

# CAPÍTULO 4

## A CODEPENDÊNCIA DA FAMÍLIA DO DEPENDENTE QUÍMICO

**Gabriel Luiz Abadia e Silva**, graduando de Enfermagem Faculdade Linear GO  
**Marcos Felipe Ferreira Gois**, graduando de Enfermagem Faculdade Linear GO  
**Luana Guimaraes da Silva**, Faculdade Mauá de Brasília

### RESUMO

O presente artigo apresenta os efeitos da dependência química, especificamente, em relação aos familiares do dependente, identificados como codependentes. Irá descrever e caracterizar a codependência química, tornando essa questão mais difundida na sociedade, identificando os sintomas e formas de sua manifestação, analisando o impacto na saúde dessas pessoas identificadas como codependentes, bem como o impacto no seu bem estar físico e emocional, e por fim, apresentando proposta de enfrentamento da situação, com propositura de soluções ou mesmo atenuantes. Neste sentido, o presente estudo tem o propósito de demonstrar a situação da codependência, elucidando a sua gravidade, bem como apontando caminhos para o tratamento em conjunto, a fim de que se atinja o bem estar tanto do dependente, quanto dos seus familiares, os codependentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** dependência, codependência, saúde, família.

### 1 - INTRODUÇÃO

Inicialmente, há de se esclarecer que a expressão codependência, na esfera da saúde, é uma referência às pessoas com fortes ligações emocionais com aqueles que possuem dependência física ou até mesmo psicológica de determinadas substâncias, tais como álcool e drogas ilícitas, ou ainda com pessoas que apresentem condutas desequilibradas, destrutivas ou compulsivas, como vícios em jogos, sexo, distúrbio de personalidade, dentre outros.

O termo codependência teve sua origem na década de 1970, em Minnesota, nos Estados Unidos, quando profissionais de centros de tratamentos assim referiram as pessoas que tinham suas vidas alteradas pelo sofrimento de ter um ente com dependência química.

A codependência, assim como a dependência, é muito prejudicial para todos os envolvidos, pois é o fato de “permitir” que a conduta de terceiro, afete o seu comportamento de maneira excessiva. Assim, temos que a dependência química é uma doença multiface, já que os familiares também são afetados pelo sofrimento, podendo se manifestar de várias formas, como medo, superproteção, negação e tantos outros que afetam diretamente no âmbito psicológico, fragilizando as relações familiares e interpessoais de maneira geral.

O fato de familiares desenvolverem uma preocupação constante e inarredável junto ao adicto faz com que deixem de lado seus próprios objetivos, sonhos e planos de vida, ocorrendo o que se chama de atadura emocional, ou seja, a pessoa é atrelada a patologia do outro.

Justifica-se essa abordagem, pelo fato da dependência química e seus efeitos, especialmente no seio familiar, ser um tema que se mantém extremamente atual, pois a cada dia surgem novos tipos de drogas e dependências, ressaltando a presente situação mundial, onde enfrentamos uma pandemia sem precedentes, o que faz com que as pessoas, por vezes, sintam-se mais suscetíveis e frágeis, o que estimula problemas emocionais, que desencadeiam os vícios e as suas consequências nas mais amplas formas, sendo a família, a principal afetada.

Por fim, tem-se que é imprescindível o comportamento familiar no que tange ao enfrentamento, tratamento e recuperação da pessoa com dependência química, já que são vidas interligadas, que influenciam e são influenciadas pelo fator vício. Reconhecendo a importância da família neste contexto, o presente trabalho visa identificar como a codependência se manifesta no seio familiar do dependente químico e qual o impacto gerado.

## **2 – DESENVOLVIMENTO**

A Codependência é a expressão utilizada na área da saúde para referir-se àqueles que ostentam ligações emocionais fortes com quem possua dependência de substância química, como álcool e drogas ou até mesmo de comportamento problemático ou destrutivo, como vício em jogos, sexo e outros distúrbios. É uma condição específica que envolve a parte psicológica, emocional e comportamental da pessoa, caracterizada pela dependência de um indivíduo em relação ao outro.

O codependente é aquele que permite que o comportamento do outro afete-o, sendo que é obstinado em controlar este outrem, acreditando estar ajudando-o; crê, ainda, que o seu bem estar está sujeito ao bem estar alheio (do adicto), tornando-se, assim, um dependente emocional, passando a ser complacente com os excessos do outro.

Habitualmente, o portador da codependência sobrepõe os anseios do dependente, em detrimento das suas próprias vontades, passando a anular-se para que o outro sintasse-se melhor.

Maria Alice Fontes, Psy., Ph.D, em seu artigo O que é codependência, que pode ser acessado no site: <http://plenamente.com.br/artigo.php?FhIdArtigo=84>, assim define:

A codependência é um transtorno emocional definido entre as décadas de 70 e 80, primeiramente relacionado aos familiares de dependentes químicos. Atualmente a codependência é estendida a qualquer quadro de dependência ou transtornos graves de personalidade e de conduta. A característica principal consiste na “atadura emocional”, ou seja, a pessoa se atrelada à patologia do outro, tendo uma extrema dificuldade em colocar limites para o comportamento problemático do dependente. Por exemplo, a esposa que tolera, incansavelmente, todas as consequências decorrentes do alcoolismo do marido, como perda do emprego, agressividade, irresponsabilidades, etc., ou a pessoa que suporta qualquer tipo de abuso do cônjuge por medo das chantagens emocionais feitas por ele, como por exemplo, a separação. Os codependentes são, na maior parte dos casos, pais ou cônjuges que vivem em função da pessoa dependente, assumindo e responsabilizando-se por todos os comportamentos problema desta e preocupando-se excessivamente por seu bem estar. O codependente não percebe que cuidando excessivamente do outro, ocorre um processo de auto-anulação – seus objetivos e necessidades acabam sendo esquecidos por ele mesmo. Resumindo, o sujeito *depende da dependência do outro*.

A dependência patológica, seja de substâncias, seja de comportamentos destrutivos, repercute de forma negativa e acarreta dor na vida das pessoas que convivem com o dependente. Percebe-se que toda atenção e preocupação é direcionada ao dependente, menosprezando a codependência, que também é demasiadamente nocivo a todos os envolvidos.

Essa ligação é assinalada por solicitude e cuidado em excesso para com o dependente químico, e isso gera um efeito negativo ao codependente e é marcado por etapas e sintomas que se desenvolvem de diferentes formas no contexto familiar.

O papel da família é de suma importância na vida do dependente químico e por essa razão é imprescindível que além do adicto, a família que o acompanha também tenha o alicerce e tratamento necessários à sua saúde e bem-estar.

## 2.1 – CODEPENDÊNCIA X DEPENDÊNCIA

Tendo em vista que a codependência foi devidamente conceituada acima, faz-se necessária a definição da dependência, que é a condição física e psicológica motivada pelo consumo sucessivo de substâncias psicoativas, que por sua vez, afetam o sistema nervoso.

A dependência química é tida como doença crônica provocada pela necessidade psicológica de encontrar o prazer e de se esquivar do desconforto causado pela abstinência.

A Organização Mundial de Saúde – OMS, assim define a dependência química:

“estado psíquico e algumas vezes físico resultante da interação entre um organismo vivo e uma substância, caracterizado por modificações de comportamento e outras reações que sempre incluem o impulso a utilizar a substância de modo contínuo ou periódico com a finalidade de experimentar seus efeitos psíquicos e, algumas vezes, de evitar o desconforto da privação”

O Código Internacional de Doenças (CID), especificamente, a CID 10 – F19 trata da Dependência química. Senão vejamos:

F19 – Transtornos Mentais e Comportamentais Devidos ao Uso de Múltiplas Drogas e ao Uso de Outras Substâncias Psicoativas

F19.0 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – intoxicação aguda

F19.1 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – uso nocivo para a saúde

F19.2 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – síndrome de dependência

F19.3 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – síndrome [estado] de abstinência

F19.4 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – síndrome de abstinência com *delirium*

F19.5 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – transtorno psicótico

F19.6 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – síndrome amnésica

F19.7 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – transtorno psicótico residual ou de instalação tardia

F19.8 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – outros transtornos mentais ou comportamentais

F19.9 – Transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de múltiplas drogas e ao uso de outras substâncias psicoativas – transtorno mental ou comportamental não especificado

Percebe-se, com isso, que a definição patológica da dependência é algo solidificado há bastante tempo, sendo que nos dias atuais é umas causas que mais lotam as psiquiatrias e demais profissionais da área.

Vejamos a importância de diferenciar os dois conceitos! A codependência origina-se na dependência do outro e na atadura emocional que se é criada. Percebe-se pela inclusão do sufixo “co”, que há uma referência a participação conjunta, ou seja, de certa forma, o codependente deixa de lado a sua vida e passa a viver em função do outro, que por sua vez, acostuma-se a recorrer a essa pessoa que serve de suporte, atribuindo-lhes culpa pelos seus fracassos e dissabores.

## 2.2 - SINAIS E SINTOMAS DA CODEPENDÊNCIA

O protótipo de relacionamento desenvolvido pelo codependente é de que cabe a si resgatar o outro. Assim, o medo de perder o controle da situação manifesta-se de diversas maneiras, causando prejuízos que se revelam tanto na saúde física quanto na emocional.

Baixa autoestima e autonegligência são os sintomas pioneiros, incluindo, também, tendência de se mostrar sempre solícita, independente das circunstâncias, ressaltando dificuldade de manter relações saudáveis.

É válido ressaltar que o processo de estabelecimento da codependência costuma se desenvolver em fases, sendo as mais comuns: Negação, desespero, controle e exaustão emocional.

Cumpramos ressaltar que o cuidado da família é necessário e extremamente importante no tratamento da dependência química. No entanto, é necessário distinguir conduta saudável de alicerces daqueles cuidados com implicações negativas de caráter abusivo. Para clarear tal situação, abordaremos os sinais e os sintomas da codependência.


Melody Beattie, autora pioneira e muito respeitada neste assunto, em sua obra “Codependência nunca mais”, descreveu algumas características dos codependentes, quais sejam:

- Responsabilizar-se pela outra pessoa, pelo que ela sente, o que pensa, suas ações, propensões, vontades, anseios, contentamento ou descontentamento e até pelo destino do outro;
- Desenvolver preocupação, comiseração, bem como, culpar-se quando a pessoa defronta-se com uma adversidade;
- Sentir-se obrigado a acudir a pessoa e prover uma solução;
- Contrariar-se quando seu auxílio não é eficiente;
- Imiscuir-se demais;
- Terceirizar a culpa pela situação desagradável vivenciada;
- Enfurecer-se, sentindo-se vítima, sensação de diminuído, manipulado e não apreciado;
- Sensação de insuficiência;
- Satisfazer-se na sensação de ser imprescindível a outro ser humano.

De acordo com a Dra Beattie, nem todas as maneiras de suporte, compreensão e altruísmo são reprováveis. Tal comportamento pode ser de suma importância para o enfrentamento e superação do problema quando dispensados com equilíbrio.

### **2.3 - TIPOS DE CODEPENDÊNCIA**

Com o passar dos anos houve uma ampliação do conceito de codependência; essa passou a ser relacionada não somente aos transtornos ligados a dependência química. Identificamos codependentes em diferentes contextos, como veremos a seguir, no entanto, o padrão é sempre o mesmo: Avocar a responsabilidade sobre os atos e problemas do outro, em todas as esferas da vida.



Iniciaremos com a codependência química, que já foi largamente abordada neste trabalho. Consiste no fato de o dependente ter o vício, sofrer suas consequências, passando o codependente pela mesma situação, enquanto tenta administrar o outro e estabelecer o rumo de suas ações.

A codependência afetiva está ligada a qualquer pessoa que tenha ligação emocional doentia em um tipo de relacionamento. Nesse caso, existe medo do abandono, insegurança e vontade constante de agradar. Suas ações são pautadas no ideal da pessoa com se estabeleceu essa conexão desequilibrada.

Já a codependência familiar pode surgir atrelada à existência de um quadro de dependência química. O cerne é a preponderância de um sentimento de culpa, que atinge toda a vivência familiar e faz com que um ou mais componentes desenvolvam conduta obsessiva, na busca pela reabilitação do adicto.

## **2.4 - IMPACTOS DA CODEPENDÊNCIA NA SAÚDE DAS PESSOAS**

O codependente inconsciente e compulsivamente esquece-se de si para assumir a responsabilidade do outro. Isso faz com que acumule frustrações, e a codependência, torna-se, também, uma adicção; enquanto o dependente químico precisa lutar para vencer o vício, o codependente luta para tê-lo sob controle. Isso, evidentemente, gera efeitos na sua vida em todos os aspectos, especialmente na saúde física e mental.

Comumente as pessoas codependentes desenvolvem indícios associados ao stress, tais como, dores de cabeça, gastrite, depressão, ansiedade e outros. Trata-se de uma doença emocional e comportamental, capaz de desencadear doenças sérias, além das já mencionadas, como também hipertensão, diabetes e outros males físicos.

A codependência pode ocorrer com pessoas de ambos os sexos e isso independe do intelecto, nível social ou força, contrariando o entendimento que havia antigamente onde era exclusividade do sexo feminino, sacrifícios do próprio bem estar, especialmente, emocional, com intenção de fortalecer os outros.

As autoridades de saúde chamam a atenção para a possibilidade de ocorrência da codependência em profissionais que trabalham com dependentes, especialmente de profissionais da enfermagem, do serviço social e os próprios terapeutas.

Lado outro, há quem entenda que apesar de causar sofrimento, a codependência, pode, também, ser um motivo de autoestima e ser uma qualidade particular a pessoa interromper

suas próprias ocupações para responder ao apelo alheio, porque quer agradar e isso a faz sentir uma pessoa melhor. Mas é fato que isso gera uma expectativa de que o outro retribuirá e quando isso não ocorre a desencadeia a frustração.

## 2.5 – TRATAMENTOS

A codependência, assim como a dependência química, é uma doença crônica, na qual é preciso estar constantemente alerta à possibilidade de uma recaída. É uma espécie de ciclo vicioso em que quando o adicto se recupera, os sinais apresentados pelo codependente também se amenizam.

No entanto, tem-se um processo, onde é de suma importância identificar e reconhecer o que dispara os gatilhos e preservar-se de atitudes que levem a pessoa novamente ao comportamento disfuncional.

A *Codependência* somatiza os problemas e pode desencadear situação culminante como a depressão, que muitas vezes leva ao suicídio.

Grupos de ajuda para familiares de dependentes é a forma inicial de enfrentamento e tratamento da situação. Esses grupos objetivam, principalmente, a reversão do quadro, com orientações aos familiares quanto aos comportamentos mais saudáveis a serem adotados perante o adicto. A conscientização e aceitação do problema é primeiro passo para se obter resultados.

Os grupos de autoajuda tem um papel fundamental na codependência e no processo de recuperação, no entanto, a terapia familiar e até mesmo a psicoterapia não poderão ser descartadas, já que por vezes é necessária a administração de antidepressivos e ansiolíticos.

O CoDA – Codependentes anônimos, é uma espécie de plataforma com doze etapas, com origem no Arizona, nos EUA, no formato do AA – Alcoólicos Anônimos, e teve uma aceitação e adesão muito grande no Brasil. Tais passos visam desenvolver relacionamentos funcionais e saudáveis nas pessoas e podem ser encontrados, juntamente com muitas informações sobre o tema, no site oficial do CoDA “(<https://codabrasil.org.br/>)”. Sustenta, primordialmente, o bem estar individual e entende como essencial para fazer parte da associação o “querer real” de vivência saudável e aprazível. Não têm propósito financeiro, apenas espiritual. Os grupos são autossustentáveis, não manifestam em questões estranhas à “irmandade”, tampouco se envolvem conflitos gerais. O anonimato é princípio básico.

*A American Society of Addiction Medicine, que é uma organização que representa profissionais médicos americanos especializados em prevenção e tratamento da dependência e sugere o tratamento da codependência em três fases, variando o grau de intervenção de acordo com as necessidades da família. Na primeira fase trabalha-se a negação e busca a interrupção do consumo de substâncias. Já na segunda fase previne-se as recaídas e estabiliza a família. E por fim, na terceira fase, trabalha-se a intimidade, nos aspectos emocional e sexual.*

### **3 - CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo demonstrou a importância de a codependência química ser vista como problema psicossocial, mas também como patologia. As pesquisas para o presente trabalho assim o demonstraram, já que as pessoas ouvidas alegam que além de ter abalado o seu lado emocional, a somatização ocorrida na referida situação desencadeia doenças crônicas, sendo a hipertensão, a mais comum.

As informações colhidas através da literatura e junto aos familiares de portadores da dependência química entrevistados neste estudo possibilitaram demonstrar que estas pessoas passam a sofrer de problemas de saúde física e emocional, devido à preocupação ou até mesmo medo a que são expostos em virtude do vício que é acometido o ente querido.

Restou provado que tão importante quanto tratar o “doente origem” (dependente químico), é tratar aqueles que também são contaminados pelo vício, de maneira indireta.

Neste sentido, a presente pesquisa respondeu ao problema apresentado, sugeriu meios para ajudar as pessoas que passam por esse dilema, partindo de situações práticas que tivemos a oportunidade de vivenciar, especialmente, pelas entrevistas realizadas junto aos familiares dos adictos.

### **REFERÊNCIAS**

BEATTIE, Melody. Co-dependência Nunca Mais. Rio de Janeiro: Record, 2003.

BEATTIE, Melody. Para além da codependência. Rio de Janeiro: Best Seller, 4ª Edição, 2012

MOREIRA, F. G. (Org.). Panorama atual de drogas e dependências. São Paulo: Editora Atheneu, 2006

SILVEIRA, D. X. Drogas, uma compreensão psicodinâmica das farmacodependências. São Paulo: Ed. Casa do Psicólogo, 1995

SILVEIRA FILHO, D. X.; MOREIRA, F. G. Panorama atual de drogas e dependências. São Paulo: Atheneu, 2006.



### **Artigos:**

Ballone GJ – Codependência – in. PsiquWeb, disponível em <http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=24>, acesso em 15 de setembro de 2020

Maria Alice Fontes - O que é codependência?, disponível em <http://www.plenamente.com.br/artigo.php?FhIdArtigo=84>, acesso em 28 de agosto de 2020

Maria Alice Fontes - O que é a Dependência Química? Tipos de drogas, efeitos e tratamentos, disponível em [http://www.cemp.com.br/arquivos/98752\\_66.pdf](http://www.cemp.com.br/arquivos/98752_66.pdf), acesso 28 de agosto de 2020

### **Sites:**

<https://codabrasil.org.br/o-que-e-codependencia/>, acesso em 28 de setembro de 2020.

<https://www.medicinanet.com.br/cid10.htm>, acesso em 02 de outubro de 2020.

<http://plenamente.com.br/artigo.php?FhIdArtigo=84>, acesso em 25 de março de 2021