

## IMPACTO DA SEPARAÇÃO PARENTAL NA SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS

Kaylanne de Sousa Duo<sup>1</sup>  
Francisco Cardoso Mendonça<sup>2</sup>  
Hélio Marco Pereira Lopes Júnior<sup>3</sup>  
Elissandra de Jesus Oliveira Ramos<sup>4</sup>

**RESUMO** A separação dos pais é um evento complexo e delicado para as crianças, podendo deixar marcas profundas em seu bem-estar emocional. Além do rompimento da unidade familiar, essa experiência pode acarretar mudanças drásticas na vida da criança, como alteração de residência, escola ou círculo social. Essas transformações repentinas frequentemente geram sentimentos de ansiedade, instabilidade, raiva, medo, insegurança e até culpa de abandono. Tais efeitos podem resultar em dificuldades escolares, comportamentos desafiadores e prejuízos no desenvolvimento emocional. Este estudo investiga os efeitos duradouros da separação parental na saúde mental das crianças, como o aumento do risco de transtornos emocionais, como depressão, ansiedade e distúrbios de comportamento, além de analisar como essa vivência pode influenciar escolhas e comportamentos na vida adulta. Além de identificar os impactos negativos, a pesquisa também visa compreender os fatores de proteção e resiliência que podem mitigar esses efeitos. A pesquisa considera o papel do apoio social, da comunicação eficaz entre os pais, do acesso a recursos psicológicos e dos traços de resiliência individuais. Com isso, busca-se identificar estratégias de intervenção que promovam o bem-estar das crianças em situações de separação familiar, enfatizando a importância do suporte emocional e da comunicação aberta durante esse período difícil. Importante destacar que a resposta das crianças à separação parental pode variar conforme fatores como idade, personalidade e a qualidade do apoio recebido, o que implica a necessidade de abordagens personalizadas no cuidado e orientação desses jovens.

564

**Palavras-Chave:** Separação parental. Adaptação à separação. Saúde mental. Impacto social. Transtorno mental.

### INTRODUÇÃO

A separação dos pais é um evento significativo na vida de uma criança, e sua influência no bem-estar emocional e psicológico das crianças tem sido amplamente documentada na literatura científica. Estudos realizados por Hetherington, Bridges, & Insabella (1998) mostraram que crianças expostas ao divórcio dos pais podem enfrentar uma série de desafios emocionais, como ansiedade, depressão e sentimentos de abandono. Além disso, o trabalho de

<sup>1</sup>Estudante de psicologia da Faculdade Mauá, Goiás.

<sup>2</sup>Professor Orientador da Faculdade Mauá, Go. Mestre em Educação pela Universidade Gama Filho.

<sup>3</sup>Enfermeiro, Mestre pela Universidade de Brasília, Professor da Faculdade Mauá GO.

<sup>4</sup>Professora coordenadora de curso de psicologia: Professor de graduação e coordenadora de curso de psicologia Faculdade Mauá, GO. Mestranda em Psicologia pela Ucb. Especialista em Neuropsicologia clínica e reabilitação, em TCC psicologia jurídica e forense, Formação em Psicanálise pela SPB.

Amato e Afifi (2006) destacou que a separação dos pais está associada a um maior risco de problemas comportamentais, como agressividade, delinquência e dificuldades de adaptação social.

Esses efeitos adversos podem ser exacerbados pela presença de conflito parental contínuo e pela falta de apoio emocional adequado por parte dos pais (Kelly & Emery, 2003). De fato, pesquisas conduzidas por Grych & Fincham (2001) mostraram que o conflito parental pós-divórcio é um dos principais preditores de ajustamento negativo em crianças de famílias divorciadas.

Por outro lado, é importante reconhecer que nem todas as crianças reagem de maneira negativa à separação dos pais. Estudos como o de Hetherington, Cox, & Cox (1976) identificaram uma variedade de fatores de proteção que podem mitigar os efeitos negativos do divórcio, incluindo apoio emocional de amigos e familiares, resiliência pessoal e a qualidade do relacionamento entre os pais e a criança após o divórcio.

Portanto, entender o impacto da separação dos pais nas crianças é essencial para informar intervenções e políticas que visam fornecer suporte adequado e promover um ajustamento saudável para as crianças durante esse período desafiador.

**Fundamentação teórica** A literatura psicológica oferece uma variedade de perspectivas teóricas para entender o impacto da separação parental na saúde mental das crianças. Estas teorias fornecem insights valiosos sobre os mecanismos subjacentes e os possíveis resultados dessa experiência desafiadora.

[...] A Teoria do Desenvolvimento Psicossocial de Erikson destaca as diferentes crises de desenvolvimento enfrentadas ao longo da vida. A separação parental pode representar um desafio para a criança em formação de identidade e autoestima. Como resultado, a criança pode experimentar conflitos internos e dificuldades emocionais ao tentar integrar essa nova experiência em sua compreensão de si mesma e do mundo ao seu redor.

A separação dos pais é um evento significativo na vida de uma criança que desencadeia mudanças em vários níveis do ambiente e pode ter consequências profundas em seu desenvolvimento emocional, comportamental e social. O Modelo Ecológico de Bronfenbrenner oferece uma estrutura útil para entender como essas mudanças ambientais afetam a criança e sua saúde mental.

A teoria ecológica de Bronfenbrenner é uma das explicações mais aceitas sobre a influência do meio social no desenvolvimento das pessoas. Esta hipótese defende que o ambiente

em que crescemos afeta todos os planos da nossa vida. Assim, nosso modo de pensar, as emoções que sentimos ou nossos gostos e preferências seriam determinados por vários fatores sociais.

Desde a sua criação, a teoria ecológica de Bronfenbrenner serviu de base para os estudos de muitas disciplinas. Por exemplo, a psicologia do desenvolvimento e da sociologia vem diretamente dela. Foi criada pela primeira vez em 1979, em uma obra intitulada *A ecologia do desenvolvimento humano*.

**Percurso Metodológico :** O presente estudo tem como metodologia um apuramento qualitativo e consistirá em realizar uma revisão bibliográfica abrangente, focalizando nas implicações da separação dos pais na vida das crianças. Uma busca sistemática será conduzida em bases de dados acadêmicas, como Google Acadêmico, Scielo, Livros, revistas e notícias, utilizando palavras-chave relevantes, como "separação dos pais", "impacto na criança" e "bem-estar emocional".

Para as informações necessários para a pesquisa foi utilizado o filtro limitando apenas com artigos científicos recentes de cinco anos, sendo de 2019-2024, em idiomas de português e inglês. Contudo serão utilizados como critérios de inclusão, e também serão incluídos artigos que se concentrem especificamente nos efeitos da separação dos pais nas crianças gerando assim acesso completo às informações e facilitar a compreensão durante o processo de revisão, excluindo estudos que não estejam disponíveis em texto completo ou em idiomas diferentes dos que serão colocados como prioridade.

566

Serão considerados conceitos e ideias que enfatizem os temas principais e as conclusões relevantes sobre as implicações na vida das crianças após a separação dos pais. Serão discutidas as implicações práticas e as possíveis direções futuras para pesquisa.

Ao adotar um percurso metodológico para investigar o impacto da separação parental na saúde mental das crianças, é essencial considerar as orientações de renomados teóricos. Segundo Gil (2010), a definição clara de critérios de inclusão e exclusão é fundamental para delimitar o escopo da pesquisa, garantindo que apenas estudos relevantes sejam considerados. Bardin (2016) complementa essa ideia, destacando a importância de uma busca criteriosa e sistemática de fontes de informação, a fim de assegurar a representatividade e a validade dos dados coletados. Além disso, Yin (2018) ressalta a necessidade de uma abordagem holística no método de pesquisa, que integre tanto dados quantitativos quanto qualitativos para uma compreensão abrangente do fenômeno em estudo. Ele enfatiza a importância de uma triangulação de métodos para validar os resultados e aumentar a confiabilidade das conclusões alcançadas. Esses teóricos

forneem uma base sólida para a construção de um percurso metodológico rigoroso e eficaz, que orientará a condução desta pesquisa de maneira estruturada e cientificamente embasada.

Essa pesquisa teve como ponto de partida a resolução 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde(CNS) que fala que não serão registradas, nem avaliadas pelo Comitê de ética em Pesquisa e pela Comissão Nacional de Ética CEP/CONEP conforme o art.1 “VI - pesquisa realizada exclusivamente com textos científicos para revisão da literatura científica;” (Brasil, 2016).

## RESULTADO E DISCUSSÃO

Os resultados da pesquisa evidenciam os impactos substanciais da separação parental na saúde mental das crianças, afetando diversos aspectos emocionais, sociais e comportamentais. Esses achados reforçam a ideia amplamente aceita de que a separação pode prejudicar o bem-estar psicológico dos filhos. Contudo, é fundamental reconhecer a complexidade desse processo, considerando a influência de múltiplos fatores que podem moderar ou mediar esses efeitos, variando de acordo com o contexto e as características individuais de cada criança. Após uma análise aprofundada da literatura existente, foram selecionados artigos pertinentes que discutem o impacto da separação parental na saúde mental das crianças, com o objetivo de enriquecer a discussão presente neste trabalho. A escolha dos estudos foi feita com base em sua relevância teórica e metodológica, buscando proporcionar uma visão abrangente sobre as consequências emocionais, sociais e comportamentais desse evento na vida dos filhos. A revisão incluiu tanto estudos longitudinais quanto transversais, oferecendo uma perspectiva ampla sobre os efeitos imediatos e duradouros da separação parental. Também foram considerados artigos que exploram fatores moderadores, como o tipo de guarda, a qualidade da convivência pós-separação e o suporte emocional disponível para a criança, os quais podem atenuar ou agravar as consequências psicológicas do processo de separação. Além disso, a literatura selecionada permite uma reflexão sobre as possíveis intervenções e estratégias de apoio para crianças em situações de separação, destacando a importância de políticas públicas e práticas profissionais que visem minimizar os impactos negativos desse processo. Com base nos estudos revisados, este trabalho busca não apenas entender os efeitos da separação parental, mas também identificar formas de intervenção e apoio que possam promover o bem-estar das crianças envolvidas.

### Tabela 1.0

Autor	Ano	Objetivo	Amostra	Principais Resultados	Conclusões
Costa & Almeida	2019	Investigar os efeitos da separação nos sintomas emocionais (ansiedade, depressão) das crianças	150 crianças de 6 a 12 anos	A separação aumenta sintomas de ansiedade e depressão, com agravamento em casos sem suporte psicológico	A importância de intervenções psicológicas precoces para mitigar os impactos emocionais.
Oliveira & Pereira	2020	Analisar o impacto da guarda compartilhada sobre a adaptação emocional das crianças	100 crianças em guarda compartilhada	Crianças em guarda compartilhada têm menos dificuldades emocionais e comportamentais.	A guarda compartilhada pode promover uma adaptação emocional mais saudável.
Barbosa	2018	Estudar os efeitos da separação nos comportamentos sociais de adolescentes	120 adolescentes (12-18 anos)	A separação aumenta o risco de isolamento social e dificuldades em formar vínculos duradouros.	O impacto social da separação é significativo, especialmente entre os adolescentes.
Silva & Souza	2021	Analisar os efeitos da separação nos comportamentos de crianças pequenas	80 crianças de 3 a 6 anos	A separação está relacionada ao aumento de comportamentos agressivos e desafiadores.	Estratégias de intervenção precoce podem reduzir comportamentos problemáticos.
Freitas & Lima	2017	Estudar o papel da relação pós-separação dos pais na saúde emocional das crianças	200 famílias com separação recente	Crianças de pais que mantêm um relacionamento cordial têm menos sintomas de ansiedade.	A manutenção de um mínimo de cordialidade entre os pais após a separação é benéfica para as crianças.
Silva et al.	2019	Investigar o papel do apoio social no bem-estar das crianças após a separação	150 crianças com suporte social	Crianças com rede de apoio forte mostram melhor adaptação e menores índices de estresse.	O suporte social desempenha um papel fundamental na adaptação emocional das crianças.
Machado & Pinto	2020	Examinar o impacto da separação parental em crianças com dificuldades emocionais pré-existentes	60 crianças com transtornos emocionais	A separação agrava sintomas de depressão e ansiedade em crianças com histórico de dificuldades.	Crianças com problemas emocionais prévios necessitam de acompanhamento psicológico contínuo.
Rocha & Santos	2016	Investigar os fatores socioeconômicos no impacto da separação parental	200 crianças de diferentes classes sociais	Crianças de famílias de baixo poder aquisitivo enfrentam mais dificuldades emocionais pós-separação.	A vulnerabilidade socioeconômica intensifica os efeitos negativos da separação.
Cavalcanti & Silva	2018	Analisar os efeitos da separação na autoestima infantil	100 crianças (6 a 12 anos)	Conflitos elevados entre os pais reduzem significativamente a	A separação parental em contexto de alto

				autoestima das crianças.	conflito prejudica a autoestima infantil.
Carvalho et al.	2022	Estudar o impacto da guarda compartilhada no ajuste emocional de crianças	180 crianças em guarda compartilhada	Crianças com guarda compartilhada apresentam melhores índices de adaptação emocional e menor estresse	A guarda compartilhada, quando bem estruturada, facilita o ajuste emocional das crianças.

Quadro elaborado pelo Autor

O acolhimento emocional das crianças após a separação dos pais é fundamental para o seu desenvolvimento emocional e psicológico. A adaptação a essa nova realidade pode gerar sentimentos de insegurança, medo e tristeza, sendo essencial que a criança receba suporte adequado. A atenção e o cuidado oferecidos nesse momento têm um impacto direto na saúde mental da criança, ajudando-a a lidar com os desafios dessa transição. A falta de acolhimento pode resultar em transtornos emocionais, como ansiedade, depressão e dificuldades de relacionamento interpessoal. Portanto, é crucial que os adultos responsáveis, como pais, familiares e profissionais, promovam um ambiente seguro e acolhedor, garantindo que as necessidades emocionais da criança sejam atendidas, de modo a minimizar os efeitos adversos da separação no seu bem-estar psicológico.



<http://www.psicologapatriciasoares.com.br/2020/08/separacao-dos-pais-e-agora.html>

## CONCLUSÃO

Nesse estudo ressalta sobre o impacto da separação parental na saúde mental das crianças é um fenômeno complexo, que exige uma análise cuidadosa e uma abordagem sensível às necessidades emocionais dessas crianças em um momento tão desafiador de suas vidas sobre a separação dos pais. Os resultados apresentados neste estudo evidenciam os efeitos negativos da separação, como o surgimento de problemas emocionais e comportamentais, incluindo ansiedade, depressão, raiva e dificuldades nos relacionamentos. Esses dados reforçam a necessidade urgente de intervenções e de suporte psicológico para as crianças afetadas. Entretanto, é importante destacar que a separação parental não deve ser encarada como um destino inevitável de sofrimento para todas as crianças. Fatores como o suporte social e familiar desempenham um papel fundamental na promoção da resiliência, ajudando as crianças a lidarem com as adversidades e a se adaptarem a essa nova realidade familiar. A presença de um sistema de apoio robusto pode atenuar os efeitos negativos e proporcionar uma transição mais saudável.

Diante desses desafios, é essencial que pais, profissionais da saúde, educadores e formuladores de políticas públicas reconheçam a importância de fornecer recursos e serviços adequados às crianças que enfrentam a separação dos pais. Programas de apoio psicossocial, orientação familiar e capacitação para a resolução de conflitos têm um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional e psicológico das crianças, favorecendo sua adaptação e preservação da saúde mental.

Por fim, ao reconhecer e tratar os efeitos adversos da separação parental, é possível criar ambientes mais seguros e de apoio, permitindo que as crianças tenham as condições necessárias para superar esse momento difícil e alcançar seu pleno potencial emocional e psicológico.

## REFERÊNCIAS

HETHERINGTON, E. Mavis; BRIDGES, Margaret; INSABELLA, Glenda M. What matters? What does not? Five perspectives on the association between marital transitions and children's adjustment. American Psychological Association, **1998**.

AMATO, Paul R.; AFIFI, Tamara D. Feeling caught between parents: Adult children's relations with parents and subjective well-being. *Journal of Marriage and Family*, v. **68**, n. **1**, p. **222-235**, **2006**.

KELLY, Joan B.; EMERY, Robert E. Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, v. **52**, n. **4**, p. **352-362**, **2003**.

GRYCH, John H.; FINCHAM, Frank D. *Interparental conflict and child development: Theory, research, and applications*. Cambridge University Press, 2001.

HETHERINGTON, E. Mavis; COX, Marilyn; COX, Ross. Effects of divorce on parents and children. *Recent Advances in Psychology and Aging*, v. 2, p. 187-211, 1976.

GIL, Antonio Carlos. *Como Elaborar Projetos de Pesquisa*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

BARDIN, Laurence. *Análise de Conteúdo*. Edições 70, 2016.

YIN, Robert K. *Estudo de Caso: Planejamento e Métodos*. Bookman Editora, 2018.

OLIVEIRA, A. P.; PEREIRA, L. S. **Efeitos da separação parental na saúde mental das crianças**. *Revista Brasileira de Psicologia e Saúde*, v. 34, n. 2, p. 123-135, 2020.

COSTA, M. F.; ALMEIDA, R. M. **Impacto da separação parental na adaptação emocional de crianças**. *Revista de Psicologia Infantil*, v. 22, n. 3, p. 45-60, 2019.

BARBOSA, L. S.; RODRIGUES, V. P. **A guarda compartilhada e a adaptação emocional das crianças após a separação parental**. *Revista de Estudos de Família*, v.15, n.4, p.87-99, 2020.

ROCHA, M. A.; SANTOS, T. F. **Aspectos psicossociais da separação parental em crianças e adolescentes**. *Revista de Psicologia Social*, v. 24, n. 1, p. 35-47, 2018.