

Tipo do Artigo (Revisão)

DESSENSIBILIZAÇÃO NOS RELACIONAMENTOS AFETIVOS NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA

Beatriz Sousa Lopes¹, Eliene Gomes Barros Moraes², Gabriela Terezinha de Souza³, Maria Eduarda Lopes Carneiro⁴, Vanessa Gonzaga Santos⁵, Samuel Pinheiro Almeida⁶, Rogério Rodrigues da Silva^{7*}

Afiliação 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7: Centro Universitário Evangélico de Goianésia - UNIEGO, Curso de Psicologia

* Autor correspondente: psirogeriosilva@gmail.com; Tel.: (62) 99861-0077

Resumo

A pesquisa aborda o fenômeno paradoxal da dessensibilização nos relacionamentos afetivos em uma era de intensa conectividade. Apesar das tecnologias aproximarem as pessoas, há um aumento no distanciamento emocional, superficialidade e descompromisso. Este tema está em consonância com o eixo de saúde mental e sociedade contemporânea e diz respeito a algo urgente e necessário no cenário atual. O estudo se justifica pela necessidade de aprofundar o entendimento desse fato complexo, que se manifesta em diversas configurações, de relações tradicionais a vínculos mediados por aplicativos. A análise conecta-se à teoria da Modernidade Líquida de Zygmunt Bauman, investigando como a lógica do consumo e do descarte afeta as relações. O objetivo do estudo é mapear as causas e manifestações da dessensibilização e gerar reflexões sobre seus impactos na saúde mental e na formação de laços sociais mais fortes. Busca-se compreender como a economia política do afeto e os mecanismos intrapsíquicos moldam os desejos e os vínculos, articulando perspectivas de diversos autores e estudos de psicopatologia. A metodologia adotada combina revisão bibliográfica de caráter qualitativo e análise estatística de dados quantitativos previamente divulgados por instituições confiáveis. Conclui-se que compreender esses sinais é o primeiro passo para promover relações mais autênticas e saudáveis.

Palavras-chave: Dessensibilização; Relacionamentos afetivos; Saúde mental.

Abstract

This research addresses a paradoxical phenomenon in an era of intense connectivity. Despite technologies bringing people closer, there is a noted rise in emotional detachment, superficiality, and non-commitment in affective relationships. This theme is highly relevant to contemporary mental health and social dynamics, reflecting an urgent necessity in the current scenario. The study is justified by the need to deepen the understanding of this complex dynamic, which manifests across various relationship configurations, from traditional bonds to those mediated by applications. It connects primarily with Zygmunt Bauman's Liquid Modernity theory, analyzing how the logic of consumption and disposal affects human relationships. This article seeks to comprehend how the political economy of affect and intrapsychic mechanisms shape desires and bonds, articulating perspectives from authors like Eva Illouz and Byung-Chul Han, alongside psychopathology studies. The contribution is twofold: the research will map the causes and manifestations of desensitization, and more importantly, generate reflections on its impacts on mental health and the formation of stronger social ties. Understanding these signs is the first step toward promoting more authentic and healthier relationships. The methodology adopted combines a qualitative literature review and statistical analysis of quantitative data previously released by reliable institutions.

Keywords: Desensitization; Affective relationships; Mental health.

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho traz uma reflexão sobre a dificuldade de se construir relacionamentos na sociedade moderna, investigando como tem sido comum observar uma espécie de distanciamento psíquico/emocional entre as pessoas. No contexto desta pesquisa, o termo dessensibilização não se refere especificamente a uma patologia, mas sim a um mecanismo de adaptação psicossocial à cultura da liquidez. Ela é definida como um processo de autoproteção psíquica, manifestado pela redução da intensidade da resposta emocional e do investimento libidinal nos vínculos.

Faz-se necessário investigar em que medida essa falta de envolvimento pode ser entendida tanto como um fracasso em estabelecer laços, quanto como uma estratégia defensiva frente à angústia do encontro com o outro. O assunto ganha relevância na situação vigente, na qual os afetos também são atravessados por dinâmicas de mercado, sendo fruto do capitalismo tardio e da lógica do consumo. Neste cenário, evidencia-se um paradoxo: ao mesmo tempo em que conexões se multiplicam no espaço virtual, as relações presenciais sofrem um crescente distanciamento no âmbito emocional.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo, articulada à análise de dados quantitativos previamente publicados. O estudo, de natureza bibliográfica e qualitativa, baseou-se na coleta, organização e interpretação de materiais já divulgados e consolidados na literatura, destacando-se autores como Zygmunt Bauman, Byung-Chul Han e Eva Illouz.

Nos estudos de caráter quantitativo, empregou-se a análise estatística dos dados advindos de instituições confiáveis, bem como a elaboração de recursos visuais que facilitam a compreensão do conteúdo apresentado. Desta forma, a metodologia integra a reflexão conceitual à análise fundamentada de dados secundários, buscando compreender a dessensibilização afetiva a partir de evidências estatísticas e referenciais teóricos já consolidados.

3. RESULTADOS

Os resultados deste estudo baseiam-se no cruzamento de dados demográficos, estatísticas de saúde pública e observações sociológicas acerca do comportamento afetivo contemporâneo.

3.1. O Isolamento Social e a Fragilização dos Vínculos

A Organização Mundial de Saúde (OMS) publicou, em 30 de junho de 2025, o "Relatório da Comissão sobre Conexão Social", no qual destaca de forma alarmante que o isolamento social e a solidão são generalizados, gerando impactos graves, porém pouco reconhecidos, na saúde, no bem-estar e na sociedade como um todo. Com base em evidências recentes, o relatório da OMS convoca formuladores de políticas e pesquisadores a tratarem a saúde social com a mesma urgência que a saúde física e mental, vislumbrando um futuro onde laços sociais mais fortes reduzam mortes evitáveis e aliviem o fardo social e financeiro da desconexão.

Corroborando essa tendência de fragilização dos vínculos no âmbito macro, dados microssociais apontam para a informalização e volatilidade das relações intimistas. Uma pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) revelou que, em 2022, a união consensual passou a representar 38,9% das pessoas que viviam em união conjugal no Brasil, percentual este que superou ineditamente o das pessoas casadas no civil e religioso (37,9%). Esses dados, colocados em conjunto, indicam que a sensação de isolamento e a recusa ao comprometimento formal apontam para um movimento crescente de desconexão e dessensibilização.

3.2. Aumento das Dissoluções Conjugais e Projeções Estatísticas

Outro dado que abrange essa nova perspectiva relacional é o aumento sistemático dos casos de divórcio. A Tabela 01 apresenta o número de divórcios registrados no Brasil em um intervalo de quatro anos recentes (2019 a 2023). Observa-se um aumento progressivo de dissoluções matrimoniais, passando de 383.286 registros em 2019 para 440.827 em 2023, o que representa, neste período, um crescimento de aproximadamente 15%.

Tabela 01. Dados do IBGE do número de divórcios no Brasil nos últimos 4 anos.

Ano	Divórcios
2023	440.827
2022	420.039
2021	386.813
2019	383.286
*Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, elaboração própria (2024).	

Os dados sinalizam uma intensificação da dissolução conjugal no intervalo em análise, sugerindo a fragilização dos relacionamentos formais e a solidificação de um novo padrão de conectividade afetiva. Com base nestes dados, foi desenvolvida uma estimativa do aumento dos divórcios no Brasil, utilizando fórmulas de regressão linear simples.

Nos cálculos, os valores foram baseados nos anos (coeficiente X) e no número de divórcios (coeficiente Y). Após a definição dos coeficientes, através das respectivas fórmulas aplicadas (intercepto B e, em seguida, intercepto A), os somatórios foram delineados para completar a equação da regressão linear simples $y=a+bx$. A Tabela 02 demonstra os cálculos utilizados para a fórmula, enquanto a Tabela 03 expõe a estimativa de crescimento de rupturas matrimoniais nos próximos quatro anos (2026-2029).

Tabela 02. Regressão do número de dados de divórcios nos últimos 4 anos.

X	Y	X²	Y²	XY
2023	440.827	4.092.529	194.328.443.929	891.793.021
2022	420.039	4.088.484	176.432.761.521	849.318.858
2021	386.813	4.084.441	149.624.296.969	781.749.073
2019	383.286	4.076.361	146.908.157.796	773.854.434
Σ 8085	1.630.965	16.341.815	667.293.660.215	3.296.715.386
*Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, elaboração própria (2025).				

Tabela 03. Previsão de números de divórcios nos próximos 4 anos.

Ano	Divórcios estimados
2026	481.416
2027	495.974
2028	510.532

Ano	Divórcios estimados
2029	525.089
*Fonte: Elaboração própria, baseada em dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2025).	

A equação de regressão linear indica uma tendência de crescimento contínuo no número de divórcios ao longo dos anos. O coeficiente angular (b) positivo confirma que as rupturas apresentam inclinação progressiva ano após ano. O modelo estima que as rupturas ultrapassem a marca de meio milhão anual a partir de 2028, configurando um cenário de profunda instabilidade conjugal no país.

4. DISCUSSÃO

A partir dos dados explorados e da análise estatística apresentada, evidencia-se que o aumento progressivo de rupturas e do isolamento não é apenas um fenômeno demográfico, mas profundamente simbólico: há transformações estruturais no modo como os indivíduos vivem e sustentam suas relações afetivas.

4.1. A Modernidade Líquida e o Capitalismo Afetivo

A volatilidade relacional verificada numericamente encontra respaldo direto na teoria da Modernidade Líquida de Zygmunt Bauman (2001, 2004). Bauman previa essa mudança descrevendo-a como o "advento do capitalismo leve e flutuante", que ecoa a passagem do casamento para o "viver junto", trazendo a suposição da transitoriedade da coabitação e a possibilidade de que a associação seja rompida a qualquer momento, assim que desapareça o desejo ou a necessidade. O desengajamento tornou-se unilateral, marcando a fragilidade dos laços humanos.

Nessa conjuntura, a dessensibilização não opera como apatia inata ou esgotamento por excesso de demanda, mas como um mecanismo de autoproteção psíquica. O indivíduo atua para blindar-se contra o sofrimento e a dor do luto inerentes aos laços frágeis. Ao manter o afeto em "baixa temperatura", o sujeito minimiza o custo emocional de uma ruptura quase previsível, transformando o parceiro em um objeto substituível (Bauman, 2004).

Esse movimento é consolidado pelo que Eva Illouz (2011) define como "capitalismo afetivo". Illouz aponta que as práticas afetivas e econômicas passaram a moldar-se mutuamente; a vida íntima segue a lógica das relações econômicas e de troca. A liberdade de escolha ilimitada, especialmente em tempos de aplicativos de relacionamento, não gera satisfação, mas sim sobrecarga cognitiva e emocional. O amor moderno passou a ser regido pela racionalidade instrumental (cálculo de custo-benefício), em que o afeto se tornou uma competência ou um "capital". Conforme ressalta Ceribelli (2025), a promessa do amor foi transformada em um cálculo de oferta e demanda, onde a reciprocidade cedeu espaço a uma lógica de escassez e

competição, justificando por que as pessoas estão descartando umas às outras com a mesma facilidade que substituem objetos.

4.2. O Falso Self e a Defesa contra a Alteridade

Para suportar o peso dessa economia de afetos líquidos, o aparelho psíquico aciona defesas profundas, compreendidas à luz da teoria de Donald Winnicott (1960). O ambiente contemporâneo, excessivamente hostil às vulnerabilidades, exige que o sujeito abdique da vivacidade inicial de seu Verdadeiro Self e desenvolva um Falso Self. Essa estrutura atua como uma formação defensiva baseada na submissão e no controle: o sujeito adapta-se às expectativas do ambiente e modula estrategicamente suas emoções para evitar experiências de rejeição, invasão ou desamparo. Em casos extremos descritos por Winnicott, quando o Falso Self se torna dominante e o ambiente não permite a emergência do self verdadeiro, a defesa deixa de ser adaptativa e pode culminar no desespero psíquico, onde a destruição do self total (suicídio) surge como a única via para proteger o núcleo verdadeiro.

Na contemporaneidade, a demanda por disponibilidade, combinada ao medo da exposição, faz com que os indivíduos se apresentem como versões performáticas e anestesiadas de si. Esta alienação ecoa a psicanálise freudiana e lacaniana, evidenciando que o sujeito, temendo o encontro, torna-se o objeto ideal de consumo afetivo do outro (o sujeito da demanda), perdendo a autonomia do próprio desejo (Freud, 1917, 1921; Safatle, 2023). O Eu se falsifica de modo preventivo, condenando o indivíduo a um solipsismo relacional onde o afeto verdadeiro nunca entra em cena.

A blindagem psíquica manifesta-se ainda no medo da alteridade, amplamente discutido por Byung-Chul Han (2017). Na Sociedade do Desempenho, o sujeito é um projeto narcísico; ele não consegue perceber o outro em sua diferença. O mundo figura como um espelho de si mesmo, o que resulta na recusa do *Eros*. Para Han, o *Eros* exige a entrega ao totalmente diferente, arrancando o sujeito de si mesmo; contudo, a sociedade atual repele o *Eros* em favor do conforto superficial.

4.3. O Paradoxo da Hiperconectividade e Impactos Psicopatológicos

A tecnologia atua como o principal catalisador deste distanciamento. Recuero (2014) assinala que as redes sociais digitais funcionam como espaços de performatividade identitária, onde as autoapresentações são constantemente negociadas. Bauman (2004) alerta que a proximidade virtual torna as conexões simultaneamente mais frequentes e mais banais, permitindo que laços sejam encerrados metafórica e literalmente com o "apertar de um botão". Complementando essa visão, Han (2023) observa que o *smartphone* atua como uma proteção máxima contra a realidade, pois anula o olhar do outro e promove um estágio de espelho digital que desconstrói o Simbólico, culminando na erosão da comunidade.

Do ponto de vista psicopatológico, Dalgalarrrondo (2019) define a vida afetiva como a dimensão que confere cor e brilho às experiências humanas. A dessensibilização aqui estudada não se confunde com o embotamento afetivo devastador da esquizofrenia, mas opera como um "embotamento funcional" ou simulado: o indivíduo é apto a sentir, mas escolhe não investir. No entanto, essa supressão constante gera exaustão crônica e empurra o indivíduo para a solidão profunda, fator de risco gravíssimo para transtornos de humor como a depressão.

A sociedade contemporânea, neste viés, aproxima-se de uma "sociedade melancólica". Retomando o ensaio *Luto e Melancolia* de Freud (1917), Alves (2018) sugere que a liquefação produz um sentimento de perda inconsciente, onde a perda não simbolizada e a realidade interna sobressaem à realidade externa. Han (2017) corrobora afirmando que a depressão atual é uma

enfermidade narcísica: o sujeito depressivo-narcisista, desprovido do *Eros* e imerso na obrigação de intimidade descrita por Illouz, encontra-se esgotado e fatigado de si mesmo, abandonado pelo outro.

5. CONCLUSÕES

A investigação sobre a dessensibilização nos relacionamentos afetivos contemporâneos revela que este fenômeno não é um fracasso individual, mas sim um mecanismo de adaptação psicossocial à instabilidade estrutural imposta pela Modernidade Líquida. A dessensibilização atua como uma estratégia defensiva contra o sofrimento inerente aos laços frágeis e à lógica do descarte.

O paradoxo central reside na contradição entre a hiperconectividade e o distanciamento emocional. A tecnologia, aliada à racionalidade sustentada pelo Capitalismo Afetivo, transforma a intimidade em objeto consumível e o parceiro em recurso descartável. Esse embotamento funcional, muitas vezes estruturado na roupagem de um Falso Self protetor, evita a angústia do encontro autêntico, mas expõe os sujeitos a uma epidemia de solidão e depressão narcísica, confirmando a urgência epidemiológica apontada pelos dados estatísticos e pela Organização Mundial de Saúde.

Compreender esses mecanismos (como a alienação do desejo, o narcisismo e a recusa do *Eros*) é fundamental para o campo da saúde mental, convocando a psicologia contemporânea a uma reflexão urgente sobre os modos de promover laços sociais mais resilientes. É preciso reconhecer que a busca incessante por vínculos sem vulnerabilidade e amor sem risco é a fantasia impossível do controle emocional, cujo preço, em última instância, é o sacrifício da própria vivência plena e autêntica dos afetos.

Declaração de conflito de interesse: Os autores devem declarar a existência ou inexistência de conflitos de interesse de natureza financeira, institucional ou pessoal que possam influenciar a interpretação dos resultados apresentados. Na ausência de conflitos, deve ser incluída uma declaração explícita informando que não há conflito de interesse.

REFERENCIAS

- Alves, W. S. (2018). Melancolia: o objeto perdido que me assombra. *Reverso*, 40(76).
https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952018000200008
- Bauman, Z. (2001). *Modernidade líquida* (P. Dentzien, Trad.). Jorge Zahar.
- Bauman, Z. (2004). *Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Jorge Zahar.
- Ceribelli, M. (2025). *Sintomas e o que mais aprendi quando o amor me decepcionou*. Harper Collins.
- Dalgalarrodo, P. (2019). *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais* (3ª ed.). Artmed.
- Freud, S. (1969). Luto e melancolia. In *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 14). Imago. (Trabalho original publicado em 1917)
- Freud, S. (1969). Psicologia de grupo e análise do ego. In *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 18). Imago. (Trabalho original publicado em 1921)
- Freud, S. (1969). Uma dificuldade no caminho da psicanálise. In *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 17). Imago. (Trabalho original publicado em 1917)
- Han, B.-C. (2017). *Agonia do eros* (E. P. Giachini, Trad.). Vozes.
- Han, B.-C. (2023). *A crise da narração* (D. Guilhermino, Trad.). Vozes.
- Illouz, E. (2011). *O amor nos tempos do capitalismo* (V. Ribeiro, Trad.). Zahar.
- Illouz, E. (2011). *Por que o amor fere: uma explicação sociológica* (C. A. Medeiros, Trad.). Zahar.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2020, 9 de dezembro). *Estatísticas do registro civil 2019*. Agência de Notícias. [suspicious link removed]
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2022). Estatísticas de registro civil 2021. *Estatísticas do Registro Civil*, 48, 1-10. [suspicious link removed]
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2023). Estatísticas de registro civil 2023. *Estatísticas do Registro Civil*, 50, 1-12. [suspicious link removed]
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2024, 25 de março). *Estatística do registro civil 2022*. Agência de Notícias. [suspicious link removed]
- Muniz, B. (2025, 5 de novembro). *Censo: União sem casamento ultrapassa matrimônios pela 1ª vez no Brasil; relações interracialas crescem*. G1.
<https://g1.globo.com/economia/censo/noticia/2025/11/05/unioes-conjugais-sao-mais-comuns-censo.ghtml>

Organização Mundial da Saúde. (2025). *Relatório da Comissão da OMS sobre conexão social: Da solidão à conexão social: traçando um caminho para sociedades mais saudáveis*.
<https://www.who.int/publications/i/item/978240112360>

Recuero, R. (2014). *Redes sociais na internet*. Editora Sulina.

Safatle, V. (2023). *Introdução a Jacques Lacan* (4ª ed.). Autêntica.

Winnicott, D. W. (1983). Distorção do ego em termos de verdadeiro e falso self. In *O ambiente e os processos de maturação: estudos a favor de uma teoria do desenvolvimento* (I. da Fonseca, Trad., pp. 122-136). Artes Médicas. (Trabalho original publicado em 1960)