitas vezes tivesse que atravessar muitas tormentas sozinha, mesmo a mãe estando sobre o mesmo teto.

Ainda em relato, a paciente trazia que logo cedo, teve que aprender a resolver as questões que se colocavam de forma angustiante em sua vida. Casou-se muito jovem, ainda na adolescência e logo teve seu primeiro filho, durante a mesma relação teve outra gestação dessa vez sendo uma menina. No casamento viveu outro abandono e teve que aprender mais uma vez a enfrentar seus medos, porém, dessa vez se viu como mãe solo de duas crianças que necessitavam de auxílio total.

Suzana conseguiu enfrentar todos os obstáculos que a vida colocava em seu caminho, criou os filhos e se tornou uma mulher bem-sucedida, mas tinha em si o sentimento de não ser capaz de amar e ser amada. E como em todo enfrentamento a vida deixa marcas que se tornaram crenças e pressupostos que a fazem ter pensamentos disfuncionais e inflexibilidade que marcam sua trajetória.

É perceptível tais marcas quando esta trazia em sessão discursos como: “O amor não me encontra, porque todas as minhas amigas têm alguém e eu não?”. Suzana viveu alguns relacionamentos durante a vida, porém acreditava saciar-se de forma rápida dos parceiros tendo bloqueios e pensamentos de que talvez o outro não fosse o suficiente, ao ponto do outro torna-se aversivo para compartilhar de momentos juntos, assim todos os relacionamentos acabavam findando.

Para a compreensão do padrão de comportamento disfuncional de Suzana, é identificado conceitos de “Dispositivo Amoroso”, “Dispositivo Materno” e a analogia da “Prateleira do Amor”, preconizados pela autora Valeska Zanella (2022), dentro do dispositivo amoroso a subjetivação da mulher consigo mesmo através da aceitação por parte da visão de um homem, onde sua autoestima é construída e validada pela possibilidade de ser escolhida. A busca pela beleza ideal se torna um duelo consigo e com o outro, no qual essa busca pelo padrão estático é uma forma de ser bem-vista dentro das prateleiras e não ficar “encalhada ou para a titia”, ou seja, ser trocada. Já no dispositivo materno, a mulher tem a função de cuidadora, independente da sua idade, no qual os papéis de gênero são reforçados culturalmente desde a infância nos jogos e brincadeiras.

Diante disso, foi percebido que a paciente voltava à prateleira em busca de outro alguém que gostasse das mesmas coisas que ela e que não apresentasse defeitos que

pudessem atrapalhar o relacionamento. Os defeitos poderiam ser a idade, afetividade, eventos da vida, relatados como: “novo demais... velho demais... amoroso demais... passava muito tempo falando sobre a mãe... não tinham propósito de vida...”. Em um dos relacionamentos que viveu com um rapaz com diferença de 10 anos de sua idade, sendo ele mais jovem, optou pelo fim quando percebeu que poderia vir a falecer e deixa-lo muito cedo, porém a vida pregou-lhe uma peça e meses após o fim da relação o rapaz veio a falecer prematuramente.

Apesar de ter um julgamento do outro bem explícito, era possível perceber o medo de ser julgada, o temor sobre o olhar do outro impactava diretamente em sua vida em todos os âmbitos. Na família gerenciava a vida do filho mais velho com medo do que os outros poderiam falar sobre o mesmo, já com a filha existia uma disputa e um ressentimento sobre a relação das duas. A paciente pontuava que a filha frequentemente lhe tratava com desdenha e apatia, durante as sessões foi trabalhada a resolução de problemas com foco no seio familiar. Em uma das intervenções a paciente relatou dominar a vida do primogênito como forma de auxiliar a própria. Com a identificação de cognições disfuncionais resultantes dos tais padrões, assim como o auxílio da autorreflexão, a mesma flexibilizou a regra de “ter que estar à frente do filho resolvendo todas as situações que aconteciam em sua vida”.

## **Temas Centrais do Caso em Conjunto à TCC**

### **Comparações e pensamentos do tipo tudo ou nada**

Em diversos momentos, a paciente trazia a comparação do outro para medir o amor que o outro conquistava, mas ela não conseguia. Tinha constantemente pensamentos de tudo ou nada e adivinhações em relação ao outro. Quando se permitia conhecer novas pessoas ou passar por novas situações, como saídas com amigos ou família, criava em sua mente a cognição de que estava sendo convidada por pena ou porque aquele alguém queria alguma coisa que ela poderia oferecer. Durante as sessões foram buscadas evidências que refutassem ou conformassem o interesse do outro sobre a sua presença. A paciente citou situações em que flexibilizou a crença de desamparo se percebendo que poderia ter algo a oferecer e que não necessariamente precisava ser algo relacionado ao valor financeiro e que as pessoas seriam capazes de gostar da sua presença por sua alegria e o jeito divertido de ver a vida.

### **O medo da velhice atrelado à morte e as comparações**

Cremes e mais cremes fazem parte da busca pela juventude, algumas agulhadas e mais e mais comparações com o corpo jovem que habita o mesmo lar. Todos esses comportamentos eram formas de se esquivar de um cenário fatídico do envelhecimento e do temor de morrer. Esse cenário para a paciente era visto de maneira intensamente catastrófica.

### **O medo da gravidade é constante**

A paciente trazia a comparação com a filha e pontuava a inveja que sentia pelo físico e o casamento que a mesma cultivava. O amor era visto como desejado, bem “instagramável” e em felicidade plena. Isso era desconfortante e desafiante para uma boa relação entre as duas. Mas quando houve um aprofundando em suas crenças era possível

enxergar a disputa feminina acirrada com todas as mulheres que coabitavam em sua vida, entendo que os processos que envolvem a cultura e história no dinamismo social machista e patriarcal influenciaram diretamente a visão da paciente. Essas comparações causavam angústia e afastamento de amigas e das mulheres de sua família, bem como de amigas. A mesma enfatizava que amizade com homens eram mais bem sucedidas, pois eles não demonstravam inveja de suas conquistas e até mesmo do que ela vestia.

### **Rivalidade feminina X a misoginia social**

Durante o processo terapêutico foram feitos planos de ações voltados à relação com outras mulheres e com a filha. Alguns Planos de Ação foram utilizados pelos devidos fins, como: Mensagens de bom dia, como forma de demonstrar afeto e acolhimento; Fortalecimento do vínculo e fortalecimento de sua rede de apoio; evidências contrárias para que a mesma flexibilizasse da Crença Social da Rivalidade Feminina.

### **Quanto tempo falta para ficar idosa?**

Em sessão, foram percebidos em discurso, o Dispositivo Materno em paralelo a condensação de crenças disfuncionais que resultaram em sofrimento intenso e medo do envelhecimento, vistos por meio das seguintes falas:

- “Quando se é sempre amparo e nunca amparado, o medo se torna companheiro nas contagens de cada ano que chega e com a nova idade que se aproxima”.
- “Passei minha juventude contando os anos e com medo da idade que tenho hoje”.
- “Por anos tive que cuidar dos meus pais e vi toda a braveza da minha mãe deitada em uma cama tendo que esperar pelo outro, não me vejo nessa situação de ter que ser cuidada”.

Existem demandas que não tem solução, essa é uma delas, a velhice chega para todo mundo, mas como podemos aproveitar cada dia sabendo que o amanhã pode não chegar? Olhar para a estrada que já foi percorrida e entender e aceitar as vitórias e derrotas é importante para mínima aceitação do que a vida já foi proporcionada. Talvez você ainda tenha um dia, talvez alguns anos ou décadas, como você gostaria de viver e escrever esses próximos capítulos de sua vida?

Tais questionamentos endossam a importância do aceite dos ciclos de vida naturais, porém os discursos sociais, acalorados pelas desigualdades, especificamente para a mulher, não permitem que se possam ver os finais da vida com tranquilidade, pois esta perderá a sua “Utilidade” na Prateleira do Amor.

### **O amor-próprio fortalece todas as outras construções de amor pelo outro: Reflexões sobre a Solidão**

Uma das queixas mais expressivas da paciente era estar sozinha. Durante todo o processo foi trabalhado dentro dos Planos de Ação o acolhimento da solidão que esta sentia, assim como esta poderia aproveitar sua companhia em consoante a novas descobertas de amigas durante essa nova fase. Essa demanda foi uma das maiores flexibilizações que foram conquistadas durante a terapia. A paciente passou a chamar amigos para um passeio a um ar livre e nas últimas sessões estava planejando rotas de viagem que poderiam ser feitas sozinha.

## **Permite-se ser assertiva**

A paciente chegou ao setting terapêutico se dizendo assertiva, porém, foi percebido a demanda de esquivas de situações em que a mesma se via desta forma. Em algumas situações de esquivas a mesma “bloqueava” as pessoas de suas redes sociais sem mesmo ter conhecimento do que poderia ter acontecido com aquela pessoa que estava ausente. Dentro dos Planos de Ação foi trabalhado ligações para falar com as pessoas e convidá-las para sair, com isto foi possível trabalhar a assertividade e a resolução de problemas, pois a mesma estava iniciando uma nova relação amorosa. Com o uso consciente da assertividade a mesma teve conhecimento de situações pela qual possivelmente poderiam trazer momentos de frustrações.

## **Resolutividade do caso**

Por meio do aprofundamento das crenças da mesma, foi possível flexibilizar o medo de ser abandonada. Tais receios estavam ligados ao processo de envelhecimento e conseqüentemente do morrer, impactando assim com a construção da visão de si sobre o estado físico do corpo e a ideia de que não será mais desejada, não sendo possível amar e ser amada. Envelhecer significava para a paciente a ideia de doença e falta de cuidado.

Foi trabalhado a aceitação e a ação de valor, fazendo com que a paciente tivesse compreensão de que algumas situações-problemas (na sua visão, a chegada da velhice) não serão resolvidas. Foi preciso também focar nas habilidades sociais, autocontrole, tolerância a frustrações, flexibilização de crenças e pressupostos.

Paciente seguiu em processo terapêutico, ao finalizarmos os atendimentos foi feito um compilado de todos os avanços que a mesma percebeu em si, Suzana demonstrou-se feliz com seus avanços e disposta a continuar rebuscando em si as melhoras e aceitação que ela busca em seu íntimo.

## **Conclusão**

Com o devido acompanhamento desse caso, foi possível ver a efetividade da Terapia Cognitivo-comportamental nas mais diversas demandas, quebrando também a ideia de tecnicismo que se propaga erroneamente pois o vínculo terapêutico foi a “técnica” que mais se qualificou para que a paciente tivesse suas crenças flexibilizadas e novos recursos de enfrentamentos colocados em práticas. A evolução de se perceber e enfrentar seus pensamentos intrusivos trouxeram a pacientes ganhos significativos para todos os ambientes que a mesma habitava e dentro de todos esses os seus pensamentos em torno do outro, do mundo e de si foi o que mais teve ganhos durante seu processo terapêutico.

## Referências

BECK, Judith. **Terapia Cognitivo Comportamental teoria e prática**. 3ª edição, Porto Alegre, 2022.

ZANELLO, Valeska. **A prateleira do amor: sobre mulheres, homens e relações**. Editora Appris, 2023.

## CAPÍTULO 13

# ENTRE O CUIDADO E A LIDERANÇA RELIGIOSA INCLUSIVA: A JORNADA DE ANA LUÍSA NA SUPERAÇÃO DE DESAFIOS PESSOAIS E PROFISSIONAIS PELA TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch13

*Viviane Ferreira Gomes Oliveira  
Dhâmaris Fonseca do Amarante*

### Introdução

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma abordagem terapêutica fundamental na prática clínica da psicologia, especialmente para estudantes em estágio profissional nesta área. Baseada na premissa de que pensamentos, sentimentos e comportamentos estão interconectados e influenciam a saúde mental, a TCC oferece uma gama de técnicas e estratégias para auxiliar os indivíduos na identificação e modificação de padrões de pensamento e comportamento que contribuem para problemas psicológicos (Beck, 2021).

Para os estudantes de psicologia em estágio na abordagem Teoria Cognitivo-Comportamental, a compreensão e aplicação dos princípios, como a conceitualização de casos, é um processo crucial que precede qualquer intervenção terapêutica. Esse procedimento envolve uma análise minuciosa do problema do cliente, abrangendo seus pensamentos automáticos, crenças centrais e comportamentos associados. A habilidade de realizar uma formulação de casos de maneira abrangente auxilia os estudantes no desenvolvimento de habilidades analíticas e clínicas (Beck, 2021).

Os desafios enfrentados pelos líderes religiosos, que lidam com o aconselhamento e cuidado das pessoas, no entanto, esses líderes também enfrentam desafios pessoais, familiares e profissionais, e podem sofrer com adoecimento psicológico e físico, devido ao estresse, ansiedade e depressão presentes no mundo atual. É crucial que esses líderes reconheçam suas próprias necessidades de cuidado para continuarem a desempenhar seu papel na igreja. Este apoio, incluindo psicoterapia, é crucial para lidar com as complexidades do conflito entre identidade, religião e relacionamentos pessoais (Farias Wender, 2023).

O estabelecimento de metas é fundamental na TCC, pois implica em identificar objetivos específicos e mensuráveis em colaboração com o cliente. Para os estudantes em estágio, aprender a estabelecer metas terapêuticas eficazes é essencial para o planejamento e foco no tratamento. As técnicas cognitivas, como o questionamento socrático, reestruturação cognitiva e registro de pensamentos automáticos, são reconhecidas como uma contribuição significativa para a TCC. Dominar essas técnicas é crucial para os estudantes, pois contribui para o desenvolvimento de habilidades de comunicação e intervenção cognitiva (Beck, 2021).

As técnicas comportamentais desempenham um papel importante na promoção de mudanças no comportamento do cliente, incluindo exposição, reforço positivo e treinamento de habilidades sociais. A aplicação dessas técnicas auxilia os estudantes no desenvolvimento de habilidades de observação e intervenção comportamental. O monitoramento e feedback são aspectos essenciais para garantir o progresso adequado do cliente durante o tratamento, permitindo ajustes conforme necessário e contribuindo para o sucesso terapêutico. Para os estudantes em estágio profissional, aprender a realizar monitoramento e fornecer feedback é fundamental para o desenvolvimento de habilidades de avaliação e adaptação, os princípios e técnicas delineados na TCC desempenham um papel fundamental na formação de estudantes em estágio profissional em psicologia. Eles capacitam os estudantes a compreender, planejar e implementar intervenções terapêuticas eficazes, preparando-os para oferecer suporte e assistência aos clientes em busca do bem-estar psicológico (Beck, Judith S., 2021).

## A Jordana de Ana Luísa

Ana Luísa, uma mulher de 38 anos, se identifica como lésbica, é evangélica, pastora de uma igreja não convencional e inclusiva, estuda direito e cuida da mãe de 80 anos com quem vive. Ela teve dezoito atendimentos agendados no Serviço de Psicologia Aplicada (SPA), sem faltas.

Ana Luísa, traz como queixa principal os cuidados com a mãe, mencionando que, mesmo estando muito cansada, não consegue aceitar ajuda. Ela também expressa descontentamento com o seu papel de líder da igreja, mas não consegue renunciar ao cargo de pastora, acreditando que ninguém poderia substituí-la e que os fiéis sofreriam com sua ausência. Além disso, Ana Luísa revelou estar apaixonada por alguém que, embora esteja separada, ainda vive na mesma casa que sua ex-companheira. Essa situação complexa gera um ambiente emocionalmente hostil e desafiador, uma vez que a pessoa amada continua a compartilhar o espaço doméstico com a ex, o que pode intensificar a tensão e a dificuldade na relação.

Adicionalmente, Ana Luísa tem sofrido ameaças constantes dessa pessoa, o que intensifica ainda mais, agravando seu sofrimento emocional e criando um cenário de grande estresse e insegurança.

## Descrição das queixas e demandas observadas

**Queixas:** Falta de vontade realizar coisas que antes lhe davam prazer sem motivação, cansaço ao conciliar os estudos, a igreja, e os cuidados com a mãe, e não conseguir aceitar ajuda de ninguém, sentindo um vazio; Descontentamento com o lugar de líder da igreja, porém não consegue renunciar ao cargo de pastora; conflitos relacionados a paixão que vem vivendo, temendo estar entrando em um quadro de depressão.

**Demandas:** Com base nas análises a partir da descrição do cliente, foi identificada a necessidade de desenvolver repertório social e assertivo para estabelecimento de limites saudáveis, estratégias de resolução de problemas, e reconhecimento e alteração de papéis disfuncionais, para a promoção do bem-estar emocional e redução do estresse e autoconhecimento.

## **Objetivos terapêuticos**

Os objetivos terapêuticos desta intervenção incluem promover o autoconhecimento e o autocuidado, fortalecer habilidades de enfrentamento e estimular uma reavaliação das prioridades e necessidades pessoais de Ana Luísa, sendo essencial ajudá-la a comunicar suas necessidades de forma assertiva.

A psicoterapia também visa flexibilizar e reestruturar crenças desadaptativas relacionadas a sentimentos de Desamor, Desvalor e Desamparo, substituindo-as por crenças adaptativas e positivas baseadas em evidências realistas. Além disso, o trabalho terapêutico concentrou-se em abordar distorções cognitivas como rotulação, julgamento, culpabilização e catastrofização, ajudando a paciente a desenvolver uma perspectiva mais equilibrada e construtiva.

## **Planejamento de caso: estratégias utilizadas**

### **Vínculo Terapêutico**

Estabelecer um vínculo terapêutico forte foi uma prioridade. O terapeuta focou em criar um ambiente seguro e acolhedor, essencial para fomentar a confiança e a abertura de Ana Luísa. Isso foi alcançado através da escuta ativa, validação das emoções e empatia, criando uma base sólida para a intervenção terapêutica.

### **Estabelecer Confiança e Rapport**

Foi trabalhado para construir confiança e rapport com a paciente por meio de uma abordagem colaborativa. Foi possível criar um espaço onde Ana Luísa se sentisse à vontade para explorar suas preocupações sem medo de julgamento. O estabelecimento dessa relação foi crucial para o progresso do tratamento.

### **Audiência Não-Punitiva**

Foi mantida uma audiência não-punitiva durante todas as sessões. Esse ambiente livre de críticas ajudou Ana Luísa a se sentir mais confortável ao discutir suas emoções e desafios, facilitando um diálogo mais aberto e produtivo.

## **Psicoeducação sobre Terapia Cognitivo-Comportamental**

Ana Luísa recebeu psicoeducação sobre os princípios da TCC sobre depressão, incluindo como pensamentos, emoções e comportamentos interagem e como a TCC pode ajudar a modificar padrões disfuncionais. Esta compreensão ajudou a paciente a se engajar mais ativamente no processo terapêutico.

A psicoeducação é uma parte fundamental da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), pois ajuda os clientes a entenderem como esta funciona e como pode ser aplicada para abordar suas preocupações. No caso de Ana Luísa, a psicoeducação foi um componente essencial para capacitá-la a participar ativamente do processo terapêutico e a obter o máximo benefício das intervenções.

## Objetivos da Psicoeducação em TCC:

1. **Informar sobre o modelo cognitivo:** Explicar como pensamentos, emoções e comportamentos estão inter-relacionados. No caso de Ana Luísa, foi importante ela entender que suas crenças e pensamentos influenciavam diretamente suas emoções e comportamentos, e que, ao modificar esses pensamentos, poderia alterar suas reações emocionais e comportamentais.

2. **Desmistificar o processo terapêutico:** Ajudar a paciente, a compreender o que esperar das sessões de TCC, diminuindo a ansiedade e aumentando a colaboração. A transparência sobre o processo terapêutico promoveu um ambiente de confiança e segurança.

3. **Empoderar o cliente:** Fornecer conhecimento e ferramentas para que Ana Luísa, pudesse identificar e modificar pensamentos disfuncionais por conta própria, promovendo sua autonomia e autoeficácia.

## Psicoeducação sobre Crenças

Foi fornecido a psicoeducação específica sobre as crenças de Ana Luísa, explorando como suas crenças sobre seu papel na igreja e a aceitação de ajuda influenciavam seu estresse e insatisfação. A psicoeducação ajudou a paciente a reconhecer e desafiar crenças que sustentavam seus padrões disfuncionais.

A identificação das crenças específicas de Ana Luísa, foi crucial para ajudá-la a compreender como suas crenças influenciavam suas emoções e comportamentos. trabalhamos com Ana Luísa, para explorar suas crenças centrais e intermediárias, identificando aquelas que eram disfuncionais e contribuía para seu sofrimento.

## Crenças Identificadas e Intervenções:

### 1. Crença: "Não posso errar porque sou uma líder religiosa"

- **Impacto:** Essa crença gerava um medo constante de cometer erros e ser julgada, aumentando seu nível de estresse e tristeza.
- **Intervenção:** Utilizando a técnica da carta de direito, Ana Luísa, foi incentivada a reconhecer que, como qualquer ser humano, ela tem o direito de errar e aprender com os erros. Foi trabalhado que a perfeição não é uma expectativa realista e que a vulnerabilidade pode fortalecer sua conexão com os membros da igreja.

### 2. Crença: "Não posso aceitar ajuda no cuidado da minha mãe"

- **Impacto:** Essa crença fazia com que Ana Luísa, se sobrecarregasse, resultando em exaustão física e emocional.
- **Intervenção:** Através do questionamento socrático, Ana Luísa foi levada a explorar os benefícios e os mitos associados à aceitação de ajuda. Ela aprendeu a ver a aceitação de apoio como um ato de autocompaixão e cuidado, tanto para ela quanto para sua mãe.

### 3. Crença: "Ninguém pode me substituir na liderança da igreja"

- **Impacto:** Essa crença aumentava a pressão sobre Ana Luísa, fazendo com que ela se sentisse indispensável e sobrecarregada.
- **Intervenção:** Foi usada a técnica da seta descendente para explorar as implicações dessa crença e identificar medos subjacentes, como o medo de perder relevância ou de falhar com a congregação. Ana Luísa, foi encorajada a desenvolver um plano de delegação de responsabilidades e a perceber que compartilhar a liderança pode fortalecer a comunidade e reduzir seu estresse, além de permitir a realização de outras atividades prazerosas.

### 4. Crença: "Serei julgada pelo meu envolvimento amoroso e por ter tido outras relações"

- **Impacto:** Essa crença resultava em medo e ansiedade, afetando sua auto imagem e capacidade de se envolver em relacionamentos de maneira saudável.
- **Intervenção:** A carta de direito também foi utilizada para trabalhar essa crença, ajudando Ana Luísa a afirmar seu direito de buscar felicidade e amor, independentemente das opiniões alheias. Foi enfatizado que suas escolhas amorosas não a definem como pessoa ou líder, e que ela tem o direito de se proteger contra ameaças e se cercar de pessoas que respeitem suas escolhas.

## Conceitualização do Caso

A conceitualização do caso envolveu uma análise minuciosa das dificuldades enfrentadas por Ana Luísa. Identifiquei que os principais fatores de estresse incluíam a dificuldade em aceitar ajuda no cuidado de sua mãe, a falta de recursos para contratar alguém para essa tarefa, e a ausência de outros familiares para oferecer suporte, o que tornava a situação exaustiva para ela. Além disso, Ana Luísa acreditava não ser merecedora de ajuda.

O papel de liderança na igreja, que já não fazia mais sentido para ela, e a dificuldade em delegar responsabilidades, juntamente com uma situação emocionalmente carregada com a pessoa amada, foram analisados em conjunto para entender como esses fatores estavam inter-relacionados e contribuíam para o sofrimento de Ana Luísa.

## Reestruturação Cognitiva

A reestruturação cognitiva foi uma técnica central no tratamento, trabalhei com a colaboração de Ana Luísa para identificar e desafiar pensamentos disfuncionais, como a crença de que não poderia errar por ser uma líder religiosa e que a ajuda externa no cuidado com sua mãe seria um sinal de fraqueza.

A reestruturação ajudou Ana Luísa a adotar perspectivas mais realistas e adaptativas e ainda identificar que na verdade gostaria de exercer outro papel dentro da igreja e não mais de líder religiosa, focando agora nos seus estudos.

## Plano de Ação

Foi desenvolvido um plano de ação personalizado para abordar as preocupações específicas de Ana Luísa, isso incluiu estratégias para delegar responsabilidades na igreja, técnicas para gerenciar o estresse relacionado ao cuidado com sua mãe e formas de lidar com a situação emocionalmente complexa envolvendo a pessoa amada. Além de desenvolver a capacidade de olhar para si mesma e praticar a autocompaixão, como faz ao aconselhar seus fiéis com empatia, Ana Luísa também precisava aprender a aplicar essa mesma empatia para com ela própria.

## Feedback

O feedback contínuo foi essencial para o progresso de Ana Luísa, durante as sessões, como terapeuta forneci feedback sobre os avanços e dificuldades, ajudando Ana Luísa a monitorar seu progresso e ajustar as estratégias conforme necessário, Ana Luísa sempre participou de maneira colaborativa, nunca trazendo feedbacks negativos, e demonstrou uma atitude ativa tanto nas sessões quanto entre elas.

## Intervenções Utilizadas

1. **Checagem de Humor:** Iniciada em cada sessão para avaliar o estado emocional de Ana Luísa e ajustar as intervenções de acordo com as suas necessidades.
2. **Questionamento Socrático:** Utilizado para ajudar Ana Luísa a explorar e desafiar suas crenças disfuncionais a fim de flexibilizar as crenças. O questionamento socrático ainda incentivou Ana Luísa a considerar diferentes perspectivas e examinar a validade de seus pensamentos.
3. **Carta de Direito:** A técnica da carta de direito foi utilizada para trabalhar o sentimento de desvalor de Ana Luísa frente às expectativas impostas por seu papel de líder religiosa. A carta ajudou Ana Luísa a afirmar seus direitos pessoais e a reconhecer que não precisava se submeter a um padrão de perfeição ou temer julgamentos devido ao seu envolvimento amoroso ou relacionamentos passados. A carta ajudou Ana Luísa a validar suas próprias necessidades e sentimentos, permitindo-lhe lidar melhor com a autoimagem e as críticas internas.
4. **Seta Descendente:** Aplicada para ajudar Ana Luísa a identificar e explorar as consequências de suas crenças e comportamentos, promovendo uma compreensão mais profunda dos impactos de suas decisões e permitindo uma reavaliação mais realista.
5. **Técnica do Espelho:** Utilizada para ajudar Ana Luísa a refletir sobre suas emoções e pensamentos, promovendo a autoconsciência e a capacidade de ver suas experiências de uma perspectiva mais objetiva.
6. **Técnicas de Relaxamento:** Inclui respiração profunda e relaxamento muscular progressivo, para ajudar Ana Luísa a gerenciar o estresse e a ansiedade associados às suas múltiplas responsabilidades e tensões emocionais.

## Conclusão

O tratamento de Ana Luísa foi baseado em uma abordagem integrada de TCC, utilizando técnicas específicas para promover mudanças significativas em sua autoimagem, gerenciar o estresse e melhorar seu bem-estar geral. As intervenções foram adaptadas para atender às suas necessidades e objetivos individuais, facilitando um processo de recuperação e crescimento pessoal.

O caso de Ana Luísa ilustra a aplicação prática e os benefícios das técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental na promoção do bem-estar emocional e na redução do estresse baseado em evidências. O progresso alcançado até o momento destaca a importância de uma abordagem terapêutica estruturada e individualizada, que considera as necessidades e desafios específicos de cada cliente. A continuidade do tratamento e a adaptação das intervenções são essenciais para alcançar resultados duradouros e significativos.

A experiência de atender Ana Luísa através da Terapia Cognitivo-Comportamental foi altamente gratificante. A abordagem ofereceu uma solução prática e estruturada para os desafios complexos enfrentados por Ana Luísa, contribuindo significativamente para seu bem-estar emocional e qualidade de vida.

A TCC demonstrou ser uma ferramenta valiosa e eficaz, não apenas em abordar crenças disfuncionais e promover a auto aceitação, mas também em capacitar Ana Luísa a viver uma vida mais equilibrada e satisfatória. A experiência reforça a importância da TCC como uma abordagem terapêutica robusta e adaptável, capaz de trazer transformações positivas para os indivíduos em diversas situações.

A supervisão foi essencial no atendimento ao caso de Ana Luísa, oferecendo orientação crucial para lidar com as demandas complexas e emocionais do tratamento. Ela permitiu a adaptação das técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental às necessidades específicas de Ana Luísa, ajudou a refinar o plano de tratamento e garantiu que cada etapa fosse abordada com sensibilidade. O suporte da supervisora durante todo o processo também foi fundamental para manter a clareza e a empatia, destacando a importância da supervisão para a eficácia do tratamento e o desenvolvimento das habilidades clínicas do terapeuta.

## Referências

BECK, J. S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2021.

CONCEIÇÃO, J.; BUENO, G. **101 Técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental**. Mafra: UnC, 2020.

FARIAS, W. C. V.; FURTADO, T. M. S. **Depressão e saúde mental no trabalho pastoral**. Jun. 2023. Disponível em: <http://65.108.49.104/xmlui/handle/123456789/687>. Acesso em: 15 de agosto de 2024.

LEAHY, R. L. **Técnicas de Terapia Cognitiva: Manual do Terapeuta**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

WILLIAMS, M.; PENMAN, D. **Atenção Plena (Mindfulness): como encontrar a paz em um mundo frenético**. Rio de Janeiro: Sextante, 2015.

## CAPÍTULO 14

# CASO GAEL: A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR E DO VÍNCULO TERAPÊUTICO DENTRO DA PSICOTERAPIA

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch14

*Emily Delmiro Ricarte  
Dhâmaris Fonseca do Amarante*

### Introdução

O autismo infantil é um transtorno do neurodesenvolvimento, que afeta os campos da socialização, comunicação e aprendizado (Russo, 2019). O diagnóstico é realizado a partir dos primeiros anos de vida do indivíduo, sendo necessário uma intervenção multidisciplinar no âmbito da psicologia, fonoaudiologia, terapia ocupacional, nutricionista, enfermagem, psiquiatria e psicopedagogia, vale ressaltar que cada indivíduo é único e que varia a especialidade de acordo com o grau de suporte que a pessoa irá necessitar para o melhor desenvolvimento e com isso, abrangendo a lista de outras especialidades da saúde (Russo, 2019).

O diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista (TEA) é, acima de tudo, clínico e, para tal, as alterações em comunicação social são determinantes. Alguns estudos têm ressaltado a estreita relação entre as alterações na comunicação e a gravidade do TEA (LIMA et al., 2023).

As características comportamentais do transtorno do espectro autista tornam-se inicialmente evidentes na primeira infância, com alguns casos apresentando falta de interesse em interações sociais no primeiro ano de vida (DSM-V, 2014). Durante o segundo ano de vida, comportamentos estranhos e repetitivos e ausência de brincadeiras típicas tornam-se mais evidentes (DSM-V, 2014).

Em grande parte dos casos, crianças com TEA não costumam manter um contato visual com a mãe na hora da amamentação, outra característica recorrente pode ser assimilada à uma evidente reação negativa aos sons, isso porque as crianças com autismo tendem a ser muito reativas e sensíveis do que as demais (Russo, 2019).

A criança diagnosticada com autismo na infância, quando encaminhada para o serviço de Psicologia deverá ser acolhida, ouvida de forma empática, realizar atividades lúdicas em formas de jogos ou brincadeiras e a formação do vínculo terapêutico é importante para efetivar de forma positiva o desenvolvimento em habilidades sociais e emocionais, tendo em vista que a periodicidade as sessões semanais de uma ou mais vezes na semana são essenciais (Russo, 2019).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 70 milhões de pessoas no planeta estão do espectro do autismo. E esse número tão significativo é algo de fato alarmante, principalmente porque há poucos debates sobre o tema (Russo, 2019).

A maior incidência de casos acaba se revelando em pessoas do gênero masculino (sendo 4 meninos autistas para cada menina), e até os dias de hoje as causas em si, não são de fato muito bem determinadas (Russo, 2019).

## **Considerações importantes sobre prática clínica no acolhimento de crianças com TEA**

Para a melhor compreensão da temática, será apresentado um caso atendido dentro da prática clínica, no qual o nome do paciente, bem como o seu histórico seguirão resguardados por questões éticas. O caso foi acompanhado e pensado intervenções específicas para a melhor condução do mesmo.

### **Descrição do caso G.A.E.L:**

O transtorno do espectro autista (TEA) é um transtorno do neurodesenvolvimento, caracterizado por déficits persistentes na comunicação social recíproca, na comunicação não verbal e verbal, na interação social, presença de padrões restritos e repetitivos de comportamentos e interesses. É possível perceber grande restrição na interação comunicativa (Lima et al., 2023).

Os prejuízos na comunicação e na interação social, são pervasivos e sustentados, os diagnósticos são mais validados e confiáveis quando baseados em múltiplas fontes de informação, incluindo observações do clínico, história do cuidador e quando possível autorrelato (DSM V, 2014).

A causa ou causas do autismo são ainda desconhecidas, sabe-se, contudo, que têm uma base genética importante. Sobre essa determinante genética seriam acumulados fatores adicionais (do meio interno e/ou envolvente) que eventualmente poderiam levar ao autismo e que seguramente contribuem para a sua expressão (Coelho e Santo, 2006).

O relato de caso é sobre uma criança com o nome fictício de Gael, 5 anos, diagnosticado com transtorno do espectro autista (TEA), transtorno opositor desafiador (TOD) e transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH). Está atualmente em psicoterapia, fonoaudiologia, terapia ocupacional e psicopedagogia, ambos os serviços semanais e de duração entre 30 a 50 minutos.

Muitos indivíduos do espectro autista têm déficits de linguagem, os quais variam de ausência total da fala, passando por atrasos na linguagem, compreensão reduzida da fala, falar em eco a linguagem explicitamente literal ou afetada (DSM V, 2014).

Gael, é uma criança com TEA, estando no nível de suporte 2, apresentando características diagnósticas como: atraso de fala, atraso no desenvolvimento escolar, baixa tolerância à frustração, seletividade alimentar, agressividade, sofre bullying na escola e é ansioso. As informações constatadas foram por meio dos relatos da genitora, laudo psiquiátrico, relatório escolar e sinais/sintomas com as observações da psicoterapia.

Déficits na reciprocidade sócio emocional estão claramente evidentes em crianças pequenas com o transtorno, que podem apresentar pequena ou nenhuma capacidade de

iniciar interações sociais e de compartilhar emoções, além de imitação reduzida ou ausente do Comportamento de outros (DSM V, 2014).

### **Descrição dos atendimentos e intervenções utilizadas G.A.E.L:**

As sessões ocorrem em uma quantidade de 6 atendimentos de psicoterapia, com duração de 50 minutos, todas as sessões a criança Gael levava um objeto de transição diferente, realizava a atividade proposta com êxito e entusiasmo, sempre aproveitando o máximo. Apesar que em algumas sessões solicitava para ver a mãe, mas logo voltava à psicoterapia.

O transtorno do espectro autista também é definido por padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades, que mostram uma gama de manifestações de acordo com a idade e a capacidade, intervenções e apoios atuais. Comportamentos estereotipados, ou repetitivos, incluem estereotipadas motoras simples, uso repetitivos de objetos e fala repetitiva (DSM-V, 2014).

A primeira sessão realizada com a genitora foi satisfatória para compreender o dia a dia do Gael, compreendeu-se que ele precisava de uma rotina para manter-se focado nas atividades, como acordar, ir ao banheiro, merendar, arrumar-se para a escola. E quando havia algum imprevisto, a criança reagia de forma agressiva e sem controle do que fazer, andava de um lado para o outro.

O *bullying* sofrido no ambiente escolar foi prejudicial para o desenvolvimento do Gael, pois passou-se a brincar cada vez mais sozinho tanto na escola quanto em outros ambientes, desenvolvendo crises de ansiedade como sintomas de coração acelerado, roer unhas e tristeza.

Em revisão sistemática realizada em 2018, os pesquisadores descobriram que as crianças com TEA são intimidadas pelos pares de três a quatro vezes mais que os colegas sem o transtorno, o que gera impactos negativos para o funcionamento e para a saúde mental desses indivíduos, que têm o risco de suicídio aumentado pela agressão recorrente (Falcão et al., 2021).

A lei de diretrizes e bases da educação nacional (Brasil, 2018), definiu educação especial como modalidade de educação oferecida preferencialmente na rede regular de ensino, para educandos com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento, altas habilidades ou superdotação (Falcão, et al, 2021).

A partir da segunda sessão em diante a psicoterapia e intervenções começaram somente com o Gael no ambiente clínico, sem a presença da genitora. A priori, o vínculo terapêutico seria importante para iniciar as intervenções clínicas. Durante a formação do vínculo, utilizou-se jogos e brincadeiras em que a criança apreciava, reforçando o bem-estar no ambiente, conversas sobre o dia a dia e família.

O atendimento de crianças com autismo ocorre a partir da construção de uma relação primordial com o terapeuta. É importante que a criança possa ouvir-se, fazer-se ver, para que, então possam ser realizadas as construções que deveriam ter acontecido nos primeiros anos de vida (Marques e Arruda, 2007).

A psicóloga está empaticamente presente, demonstrando interesse recorrente pela fala do paciente infantil, incentivando e parabenizando o desempenho nas brincadeiras é fundamental para formar o vínculo, fazendo do espaço terapêutico não somente uma psicoterapia, mas propiciando um lugar acolhedor para a criança.

Após o vínculo, utilizou-se um método no início da terapia: recebê-lo sempre de forma acolhedora, realizar os recursos lúdicos e logo depois ele poderia brincar do que preferir, ressaltando sempre que essa parte seria sempre após a atividade proposta, assim, firmamos uma rotina de psicoterapia.

Adesão excessiva a rotinas e padrões restritos de comportamento podem ser manifestados por resistência às mudanças ou padrões ritualizados de comportamento verbal ou não verbal (DSM-V, 2014).

As sessões decorreram a partir da queixa que a genitora informou. Recursos lúdicos como jogos de memória foram essenciais para Gael concentrar-se, manter o foco e ter início, meio e fim na brincadeira, fazendo com que além de achar os pares corretos, ele verbalizasse o nome dos animais, cores e seus sons. E em cada par correto que ele encontrava, a psicóloga o parabenizou bastante e quando errava, ela o incentivava para tentar novamente e explicava que o errar é natural, e que poderia tentar novamente na vez dele.

Entre as atividades nas quais a criança com autismo apresenta uma ação peculiar estar o brincar, caracterizado não somente por uma tendência de preferir brincar sozinha, como também por suas particularidades, no que tange à inserção no plano imaginário (Chicon et al., 2018).

Os blocos de montar coloridos com diferentes formatos foram utilizados como ferramenta para atenção e concentração, pois percebeu-se que Gael é agitado quando não tem uma atividade para ser feita, anda ou corre de um lado para o outro à procura de algo para entreter-se.

O brincar é uma atividade fundamental ao desenvolvimento psíquico da criança, pode alargar suas possibilidades de agir sobre o mundo, o que é muito importante, também no desenvolvimento de crianças com deficiência/Autismo (Chicon et al., 2018).

Os sujeitos, principalmente as crianças, que são dotadas de uma grande plasticidade cerebral, estão em constante mudança, podendo realizar novas sinapses, que levaram à construção de novos significados e modificações importantes para o desenvolvimento subjetivo da criança (Moura et al., 2021).

Esta procura por algo, associou-se ao fato de roer as unhas e coração acelerado, sintomas característicos da ansiedade. Durante as sessões de psicoterapia houve momentos de conversas sobre as emoções, utilizando rostos de crianças com diferentes emoções, fazendo com que Gael identificasse a emoção, relatando um momento que vivenciou.

Através deste recurso lúdico, objetivou-se a identificação das emoções internas e utilizar da fala para dizer o que sente, e assim falar aos seus responsáveis sobre as emoções e sentimentos, pois anteriormente não identificava o que estava sentindo, apenas gritava ou chorava.

Ao final da sessão, a psicóloga entregou recursos para a genitora incentivar o Gael em algumas atividades do cotidiano, como vestir-se sozinho, organizar o quarto, hora de brincar, hora de organizar os brinquedos, hora de ir ao parquinho, hora da higiene, e após cada tarefa feita, a genitora o parabenizaria.

Gael atualmente está nas férias escolares, e ao ser perguntado sobre as voltas às aulas, ele respondeu que não tinha amigos, pois ninguém gostava de brincar com ele. Foi orientado a genitora uma psicoeducação sobre a inclusão escolar e a inserção das crianças na escola, incentivando-a a conversar na escola com os gestores sobre um olhar atencioso para a inclusão do Gael em sala de aula.

Gael continua com bom desempenho em psicoterapia, não solicita para ver a mãe durante o atendimento, fala o nome dos objetos e aponta, tem início, meio e fim nas atividades propostas, não corre ou anda de um lado para o outro durante o atendimento, realiza perguntas e demonstra cada dia mais um bom desempenho nas habilidades sociais e emocionais.

A genitora relatou que em casa fala como está se sentindo, utiliza a respiração como forma de acalmar-se, recolhe os brinquedos quando solicitado, está aprendendo a vestir-se sozinho, avisa quando quer ir ao banheiro e sempre é muito carinhoso com todos.

A relação do vínculo com a psicóloga foi essencial para construir uma melhora significativa no desenvolvimento emocional da criança, fazendo com que o ambiente terapêutico seja prazeroso, divertido, alegre e sem julgamentos, acarretando sempre que os retornos sejam sempre satisfatórios.

A criança precisa se sentir segura para ser ela mesma, podendo brincar, se divertir, contar o que sente, pular, correr, contar e sorrir. Para os psicólogos infantis, brincar é uma forma de identificar algo para melhorarmos habilidades, emoções, comportamentos e muito mais.

A utilização de recursos terapêuticos infantis para cada criança é essencial, fazendo com que a criança esteja se sentindo bem, enquanto o psicólogo está avaliando determinada queixa ou demanda.

Um olhar mais cauteloso, cuidadoso e gentil para as crianças em psicoterapia é de extrema importância, pois cada um é único, com suas várias singularidades e formas de agir no mundo, cabendo aos psicólogos sempre se reinventar-se e aprimorar-se para elaborar recursos lúdicos, jogos, puxa-perguntas e empatia.

Gael continuará em psicoterapia, mais habilidades sociais e emocionais ele deverá aprender para aumentar o repertório social em diversos contextos, e também continuará tendo atendimentos em outras especialidades da saúde para seu bom desempenho.

## **Conclusão**

O TEA em crianças precisa ser mais estudado em todas as esferas das especialidades que mais são sugeridas, pois atualmente e principalmente não há muitos estudos na área da psicologia infantil sob a ótica do espectro autista, abrangendo também as comorbidades, por exemplo, a ansiedade na criança autista, muitos estudos relatando

sobre os pais e cuidadores que desenvolveram ansiedade, mas sobre a criança TEA e ansiedade não há estudos específicos.

O vínculo terapêutico é de extrema valia neste ambiente infantil, pois são crianças diagnosticadas em seus primeiros anos de vida, tendo que conviver semanalmente com diversas especialidades, cabendo aos profissionais empatia, respeito e dedicação, para as crianças de fato aprenderem as habilidades, sejam elas psicológicas, fonoaudiológicas e entre outras.

O brincar na psicoterapia infantil, leva a criança a ter momentos de felicidade, diversão, imaginação e poder escolher sobre com o que ela vai brincar com a psicóloga, ter esse momento de descontração é formidável, aumenta a probabilidade de a criança desejar voltar naquele espaço.

O recurso lúdico é muito rico, pois através dele observa-se as queixas dos responsáveis, podendo haver intervenções para auxiliar a criança em determinado contexto, e principalmente de forma divertida, explicada de uma maneira que ela entenda enquanto criança e deixá-la falar sobre o que pensa, sente, independente se for verbal ou não verbal, a criança comunicará de diversas formas diferentes sobre como ela ver ou estar no mundo.

Por fim, o relato de caso sobre o Gael, uma criança de 5 anos diagnosticada com TEA, TOD E TDAH, demonstrando que tanto ele como qualquer outra criança TEA ou outro transtorno do neurodesenvolvimento precisam e devem ser acolhidas, respeitadas, terem um ambiente escolar acolhedor, acompanhamentos que de fato tenham efeito e principalmente espaço em que elas possam ser ouvidas, independente da forma em que elas se comuniquem.

## Referências

American Psychiatric Association (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CHICON, J; Oliveira, I. M. de; Garozzi, G. V; Coelho, M. F; e Sá, M. das G. C. S. de. Brincando e aprendendo: aspectos relacionais da criança com autismo. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, 41 (2), 169-175, 2019.

COELHO, Madalena; Santo, Antónia. **Perda de contacto com a realidade exterior**. 2006.

FALCÃO, C, S. N; Stelko-Pereira, A, C; e Alves, D. L. G. Envolvimento de alunos com TEA em situações de bullying de acordo com múltiplos informantes. **Educação e Pesquisa**, 47. 2021.

LIMA, L. J. C. de; Britto, D. B. de O. e; Dias, R. T. S; & Lemos, S. M. de A. **Fatores relacionados à funcionalidade da comunicação social em crianças com transtorno do espectro do autismo: estudo preliminar**. 2023.

MARQUES, Carla; Arruda, Sergio. **Autismo Infantil e Vínculo Terapêutico**. 2007.

MOURA, Alanna; Santos, Bruna; Marchesni, Anna. **O brincar e sua influência no desenvolvimento das crianças com transtorno do espectro autista**. 2021.

RUSSO, Fabiele. **Manual sobre o transtorno do espectro do autismo**. 2019.

## CAPÍTULO 15

# REPETIÇÕES TRAUMÁTICAS E O PROCESSO DE REPARAÇÃO: O ENFRENTAMENTO DA ORALIDADE, DA FIXAÇÃO E DA RELAÇÃO COM O MATERNO

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch15

*Fernanda Costa Pereira  
Francisco Rômulo Silva Nunes*

### Introdução

A escrita do caso clínico é uma modalidade narrativa comumente adotada pela psicanálise e faz parte da formação do analista, apresentando-se como uma importante ferramenta de transmissão da experiência analítica. Todo caso clínico é único e em psicanálise sua construção difere de outras áreas do conhecimento, pois diz respeito à singularidade do sujeito ali submetido à análise. Segundo Canguçu (2021), é na experiência do tratamento, na fala sob transferência, que se desenrola a construção de um caso clínico.

Sua importância para a psicanálise se justifica pela passagem da oralidade para a escrita, o que significa traduzir um processo que emerge de uma experiência particular e privada do sujeito, tornando-a de conhecimento público após um método de investigação próprio da psicanálise, de forma que essa experiência única ganhe contornos de linguagem universal e possa ser compreendida para além do setting psicanalítico (Dunker; Ramirez; Assadi, 2017).

### Contextualização do caso clínico

Nossa protagonista se chama Lídia (nome fictício), uma mulher adulta de 42 anos, classe média/alta, casada com Marcos (nome fictício) e mãe do jovem Pedro (nome fictício) de 21 anos. Antes de adentrar no processo analítico o qual descreveremos, Lídia afirma que já havia realizado dois tratamentos anteriores com dois analistas distintos. A constituição familiar primária de Lídia é formada por ela, uma irmã mais nova e pelo casal de pais. Afirma que fora criada dentro da igreja com valores cristãos. Atualmente Lídia é profissional liberal na busca de um equilíbrio constante entre a parte boa de ter glórias profissionais e o amargor que por vezes experiencia em relação a sua existência.

### A chegada em análise e a função sintomal

A função sintomal (“sinto-mal”) surge a partir da demanda de análise, ou seja, se refere aquilo que motivou o sujeito a procurar um analista. Lacan acredita que a demanda de análise não deve ser aceita em estado bruto, mas deve ser questionada. Para o autor não há crédito em quem procura um analista para se conhecer melhor, considera que a busca por autoconhecimento por si não é uma demanda de análise. (Lacan *apud* Quinet, 1991).

É na função sintomal que se deve promover uma passagem da queixa denunciada pelo sujeito para um sintoma analítico. Quinet (1991, p. 20-21) afirma que é preciso que essa queixa se transforme numa demanda endereçada àquele analista e o sintoma passe do estatuto de resposta ao estatuto de questão para o sujeito, para que este seja instigado a decifrá-lo. Portanto, cabe ao analista introduzir o desejo nessa dimensão sintomal.

Em seu primeiro atendimento, que compete ao que chamamos na psicanálise de entrevistas preliminares, questiono Lídia sobre o que motivou a busca pelo tratamento analítico e ela faz o seguinte relato:

“Bem, esse não é o meu primeiro processo em terapia, já estive em dois processos longos durante a minha vida, só que eram momentos diferentes e por causas diferentes... Hoje busco o processo, pois recentemente sofri um AVC (Acidente Vascular Cerebral) e perdi toda a minha mobilidade esquerda, o que tem me deixado muito angustiada, pois estou dependente completamente dos cuidados do meu marido.” (SIC)

O relato inicial de Lídia vem acometido de uma necessidade de externalizar a sua angústia também através do choro, o que neste momento não é possível visto a plasticidade corpórea da mesma em decorrência do AVC, com isso afirma:

“Eu não consigo fazer mais as mesmas coisas que antes, coisas simples como, por exemplo, chorar como você viu... Eu não consigo! Me sinto completamente paralisada na condição em que me encontro.” (SIC)

### **A configuração familiar primária de Lídia (nome fictício)**

A configuração familiar primária de Lídia é aquela à qual podemos designar como família nuclear tradicional formada pela seguinte configuração: Pai, Mãe, Lídia e uma irmã mais nova. A paciente ao contextualizar suas raízes familiares relata que foi criada em um lar cristão com uma iniciação cultural vasta oferecida pelo pai, a quem sempre traduz como uma figura amorosa e de cuidado para com ela.

Afirmou durante várias sessões realizadas no percurso que diferentemente do pai, a mãe sempre foi rígida, menos protetora e por vezes agressiva, agressividade esta que entrará em conflito como poderemos ver mais a frente, com a parte feminina da paciente. Afirma que até a sua irmã nascer sentia-se como o centro da casa, porém após o nascimento da irmã as coisas mudaram tendo na sua percepção uma separação de afetos dentro da casa, onde o pai estava mais voltado para ela e a mãe para a irmã, justifica isso em sua análise com frases do tipo: “Eu sempre fui mais responsável, então minha tia dizia que minha mãe sempre cuidou mais da minha irmã porque filho que dá mais trabalho, precisa de mais cuidados...” (SIC)

### **A configuração familiar e a cena traumática**

Com doze anos, Lídia junto de sua família vão enfrentar o luto da perda do pai que falece de câncer repentinamente, alterando assim completamente, ao nível simbólico, a percepção de si e de seu lugar de pertencimento no seio familiar. Antes do pai falecer, Lídia relata que estava no hospital em visita com a mãe e apresenta de forma descritiva sua última recordação do mesmo em vida:

“Fomos eu e minha mãe ao hospital visitá-lo e na época não percebi, mas meu pai já estava bem debilitado. Por ser criança comecei a fazer “malcriações” no quarto e minha mãe ficou mandando meu pai brigar comigo para que eu parasse, como ele não tinha mais tanta energia para tal, minha mãe me chamou até o leito dele e pediu ao meu pai que me batesse, ordenou então que eu ficasse parada... Meu pai levantou a mão sem muita força e chegou a encostar na minha pele.” (SIC)

Essa cena traumática será um dos marcos repetitivos para o desenrolar de sua análise. Para a psicanálise, o trauma é a marca do encontro de um sujeito com o sexual. Sendo assim, 'vivências traumáticas' estão na base da formação do sintoma, que reúne efeitos positivos e negativos do trauma e em que se observa a expressão preponderante, ora de uma, ora de outra tendência (Besset,2006).

### **A função diagnóstica e a tratativa do processo analítico**

Carneiro et al., (2016) nos apontam em seu estudo que a questão do diagnóstico diferencial se coloca na análise em função da sua direção, pois o diagnóstico e o processo analítico se encontram em uma relação lógica, chamada de 'implicação'. E o diagnóstico somente tem sentido se servir de bússola para a condução da análise.

O diagnóstico é buscado no 'registro simbólico', onde são articuladas as questões fundamentais do sujeito, sobre o sexo, a morte, a diferença entre os sexos, a procriação, a paternidade. Na travessia do complexo de Édipo, a inscrição do Nome-do-Pai no Outro da linguagem permite ao sujeito se inscrever na partilha dos sexos, por efeito da significação fálica. (Carneiro et al., 2016).

É a partir do simbólico que se pode fazer o diagnóstico diferencial estrutural em psicanálise por meio dos três modos de negação do Édipo, negação da castração do Outro, que corresponde às três estruturas clínicas: neurose, perversão e psicose.

### **Um possível diagnóstico: uma neurose obsessiva ou histérica**

A partir do que fora coletado nas entrevistas preliminares da paciente através da associação livre e da escuta flutuante, ficou claro que o seu diagnóstico estrutural estava instaurado na neurose. Alguns traços e repetições inclinavam o seu diagnóstico diferencial para a neurose obsessiva, porém informações cruciais trazidas pela paciente nos fizeram chegar a um diagnóstico de neurose histérica. Dentre os discursos analisados estavam a denúncia constante de um feminino, a entrega do corpo como doação para a manifestação do sintoma, a não sustentação do desejo e o desejo passando pela via de outrem.

Costa e Ferreira (2019) nos apontam que a castração na neurose histérica, especificamente na mulher, é um processo primário, abrupto e rápido, que marca a entrada da menina no complexo de Édipo. Neste processo traumático há uma afetação em sua sexualidade e na percepção do corpo, sendo percebido como uma intrusão externa. A histeria, então, é uma estratégia de resposta a essa intrusão, que busca externalizar as exigências da pulsão por meio da identificação com o Outro e do desejo. O sujeito dirige seu desejo ao Outro, evidenciando sua falta e mantendo o desejo insatisfeito, criando demandas que visam atribuir ao Outro a impossibilidade de atendê-las.

### **Construção e evolução do caso clínico**

Em um primeiro momento foi realizado um trabalho de responsabilização de si pelo próprio desejo, havia constantemente uma denúncia da mãe e do feminino, este inclusive atrelado até mesmo à sua antiga analista. A cena “O pai que a bate por ordem do feminino”, estampa justamente o fundo da sua repetição traumática, onde faz-se necessário que ela apresente determinados comportamentos, pois caso contrário, será agredida por um masculino controlado por uma figura feminina.

Com isto, Lídia relatava que sempre fez tudo para os outros, nunca parou muito para pensar em si ou em suas necessidades. Quando o pai falece, assume o lugar de provedora da casa, abandona uma postura de encontro ao seu feminino e desenvolve vício em álcool, cigarro e compulsão alimentar. Lídia encontrava-se no início do tratamento em quadro de obesidade e com determinações médicas para a perda de peso e controle de pressão arterial, colesterol etc.

### **Ponto de fixação na oralidade**

Freud nos aponta que no curso evolutivo da sexualidade humana alguns estádios ficam retidos, enquanto outros avançam até seu objetivo final reprodutivo. Neste caso, a fixação da libido consistiria no “retardamento de uma tendência parcial num estágio anterior” (Freud, 1917/1969, p. 344). Além disso, continuou, mesmo “as partes que prosseguiram adiante podem também, com facilidade, retornar retrocessivamente a um desses estádios precedentes” (p. 344).

Do ponto de vista da psicanálise, quando se fala de fixação, faz-se referência à persistência de uma dessas fases do desenvolvimento da libido. Assim, uma pessoa pode ficar fixada na fase oral ou anal, por exemplo. Isso significa que exhibe basicamente as características que correspondem a essa etapa e não às outras. As características da fase oral são sintetizadas da seguinte maneira: como há um prazer enorme ligado à mucosa dos lábios e à cavidade bucal, a fonte de onde provêm as excitações, é a zona oral, o objeto é o seio materno e o objetivo é a introjeção do objeto.

### **Manejo e interpretação para além de Freud: Recorrendo a teoria de Melanie Klein**

A partir dos relatos advindos da paciente em sua frequente denúncia da mãe e de sua relação com a fixação na oralidade, seria quase da ordem do impossível não buscarmos diferentes alternativas interpretativas para analisarmos de forma simbólica seus sintomas. Melanie Klein (1882-1960), psicanalista austríaca e contemporânea de Freud, tem no cerne de sua teoria exposições palpáveis para pensarmos nessas primeiras introjeções de objetos e como eles fomentam nossas relações com o meio externo.

Klein (1935) em sua teoria nos apresenta dois conceitos importantíssimos para pensarmos no desenvolvimento do ego na fase oral: A posição esquizoparanóide e a posição depressiva.

A posição esquizoparanóide ocorre nos primeiros meses de vida e envolve a divisão do mundo em partes boas e más. A criança experimenta ansiedade e medo de ser atacada por objetos internos e externos. Cintra (2018, p.55) nos aponta que “No início da vida psíquica, predomina o funcionamento da posição esquizoparanóide com seus

mecanismos ativos que levam ao apagamento do desprazer e da experiência de rejeição afetiva e abandono, em favor da permanência do sentimento de ser plenamente amado.”

A polarização mencionada serve para afastar experiências negativas e preservar apenas as positivas. A sensação de ser amado está associada a experiências prazerosas, enquanto o que é negativo gera sentimento de rejeição, punição e perseguição, revelando um aspecto paranoico.

A posição depressiva ocorre por volta dos seis meses e envolve a integração dos objetos bons e maus. Cintra (2018, p. 56) nos infere que esta posição se chama ‘depressiva’ porque nela se cumpre um processo de luto: perdem-se os aspectos ideais das pessoas e as representações mais radicais que exigem tudo/absolutamente bom para aceitar e enraizar em si representações de que é possível receber algo, um pouco, uma parte; tudo não é possível. Morre a criança magnífica, surge uma nova subjetividade.

### **Alguns pontos importantes que foram trabalhados**

Ao tecermos sobre a sua compulsão alimentar chegamos na fantasia inconsciente de triturador, onde ela precisa triturar a dor para restar apenas o que é bom internamente, em uma necessidade de cindir e separar os objetos bons dos objetos maus. Segundo Hinshelwood (1992) as fantasias inconscientes são a representação mental daqueles eventos somáticos no corpo que abrangem as pulsões, e são sensações físicas interpretadas como relacionamentos com objetos que causam essas sensações. A fantasia é a expressão mental das noções pulsionais e dos mecanismos de defesa contra essas noções pulsionais.

A cisão foi realizada devido à introjeção da figura materna sentida como objeto mau. Essa reprodução transferencial também era experienciada com o marido. A mesma se irritava quando ele não trazia para a casa, por exemplo, alimentos de fácil consumo. Sempre dizia nas sessões: “Essa semana ele não comprou a carne moída, vou precisar fazer picadinho.” (SIC)

Ficou claro que a associação em fantasia que a paciente dava para o conteúdo alimentício era amor, amor este que era experimentado em sua psique como algo complexo de ser palatável, vinha de forma muito concreta para ser digerida, precisava ser processada. Processar amor era para a paciente algo violento e sádico, se tratava de ataque direto a figura materna que não podia em tese ser destruída.

O marido representa em transferência essa boa mãe ou a parte boa da mãe quando torna a introjeção de mundo dela palatável e é possível ela reter afeto em si, ou seja, deixar partes boas em si. Em análise, o analista é colocado na mesma condição. O AVC (Acidente Vascular Cerebral) simbolicamente derivou desse registro inicial de amor e ódio que foi sendo alimentado a partir da relação difícil com a parentalidade. Em fantasia não se pode ser “malcriada”, se não será punida, então o ideal é fazer tudo em prol do outro sobre o olhar supervisor de alguém, neste caso a figura materna que embutia na paciente o desejo de ser “bem-criada”.

Havia também por parte inconsciente muitos ciúmes da irmã, que retirou dela a possibilidade de ser o centro da família e que após o falecimento do pai teve que por

obrigação da mãe cuidar desta, se inserido na função de cuidadora e mantenedora do lar. O AVC aconteceu dias antes do aniversário da irmã mais nova, onde todas as atenções estavam voltadas para ela. Como projetar e externalizar o sadismo não era uma opção viável para a paciente inconscientemente, este foi deslocado para si, para o seu mundo interno na forma mais simbólica possível: você precisa ficar parada para receber a punição do seu pai determinada pela via do corpo materno.

### **Repetições e desfechos**

Durante o tratamento e com as intervenções realizadas a paciente começou a ter condutas mais saudáveis e menos pautadas em pulsão de morte. Seu processo de cisão do bom/mau foi transferido para o analista e depois de algum tempo houve uma integração em um quadro no qual começou a ser possível a paciente reter em si o bom, sem necessitar que o outro ou ela o processasse e sobrasse muito pouco;

Houve significativa perda de peso e emagrecimento durante seu processo (Não havia mais a necessidade de reter aquilo que não é sentido como bom). A relação com a mãe saiu de um processo de reparação arcaica para uma reparação propriamente dita; parou de fumar e beber e existem atualmente poucas sequelas no seu corpo derivadas do AVC.

Foi dada a devida alta para a paciente pela redução de suas repetições inconscientes e a assimilação interpretativa destes que estavam pautadas na pulsão de morte/autoaniquilamento e retenção do sadismo.

## Referências

- BESSET, Vera Lopes et al. Trauma e sintoma: da generalização à singularidade. *Rev. Mal-Estar Subj.*, Fortaleza, v. 6, n. 2, p. 311-331, Sept. 2006. Available from <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482006000200003&lng=en&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482006000200003&lng=en&nrm=iso)>. access on 19 Dec. 2024.
- CARNEIRO, Anna Barbara de Freitas; PENA, Breno Ferreira; CARDOSO, Ione Maria. Entrevistas preliminares: marcos orientadores do tratamento psicanalítico. *Reverso*, Belo Horizonte, v. 38, n. 71, p. 27-36, jun. 2016. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-73952016000100003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952016000100003&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 19 dez. 2024.
- CANGUÇU, D. ESCREVER A CLÍNICA / CONSTRUIR O CASO: O QUE SE INSCREVE NUMA ANÁLISE? *Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica*, v. 24, n. 1, p. 19–27, jan. 2021.
- CINTRA, E. M]. de U. (2018). Klein e os primeiros mil dias. In C. Affonso, P. Peron, & R. C. C. de Carvalho (Org.) *Sujeitos da psicanálise: Freud, Ferenczi, Klein, Winnicott e Bion: diálogos teóricos e clínicos*. São Paulo: Escuta.
- CINTRA, E. M. de U., & Ribeiro, M. F. R. (2018). *Por que Klein?* D. Kupermann (Coord.) São Paulo: Escuta. (Trabalho original publicado em 2007).
- COSTA, MLF; FERREIRA, RWG NÃO HÁ NEUROSE SEM CORPO: UM ESTUDO SOBRE O LUGAR DO CORPO NA HISTERIA E NA NEUROSE OBSESSIVA. *Ágora Estudos em Teoria Psicanalítica*, v. 2, pág. 254–261, 2019.
- DUNKER, C. I. L.; RAMIREZ, H. A.; ASSADI, T. C. Introdução In: DUNKER, C. I. L., RAMIREZ, H.; ASSADI, T. (orgs.). *A construção de casos clínicos em psicanálise: método clínico e formalização discursiva*. São Paulo: Annablume, 2017, p. 13-22.
- FREUD, S. (1917). Os caminhos da formação dos sintomas. In Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (J. Salomão, trad., Vol. XVI, pp. 361-378). Rio de Janeiro, RJ: Imago. (Trabalho original publicado em 1917)
- FREUD, S. (1969). Algumas idéias sobre desenvolvimento e regressão: etiologia. In Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (J. Salomão, trad., Vol. XVI, pp. 343-360).
- KLEIN, M. (1991). Uma contribuição à psicogênese dos estados maníaco-depressivos. In M. Klein, *Obras Completas de Melanie Klein, Vol.1: Amor, Culpa e Reparação e outros trabalhos: 1921-1945* (p. 306). Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1935)
- QUINET, A. *As 4+1 condições da análise*. 13. reimpr. Rio de Janeiro: Zahar, 1991.

## CAPÍTULO 16

# CONTROLANDO O INCONTROLÁVEL: O REFLEXO DA VIOLÊNCIA MATERNA NA BUSCA POR ORDEM EXTERNA

DOI 10.71136/978-85-5468-420-4-ch16

Thaynara Queiroz Rodrigues  
Wellington Costa de Oliveira  
Francisco Rômulo Silva Nunes

### Introdução

A psicanálise, desde seus primórdios, se destacou como um método singular para compreender os fenômenos psíquicos humanos em sua complexidade. Freud ressaltou que a psicanálise é uma ciência que confronta diretamente as resistências mais profundas do sujeito, resistências estas que não se limitam ao campo individual, mas se estendem às dinâmicas culturais e sociais". Seu interesse transcende o campo estritamente psicológico, influenciando debates sobre cultura, civilização e os processos inconscientes que estruturam a vida cotidiana (Freud, 1913).

No contexto clínico, a psicanálise aborda os mecanismos de resistência e repetição, conceitos fundamentais para a compreensão das neuroses, Segundo Freud, as resistências não são meros obstáculos, mas elementos constitutivos do processo analítico, pois evidenciam a luta interna entre os impulsos inconscientes e a censura que busca mantê-los reprimidos. No caso em análise, essas resistências se manifestam por meio de mecanismos de controle, tanto na relação transferencial quanto em sua vida cotidiana, indicando uma dinâmica psíquica marcada por conflitos internos e ambivalências (Freud, 1914).

Freud também destaca, em *Contribuição à História do Movimento Psicanalítico*, que a repetição, longe de ser um simples retorno do mesmo, é um testemunho silencioso daquilo que o sujeito não consegue elaborar, mas que, por sua compulsão à repetição, insiste em reaparecer em diferentes cenários de sua vida. Essa característica é central no manejo do caso que será estudado, que reproduz em sua relação analítica padrões herdados de suas relações primárias, especialmente sua identificação com a figura materna e os traumas vinculados à violência e à negligência emocional (Freud, 1914).

A prática psicanalítica se debruça, portanto, sobre o desafio de transformar essa repetição em elaboração. Freud coloca em *O Interesse da Psicanálise* que análise transforma o que é vivido como destino em algo que pode ser narrado, compreendido e, eventualmente, superado. Este estudo busca ilustrar, por meio de uma análise detalhada, como a relação transferencial e o manejo clínico permitiram a paciente acessar e ressignificar aspectos reprimidos de sua subjetividade, promovendo uma transformação psíquica que ultrapassa as barreiras impostas pelas resistências iniciais (Freud, 1913).

A partir da escuta analítica, serão exploradas as dinâmicas inconscientes que atravessam a experiência de Fabiana, com foco nos movimentos de resistência, repetição e elaboração. Este

estudo reforça a relevância da psicanálise não apenas como uma prática clínica, mas como um campo teórico que ilumina a complexidade do inconsciente humano e suas manifestações.

## Contextualização do Caso

O caso de Fabiana, uma mulher de 34 anos atendida em contexto psicanalítico, ilustra a complexidade da dinâmica entre o recordar e o repetir, conforme delineado por Freud. A paciente apresentava um quadro de neurose obsessiva, marcado por comportamentos de controle, resistência à mudança e dificuldade em lidar com questionamentos. A história de vida de Fabiana, atravessada por traumas relacionados à violência doméstica e à relação ambivalente com a mãe, configurou o pano de fundo sobre o qual se desenvolveram seus sintomas.

Freud, ao discutir a compulsão à repetição, destaca que "o analisando não recorda absolutamente o que foi esquecido e reprimido, mas sim o atua" (Freud, 1914, p. 149). No caso de Fabiana, essa compulsão se manifesta tanto na relação transferencial quanto nas dinâmicas externas, com a reprodução de padrões de controle e isolamento vivenciados em sua infância. A paciente não apenas evitava o confronto com os conteúdos dolorosos, mas resistia ativamente à elaboração, optando por ausências e silêncios no espaço analítico.

Klein complementa essa perspectiva ao apontar que, em quadros obsessivos, as fantasias inconscientes frequentemente carregam ansiedades persecutórias associadas a figuras internalizadas. A relação de Fabiana com sua mãe revela essa dinâmica, em que o objeto materno era percebido como julgador e punitivo, gerando uma posição defensiva e ambivalente no vínculo transferencial. Segundo Klein, a resistência, nesse contexto, pode ser vista como uma tentativa de manter o equilíbrio psíquico diante de ansiedades primitivas que ameaçam desorganizar o ego (Klein, 1928).

Segundo Ribeiro (2011), sobre a neurose obsessiva, reforça que a rigidez característica desses pacientes reflete um esforço para conter impulsos conflitantes, como o amor e o ódio pelo objeto materno. A compulsão à repetição, no caso de Fabiana, expressa-se no controle sobre as interações, refletindo uma dificuldade em lidar com a angústia diante da perda ou da rejeição. Essa dinâmica ecoa a ambivalência observada em sua infância, onde o vínculo com a mãe oscilava entre o desejo de proximidade e o medo de sua agressividade.

Ao longo do tratamento, tornou-se evidente que sua relação conflituosa com a figura materna era uma fonte central de sofrimento psíquico. Como Freud observa, "quanto maior a resistência, tanto mais o recordar será substituído pelo atuar" (Freud, 1914, p. 150). Fabiana reproduzia, no vínculo terapêutico, os traços de sua relação com a mãe: controle, julgamento e ambivalência. Essa repetição, embora inicialmente percebida como um entrave, serviu como ponto de acesso para compreender e trabalhar os aspectos reprimidos de sua subjetividade.

O manejo clínico permitiu que Fabiana começasse a se reconciliar com seu sofrimento. Freud enfatiza que "a reconciliação com o reprimido que se manifesta nos sintomas é assim preparada desde o início" (Freud, 1914, p. 151). Nesse sentido, a análise não se limita a preencher lacunas da memória, mas busca transformar o que foi atuado em algo que possa ser narrado e elaborado. Além disso, Klein salienta que o movimento

em direção à reparação exige a elaboração de ansiedades depressivas, permitindo ao paciente começar a integrar aspectos contraditórios do objeto materno.

### **Queixa Inicial e Primeira Sessão**

Na primeira sessão, Fabiana apresentou um comportamento defensivo característico, comum em quadros de neurose obsessiva. Ao chegar atrasada, seu relato inicial abordou a dificuldade de lidar com a solidão nas decisões importantes, acompanhada pela sensação de estar sendo avaliada. Esse cenário revela elementos defensivos típicos, como o controle sobre o ambiente e a projeção de julgamentos, refletindo a tentativa de evitar o enfrentamento de conteúdos inconscientes emergentes.

Freud destaca que, na neurose obsessiva, o recalçamento ocorre devido à necessidade de afastar uma representação intolerável, que pode reaparecer de forma desfigurada em pensamentos obsessivos ou sentimento de culpa. Esse mecanismo foi evidente na dinâmica de Fabiana, que, ao interromper a analista e resistir ao fluxo espontâneo da sessão, reforçava sua tentativa de manter controle e afastar conteúdos psíquicos angustiados (Freud, 1924).

Conforme analisado por Ribeiro (2011), o obsessivo lida com seus conflitos internos deslocando o afeto associado ao trauma inicial para ideias substitutivas. Assim, o sujeito frequentemente apresenta dúvida e um comportamento controlador como defesas contra o desprazer gerado pela emergência do inconsciente. Fabiana exemplificou isso ao projetar na terapeuta a fonte de sua ansiedade, declarando que as falas da mesma estariam contribuindo para seus problemas, embora mantivesse uma postura ambivalente, continuando as sessões.

Esse primeiro encontro ilustrou o desafio clínico de abordar resistências e a complexidade da transferência obsessiva, onde o controle do sujeito sobre o espaço terapêutico reflete a dificuldade de confiar e se entregar ao processo analítico. Apesar das resistências iniciais, o desconforto de Fabiana com sua própria posição revelava a presença de um desejo subjacente de transformação, indicando um ponto de partida crucial para o trabalho de elaboração psicanalítica.

## **Evolução do Processo Terapêutico**

### **Resistências e Transferência**

O caso de Fabiana evidencia como as resistências emergem tanto na relação transferencial quanto no comportamento do analisando diante do processo analítico. Freud, ao discutir a repetição na transferência, destaca que a compulsão à repetição substitui o recordar, especialmente em quadros marcados por resistências significativas. O autor traz que o recordar será deslocado para o atuar, quando a resistência se apresentar de maneira mais acentuada no setting (Freud, 1914). Essa dinâmica foi observada nas interrupções e silêncios de Fabiana, que expressavam um esforço inconsciente para manter o controle sobre o espaço analítico.

Por outro lado, Klein contribui com a compreensão da transferência ao explicitar como as imagos maternas internalizadas são projetadas no analista. No caso de Fabiana, sua percepção da terapeuta como uma figura potencialmente julgadora refletia fantasias persecutórias ligadas às suas experiências precoces. A exploração dessas fantasias

possibilitou que Fabiana confrontasse aspectos reprimidos de sua relação com a mãe (Klein, 1937).

### **Trabalho de Elaboração**

Freud argumenta que a superação das resistências depende da comunicação clara dessas ao paciente, permitindo que ele as reconheça conscientemente. Ele ressalta: “O médico desvela a resistência jamais reconhecida pelo paciente e a comunica a ele” (Freud, 1914). No caso de Fabiana, isso foi essencial para que ela acessasse as memórias de violência e negligência emocional, reconhecendo a profundidade de suas identificações com a figura materna.

Klein complementa essa visão ao descrever como o trabalho de elaboração, em particular a integração dos aspectos "bons" e "maus" do objeto, permite ao sujeito mover-se da posição esquizo-paranóide para a depressiva. Fabiana começou a aceitar sua ambivalência em relação à mãe, possibilitando uma reconstrução mais integrada de sua subjetividade (Klein, 1937).

### **Ampliação da Consciência**

O processo analítico culminou na ampliação da consciência de Fabiana sobre os padrões repetitivos em sua vida. Freud pontua que o tratamento analítico transforma a doença de um “assunto histórico” em um “poder atual”, que pode ser trabalhado na relação transferencial (Freud, 1914). Para Fabiana, o reconhecimento de seu medo de repetir os comportamentos da mãe com futuros filhos foi um marco significativo, indicando o início de um movimento de reparação descrito por Klein, em que o sujeito busca reconciliar-se com seus objetos internos e reparar vínculos destruídos (Klein, 1937).

### **Conclusão**

O caso de Fabiana exemplifica a riqueza e os desafios do trabalho psicanalítico em quadros de neurose obsessiva. Freud nos lembra que a compulsão à repetição é uma manifestação das resistências, mas também uma oportunidade para a transformar em material de elaboração por meio da transferência. Ele afirma: “A transferência cria uma zona intermediária entre a doença e a vida, através da qual se efetua a transição de uma para a outra” (Freud, 1914).

Klein complementa essa perspectiva ao enfatizar o papel da integração dos aspectos ambivalentes do objeto na promoção de uma subjetividade mais integrada. Fabiana, ao lidar com os conflitos relacionados à figura materna, pôde trabalhar ansiedades primitivas e avançar em direção a uma posição depressiva mais saudável, marcada pelo desejo de reparação e transformação (Klein, 1937).

Ribeiro (2011) acrescenta que, em quadros obsessivos, a rigidez e a dúvida frequentemente funcionam como defesas contra ansiedades inconscientes. O manejo analítico de Fabiana permitiu transformar essas resistências em pontos de elaboração, ampliando sua capacidade de refletir sobre sua história e criar novos significados para suas experiências (Ribeiro, 2011).

Este caso reforça a importância da escuta atenta e do manejo da transferência como ferramentas fundamentais na psicanálise, permitindo que o sujeito acesse e transforme conteúdos inconscientes profundos.

## Referências

FREUD, Sigmund. *Neurose, Psicose e Perversão*. Belo Horizonte: Autêntica, 2016.

FREUD, Sigmund. *Totem e Tabu*. In. FREUD, Sigmund. *Contribuição a história do movimento psicanalítico (1914)*. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.

FREUD, Sigmund. *Totem e Tabu*. In. FREUD, Sigmund. *O interesse da psicanálise (1912-1913)*. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.

KLEIN, M. *Amor, culpa e reparação e outros trabalhos (1921–1945)*. In. *Amor, culpa e reparação (1937)* São Paulo: UBU.

KLEIN, M. *Amor, culpa e reparação e outros trabalhos (1921–1945)*. In. *Estágios iniciais do conflito edípico (1928)* São Paulo: UBU.

RIBEIRO, M. A. C. *A neurose obsessiva*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2011 (3ª edição).

## **SOBRE OS ORGANIZADORES**

### ***Francisco Luan de Souza Carvalho***

Psicólogo e Psicoterapeuta, Mestre e doutorando em Psicologia pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR), vinculado ao Laboratório de Psicopatologia e Clínica Humanista-fenomenológica (APHETO); Especialista em Psicologia Existencial, Humanista e Fenomenológica com formação em Abordagem Centrada na Pessoa e Plantão Psicológico. Formação em Clínica Humanista-Fenomenológica com Profa. Dra. Virgínia Moreira. Professor do curso de Psicologia do Centro Universitário Ateneu e do Instituto Fratelli. Supervisor clínico; Diretor e fundador do Instituto Fratelli. Atua com a modalidade de Plantão Psicológico Humanista desde 2018, com experiência nos três níveis de atenção (primária, secundária e terciária), ministrou cursos de formação e capacitação em Plantão Psicológico e Urgência Psicológica para mais de mil estudantes, organizou e escreveu juntamente com outros plantonistas o livro “Plantão Psicológico: Diálogos Transversais”, além da escrita de artigos e outras publicações referentes a este tema. Desenvolveu e estruturou Plantões Psicológicos em Empresas, Consultórios e Clínicas-escolas, formando e supervisionando estudantes e profissionais de diversos estados do Brasil. Ministrou formação em Gestão de riscos e urgências para profissionais de saúde e gestão da PETROBRAS a nível nacional por meio da Consultoria Fratelli. Nascido em Pedra Branca-CE, reside atualmente em Fortaleza. Filho de professora e amante de rede, viagens e afetos.

### ***Dhâmaris Fonseca do Amarante***

Psicóloga Clínica (CRP 11/17528), formada pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR) e Terapeuta Sexual. Mestranda em Psicologia pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Especialização em Sexualidade Humana (CBI of Miami), Gênero e Sexualidade (FAVENI) e em Docência do Ensino Superior (FAVENI). Com Formação em Terapia Cognitivo-Comportamental, Psicoterapia Breve, Sexualidade e relacionamentos amorosos pelo Instituto Fratelli, Tanatologia pelo Instituto Escutha, Terapia Cognitiva Sexual e em Psicologia Feminista (Nupsifem). Docente no Instituto Fratelli e no Centro Universitário Ateneu (UNIATENEU). Experiência em psicoterapia, com enfoque de gênero, sexualidade e população LGBTQIPN+; em Plantão Psicológico pelo viés da Psicoterapia Breve-Focal nos mais variados públicos e enfoques; em Grupos Terapêuticos com ênfase em Psicoeducação no ambiente educacional e social pela perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental; e em supervisão clínica em TCC e em Sexualidade Humana. Interesses de estudo em Gênero, Sexualidade, Feminismo, População LGBTQIAP+, Terapia Cognitivo-comportamental e Psicologia Social.