

**Autor:** Bernardo Faria, Filipe Angélico, Gonçalo Marques, Inês Freire, Inês Pinto, Isabel Saraiva, João Lagoa, Juliana Ferreira, Mafalda Neves, Marta Correia, Susana Brilhante

**Última atualização:** 2022/01/02

**Palavras-chave:** Abuso emocional; Saúde mental; Desenvolvimento infantil; Abuso infantil; Consciencialização

## Resumo

O **abuso emocional** em jovens tem vindo a tornar-se preponderante ao longo do tempo, tendo a sua prevalência aumentado num intervalo de sete anos.

Pode ocorrer dentro do foro familiar, escolar ou em qualquer situação que coloque em causa a saúde biopsicossocial da criança.

Tem um impacto significativo no desenvolvimento pessoal, podendo levar a problemas de aprendizagem, perda de valorização própria e problemas nas relações interpessoais, entre outros. Devido às repercussões que traz, o abuso emocional deve ser abordado e divulgado como um assunto de maior urgência, de forma a minimizar as suas repercussões na sociedade jovem.

## O que é o abuso emocional?

O **abuso emocional** envolve intimidação, humilhação, isolamento e privação de um ambiente afetivo saudável, indispensável a um desenvolvimento normal. Pode acontecer por **familiares, cuidadores** ou **outros**, em ambiente **físico** ou **online**, e englobar diferentes situações desde a **precariedade de cuidados, comportamentos ameaçadores, rejeição, exploração**, até a **depreciação** da criança ou jovem.

## Formas de abuso emocional

O uso do **sarcasmo** para manipular e ferir emocionalmente, e a exposição de crianças a situações abusivas ou traumáticas (como, por exemplo, a violência doméstica e o consumo de drogas) constituem formas de abuso emocional. Outros exemplos incluem dificultar a socialização, pressionar as crianças para além das suas capacidades e não reconhecer a sua individualidade.

## Quais são as consequências do abuso emocional?

O abuso emocional é uma das **formas mais comuns** de maus tratos infantis, com consequências negativas na saúde mental e no desenvolvimento biopsicossocial da criança:

- problemas cognitivos;

- entraves à aprendizagem, como a falta de atenção;
- dependência e abuso de substâncias;
- consequências na saúde física;
- repercussões na vida sexual;
- aumento dos comportamentos sexuais de risco, o que conduz a uma maior incidência de doenças sexualmente transmissíveis;
- maior tendência a desenvolver várias doenças do foro psiquiátrico, como depressão, ansiedade, transtornos de personalidade e stress pós-traumático;
- menor capacidade de controle de emoções;
- maior dificuldade na criação e manutenção de boas relações sociais, culminando num aumento de problemas interpessoais;
- falta de autoestima e satisfação com a vida, havendo até um aumento da tendência ao suicídio.

### **Importância da consciencialização face ao impacto da problemática**

---

Um estudo realizado no ano 2000 estimava uma prevalência de abusos emocionais de 16% nos jovens, que identificavam a situação como o principal tipo de violência entre os 15 e os 19 anos. Um outro trabalho na mesma área identificou uma prevalência de 22,4% em 2007, numa tendência crescente e preocupante, até porque é um tópico muitas vezes escondido e negligenciado.

### **Conclusão**

---

O abuso emocional envolve **intimidação, humilhação, isolamento e privação de um ambiente afetivo** saudável, com consequências significativas no bem estar das crianças e jovens e na sua vida futura.

### **Referências recomendadas**

---

- NPSCC. Emotional abuse (2022)
- Lane Strathearn (2020) Long-term Cognitive, Psychological, and Health Outcomes Associated With Child Abuse and Neglect
- Seth Pollak. (2004) O impacto de maus-tratos na infância sobre o desenvolvimento psicossocial de crianças pequenas

**[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) \*\*\*\*\***