



CO-DEPENDÊNCIA E DEPENDÊNCIA DO VÍNCULO AFETIVO UMA REVISÃO ACERCA DE SEUS EFEITOS NOS FAMILIARES.

Oliveira, Ednéia Maria; ¹

Martins, Tamara Silva; ²

Paiva, Edilaine Teixeira;³

RESUMO

O estudo em questão aborda uma revisão de literatura sobre o tema co-dependência e dependência do vínculo afetivo, dos impactos ocasionados quando um membro da família assume o papel de cuidador e se envolve profundamente nas dificuldades e problemas de outro membro, frequentemente alguém que está enfrentando um vício, como o consumo excessivo de álcool e drogas. O principal objetivo da pesquisa se fundamenta em analisar e evidenciar o conceito de codependência e dependência do vínculo afetivo dos impactos negativos e significativos que ocorrem no âmbito emocional, social e físico dos indivíduos afetados, bem como expor a importância de quebrar os padrões de codependência e adquirir a habilidade de estabelecer relacionamentos equilibrados e saudáveis. Nesse contexto, é evidente a falta de informações e conhecimento atualmente disponíveis sobre o assunto. Apesar de o estudo ter um enfoque específico, também são abordadas as contribuições que os grupos de apoio podem oferecer às pessoas que estão enfrentando essa condição emocional. Compreende-se que somente por meio da disseminação de conhecimento científico relacionado a esse tema, se torna possível ao indivíduo aprimorar a detecção de sintomas concernentes a co-dependência e dependência do vínculo afetivo, assim como a busca de ajuda e suporte em grupos de apoio.

Palavras chaves: codependência, dependência do vínculo afetivo, grupos de apoio,

ABSTRACT

The study in question addresses a literature review on the topic of co-dependency and dependency on emotional bonds, the impacts caused when a family member takes on the role of caregiver and becomes deeply involved in the difficulties and problems of another member, often someone who is facing addiction, such as excessive alcohol and drug consumption. The main objective of the research is to analyze and highlight the concept of codependency and dependency on emotional bonds, the negative and significant impacts that occur in the emotional, social, and physical aspects of the affected individuals, as well as to emphasize the importance of breaking codependent patterns and acquiring the ability to establish balanced and healthy relationships. In this context, the lack of information and knowledge currently available on the subject is evident. Despite the study having a specific focus, it also addresses the contributions that support groups can offer to individuals facing this emotional condition. It is understood that only through the dissemination of scientific knowledge related to this topic, individuals can improve the detection of symptoms related to co-dependency and dependency on emotional bonds, as well as seek help and support in support groups.

Keywords: codependency, dependency on emotional bonds, support groups.

¹ Acadêmica do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT – da Sociedade Cultural e Educacional de Itapeva. edneiamariadeoliveira@alunos.fait.edu.br.

² Acadêmica do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT – da Sociedade Cultural e Educacional de Itapeva, tamarasilvamartins@alunos.fait.edu.br.

³ Docente do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT – da Sociedade Cultural e Educacional de Itapeva. edilaineapaiva@professor.fait.edu.br



Introdução

A co-dependência pode ser considerada um transtorno emocional que é comumente observado em familiares e indivíduos que convivem diretamente com pessoas que sofrem de dependência química, jogadores compulsivos ou transtornos de personalidade. O codependente pode ser qualquer indivíduo que esteja em contato direto com o dependente químico, podendo ser familiares, amigos, vizinhos, cuidadores entre outros (Sobral e Pereira, 2012).

É evidente uma carência de informações na literatura sobre o tema, uma das principais autoras que se dedicou ao tema foi Melody Beattie escritora do best seller CODEPENDÊNCIA NUNCA MAIS, após cinco anos, e com seu casamento já concluído, finalmente deu vida à sua ideia, sem ter conhecimento especializado no assunto, dependendo apenas da sua experiência pessoal, o livro intitulado "Codependency Never Again" estava começando a tomar forma (Battie, 2013).

De acordo com Vasconcelos e Prati 2013, em 1979 quando surgiu a palavra co-dependência a ideia era que codependentes (co alcoólicos ou para alcoólicos) eram pessoas cuja vida se tornará incontrolável como resultado de viverem num relacionamento comprometido com um alcoólico.

É importante ressaltar que a co-dependência pode ser mais comum do que a maioria das pessoas percebem. Um sintoma clássico é o excessivo cuidado com os outros, que muitas vezes representa uma transferência de foco do indivíduo que não consegue lidar adequadamente com suas próprias limitações e emoções. (Silva et al, 2018)

Neste sentido Sirvent 2000, acredita que uma investigação aprofundada do tema possa contribuir para que indivíduos compreendam melhor o processo de co-dependência, e possam dessa forma buscar uma melhor qualidade de vida, do mesmo modo a pesquisa pretende trazer a compreensão aprofundada dos impactos nos indivíduos afetados, bem como a relevância dos grupos de apoio como um auxílio no processo de cura.

De acordo Melo, 2017, os impactos da co-dependência podem ser observados em várias áreas da vida da pessoa afetada: Saúde emocional: podendo levar a problemas de saúde mental, como ansiedade, depressão, baixa autoestima e



dificuldade em estabelecer limites saudáveis nos relacionamentos; vida social: indivíduos codependentes tendem a colocar as necessidades dos outros antes das suas próprias, o que pode resultar em isolamento social, falta de hobbies e interesses próprios, e dificuldade em estabelecer e manter relacionamentos saudáveis.

Co-dependência é uma doença de perda da autoestima e pode ser definida como qualquer sofrimento ou disfunção que seja associada ou resulte em focar nas necessidades e comportamentos dos outros. Codependentes ficam tão preocupados com os outros que negligenciam suas próprias necessidades (Humberg l.v 2003 apud Whitfield, 1997)

Este trabalho foi elaborado com base em Revisão exploratória do tipo revisão sistemática de conteúdo buscando obter maior conhecimento sobre o conceito da co-dependência. Para isso, foram utilizadas as plataformas científicas de circulação nacional e internacional, SCIELO, GOOGLE ACADÊMICO, PEPSIC e consultas realizadas em outras bases de dados. A revisão sistemática foi realizada com os seguintes descritores: dependência química, co-dependência, dependência emocional e dependência de vínculo afetivo. O período de 2011 a 2023 foi selecionado para a pesquisa, devido à dificuldade em encontrar trabalhos recentes sobre o tema em questão. Embora a busca por informações atualizadas seja uma prática comum em pesquisas acadêmicas, nem sempre é possível obter acesso a artigos, livros e outras publicações recentes devido a limitações de acesso ou às restrições de tempo.

Ao expandir o período de pesquisa, é possível aumentar as chances de encontrar trabalhos relevantes e úteis, embora essas publicações possam não ser as mais recentes, elas ainda podem ser valiosas para a compreensão do tema em estudo. Além disso, é importante notar que muitos conceitos e teorias não mudam profundamente ao longo do tempo. Portanto, mesmo que as publicações encontradas sejam mais antigas, elas ainda podem fornecer uma base sólida e relevante.



Desenvolvimento

Dependência Química

O consumo de drogas atualmente é visto como um sério e complexo desafio de saúde pública, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a dependência química é uma condição crônica e recorrente de natureza multifatorial, caracterizada pelo uso compulsivo de substâncias psicoativas, como álcool, tabaco, drogas ilícitas ou medicamentos. Essa condição é marcada por mudanças no funcionamento do cérebro, que afetam o controle do uso da substância, a motivação e o processamento de recompensa. A dependência química é considerada uma doença, pois causa prejuízos significativos na saúde física, mental e social do indivíduo afetado e de quem convive com ele.

Silva et al 2020, relata em seu estudo que o vício em substâncias químicas muitas vezes leva o dependente a negligenciar suas responsabilidades familiares e afetivas, o que acaba enfraquecendo os laços afetivos e a confiança entre os membros da família. Os familiares podem sentir-se culpados e envergonhados pela dependência química do indivíduo, o que pode contribuir para o desenvolvimento de problemas emocionais e psicológicos.

De acordo com a Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10), a dependência química é classificada como um transtorno mental e comportamental devido ao uso de substâncias psicoativas sendo subdividida em três categorias principais:

1. Transtornos mentais e comportamentais devido ao uso de substâncias psicoativas: inclui o uso nocivo (mas não a dependência) de substâncias, além da síndrome de dependência.
2. Síndrome de dependência: caracterizada pela necessidade compulsiva de consumir a substância, controle deficiente do consumo, síndrome de abstinência e tolerância.
3. Transtornos mentais e comportamentais induzidos por substâncias: engloba transtornos psicóticos, transtornos do humor, transtornos de ansiedade,

transtornos delirantes e transtornos do sono, entre outros, que são induzidos pelo uso de substância.

De acordo com Dias et al. 2021 é fundamental reconhecer o papel essencial dos familiares na recuperação de usuários de dependência química. No entanto, o desgaste enfrentado diariamente os expõe a vulnerabilidades físicas e psicológicas. Em muitos momentos, eles se sentem impotentes devido à escassez de informações recebidas e à falta de preparo percebida, resultado da limitada rede de apoio disponível para fortalecer suas estratégias de enfrentamento. Isso justifica por que os familiares podem se tornar potenciais "doentes", sujeitos ao risco de desenvolver comorbidades biopsicossociais, como a co-dependência .

Adotar uma abordagem integrativa para tratar a dependência química, envolvendo tanto o usuário de substâncias quanto seus familiares, amplia significativamente as chances de recuperação da doença e aprimora as habilidades necessárias para a promoção do bem-estar. Isso, por sua vez, tem um impacto positivo na qualidade de vida da família como um todo. (Moreira, et al. 2015).

Dependência Emocional

Sugere-se que uma relação de dependência pode ser descrita por quatro elementos distintos: motivacional, afetivo, comportamental e cognitivo. O componente motivacional está relacionado à necessidade de apoio, orientação e validação por parte do indivíduo. O segundo elemento, afetivo, diz respeito à ansiedade que a pessoa sente quando confrontada com situações que exigem ação independente. O componente comportamental aborda a inclinação para buscar assistência de outras pessoas e demonstrar submissão nas interações interpessoais. O último elemento refere-se à percepção do sujeito de sua própria impotência e ineficácia. (Bution e Wechsler, 2016).

Para o autor a dependência emocional se manifesta como um vínculo afetivo excessivo, que pode ocorrer não apenas em relacionamentos românticos, mas também em relações familiares e de amizade. Essa pessoa tem dificuldade em



encontrar felicidade por conta própria, pois ela busca constantemente a felicidade, o amor, a aprovação e a realização nos outros, dependendo das ações e palavras dos outros para se sentir completa e satisfeita.

Para Santos et al 2020 a dependência emocional surge em situações de relacionamentos autênticos e se manifesta como um transtorno que estabelece um padrão crônico de comportamento, resultando em um sentimento constante de insatisfação que só encontra alívio por meio de interações interpessoais. Esse estado gera uma necessidade doentia de atenção e afeto.

Co-dependência e Dependência do Vínculo Afetivo

Para Carvalho e Negreiros 2011, a maioria dos indivíduos codependentes provém de famílias disfuncionais e conflituosas, caracterizadas por uma notável fragilidade emocional que contribui para o desenvolvimento da dependência emocional entre seus membros. Em muitos casos, o codependente cresceu em um ambiente carente de amor, apoio, aceitação, segurança, consistência e harmonia familiar. Foi comum encontrar rigidez em regras, críticas excessivas, abusos psicológicos e, por vezes, até mesmo abusos físicos. Portanto, é geralmente na infância que a co-dependência começa a se instalar.

Jaber, 2018 ressalta que a co-dependência, faz com que o indivíduo assuma o papel de salvador se anulando para buscar resolver as questões do adicto, as tentativas frustradas de salvar o outro vão adoecendo o indivíduo, a necessidade de controlar o outro se assemelha a necessidade do dependente químico de fazer uso da substância. Assim como o indivíduo vai deixando de lado sua vida e passa a viver em função do adicto, bem como o adicto vive em função do uso, tal dependência pode ocorrer principalmente em relacionamentos afetivos que podem incluir cônjuges, pais e filhos, irmãos ou amigos íntimos. A pessoa que se torna condicionada ao dependente químico geralmente sente uma necessidade constante de cuidar e ajudar, muitas vezes em detrimento de si mesma.

A dependência de vínculo afetivo com um dependente químico corresponde a uma situação em que o indivíduo se sente emocionalmente ligado e dependente de alguém que está lutando contra o vício em drogas ou álcool, independentemente se



este é um ente querido ou não. Os familiares dos dependentes químicos apresentam uma dependência, não de drogas mas do vínculo que têm com esse dependente químico (Humberg, 2003).

De acordo com Machado e Romanha, 2020, a dependência de vínculo afetivo pode ser alimentada por diversos fatores podendo incluir a culpa, o medo de que o dependente se machuque ou a crença de que é responsabilidade que é a sua responsabilidade cuidar do outro. Esse apego emocional frequentemente se torna uma relação de co-dependência, na qual ambas as partes estão presas em um ciclo vicioso de comportamentos destrutivos. No entanto, é importante ressaltar que a dependência de vínculo afetivo com um dependente químico, pode ser prejudicial tanto para a pessoa que está nessa situação quanto para o próprio dependente.

Algumas características frequentemente observadas em indivíduos co-dependentes incluem: experimentar ansiedade, culpa e pena; sentir-se compelido a resolver os problemas dos outros e ficar frustrado quando sua ajuda não é eficaz; envolver-se excessivamente na vida dos outros; escolher permanecer nessa situação, mas culpar terceiros por isso; acreditar que a outra pessoa está afetando sua sanidade mental; ter baixa autoestima e assumir um papel de vítima; não se considerar bom o suficiente e contentar-se em satisfazer as necessidades dos outros esse sentimentos se petrificam ao longo de suas vidas o que dificulta sua identificação, pois pode ser visto como sua personalidade Diante disso, o apoio e a compreensão podem desempenhar um papel crucial na promoção da mudança, uma vez que o codependente habitualmente acredita ser o responsável pelos sentimentos, pensamentos ou ações da outra pessoa. (Patias et al, 2022).

Alternativas de Suporte e Apoio

A tecnologia dos grupos de apoio/suporte tem sido amplamente adotada por profissionais de saúde, pois auxilia na redução da solidão e do isolamento social, permitindo a troca de experiências e a reflexão. A eficácia desses grupos reside na criação de um ambiente seguro onde os membros podem compartilhar suas vivências e sentimentos, confiantes de que serão compreendidos pelos demais participantes. Nesse sentido, é possível afirmar que o engajamento em grupos de



apoio, tanto do dependente quanto do codependente, se torna crucial, pois ambos terão condições de superarem suas desordens emocionais. (Alvarez et al, 2012)

Para eficácia no trabalho com as famílias, é fundamental que os profissionais estejam preparados para lidar com a codependência. Isso implica levar em consideração a história de vida da família e todos os fatores envolvidos, proporcionando uma compreensão mais profunda do funcionamento familiar. É essencial notar que o comportamento permissivo do codependente, que muitas vezes prioriza as necessidades dos outros em detrimento das suas próprias, cria um ambiente que dificulta o dependente assumir a responsabilidade por suas ações. Isso, por sua vez, pode impedir que o dependente reconheça sua condição e busque o tratamento necessário. (Silva et. al, 2019)

Alvarez et al. 2012 ainda ressalta que os grupos de apoio/suporte também oferecem a oportunidade de aprender novos comportamentos em um ambiente de compartilhamento e aceitação mútua. Portanto, eles se apresentam como uma ferramenta terapêutica valiosa para lidar com pessoas que enfrentam situações de crise, visando promover coesão e apoio, elevando a autoestima e a autoconfiança de seus membros.

Neste contexto Silva 2008, destaca que os grupos de apoio, Codependentes Anônimos (CoDA) e o Mada (Mulheres que Amam Demais Anônimas), nestes grupos os participantes se conscientizam de seus comportamentos controladores compulsivos e começam a perceber que buscam relacionamentos repletos de angústia.

Seguindo o princípio de Giddens 2016, "Aprender a Cultivar Relacionamentos Saudáveis", os Codependentes Anônimos adotam uma abordagem semelhante à do Alcoólicos Anônimos (AA): viver um dia de cada vez, guiados por alguns "princípios", com a ênfase fundamental em priorizar a própria recuperação.

Vale ressaltar a importância de se buscar ajuda e apoio para lidar com a codependência, seja através de terapia individual, terapia de casal ou grupos de apoio. Pois nesse aspecto se faz necessário aprender a estabelecer limites e cuidar de si mesmo, ainda que isso implique em se afastar temporariamente do dependente químico, o processo de cura se inicia com a renúncia da presunção de acreditar que alguém pode mudar a vida do outro. Vale destacar que cada caso tem a sua

individualidade e que cada pessoa lida com a dependência de vínculo afetivo de maneira diferente. Portanto, é fundamental buscar ajuda profissional para entender e aprender a lidar com a situação de forma adequada. (Cyrino et al.,2016).

Considerações Finais.

Indivíduos que estão presos na dinâmica da co-dependência e da dependência do vínculo afetivo com frequência encontram dificuldades em reconhecer que estão enfrentando um problema. Eles podem estar tão imersos nesse ciclo de comportamento que não percebem o quão prejudicial ele pode ser para suas vidas..

A divulgação e discussão amplas desse assunto podem ajudar as pessoas que estão presas na co-dependência e na dependência do vínculo afetivo a perceber que não estão sozinhas. Neste sentido uma maior conscientização sobre esse tema pode desempenhar um papel crucial, elas podem descobrir que sua situação pode ser tratada e que existem grupos de apoio disponíveis para oferecer assistência e orientação.

É fundamental compreender que a co-dependência pode ser tratada com apoio adequado, além disso, o desenvolvimento da autoestima, da autonomia emocional e da capacidade de estabelecer limites são aspectos centrais na jornada de recuperação da co-dependência. O apoio de grupos de apoio, como CoDA (Codependentes Anônimos) e o MADA (Mulheres que amam demais), também pode desempenhar um papel crucial, fornecendo um ambiente solidário onde os indivíduos podem compartilhar experiências e estratégias de enfrentamento.

Nesse aspecto torna-se importante quebrar o ciclo de co-dependência e buscar um caminho mais saudável e equilibrado, portanto, é evidente a relevância da produção de conteúdo acadêmico na área, objetivando que pessoas compreendam as implicações que causam a co-dependência e conquistem relacionamentos saudáveis e equilibrados.



Referências

Atendimento a pessoas com Transtornos mentais por uso de álcool e drogas aumenta 12,4% no SUS. Saude.gov 2022 Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/noticia/15936#:~:text=O%20que%20%C3%A9%20depend%C3%Aancia%20qu%C3%ADmica,uso%20repetido%20de%20determinada%20subst%C3%Aancia>. Acesso em 29 de setembro de 2023.

1. CODA (Co-dependentes Anônimos) BRASIL Disponível em: <https://www.codabrasil.org.br/> Acesso em: 28 de setembro de 2023.

2. Ministério da Saúde. Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde. CID 10. Brasília: DATASUS, 2021.9. Acesso em: 29 de setembro de 2023.

3. ALVAREZ, S.Q. Et al . Grupo de apoio/suporte como estratégia de cuidado: importância para familiares de usuários de drogas. **Revista Gaúcha Enfermagem**, 33 (2):102-108.junh. 2012. Disponível em: < <https://doi.org/10.1590/S1983-14472012000200015>> . Acesso em: 01 de outubro de 2023.

4. BATTIE M. Co-dependência nunca mais, 5. Ed. Rio de Janeiro, Viva livros, 2013. 272 pag. E-book. Disponível em:<https://livrogratuitosja.com/wp-content/uploads/2021/03/Codependencia-nunca-mais-by-Melody>. Acesso em: 30 de setembro de 2023.

5. BUTION, D. C.; WECHSLER, A. M. Dependência emocional: uma revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 7, n. 1, p. 77–102, 2016. Disponível em:< http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000100006>. Acesso em: 30 de setembro de 2023.

6. DIAS, L. M. et al. Pessoal de Saúde, Relacionamentos Familiares e Codependência de Substâncias Psicoativas: uma Abordagem Fenomenológica; **Revista Brasileira de Enfermagem**, volume 74, número 1, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/cyfrBf5vRrDQ77Hgxr3FtTD/?lang=pt#>. Acesso em: 03 de out. 2023

7. CYRINO L.A.R. et al. A codependência familiar de indivíduos que fazem o uso abusivo de álcool; **Revista Cesumar Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**, v.21, n.2, p. 457-470, jul./dez. 2016. Disponível em:< <file:///C:/Users/Cliente/Downloads/3563-Texto%20do%20artigo%20-%20Arquivo%20Original-23259-1-10-20170224.pdf>>. Acesso em: 03 de out de 2023.

8. FRANCE, Bety. Um mal chamado co-dependencia. **Revista psique**. Ed 29. Junho 2008. Disponível em: <https://revistapsique.autonoma.pt/>. Acesso 03 de outubro de 2023.

9. GIDDENS, Anthony; SUTTON, Philip W. sociología. Penso Editora, 2016.



10. HUMBERG, L.V. Dependência do Vínculo: uma releitura do conceito de co-dependência. 2003. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=2005&sciodt=0%2C5&cites=12524812450958071927&scipsc=&q=depend%C3%Aancia+de+v%C3%ADnculo+&btnG=. Acesso 29 de setembro de 2023.
11. JABER J. Codependência na Dependência Química 2018. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/citations?user=xB0lLgAAAAJ&hl=pt-BR&oi=ao> Acesso 12 de setembro de 2023.
12. MACHADO I., ROMANHA R. Dependência Emocional nas Relações Interpessoais em Universitários 2020. Disponível em: https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS2236-64072016000100006&ved=2ahUKEwiOwf693KiBAXUTrJUCHYViARgQFnoECBoQAQ&usg=AOvVaw2Zmbr29WbDUdK0zn3-ll0h.> Acesso 12 de setembro de 2023.
13. MELO, C. F.; CAVALCANTE, I. S.. A Codependencia em Familiares de Adictos. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental**, p. 304-310, 2019. Disponível em: https://pesquisa.fametro.edu.br/wp-content/uploads/2023/03/Saude_Mental_Discussao_Vol2.pdf#page=80 Acesso em: 30 set. 2023
14. PATIAS, T. M. et al. Qualidade de vida e codependência em familiares de usuários de drogas. **Rev. FSA**, Teresina, v. 19, n. 9, art. 17, p. 337-352, set. 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Ana-Maria-Santos-4/publication/363516735_Qualidade_de_Vida_e_Codependencia_em_Familiares_de_Usuarios_de_Drogas/links/63209236071ea12e362eba80/Qualidade-de-Vida-e-Codependencia-em-Familiares-de-Usuarios-de-Drogas.pdf. Acesso em: 30 set. 2023
15. SILVA, B.F. et al. Acolhimento Terapêutico A Dependentes Químicos do Alcool: Relações Familiares. *Acta Scientiae et Technicae*, [S.l.], v. 8, n. 2, p. 163 – 184, mar. 2021. . Disponível em: <http://www.uezo.rj.gov.br/ojs/index.php/ast/article/view/314>. Acesso em: 30 set. 2023
16. SILVA, M. P. et al, Codependência química: percepção de familiares de usuários de substâncias psicoativas de uma comunidade terapêutica do Sul do Brasil. **Revista Enfermagem Atual** v. 86, n. 24, 2018. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/562>. Acesso em: 30 set. 2023.
17. SILVA J.B.B. Quando amar é um problema: os significados de amar demais a partir do MADA. 2008. Disponível em:



https://scholar.google.com.br/scholar?lr=lang_pt&q=mada+&hl=pt-BR&as_sdt=0,5&as_vis=1#d=gs_qabs&t=1697041199222&u=%23p%3DPQ7jWbMMFdsJ. Acesso 01 de outubro de 2023.

18. SILVA M.P. et al.. Grupo de Orientação Familiar como estratégia de cuidado na codependência química. **Invest. Educ. Enferm.** 2019. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-53072019000300008&script=sci_arttext&lng=pt> Acesso em: 30 de set de 2023.
19. SIRVENT, Carlos. Las dependencias relacionales (DR): dependencia emocional, codependencia y bidependencia. In: I Symposium nacional sobre adicción em la mujer. 2000. P. 144-256. Disponível em: https://www.bibliodrogas.gob.cl/biblioteca/documentos/DROGAS_4570.pdf#page=144. Acesso 30 de setembro de 2023.
20. SOBRAL, Carlos Alberto; PEREIRA, Paulo Celso. A co-dependência dos familiares do dependente químico: revisão da literatura. Revista Fafibe On-Line, v. 5, n. 5, p. 1-7, 2012. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=sobral+e+pereira+2012&lr=lang_pt&oq=sobral+e+pereira#d=gs_qabs&t=1695934470787&u=%23p%3D5sqtehiwyrUJ.> Acesso em: 28 de set. de 2023.
21. SANTOS C.A. et al. Dependência Emocional uma revisão literária. Disponível em: https://eventos.ajes.edu.br/iniciacao-cientifica-guaranta/uploads/arquivos/6243b46693c4e_Artigo-Carin-Estele-Romano.pdf. Acesso 10 de outubro de 2023.
22. MOREIRA T.C. et al.; Qualidade de vida e codependência em familiares de usuários de drogas. **Rev. Cient. Vozes dos vales**, Nº 07, 2015. Disponível em: <<http://site.ufvjm.edu.br/revistamultidisciplinar/files/2015/05/Ta%C3%ADs-de-Campos-Moreira.pdf>> Acesso em: 03 de out de 2023.
23. CARVALHO, L.; NEGREIROS, F. A co-dependência na perspectiva de quem sofre. **Bol. psicol**, São Paulo, v. 61, n. 135, p. 139-148, jul. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432011000200002&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 03 out. 2023.
24. VASCONCELLOS J.S.L.; PRATI L.E. Estudo da codependência nas mulheres de usuários de substâncias psicoativas ilícitas. **COLÓQUIO-Revista do Desenvolvimento Regional**, v. 10, n. 2, p. 109-122, 2013. Disponível em: <https://seer.faccat.br/index.php/coloquio/article/view/20>. Acesso 30 de setembro de 2023.