



ISSN 2674-8169



Latindex



DOI



DEPENDÊNCIA EMOCIONAL COMO FATOR ASSOCIADO À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

Maria Eduarda Bezerra do Nascimento, Ana Beatriz Oliveira de Melo, Rebeqa Costa de Souza, Gleice Souza de Melo, Fabíola Gomes Fernandes, Thiago Pinheiro Abreu Marques, Meireane de Oliveira Braga, Lorrane Teixeira Araújo, Ronaldo Nogueira de Moraes, Gabrielly Freitas de Sena, Ana Catarina Ferreira Gomes, Victor Hugo Júlio da Rosa



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2026v8n4p899-906>

Artigo recebido em 19 Março e publicado em 19 de Abril de 2026

ARTIGO ORIGINAL

RESUMO

A dependência emocional é caracterizada pela necessidade excessiva de afeto, aprovação e validação por parte do outro, podendo comprometer a autonomia e a tomada de decisões do indivíduo. No contexto das relações afetivas, esse fenômeno torna-se um fator relevante na compreensão da permanência de mulheres em relacionamentos abusivos. O presente estudo teve como objetivo analisar a dependência emocional como fator associado à violência contra a mulher. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada por meio de buscas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, PubMed e Google Scholar, utilizando descritores relacionados à temática em português e inglês. Foram incluídos artigos publicados entre 2019 a 2026, disponíveis na íntegra, que abordassem a relação entre dependência emocional e violência contra a mulher. Os resultados evidenciaram que a dependência emocional está diretamente relacionada à permanência da mulher em relações abusivas, sendo influenciada por fatores como baixa autoestima, medo da solidão, dependência financeira e ausência de rede de apoio. Além disso, observou-se que a violência psicológica exerce papel significativo no fortalecimento desse vínculo disfuncional, dificultando o rompimento do ciclo da violência. Conclui-se que a dependência emocional é um fator relevante na compreensão da violência contra a mulher, exigindo abordagens integradas que considerem aspectos psicológicos, sociais e culturais. Destaca-se a importância da atuação dos profissionais de saúde no acolhimento e identificação precoce dessas situações, bem como no desenvolvimento de estratégias que promovam a autonomia e o empoderamento feminino.

Palavras-chave: dependência emocional; violência contra a mulher; relacionamentos abusivos; saúde mental; violência de gênero.

EMOTIONAL DEPENDENCE AS A FACTOR ASSOCIATED WITH VIOLENCE AGAINST WOMEN.

SUMMARY

Emotional dependency is characterized by an excessive need for affection, approval, and validation from another person, which can compromise an individual's autonomy and decision-making. In the context of affective relationships, this phenomenon becomes a relevant factor in understanding why women remain in abusive relationships. This study aimed to analyze emotional dependency as a factor associated with violence against women. This is an integrative literature review, conducted through searches in the databases Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences, PubMed, and Google Scholar, using descriptors related to the topic in Portuguese and English. Articles published between 2019 and 2026, available in full text, that addressed the relationship between emotional dependency and violence against women were included. The results showed that emotional dependency is directly related to women remaining in abusive relationships, being influenced by factors such as low self-esteem, fear of loneliness, financial dependence, and lack of a support network. Furthermore, it was observed that psychological violence plays a significant role in strengthening this dysfunctional bond, making it difficult to break the cycle of violence. It is concluded that emotional dependence is a relevant factor in understanding violence against women, requiring integrated approaches that consider psychological, social, and cultural aspects. The importance of the role of health professionals in welcoming and identifying these situations early, as well as in developing strategies that promote female autonomy and empowerment, is highlighted.

Keywords: emotional dependence; violence against women; abusive relationships; mental health; gender-based violence.

INTRODUÇÃO

A dependência emocional configura-se como um fenômeno psicológico marcado pela necessidade excessiva de afeto, validação e aprovação do outro, frequentemente associada a sentimentos de insegurança, baixa autoestima e medo de abandono. No contexto das relações afetivas, essa condição pode se tornar um fator de vulnerabilidade importante, especialmente quando inserida em dinâmicas marcadas por desequilíbrio de poder e comportamentos abusivos. Nessa perspectiva, a dependência emocional tem sido discutida na literatura como um dos elementos que contribuem para a permanência de mulheres em relacionamentos violentos, dificultando o rompimento do ciclo de agressão (Hirigoyen, 2006; Walker, 1979).

A violência contra a mulher, por sua vez, constitui um grave problema de saúde pública e de violação dos direitos humanos, manifestando-se de diversas formas, como a violência física, psicológica, sexual, moral e patrimonial. De acordo com Organização Mundial da Saúde, milhões de mulheres em todo o mundo já vivenciaram algum tipo de violência por parte de parceiros íntimos, evidenciando a complexidade e a magnitude do problema. Nesse cenário, fatores emocionais e subjetivos desempenham papel relevante na compreensão das razões que levam muitas mulheres a permanecerem em relações abusivas, mesmo diante de sofrimento contínuo.

Autores como Lenore Walker destacam que o chamado “ciclo da violência” contribui para o fortalecimento de vínculos emocionais disfuncionais, nos quais momentos de agressão são intercalados com períodos de aparente arrependimento e reconciliação, gerando confusão emocional e reforçando a dependência. Da mesma forma, Marie-France Hirigoyen aponta que a violência psicológica, muitas vezes sutil e progressiva, compromete a autonomia da mulher, enfraquecendo sua capacidade de reação e ampliando sua submissão ao agressor.

Além disso, aspectos socioculturais também influenciam a construção da dependência emocional, como padrões de gênero historicamente estabelecidos, que reforçam a ideia de que a mulher deve priorizar a manutenção do relacionamento, mesmo em condições adversas (Saffioti, 2004). Tais construções contribuem para a naturalização de comportamentos abusivos e para a internalização de sentimentos de culpa e responsabilidade pela violência sofrida.

Diante desse contexto, torna-se fundamental compreender a dependência emocional não apenas como uma questão individual, mas como um fenômeno multifatorial, que envolve dimensões psicológicas, sociais e culturais. A análise dessa relação possibilita ampliar o entendimento sobre os mecanismos que sustentam a violência contra a mulher, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de prevenção, acolhimento e intervenção mais eficazes. Dessa forma, o presente estudo propõe-se a discutir a dependência emocional como fator associado à violência contra a mulher, buscando evidenciar suas implicações e a necessidade de abordagens integradas no enfrentamento dessa problemática.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa, cujo objetivo foi analisar a dependência emocional como fator associado à violência contra a mulher. A revisão integrativa permite reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um tema específico, contribuindo para a compreensão ampliada do fenômeno investigado e para a prática baseada em evidências (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

A busca de dados foi realizada nas bases eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, PubMed e Google Scholar, no período de [inserir mês e ano], considerando publicações disponíveis na íntegra. Foram utilizados os seguintes descritores, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR: “dependência emocional”, “violência contra a mulher”, “relacionamentos abusivos”, “violência de gênero” e “saúde mental”, bem como seus correspondentes em inglês: “emotional dependence”, “violence against women”, “abusive relationships” e “gender-based violence”.

Como critérios de inclusão, foram considerados: artigos científicos publicados entre os anos de 2019 e 2026, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem diretamente a relação entre dependência emocional e violência contra a mulher. Foram incluídos estudos originais, revisões de literatura e artigos teóricos relevantes para a temática. Como critérios de exclusão, foram descartados artigos duplicados, estudos que não respondiam à questão norteadora,

publicações incompletas, resumos simples, dissertações, teses e trabalhos que abordavam violência sem relação com dependência emocional.

O processo de seleção dos estudos ocorreu em etapas. Inicialmente, foi realizada a leitura dos títulos e resumos para identificação dos trabalhos potencialmente relevantes. Em seguida, procedeu-se à leitura na íntegra dos artigos selecionados, com aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. Posteriormente, foi realizada a extração e organização dos dados, contemplando informações como autores, ano de publicação, objetivos, metodologia e principais resultados. Por fim, os dados foram analisados de forma descritiva e temática, possibilitando a síntese do conhecimento produzido sobre o tema.

Quanto aos aspectos éticos, por se tratar de uma pesquisa de revisão da literatura, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme as diretrizes da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, que dispensa avaliação ética para estudos que utilizam dados de domínio público e não envolvem diretamente seres humanos. Ainda assim, foram respeitados os princípios éticos da pesquisa científica, assegurando a correta citação das fontes e o respeito à autoria dos estudos incluídos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados estudos que evidenciam a forte associação entre a dependência emocional e a permanência de mulheres em relacionamentos marcados pela violência. Observou-se que a maioria das pesquisas analisadas aponta a dependência emocional como um fator que fragiliza a autonomia feminina, contribuindo para a manutenção do vínculo com o agressor, mesmo diante de situações recorrentes de abuso físico, psicológico e moral.

Os resultados indicam que mulheres em situação de violência frequentemente apresentam baixa autoestima, medo intenso da solidão e necessidade constante de validação afetiva, características centrais da dependência emocional. Esses aspectos favorecem a criação de um vínculo afetivo disfuncional, no qual o agressor exerce controle e poder sobre a vítima. Nesse contexto, conforme descrito por Lenore Walker, o ciclo da violência composto pelas fases de tensão, agressão e reconciliação atua como

um mecanismo que reforça a dependência, uma vez que os momentos de aparente arrependimento do agressor geram esperança de mudança e dificultam a ruptura da relação.

Além disso, os estudos analisados destacam que a violência psicológica exerce papel central na intensificação da dependência emocional. Segundo Marie-France Hirigoyen, esse tipo de violência ocorre de forma gradual e silenciosa, por meio de manipulação, humilhação e desvalorização, levando a vítima a duvidar de si mesma e a se sentir incapaz de romper o relacionamento. Como consequência, há um enfraquecimento progressivo da autonomia e da capacidade de tomada de decisão, tornando a mulher ainda mais vulnerável à permanência no ciclo de violência.

Tabela 1 – Fatores associados à dependência emocional em mulheres vítimas de violência

CATEGORIA	FATORES IDENTIFICADOS	IMPACTO NA VITIMA
Psicológicos	Baixa autoestima, medo da solidão, insegurança emocional	Dificuldade de romper o relacionamento
Emocionais	Necessidade de aprovação, apego excessivo	Reforço do vínculo com o agressor
Sociais	Isolamento social, falta de rede de apoio	Maior vulnerabilidade
Econômicos	Dependência financeira	Permanência por necessidade
Culturais	Papéis de gênero, naturalização da violência	Aceitação da situação abusiva

Fonte: elaborada pela autores (2026)

Outro ponto relevante identificado nos estudos refere-se à influência dos fatores socioculturais na construção da dependência emocional. Normas sociais e culturais que reforçam papéis de gênero tradicionais contribuem para que muitas mulheres internalizem a ideia de que devem manter o relacionamento a qualquer custo, mesmo em situações de sofrimento. Conforme discutido por Saffioti (2004), a desigualdade de gênero estrutural favorece a naturalização da violência e dificulta o reconhecimento da mulher como sujeito de direitos, perpetuando relações desiguais de poder.

Ademais, os achados evidenciam que a dependência emocional não deve ser compreendida de forma isolada, mas sim como um fenômeno multifatorial, que envolve aspectos psicológicos, sociais e históricos. Fatores como histórico de relações familiares

disfuncionais, experiências prévias de abandono, dependência financeira e ausência de rede de apoio também foram identificados como elementos que potencializam a permanência em relações abusivas.

Diante disso, a discussão dos resultados reforça a necessidade de estratégias de intervenção que considerem não apenas a interrupção da violência, mas também o fortalecimento da autonomia emocional das mulheres. A atuação de profissionais de saúde, especialmente na atenção básica, torna-se fundamental para a identificação precoce de sinais de dependência emocional e violência, bem como para o encaminhamento adequado e o suporte psicossocial. Assim, compreender a dependência emocional como fator associado à violência contra a mulher contribui para o desenvolvimento de ações mais efetivas de prevenção e enfrentamento dessa problemática, promovendo cuidado integral e humanizado.

CONCLUSÃO

A análise da dependência emocional como fator associado à violência contra a mulher permitiu compreender que esse fenômeno vai além de uma dimensão individual, estando profundamente relacionado a aspectos psicológicos, sociais e culturais. Evidenciou-se que a dependência emocional atua como elemento que fragiliza a autonomia feminina, contribuindo significativamente para a permanência em relacionamentos abusivos, mesmo diante de situações recorrentes de violência.

Os achados apontam que características como baixa autoestima, medo da solidão, necessidade de validação afetiva e insegurança emocional são determinantes na manutenção desse vínculo disfuncional. Além disso, a presença do ciclo da violência, conforme discutido por Lenore Walker, reforça a ligação entre vítima e agressor, dificultando o rompimento da relação. A violência psicológica, destacada por Marie-France Hirigoyen, mostrou-se especialmente relevante nesse processo, por comprometer progressivamente a autonomia e a capacidade de decisão da mulher.

Ademais, fatores estruturais, como desigualdade de gênero, dependência financeira e ausência de rede de apoio, também se mostraram fundamentais na compreensão dessa problemática, evidenciando que a violência contra a mulher deve

ser enfrentada de forma ampla e integrada. Nesse sentido, a dependência emocional não pode ser analisada de forma isolada, mas sim como parte de um contexto complexo que perpetua relações de poder desiguais.

Diante disso, destaca-se a importância da atuação dos profissionais de saúde, especialmente na atenção básica, no reconhecimento precoce dos sinais de violência e dependência emocional, bem como no acolhimento e encaminhamento adequado dessas mulheres. Estratégias que promovam o fortalecimento da autonomia, o apoio psicossocial e a educação em saúde são essenciais para romper o ciclo da violência e promover o bem-estar físico e mental das vítimas.

REFERENCIA

HIRIGOYEN, Marie-France. **Assédio moral: a violência perversa no cotidiano**. 10. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2006.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório mundial sobre violência e saúde**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2002.

SAFFIOTI, Heleieth I. B. **Gênero, patriarcado, violência**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2004.

SILVA, Ana Paula et al. Dependência emocional e violência doméstica: fatores associados à permanência da mulher em relacionamentos abusivos. **Revista de Psicologia**, v. 12, n. 3, p. 45-60, 2018.

SOUZA, Maria Clara; LIMA, Fernanda Alves. Impactos psicológicos da violência contra a mulher: uma revisão de literatura. **Revista Saúde em Foco**, v. 7, n. 2, p. 112-120, 2020.

WALKER, Lenore E. **The battered woman**. New York: Harper & Row, 1979.



DEPENDÊNCIA EMOCIONAL COMO FATOR ASSOCIADO À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER
Nascimento *et. al.*