



despertar@mpdft.mp.br
3343-4319
Edifício-Sede MPDFT,
sala 138

Amigos DESPERTAR!

CARTA
19

Agosto de 2013

Codependência

A dependência química não atinge apenas o usuário de álcool e outras drogas, mas todos os que convivem com ele, envolvidos no mesmo contexto social.



O que é ?

É um transtorno emocional que **pode atingir os familiares dos dependentes químicos**. O codependente se esquece de cuidar da própria vida, se autoanula em função do outro e sente-se útil apenas quando está diante do dependente e de seus problemas. O codependente apresenta baixa autoestima, sentimento de culpa e não consegue separar a sua individualidade da pessoa dependente (simbiose). O codependente almeja ser o "salvador/ protetor /consertador" do usuário, mesmo que, comprovadamente, esteja prejudicando/agravando o dependente químico.¹ A codependência manifesta-se de duas maneiras:



A codependência também é conhecida como atadura emocional

1) Como uma intromissão excessiva na vida da pessoa com o problema, incluindo horário de tomar banho, alimentação, vestuário, ou seja, tudo o que diz respeito à vida do usuário. 2) Tomando para si as responsabilidades do usuário. Ambas as atitudes propiciam um comportamento mais irresponsável por parte do usuário. Em resumo, a codependência produz ainda mais sofrimento e influencia negativamente na qualidade de vida de todas as pessoas envolvidas com a problemática.

A codependência pode acometer até mesmo os profissionais de saúde que trabalham com pessoas dependentes químicas.

Aspectos negativos da codependência

Padrões mal resolvidos de codependência podem levar a problemas, tais como: alcoolismo; dependência química; transtornos alimentares; dependência sexual; e comportamentos autodestrutivos. Pessoas com padrões de codependência têm maior tendência a serem abusadas e a permanecerem em relações abusivas e empregos insatisfatórios/estressantes. O codependente carece de ajuda profissional, pois não percebe que está prejudicando o usuário e a si mesmo. Desta forma, cria-se um ciclo vicioso que agrava a saúde de ambos.²



Recuperação

São vários os padrões/ graus de codependência. Procurar profissionais especializados é o indicado. Os Centros de Atenção Psicossocial-Álcool e Drogas (CAPS – Ad), ligados ao SUS, geralmente fazem intervenções com os familiares dos pacientes, sendo fundamental a adesão de seus membros. Existem ainda outras propostas de recuperação através de grupos de autoajuda, tais como: Associação de Codependentes Anônimos (CoDA), Nar-Anon, Amor Exigente e Al-Anon.

A DIPRES/DAS/DG está à disposição para prestar atendimento multiprofissional aos que voluntariamente assim o desejarem.

Endereço: Edifício-Sede do MPDFT, sala 138, etapa II. Telefones: 3343-4346 e 3343-4319.

Fontes:

(1) <http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=24>

(2) <http://psiquiatriaetoxicoddependencia.blogspot.com.br/2011/06/dependencia-emocional-e-codependencia.html>

** Responsável técnica pela elaboração da Carta nº 19: Natália Mashiba Pio, Analista de Saúde – Serviço Social.

Abraço!

Equipe Despertar
DIPRES/DAS/DG

Ministério Público do Distrito Federal e Territórios
Diretoria-Geral
Divisão de Promoção e Prevenção da Saúde - DIPRES/DAS/DG
Edifício-Sede do MPDFT, sala 138
Brasília/DF - CEP: 70.091-900

