

Transtorno de personalidade dependente

O transtorno de personalidade dependente é caracterizado por uma necessidade generalizada e excessiva de ser cuidado, levando à submissão e comportamentos carentes.

A pessoa com transtorno de personalidade dependente não acredita que consegue cuidar de si mesma e utiliza a submissão para tentar fazer com que outras pessoas cuidem dela.

- O médico diagnostica o transtorno de personalidade dependente tomando por base sintomas específicos, incluindo a necessidade da pessoa de ser cuidada e o medo de ter que cuidar de si mesma.
- Psicoterapia que dá enfoque ao exame do medo de independência pode ajudar.

Os [transtornos de personalidade](#) são padrões persistentes e generalizados no modo de pensar, perceber, reagir e se relacionar que causam sofrimento significativo à pessoa e/ou prejudicam sua capacidade funcional.

A pessoa com transtorno de personalidade dependente precisa ser cuidada e sente ansiedade extrema em relação a cuidar de si mesma. Para conseguir o cuidado que ela quer receber, a pessoa está disposta a sacrificar sua independência e interesses. Assim, ela se torna excessivamente dependente e submissa.

O transtorno de personalidade dependente ocorre em menos de 1% da população geral dos Estados Unidos. Ele é diagnosticado com mais frequência em mulheres, mas alguns estudos sugerem que ele afeta igualmente homens e mulheres.

Com frequência, **outros transtornos** ocorrem concomitantemente. Com frequência, a pessoa também apresenta um ou mais dos seguintes:

- Um transtorno depressivo, como [transtorno depressivo maior](#) ou [transtorno depressivo persistente](#)
- Um [transtorno de ansiedade](#)
- Um [transtorno por uso de álcool](#)
- Outro transtorno de personalidade (como [límitrofe](#) ou [histriônica](#))

Em pacientes com transtorno de personalidade dependente, a necessidade de ser cuidado resulta na perda de sua autonomia e interesses. Como são intensamente ansiosos sobre cuidar de si mesmos, eles se tornam excessivamente dependentes e submissos.

Estima-se que menos de 1% da população norte-americana geralmente tenha transtorno de personalidade dependente. É diagnosticado com mais frequência nas mulheres, mas, em alguns estudos, a prevalência entre homens e mulheres foi semelhante.

Comorbidades são comuns. Pacientes muitas vezes também têm [transtorno depressivo](#) (transtorno depressivo maior ou distímia), [transtorno de ansiedade](#), [transtorno por uso de álcool](#) ou outro transtorno de personalidade (p. ex., [borderline](#), [histriônico](#)).

Etiologia

Informações sobre as causas do transtorno de personalidade dependente são limitadas. Considera-se que fatores culturais, experiências precoces negativas e vulnerabilidades biológicas associadas com ansiedade contribuam para o desenvolvimento do transtorno de personalidade dependente. Traços familiares como submissão, insegurança e comportamento discreto também podem contribuir.

Causas

Informações sobre o que causa o transtorno de personalidade dependente são limitadas. Os fatores que podem contribuir incluem:

- Fatores culturais
- Experiência iniciais negativas
- Uma tendência inata a sentir ansiedade
- Traços característicos da família (como submissão, insegurança e comportamento discreto)

Sintomas

Necessidade de cuidado

A pessoa com transtorno de personalidade dependente não acredita que consegue cuidar de si mesma. Ela utiliza a submissão para tentar fazer com que outras pessoas cuidem dela.

A pessoa com esse transtorno normalmente precisa de muita reafirmação e aconselhamento ao tomar decisões comuns. Ela frequentemente permite que outros, frequentemente uma única pessoa, assumam a responsabilidade por muitos aspectos de sua vida. Por exemplo, é possível que ela dependa do cônjuge para dizer-lhe o que vestir, que tipo de trabalho procurar e com quem deve se relacionar.

A pessoa com transtorno de personalidade dependente tende a interagir socialmente somente com as poucas pessoas de quem depende. Quando um relacionamento íntimo termina, a pessoa com esse transtorno tenta imediatamente encontrar um substituto. Por causa de sua necessidade desesperada de ser cuidada, ela pode não ser muito seletiva ao escolher um substituto.

A pessoa com transtorno de personalidade dependente tem um medo excessivo de abandono por parte daqueles de quem ela depende, mesmo quando não há nenhum motivo para tanto.

Submissão excessiva

Uma vez que a pessoa com transtorno de personalidade dependente teme perder apoio ou aprovação, ela tem dificuldade em expressar desacordo com os outros. Ela pode concordar com algo que sabe ser errado, em vez de correr o risco de perder a ajuda dos outros. Mesmo em situações em que a raiva seria adequada, ela não fica irritada com amigos e colegas de trabalho por medo de perder seu apoio.

A pessoa com transtorno de personalidade dependente faz de tudo para obter cuidado e apoio. Por exemplo, ela pode realizar tarefas desagradáveis, submeter-se a exigências descabidas e até tolerar abuso físico, sexual ou emocional. Ficar só faz com que a pessoa se sinta extremamente desconfortável ou com medo, porque ela teme que não conseguirá cuidar de si mesma.

Falta de confiança

A pessoa com transtorno de personalidade dependente se considera inferior e tende a menosprezar suas habilidades. Ela interpreta qualquer crítica ou falta de aprovação como prova de sua incompetência, minando ainda mais a sua confiança.

Falta de independência

Uma vez que a pessoa com transtorno de personalidade dependente tem certeza de que não consegue fazer nada por conta própria, ela tem dificuldade em iniciar uma nova tarefa e trabalhar de forma independente. Ela evita tarefas que exijam assumir responsabilidade. Ela se apresenta como sendo incompetente e precisando de ajuda e reafirmação constantes. Quando ela tem certeza de que uma pessoa competente a está supervisionando e aprovando, essa pessoa com transtorno de personalidade dependente tende a funcionar de forma adequada. Contudo, ela não deseja parecer muito competente para não arriscar ser abandonada. Assim, sua carreira pode ser prejudicada. Ela perpetua sua dependência, porque tende a não aprender habilidades para ter uma vida independente.

Diagnóstico

- Avaliação de um médico com base em critérios específicos

Normalmente, o médico diagnostica os transtornos de personalidade tomando por base os critérios no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders), *Quinta Edição (DSM-5)*, publicado pela Associação Americana de Psiquiatria.

Para que o médico diagnostique a pessoa com transtorno de personalidade dependente, ela precisa ter uma necessidade persistente e excessiva de ser cuidada, resultando em submissão e carência, indicado por, no mínimo, cinco dos itens a seguir:

- Ter dificuldade em tomar decisões diárias sem uma quantidade excessiva de aconselhamento e reafirmação por outras pessoas.
- Ter necessidade de fazer com que outros sejam responsáveis por muitos aspectos importantes da sua vida.
- Ter dificuldade para expressar discordância com os outros, porque a pessoa tem medo de perder apoio ou aprovação.
- Ter dificuldade para iniciar projetos por conta própria, porque ela não tem confiança em sua decisão e/ou habilidades (e não por falta de motivação ou energia).
- Estar disposto a fazer tudo (por exemplo, realizar tarefas desagradáveis) para obter o apoio de outros.
- Sentir desconforto ou desamparo quando está sozinha, porque teme não conseguir cuidar de si mesma.
- Ter necessidade urgente de estabelecer um novo relacionamento com alguém que fornecerá cuidados e apoio quando um relacionamento íntimo termina.
- Ter preocupação com o temor de ser deixada para cuidar de si mesma.

Além disso, o início dos sintomas precisa ter ocorrido no começo da idade adulta.

Diagnóstico diferencial

Vários outros transtornos de personalidade são caracterizados por hipersensibilidade à rejeição. Mas eles podem ser distinguidos do transtorno de personalidade dependente com base em aspectos característicos, como a seguir:

- **Transtorno de personalidade borderline**: pacientes com esse transtorno têm muito medo de submeterem-se ao mesmo grau de controle que os pacientes com transtorno de personalidade dependente. Pacientes com transtorno de personalidade borderline, diferentemente daqueles com transtorno de personalidade dependente, vacilam entre submissão e hostilidade raivosa.
- **Transtorno de personalidade esquiva**: os pacientes com esse transtorno também têm muito medo de se submeter ao mesmo grau de controle a que os pacientes com transtorno de personalidade dependente se submetem. Pacientes com transtorno de personalidade esquiva se afastam até que tenham certeza de que eles serão aceitos sem críticas; em comparação, aqueles com transtorno de personalidade dependente procuram e tentam manter relacionamentos com os outros.
- **Transtorno de personalidade histriônica**: pacientes com esse transtorno buscam atenção em vez de asseguramento (como fazem aqueles com transtorno de personalidade dependente), mas eles

são mais desinibidos. Eles são mais exuberantes e buscam ativamente atenção; aqueles com transtorno de personalidade dependente são discretos e tímidos.

O transtorno de personalidade dependente deve ser diferenciado da dependência que está presente em outros transtornos psiquiátricos (p. ex., [transtornos do humor](#), [transtorno do pânico](#), [agorafobia](#)).

Tratamento

- Terapia cognitivo-comportamental
- Psicoterapia psicodinâmica

O [tratamento geral](#) do transtorno de personalidade dependente é semelhante ao de todos os transtornos de personalidade.

[Psicoterapia psicodinâmica](#) e [terapia cognitivo-comportamental](#) que se concentram em examinar o medo de independência e as dificuldades com assertividade podem ajudar a pessoa com transtorno de personalidade dependente.

Não se sabe se o uso de medicamentos ajuda. Às vezes, [antidepressivos](#), como os inibidores seletivos de recaptação da serotonina (ISRSs), podem ser usados para tratar a depressão e a ansiedade.