

ENTRE O VAZIO E A SUBSTÂNCIA: UMA ANÁLISE FENOMENOLÓGICO- EXISTENCIAL DA DEPENDÊNCIA EM ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS

BETWEEN THE VOID AND THE SUBSTANCE: A PHENOMENOLOGICAL-
EXISTENTIAL ANALYSIS OF ALCOHOL AND OTHER DRUG DEPENDENCE

Ciências Humanas • 07/10/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/791353885](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/791353885)

Alanna Williams Lobão Silva¹

Luan Santos Figueiredo²

RESUMO

A dependência em álcool e outras drogas constitui um fenômeno complexo que envolve dimensões existenciais, sociais, relacionais e corporais da experiência humana. Este estudo tem como objetivo analisar, a partir de uma perspectiva fenomenológico-existencial, como essas dimensões se articulam na experiência da dependência e quais sentidos podem ser atribuídos ao uso de substâncias. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de natureza básica e caráter exploratório, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica narrativa, com levantamento de produções científicas e acadêmicas nas bases SciELO, PePSIC, BVS e Portal de Periódicos CAPES. A análise foi realizada mediante leituras exploratória, seletiva e interpretativa, articulando os conteúdos encontrados ao referencial fenomenológico-existencial. Os resultados indicam que a dependência pode assumir diferentes significados na experiência do sujeito, relacionando-se a formas de vivenciar o sofrimento, estabelecer vínculos, perceber o próprio corpo e posicionar-se diante das possibilidades de existência. A literatura também aponta a relevância da singularidade, da autonomia, da construção de sentido e das condições concretas de vida para a compreensão e o cuidado. Conclui-se que a perspectiva fenomenológico-existencial amplia a compreensão da dependência ao considerar o sujeito em sua experiência situada e singular, favorecendo práticas psicológicas centradas na escuta, no vínculo e na ampliação das possibilidades de existência.

Palavras-chave: Dependência em álcool e outras drogas; Fenomenologia; Existencialismo; Sofrimento existencial; Psicologia.

ABSTRACT

Alcohol and other drug dependence constitutes a complex phenomenon involving existential, social, relational, and bodily

dimensions of human experience. This study aims to analyze, from a phenomenological-existential perspective, how these dimensions are articulated in the experience of dependence and which meanings may be attributed to substance use. This is a qualitative, basic, exploratory study developed through a narrative literature review, with a survey of scientific and academic publications in the SciELO, PePSIC, BVS, and CAPES Periodicals Portal databases. The analysis was conducted through exploratory, selective, and interpretative readings, articulating the identified contents with the phenomenological-existential framework. The results indicate that dependence may assume different meanings in the subject's experience, relating to ways of experiencing suffering, establishing relationships, perceiving one's own body, and positioning oneself in relation to the possibilities of existence. The literature also highlights the relevance of singularity, autonomy, meaning-making, and concrete living conditions for understanding and care. It is concluded that the phenomenological-existential perspective broadens the understanding of dependence by considering the subject within their situated and singular experience, fostering psychological practices centered on listening, therapeutic bonds, and the expansion of possibilities for existence.

Keywords: Alcohol and other drug dependence; Phenomenology; Existentialism; Existential suffering; Psychology.

1. INTRODUÇÃO

A dependência em álcool e outras drogas configura-se como um fenômeno complexo e multifatorial que ocupa lugar de destaque nas discussões contemporâneas em saúde pública e saúde mental (Monteiro, 2013). Embora bastante investigada sob perspectivas biomédicas, comportamentais e sociais, observa-se a necessidade

de analisar e compreender os aspectos subjetivos e existenciais envolvidos no surgimento e manutenção do uso de substâncias psicoativas. Nesse contexto, torna-se necessário ampliar o olhar para além de explicações exclusivamente positivistas, moralistas ou mecanicistas, reconhecendo o sujeito em sua singularidade e nos significados atribuídos à própria experiência de existir.

A perspectiva existencialista apresenta contribuições relevantes para essa compreensão ao considerar que o ser humano não se reduz às suas condições biológicas ou aos comportamentos observáveis, mas constitui-se continuamente por meio de suas escolhas, possibilidades e relações com o mundo. Sob esse enfoque, a liberdade, a responsabilidade e a construção de sentido assumem papel central na experiência humana (Pires, 2022). A partir da filosofia existencial de Heidegger (1988), compreende-se o homem (Dasein) como um ser lançado no mundo, consciente de sua finitude e constantemente convocado à tarefa de construir sentidos para sua existência. Entretanto, tal condição implica vivências de angústia, incerteza e vulnerabilidade. Nesse sentido, Sipahi e Vianna (2001) argumentam que a dependência pode emergir como uma tentativa subjetiva de amenizar o peso da existência e escapar temporariamente das exigências inerentes ao vir-a-ser.

Sob essa perspectiva, o uso de substâncias não deve ser compreendido apenas como manifestação patológica ou comportamento desviante, mas como uma tentativa de reorganização da experiência existencial. Dessa maneira, sem ter que se construir no vir-a-ser, o sujeito encontra na substância a possibilidade de alívio de sua angústia em uma sensação já conhecida como prazerosa, ainda que provisória ou paradoxal (Sipahi e Viana, 2001). Paradoxal porque ao mesmo tempo em que

promete alívio e realização, restringe as possibilidades de construção autêntica da existência.

Outro ponto que ganha relevância é quando se observa que políticas e discursos proibicionistas sempre falharam em erradicar o uso de drogas, ignorando a condição existencial de vulnerabilidade humana. Sodelli (2010) destaca que qualquer abordagem preventiva baseada na erradicação total do uso está fadada ao fracasso, pois implicaria modificar aspectos ontológicos do ser humano, algo impossível. Em vez disso, é necessário um olhar um pouco mais de perto no como se instala a dependência. Compreender a singularidade da existência de cada sujeito e seus modos de cuidar de si torna-se essencial para propor intervenções mais generosas e qualificadas. Nessa perspectiva, as políticas de redução de danos surgem como alternativa a modelos centrados na abstinência e na repressão, reconhecendo que a experiência com a droga é atravessada por escolhas, contextos e significados impossíveis de serem ignorados (Passos; Souza, 2011).

Sob esse enfoque, torna-se fundamental investigar os processos existenciais que contribuem para a dependência em álcool e outras drogas, sem desconsiderar os atravessamentos emocionais, sociais, culturais e, especialmente, as experiências de sofrimento, os processos de construção de sentido e as formas singulares de o sujeito se relacionar consigo mesmo, com o outro e com o mundo. Relações fragilizadas, contextos sociais adversos e a ausência de pertencimento podem intensificar os sentimentos de vazio e angústia, o que pode contribuir para a busca de alívio por meio do uso de substâncias psicoativas (Ronzani et al., 2023). Ao mesmo tempo, compreender o sofrimento psíquico que acompanha a dependência implica reconhecer a subjetividade do sujeito como

um espaço em constante construção, envolto por tentativas de dar sentido à sua própria existência, mesmo quando estas se manifestam por vias autodestrutivas.

Embora a literatura apresente contribuições relevantes para a compreensão da dependência em álcool e outras drogas, ainda se mostra necessário aprofundar a compreensão de como diferentes dimensões da experiência humana se articulam na constituição desse fenômeno. Nesse sentido, aspectos existenciais, relacionais, sociais e corporais não devem ser analisados de maneira isolada, uma vez que assumem significados particulares na experiência de cada sujeito. Assim, a presente pesquisa parte da seguinte questão: como a dependência em álcool e outras drogas pode ser compreendida a partir da articulação entre as diferentes dimensões da experiência vivida, sob uma perspectiva fenomenológico-existencial?

A relevância deste estudo reside na necessidade de ampliar a compreensão sobre a dependência química para além de modelos reducionistas, favorecendo práticas clínicas e estratégias de cuidado mais sensíveis à singularidade da experiência humana. Ao investigar os significados existenciais relacionados ao uso de substâncias, busca-se contribuir para abordagens que considerem não apenas a interrupção do consumo, mas também os processos de construção de sentido e cuidado de si.

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar, a partir de uma perspectiva fenomenológico-existencial, a articulação entre fatores existenciais, sociais, relacionais e corporais na experiência da dependência em álcool e outras drogas, buscando compreender os sentidos atribuídos ao uso de substâncias e suas implicações para o

cuidado. Ao adotar uma análise fenomenológico-existencial, espera-se contribuir para a construção de práticas mais sensíveis à singularidade de cada sujeito, ampliando a compreensão sobre os caminhos que levam à dependência e oferecendo subsídios para intervenções que não apenas busquem a abstinência, mas favoreçam o resgate da liberdade e da possibilidade de novos sentidos para a existência. Sendo assim, este estudo propõe um olhar que transcenda diagnósticos reducionistas, aproximando-se da experiência vivida do sujeito, suas angústias e modos singulares de enfrentar o ser-no-mundo.

2. METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza básica e caráter exploratório, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica narrativa. A escolha desse percurso metodológico fundamenta-se na necessidade de compreender a dependência em álcool e outras drogas para além de explicações causais e lineares, privilegiando uma leitura voltada aos sentidos atribuídos à experiência humana e às condições existenciais relacionadas ao fenômeno.

A abordagem qualitativa foi adotada por possibilitar a análise de aspectos subjetivos que não se reduzem a dados exclusivamente quantitativos, favorecendo a compreensão de experiências, significados e construções que atravessam o sofrimento psíquico e o uso de substâncias. O caráter exploratório justifica-se pela intenção de aprofundar a discussão acerca dos fatores existenciais relacionados à dependência, ampliando a compreensão de um fenômeno cuja complexidade demanda diferentes perspectivas de análise.

Quanto aos procedimentos técnicos, realizou-se levantamento bibliográfico em materiais previamente publicados, incluindo artigos científicos, livros, dissertações, teses e documentos institucionais relacionados às temáticas da dependência, dependência em álcool e outras drogas, existencialismo, sofrimento psíquico e políticas sobre álcool e outras drogas. O levantamento bibliográfico contemplou produções disponíveis na Scientific Electronic Library Online (SciELO), no Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e no Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

A estratégia de busca foi realizada mediante a utilização dos termos relacionados aos objetivos da pesquisa, entre eles “dependência”, “dependência em álcool e outras drogas”, “uso de substâncias”, “existencialismo”, “fenomenologia”, “fenomenologia-existencialista”, “sofrimento psíquico”, “sofrimento existencial” e “busca de sentido”. Para a combinação dos termos, foram empregados os operadores booleanos AND e OR, de acordo com a necessidade de ampliar ou delimitar os resultados. Entre as combinações utilizadas, destacaram-se: “dependência” AND “álcool e outras drogas”, “dependência” AND “fenomenologia”, “dependência” AND “existencialismo”, “uso de substâncias” AND “sofrimento existencial” e “álcool e outras drogas” AND (“fenomenologia-existencialista” OR “existencialismo”). As estratégias foram adaptadas às especificidades de cada base de dados consultada.

Após o levantamento, foram analisados os títulos e resumos das publicações encontradas, considerando sua relação com o problema e o objetivo da pesquisa. Posteriormente, os materiais considerados pertinentes foram lidos integralmente para verificar sua contribuição

teórica ou empírica para a compreensão dos fatores existenciais associados ao uso de substâncias.

Foram selecionadas publicações em língua portuguesa e inglesa que apresentassem contribuições teóricas ou empíricas relevantes para a compreensão dos fatores existenciais associados ao uso de substâncias. Consideraram-se produções que abordassem a dependência em sentido amplo e, especificamente, a dependência em álcool e outras drogas sob perspectivas fenomenológicas e existenciais. Não foi estabelecido recorte temporal para a seleção das publicações, uma vez que foram consideradas tanto obras clássicas fundamentais para a constituição do referencial fenomenológico-existencial quanto produções contemporâneas relacionadas à temática. Foram desconsiderados materiais duplicados, produções sem relação direta com o objetivo do estudo e materiais sem respaldo acadêmico ou científico identificável.

A análise do material ocorreu mediante leitura exploratória, seletiva e interpretativa das obras selecionadas, buscando identificar eixos temáticos recorrentes relacionados aos aspectos emocionais, sociais, familiares e existenciais implicados na dependência. Posteriormente, os conteúdos foram articulados ao referencial fenomenológico-existencial, especialmente às contribuições teóricas acerca da liberdade, angústia, construção de sentido, corporeidade e modos de ser-no-mundo.

Dessa forma, o percurso metodológico buscou produzir uma compreensão ampliada da dependência em álcool e outras drogas, considerando o sujeito em sua singularidade e reconhecendo que os processos relacionados ao uso de substâncias não se esgotam em explicações exclusivamente biomédicas ou comportamentais.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. A Condição Humana Sob a Perspectiva Existencial: Liberdade, Angústia e Construção de Sentido

A análise das produções selecionadas evidenciou que a compreensão da dependência em álcool e outras drogas, a partir da perspectiva fenomenológico-existencial, exige ultrapassar explicações centradas exclusivamente na causalidade, no comportamento ou na dimensão biológica. Os estudos analisados apontam para a necessidade de considerar a maneira singular pela qual cada sujeito vivencia sua relação com a substância, bem como os sentidos atribuídos ao consumo, às relações estabelecidas e às possibilidades percebidas em sua própria existência. Dessa forma, a dependência pode ser compreendida não apenas como um comportamento ou uma condição clínica, mas como uma experiência que se constitui na relação entre sujeito, mundo, história e possibilidades de existência.

Entre os aspectos identificados na literatura, a liberdade e a possibilidade de escolha aparecem como elementos importantes para compreender a experiência humana. Em *Ser e Tempo*, Heidegger (1988) compreende o ser humano como Dasein, um ser que existe sempre em relação com o mundo. Nessa perspectiva, a existência não é determinada por uma essência fixa, mas caracteriza-se pela abertura às possibilidades. Assim, o sujeito constitui-se continuamente a partir de suas relações, escolhas e modos de posicionar-se diante das circunstâncias que encontra.

Entretanto, os achados discutidos no referencial analisado indicam que essa liberdade não deve ser interpretada como autonomia

absoluta. O sujeito encontra-se inserido em condições históricas, sociais e relacionais que delimitam seu campo de possibilidades. Heidegger (1988) permite compreender, portanto, que o indivíduo é lançado em um mundo que não escolheu, mas permanece diante da possibilidade de posicionar-se em relação às circunstâncias que constituem sua existência. Essa tensão entre as condições concretas e as possibilidades percebidas torna-se especialmente relevante para a compreensão da dependência, uma vez que diferentes situações de sofrimento podem estreitar o campo de possibilidades experimentado pelo sujeito.

Outro eixo identificado na análise refere-se à busca de sentido e ao vazio existencial. A literatura discutida no estudo aproxima essa dimensão das contribuições de Viktor Frankl, para quem a existência humana é marcada pela possibilidade de atribuir significado às experiências. Frankl (2019) compreende a vontade de sentido como uma dimensão fundamental da experiência humana e relaciona o vazio existencial à dificuldade de encontrar propósitos capazes de orientar a existência. Dessa forma, experiências de sofrimento não podem ser compreendidas apenas a partir de seus aspectos objetivos, mas também pelos significados que assumem para aquele que as vivencia.

Essa discussão permite compreender uma possível relação entre vazio existencial, sofrimento e uso de substâncias, sem estabelecer uma relação causal direta entre esses elementos. A partir da literatura analisada, a substância pode assumir diferentes funções na trajetória do sujeito e adquirir significados particulares diante de situações de sofrimento, desorientação ou perda de referenciais. Assim, mais do que afirmar que o vazio existencial provoca a dependência, a perspectiva fenomenológico-existencial possibilita

investigar que lugar a substância ocupa na experiência daquele sujeito e que sentido ela assume em determinado contexto de sua existência. Essa mudança de perspectiva desloca a pergunta de “quais fatores causam o consumo?” para “como esse sujeito vivencia sua relação com a substância e o que ela representa em sua trajetória?”.

As contribuições de Rollo May (2010) também permitem aprofundar essa compreensão. O autor relaciona experiências de ansiedade, solidão e vazio às transformações sociais e culturais e à perda de referenciais capazes de orientar a existência. Nesse sentido, o sofrimento existencial não pode ser reduzido a uma experiência exclusivamente individual, pois também se constitui nas relações estabelecidas pelo sujeito com o contexto social e com os valores que orientam sua existência.

A partir da articulação desses achados, observa-se que a angústia não deve ser compreendida simplesmente como um sintoma a ser eliminado, mas como uma dimensão constitutiva da existência humana. Na perspectiva apresentada por Heidegger (1988), a angústia coloca o sujeito diante da abertura de suas possibilidades e da ausência de garantias externas capazes de determinar integralmente o sentido de sua existência. Assim, o problema não está simplesmente na presença da angústia, mas nas diferentes maneiras pelas quais cada sujeito procura responder às experiências que atravessam sua existência.

Essa compreensão possui implicações importantes para a análise da dependência. A literatura analisada permite considerar que o uso de substâncias pode constituir, em determinadas trajetórias, uma forma de responder a experiências de sofrimento, vazio, angústia ou

dificuldades relacionadas à construção de sentido. Isso não significa compreender a dependência como uma escolha deliberada ou responsabilizar individualmente o sujeito pelo adoecimento. Ao contrário, significa reconhecer que a relação com a substância se estabelece dentro de uma existência situada, atravessada por condições concretas, relações e possibilidades. O próprio referencial analisado ressalta que a liberdade humana não corresponde à ausência de limites, mas é exercida dentro das circunstâncias nas quais o sujeito se encontra.

Desse modo, os resultados discutidos neste eixo apontam que a perspectiva fenomenológico-existencial contribui para compreender a dependência para além da identificação de causas ou fatores de risco, direcionando a atenção para a experiência vivida, os significados atribuídos ao consumo, o sofrimento, a busca de sentido e o campo de possibilidades do sujeito. Essa compreensão constitui uma base para os próximos eixos da discussão, nos quais a dependência será analisada em sua relação com o modelo biomédico, o sofrimento social, as relações interpessoais e a corporeidade.

3.2. A Dependência para Além do Modelo Biomédico: Contribuições da Fenomenologia Existencial para a Compreensão do Sofrimento

Essa compreensão da angústia e da busca de sentido encontra respaldo em produções internacionais recentes que têm procurado reaproximar a fenomenologia existencial das discussões contemporâneas sobre dependência química. Embora a literatura biomédica tenha produzido avanços importantes ao demonstrar as alterações neuroadaptativas provocadas pelo uso prolongado de

substâncias psicoativas, observa-se um movimento crescente de pesquisadores que questionam a suficiência desse modelo para explicar a complexidade da experiência da dependência. Mais do que negar a participação de mecanismos neurobiológicos, alguns autores defendem que compreender o funcionamento cerebral não significa, necessariamente, compreender a experiência humana do adoecimento.

Ao discutir os limites do paradigma biomédico, Schlimme (2007) argumenta que grande parte das pesquisas concentra-se na identificação de alterações cerebrais, circuitos de recompensa e déficits de controle inibitório, mas oferece poucas respostas acerca de uma questão fundamental: como e o que é viver a experiência da dependência? Para o autor, essa lacuna evidencia que a dependência não pode ser reduzida à condição de um cérebro adoecido, uma vez que envolve transformações profundas na maneira pela qual o sujeito percebe a si mesmo, organiza suas relações e projeta seu futuro. Sob essa perspectiva, a fenomenologia não pretende substituir os conhecimentos produzidos pelas neurociências, mas complementá-los ao recolocar a experiência subjetiva no centro da investigação científica.

Essa discussão aproxima-se significativamente das reflexões desenvolvidas por Sipahi e Vianna (2001), onde afirmam que a substância ocupa uma função existencial específica na vida do indivíduo. Schlimme amplia essa interpretação ao demonstrar que a dependência modifica o próprio modo de habitar o mundo. O sujeito deixa de estabelecer uma relação aberta com suas possibilidades existenciais e passa, progressivamente, a organizar sua existência em torno da substância. Nesse processo, a relação com a droga pode adquirir um caráter central e tornar-se

progressivamente absoluta na experiência do sujeito, contribuindo para a constituição de uma identidade fragilizada e estreitamente vinculada ao uso (Schlimme, 2007, p. S199-S200). Esse deslocamento permite compreender por que intervenções centradas exclusivamente na interrupção do uso frequentemente produzem resultados limitados quando desconsideram a reorganização existencial necessária para sustentar o processo de recuperação.

Outro aspecto que merece destaque refere-se ao conceito de liberdade. Tradicionalmente, parte da literatura interpreta a dependência como perda completa da autonomia individual. Entretanto, essa compreensão é relativizada por Grech, ao propor um modelo existencial da dependência. Segundo o autor, a perda da liberdade não ocorre de maneira súbita, mas constitui um processo gradual no qual a substância passa a restringir, progressivamente, o horizonte de possibilidades do sujeito. Em diálogo com Heidegger, Grech argumenta que a dependência representa um estreitamento do campo existencial, pois aquilo que inicialmente se apresentava como uma escolha transforma-se, ao longo do tempo, na principal forma de relação do indivíduo consigo mesmo e com o mundo (Grech, 2021).

Essa interpretação amplia significativamente a compreensão da recaída. Embora diferentes modelos expliquem esse fenômeno por fatores cognitivos, emocionais, comportamentais ou contextuais, a literatura fenomenológico-existencial sugere que o retorno ao consumo pode refletir a dificuldade de reconstruir sentidos capazes de substituir a função anteriormente desempenhada pela substância. Em outras palavras, interromper o consumo não implica, necessariamente, reconstruir a existência. Quando permanecem inalteradas as condições de isolamento, sofrimento e desesperança,

o retorno ao uso pode representar menos uma escolha racional do que a retomada de um modo de existir previamente conhecido (Grech, 2021; Klein *et al.*, 2022).

Os achados de Ronzani et al. (2023) contribuem para ampliar a compreensão da dependência de álcool e outras drogas ao evidenciarem a influência dos determinantes sociais da saúde. Segundo os autores, fatores como pobreza, exclusão social, violência, desemprego e fragilidade das redes de apoio aumentam a vulnerabilidade ao uso de substâncias. A perspectiva fenomenológico-existencial amplia essa compreensão ao enfatizar que seus efeitos são vividos de maneira singular por cada indivíduo. Assim, o impacto das condições sociais não decorre apenas de sua presença objetiva, mas também da forma como são experimentadas e significadas ao longo da história de vida, dos vínculos afetivos e dos recursos existenciais de cada pessoa.

3.3. A Dependência Como Experiência Viva: Entre o Sofrimento Existencial, o Sofrimento Social e a Corporeidade

A compreensão da dependência em álcool e outras drogas ultrapassa a identificação de fatores de risco ou de relações causais entre eventos de vida e o consumo de substâncias. Embora aspectos como vulnerabilidade social, experiências traumáticas e fragilidade dos vínculos contribuam para a compreensão do fenômeno, a perspectiva fenomenológico-existencial convida a deslocar o olhar para uma questão anterior: como o sujeito passa a experimentar a si mesmo, seu corpo e o mundo quando a substância ocupa um lugar central em sua existência? Nessa direção, a dependência deixa de ser compreendida apenas como um comportamento ou um

transtorno clínico e passa a ser analisada como uma transformação da experiência vivida.

Sob essa perspectiva, a experiência humana constitui-se simultaneamente na relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo, de modo que sofrimento existencial e sofrimento social não se apresentam como realidades independentes, mas como dimensões que se entrelaçam continuamente. Como propõe Ayres et al. (2003), a vulnerabilidade em saúde ultrapassa a noção de risco individual ao considerar a interação entre dimensões individuais, sociais e programáticas. Nessa perspectiva, compreende-se que as circunstâncias sociais não determinam a dependência, mas influenciam profundamente as formas pelas quais o sofrimento é vivido, elaborado e significado.

Essa compreensão aproxima-se da fenomenologia existencialista ao reconhecer que o sofrimento não ocorre "dentro" do indivíduo como um estado isolado da consciência. Ao contrário, ele modifica a maneira como o sujeito percebe suas possibilidades, estabelece relações e participa do mundo compartilhado. Assim, experiências de exclusão, precarização dos vínculos ou perda de pertencimento não são importantes apenas pelos acontecimentos objetivos que representam, mas porque alteram a maneira como o indivíduo se reconhece em sua própria existência. O sofrimento, portanto, deixa de ser compreendido apenas como reação a determinados eventos e passa a constituir uma forma específica de estar no mundo.

É nesse contexto que a noção de corpo vivido adquire especial relevância. Diferentemente da tradição cartesiana, que separa mente e corpo, a fenomenologia compreende o corpo como a própria condição de possibilidade da experiência. Em Maurice

Merleau-Ponty, o corpo não é compreendido como um objeto separado do sujeito, mas como corpo próprio, por meio do qual a percepção e a relação com o mundo se constituem. Nessa perspectiva, a experiência não se realiza a partir de uma consciência desvinculada da corporeidade, mas a partir de uma existência corporal situada no mundo (Merleau-Ponty, 2018).

Ao trazer a noção fenomenológica de corpo vivido (*Leib*) no campo da psicopatologia fenomenológica, Thomas Fuchs destaca que a corporeidade não corresponde apenas à materialidade biológica do organismo, mas constitui o meio pelo qual o sujeito experiencia a si mesmo, os outros e o mundo (Fuchs, 2005). Nessa perspectiva, o corpo vivido constitui o fundamento da percepção, da afetividade e da intersubjetividade. Assim, quando essa experiência corporal sofre alterações, modificam-se também a maneira como o indivíduo percebe o mundo, vivencia seus afetos e reconhece suas possibilidades de ação.

Ao discutirem a psicopatologia fenomenológica de Thomas Fuchs no contexto da psicologia brasileira, Monteiro, Souza e Moreira (2020) destacam que, para o autor, a experiência humana é essencialmente intercorpórea, constituindo-se no encontro entre sujeitos que compartilham afetos, significados e formas de habitar o mundo. Nessa perspectiva, a corporeidade deixa de ser compreendida apenas em sua dimensão biológica para ser reconhecida como condição de possibilidade da experiência subjetiva e das relações intersubjetivas. Assim, alterações na experiência do corpo vivido repercutem diretamente sobre a maneira como o sujeito se relaciona consigo mesmo, com os outros e com o mundo.

Essa compreensão permite lançar um novo olhar sobre a dependência. A substância psicoativa não produz apenas efeitos neuroquímicos; ela também modifica, ainda que provisoriamente, a maneira como o sujeito experiencia seu próprio corpo, percebe o tempo, relaciona-se com os outros e habita o mundo. Em muitos casos, o consumo representa uma tentativa de transformar uma experiência corporal marcada por angústia, vazio, tensão ou sofrimento em outra percebida como mais suportável. Sob essa perspectiva, a droga deixa de ser compreendida exclusivamente como fonte de prazer e passa a ser entendida como um recurso por meio do qual o sujeito procura reorganizar sua própria experiência vivida.

Essa interpretação dialoga com a hipótese da automedicação proposta por Edward J. Khantzian, segundo a qual determinadas substâncias são utilizadas porque desempenham funções específicas na regulação de estados emocionais dolorosos (Khantzian, 1997). No entanto, a perspectiva fenomenologia amplia essa compreensão ao evidenciar que aquilo que se modifica não é apenas o afeto, mas a própria maneira de existir corporalmente no mundo. A substância altera o horizonte da experiência, produzindo mudanças na percepção de si, na relação com o tempo, com o espaço e com o outro, ainda que tais mudanças sejam temporárias e frequentemente culminem em novas formas de sofrimento.

Essa perspectiva modifica profundamente a compreensão clínica da dependência. Em vez de perguntar apenas por que determinada pessoa utiliza uma substância, Khantzian (1997) propõe investigar qual sofrimento ela tenta aliviar por meio desse consumo. Tal mudança de enfoque desloca a atenção da droga para a experiência subjetiva do indivíduo e aproxima-se da compreensão

fenomenológica segundo a qual toda conduta humana adquire sentido quando analisada a partir da história singular daquele que a vivencia. Embora a hipótese da automedicação tenha origem na psiquiatria psicodinâmica, suas contribuições dialogam diretamente com a fenomenologia existencial ao reconhecer que o uso de substâncias possui significado e função na organização da experiência.

Outro eixo que tem recebido crescente atenção na literatura refere-se ao papel do trauma. Estudos apontam associações entre experiências traumáticas, incluindo violência, abuso, negligência e outras formas de adversidade interpessoal, e a ocorrência de transtornos relacionados ao uso de substâncias. Essas experiências podem repercutir sobre processos de regulação emocional e sobre a maneira como o sofrimento é vivenciado, favorecendo, em determinados casos, o recurso às substâncias como forma de modificar ou aliviar estados afetivos dolorosos (Khantzian, 1997; Van der Kolk, 2014).

Apesar da consistente associação entre experiências traumáticas e transtornos relacionados ao uso de substâncias, a literatura contemporânea alerta para a complexidade dessa relação. Diferentes fatores psicológicos, familiares e sociais participam das trajetórias relacionadas ao uso problemático de substâncias, indicando que a exposição ao trauma não constitui, isoladamente, uma explicação suficiente para o desenvolvimento e a manutenção desses transtornos (Mattos et al., 2024). Desse modo, o trauma configura um importante fator de vulnerabilidade, mas não uma explicação única ou inevitável para a dependência.

Um aspecto recorrente na literatura refere-se ao papel dos vínculos humanos na compreensão da dependência. A literatura evidencia que condições relacionadas à família, ao território e às relações sociais participam da configuração das experiências de uso de substâncias, indicando que a dependência não pode ser compreendida de forma dissociada das condições sociais e relacionais nas quais o sujeito está inserido (Ronzani *et al.*, 2023). Sob essa perspectiva, Alexander (2008) argumenta que o enfraquecimento dos vínculos sociais e o desenraizamento podem comprometer a integração psicossocial do indivíduo, favorecendo formas alternativas de adaptação ao sofrimento. Essa compreensão pode ser aproximada da perspectiva fenomenológico-existencial, ao reconhecer que o sofrimento não se constitui exclusivamente na interioridade do sujeito, mas também nas rupturas de suas relações com os outros, com o mundo e com as possibilidades de atribuir sentido à própria existência. Desse modo, a recuperação não se restringe à interrupção do consumo, mas envolve também a reconstrução de vínculos, da autonomia e de projetos de vida, perspectiva igualmente enfatizada por Martins, Buchele e Bolsoni (2021) ao discutirem práticas de cuidado orientadas para a construção da autonomia e a reinserção social.

Sob esse enfoque, compreender a dependência exige reconhecer que ela não resulta de um único evento ou fator isolado, mas de uma complexa articulação entre a experiência e modos singulares de atribuir sentido ao próprio existir. É nessa intersecção entre sofrimento existencial e sofrimento social que se tornam possíveis formas de cuidado mais sensíveis à singularidade da experiência humana.

3.4. O Cuidado para Além da Abstinência: Implicações para a Prática Psicológica

A compreensão da dependência como fenômeno existencial, relacional e social implica uma mudança significativa na forma de pensar o cuidado em saúde mental. Se o uso de substâncias representa, em muitos casos, uma tentativa de enfrentar o sofrimento, reconstruir vínculos ou regular emoções difíceis, a intervenção psicológica não pode restringir-se à eliminação do consumo. Essa perspectiva desloca o foco do tratamento da substância para a pessoa, reconhecendo que a recuperação envolve transformações mais amplas, relacionadas à reconstrução da autonomia, da identidade e do sentido atribuído à própria existência.

Um ponto interessante da abordagem centrada na pessoa desenvolvida por Carl Rogers, mostra que mudanças psicológicas duradouras ocorrem quando o indivíduo encontra um ambiente terapêutico caracterizado por empatia, congruência e aceitação positiva incondicional (Rogers, 1961). Embora tal teoria não tenha sido desenvolvida especificamente para a dependência química, seus pressupostos oferecem importantes contribuições para esse campo ao compreender que o crescimento psicológico não decorre da imposição de comportamentos desejáveis, mas da criação de condições que favoreçam o desenvolvimento da autonomia e da capacidade de escolha.

Essa perspectiva dialoga diretamente com a entrevista motivacional, desenvolvida por Miller e Rollnick (2013), abordagem fundamentada em uma comunicação colaborativa e centrada na pessoa, que busca fortalecer a motivação e o compromisso do próprio indivíduo com a

mudança. Os autores destacam a importância de compreender e explorar a ambivalência diante da mudança, sem tratá-la como resistência ou como uma característica fixa do sujeito. Nessa perspectiva, o profissional não impõe razões para a mudança, mas procura evocar e fortalecer as razões que emergem da própria pessoa, em uma relação pautada pela aceitação, pela colaboração e pelo respeito à sua autonomia (Miller; Rollnick, 2013).

Sob a perspectiva existencial, Irvin D. Yalom (1980) acrescenta que o sofrimento humano está relacionado a quatro preocupações fundamentais da existência: morte, liberdade, isolamento existencial e ausência de sentido. Embora essas dimensões façam parte da condição humana, podem adquirir configurações singulares em pessoas que vivenciam a dependência. Nesse contexto, a psicoterapia não tem como objetivo eliminar tais conflitos, mas favorecer que o sujeito desenvolva formas mais autênticas de relacionar-se com eles. A partir dessa compreensão, a recuperação deixa de ser compreendida apenas como abstinência e passa a envolver também a possibilidade de reconstruir projetos de vida, fortalecer vínculos significativos e ampliar as possibilidades de atribuir sentido à experiência vivida.

Essa compreensão aproxima-se do conceito de recuperação (*recovery*), amplamente discutido na literatura internacional em saúde mental. Diferentemente de modelos que definem o sucesso terapêutico exclusivamente pela remissão dos sintomas, a perspectiva do *recovery* enfatiza a recuperação como um processo pessoal e singular, no qual aspectos como a construção de um modo de vida significativo, a participação social, o exercício da autonomia e o desenvolvimento de novos sentidos e propósitos assumem papel central (Slade, 2009). Nessa perspectiva, a

recuperação não constitui um evento isolado, mas um percurso singular, construído em relação às possibilidades, aos recursos e aos contextos de vida de cada pessoa.

No âmbito das políticas públicas brasileiras, essa perspectiva encontra expressão nas estratégias de redução de danos. Essa abordagem parte do reconhecimento de que a interrupção do consumo nem sempre constitui uma possibilidade imediata ou desejada pelo usuário, orientando-se, nesses casos, pela minimização dos riscos e danos associados ao uso de substâncias e pela construção de estratégias de cuidado compatíveis com as condições concretas de vida (Inglez-Dias et al., 2014). Nesse sentido, o cuidado não se restringe à abstinência como condição para a intervenção, mas pode envolver ações voltadas à prevenção de agravos, à ampliação do acesso aos serviços de saúde e ao fortalecimento do vínculo com os usuários.

Dessa forma, a literatura analisada converge para uma compreensão do cuidado que ultrapassa intervenções centradas exclusivamente no controle do consumo. Nessa perspectiva, o profissional de psicologia passa a ocupar um lugar de facilitador do processo de elaboração das experiências de sofrimento, favorecendo o fortalecimento da autonomia e a ampliação das possibilidades de participação no mundo. Sob esse enfoque, o cuidado em situações de dependência implica reconhecer que a relação com a substância não esgota a experiência do sujeito, cuja história, vínculos, valores e projetos constituem dimensões fundamentais a serem consideradas no processo terapêutico.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise da literatura permitiu compreender que a dependência em álcool e outras drogas não pode ser compreendida de forma suficiente a partir de explicações causais, lineares ou exclusivamente biomédicas. A perspectiva fenomenológico-existencial permite compreendê-la como uma experiência humana situada, na qual aspectos existenciais, sociais, relacionais e corporais se articulam de maneira singular. Nessa direção, o uso de substâncias assume significados que ultrapassam seus efeitos farmacológicos, podendo ocupar diferentes lugares na forma como o sujeito enfrenta o sofrimento, estabelece relações e se posiciona diante de suas possibilidades de existência.

A compreensão desenvolvida também evidencia que sofrimento existencial, sofrimento social e corporeidade não constituem dimensões isoladas. As condições concretas de vida, a fragilização dos vínculos, as experiências traumáticas e as formas singulares de vivenciar o próprio corpo participam da maneira como o sofrimento é experimentado e significado, sem determinar de forma inevitável o desenvolvimento da dependência. Essa compreensão preserva a singularidade do sujeito e, simultaneamente, reconhece os contextos relacionais e sociais que atravessam sua experiência.

Nesse sentido, a dependência não se apresenta apenas como perda de controle sobre o consumo, mas como um processo que pode estreitar progressivamente o campo de possibilidades do sujeito, reorganizando sua relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo. A recuperação, portanto, não se reduz à interrupção do uso, mas envolve a ampliação de possibilidades de existência, o fortalecimento da autonomia, a reconstrução de vínculos e a atribuição de novos sentidos à experiência vivida.

A perspectiva fenomenológico-existencial contribui, assim, para deslocar o cuidado de uma centralidade exclusiva na substância para a compreensão da pessoa em sua integralidade e singularidade. No campo da Psicologia, esse deslocamento sustenta práticas que valorizam a escuta, a autonomia, o vínculo terapêutico e as condições concretas de existência, articulando-se a estratégias de cuidado que não tomam a abstinência como único indicador de transformação. Com isso, a dependência passa a ser compreendida não apenas como aquilo que precisa ser interrompido, mas como uma experiência que demanda ser compreendida em seus sentidos, relações e possibilidades.

Durante a realização da pesquisa, uma das principais dificuldades esteve na articulação entre diferentes produções teóricas para compreender a dependência a partir de uma perspectiva fenomenológico-existencial. A literatura analisada apresenta contribuições provenientes de diferentes campos e perspectivas, o que exigiu um esforço de aproximação entre conceitos existenciais, fenomenológicos, sociais, psicológicos e relacionados ao cuidado em saúde, preservando as especificidades de cada abordagem.

Como possibilidade para pesquisas futuras, sugere-se o aprofundamento da experiência vivida de pessoas que apresentam uso problemático de álcool e outras drogas, especialmente por meio de pesquisas empíricas. Essa linha de pesquisa poderá investigar de maneira mais direta os sentidos atribuídos ao uso da substância e as experiências individuais. Dessa forma, novos estudos poderão ampliar a compreensão da dependência para além de seus aspectos diagnósticos, contribuindo para práticas psicológicas mais sensíveis à singularidade e às possibilidades de existência de cada sujeito.

Por fim, o estudo evidencia que compreender a dependência a partir da experiência vivida amplia as possibilidades de cuidado ao reconhecer que, antes da relação com a substância, existe um sujeito situado, corporal, relacional e aberto a possibilidades de transformação. Essa perspectiva não nega as dimensões neurobiológicas ou sociais do fenômeno, mas as reinscreve em uma compreensão mais ampla da existência humana, na qual o cuidado se orienta não somente pela redução do consumo, mas pela construção de condições que ampliem as possibilidades de existir, relacionar-se e atribuir sentido à própria trajetória.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALEXANDER, Bruce K. ***The globalisation of addiction: a study in poverty of the spirit***. Oxford: Oxford University Press, 2008.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita; FRANÇA JUNIOR, Ivan; CALAZANS, Gabriela Junqueira; SALETTI FILHO, Haraldo César. **O conceito de vulnerabilidade e as práticas de saúde: novas perspectivas e desafios**. In: *Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências*. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2003.

FRANKL, Viktor E. ***Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração***. Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. 45. ed. São Leopoldo: Sinodal, 2019.

FUCHS, Thomas. **Corporealized and disembodied minds: a phenomenological view of the body in melancholia and schizophrenia**. *Philosophy, Psychiatry & Psychology*, Baltimore, v. 12, n. 2, p. 95-107, 2005. DOI: 10.1353/ppp.2005.0040.

GRECH, G. **A comparison of the existential and medical models of addiction.** *European Psychiatry*, v. 64, supl. 1, p. S566, 2021. DOI: 10.1192/j.eurpsy.2021.1509.

GRECH, G. **An existential model of addiction.** *European Psychiatry*, v. 64, supl. 1, p. S495, 2021. DOI: 10.1192/j.eurpsy.2021.1323.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e o tempo.** Parte I. Tradução de Márcia de Sá Cavalcanti. Petrópolis: Vozes, 1988.

INGLEZ-DIAS, Aline; RIBEIRO, José Mendes; BASTOS, Francisco I.; PAGE, Kimberly. **Políticas de redução de danos no Brasil: contribuições de um programa norte-americano.** *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 147-157, 2014. DOI: 10.1590/1413-81232014191.1778.

KHANTZIAN, Edward J. **The self-medication hypothesis of substance use disorders: a reconsideration and recent applications.** *Harvard Review of Psychiatry*, v. 4, n. 5, p. 231-244, 1997. DOI: 10.3109/10673229709030550.

KLEIN, Maïke; DIXON, Jeremy; BUTLER, Catherine. **Multiple relapses into opiate and crack misuse among people in recovery: an interpretative phenomenological analysis.** *Journal of Addictions & Offender Counseling*, v. 43, p. 97-110, 2022. DOI: 10.1002/jaoc.12106.

MARTINS, Matheus Eduardo Rodrigues; BUCHELE, Fatima; BOLSONI, Carolina Carvalho. **Uma revisão bibliográfica sobre as estratégias de construção da autonomia nos serviços públicos brasileiros de atenção em saúde a usuários de drogas.** *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 37, n. 8, e00358820, 2021.

MATTOS, Bernardo Paim de et al. **Risk and protective factors for rehospitalization among substance use disorders: a systematic review.** *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, Rio de Janeiro, v. 20, e20240410, 2024. DOI: 10.5935/1808-5687.20240410.

MAY, Rollo. ***O homem à procura de si mesmo***. Tradução de Aurea Brito Weissenberg. 35. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

MERLEAU-PONTY, Maurice. ***Fenomenologia da percepção***. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 5. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2018.

MILLER, William R.; ROLLNICK, Stephen. ***Motivational interviewing: helping people change***. 3. ed. New York: Guilford Press, 2013.

MONTEIRO, Rita Maria Paiva. **Álcool e outras drogas: diálogos sobre um mal-estar contemporâneo.** *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 8, p. 1727-1728, ago. 2013. DOI: 10.1590/0102-311XRE020813.

MONTEIRO, Victor; SOUZA, Camila Pereira de; MOREIRA, Virginia. **Da (inter)corporeidade à depressão melancólica na psicopatologia fenomenológica de Fuchs.** *Memorandum: Memória e História em Psicologia*, Belo Horizonte, v. 37, p. 1-18, 2020. DOI: 10.35699/1676-1669.2020.14703.

MOTA RONZANI, Telmo; SOARES PEREIRA, Thais; BRANCO CASTRO, Juliana; DIMENSTEIN, Magda. **Determinantes sociais e dependência de drogas: revisão sistemática da literatura.** *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 39, e39407, 2023. DOI: 10.1590/0102.3772e39407.pt.

PASSOS, Eduardo Henrique; SOUZA, Tadeu Paula. **Redução de danos e saúde pública: construções alternativas à política global de "guerra às drogas"**. *Psicologia & Sociedade*, v. 23, n. 1, p. 154-162, 2011. DOI: 10.1590/S0102-71822011000100017.

PIRES, Marcelo da Silva Alves. **Existencialismo e psicologia: um ensaio sobre a liberdade**. *IGT na Rede*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 37, 2022. DOI: 10.5281/zenodo.15149627.

ROGERS, Carl R. ***On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy***. Boston: Houghton Mifflin Company, 1961.

SCHLIMME, Jann E. **Towards a phenomenological understanding of addiction**. *European Psychiatry*, v. 22, supl. 1, p. S199-S200, 2007. DOI: 10.1016/j.eurpsy.2007.01.661.

SIPAHI, Fabiano Matos; VIANNA, Fernanda de Camargo. **Uma análise da dependência de drogas numa perspectiva fenomenológica existencial**. *Análise Psicológica*, v. 19, n. 4, p. 503-507, 2001.

SLADE, Mike. ***Personal recovery and mental illness: a guide for mental health professionals***. Cambridge: Cambridge University Press, 2009.

SODELLI, Marcelo. **A abordagem proibicionista em desconstrução: compreensão fenomenológica existencial do uso de drogas**. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 637-644, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/k3vrmx6wjKLzQSvKp6BS68R/>. Acesso em: 12 jul. 2026.

VAN DER KOLK, Bessel A. ***The body keeps the score: brain, mind, and body in the healing of trauma***. New York: Viking, 2014.

YALOM, Irvin D. ***Existential psychotherapy***. New York: Basic Books, 1980.

¹ Discente do Curso Superior de Psicologia do Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão *Campus* Imperatriz. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Docente do Curso Superior de Psicologia do Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão *Campus* Imperatriz. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)