

TEORIA DO APEGO APLICADA AO VÍNCULO MÉDICO- PACIENTE

ODS 3 - Saúde e bem-estar: assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades.

Heloísa Cecílio Cammarano (Universidade de Taubaté)
Rafaela Ambrósio (Universidade de Taubaté)

A medicina contemporânea tem reconhecido que a qualidade da relação estabelecida entre médico e paciente constitui um dos pilares fundamentais do cuidado em saúde. Nas últimas décadas, o interesse por compreender os aspectos psicológicos e emocionais envolvidos nesse vínculo levou à incorporação de referenciais teóricos oriundos da psicologia, entre os quais se destaca a Teoria do Apego, desenvolvida por John Bowlby. Originalmente voltada à compreensão das relações afetivas entre cuidadores e crianças, essa teoria passou a ser amplamente aplicada à interação entre profissionais de saúde e pacientes, oferecendo novas perspectivas sobre a formação de confiança, dependência e segurança no contexto clínico. O presente estudo teve como objetivo analisar como a Teoria do Apego contribui para compreender e aprimorar o vínculo médico-paciente, enfatizando sua relevância para a humanização do atendimento e para os desfechos em saúde. Para tanto, foi realizada uma revisão de literatura em bases nacionais e internacionais, contemplando estudos qualitativos, quantitativos e revisões integrativas que exploraram a influência dos estilos de apego — tanto de pacientes quanto de médicos — sobre a comunicação, a confiança e a adesão ao tratamento. Os estudos evidenciaram que, diante da doença, dor ou incerteza, o paciente tende a ativar seu sistema de apego, buscando no médico uma figura de segurança capaz de oferecer suporte emocional e proteção. Pesquisas realizadas na atenção primária e em cuidados paliativos apontaram que pacientes com apego seguro demonstram maior facilidade em estabelecer relações de confiança, comunicar suas necessidades e aderir às orientações médicas. Em contrapartida, estilos de apego inseguros — como o ansioso e o evitativo — estão associados a dificuldades de comunicação, medo de rejeição, comportamentos de dependência excessiva ou, ao contrário, resistência à vinculação. Outro aspecto amplamente discutido foi o papel do médico como base segura, cuja postura empática e responsiva é essencial para o desenvolvimento de um vínculo terapêutico efetivo. A continuidade do cuidado — especialmente a manutenção de um médico de referência — mostrou-se um fator importante para fortalecer a confiança e reduzir a ansiedade do paciente diante da vulnerabilidade imposta pela doença. Revisões recentes também destacam que o próprio estilo de apego do profissional influencia sua forma de lidar com as demandas emocionais do paciente, afetando diretamente a qualidade do encontro clínico. Os resultados analisados convergem para a compreensão de que o vínculo médico-paciente vai além da dimensão técnica, sendo também um espaço de troca emocional e afetiva. A aplicação da Teoria do Apego nesse contexto permite reconhecer que a relação

terapêutica se baseia em necessidades humanas universais de segurança e cuidado. Assim, promover o autoconhecimento emocional dos profissionais de saúde e desenvolver habilidades comunicacionais sensíveis às diferenças de apego dos pacientes podem contribuir para uma prática clínica mais ética, empática e humanizada. Em síntese, a Teoria do Apego oferece um referencial teórico consistente para compreender e fortalecer o vínculo médico-paciente. Ao reconhecer que a confiança e a segurança são condições indispensáveis para o sucesso terapêutico, ela amplia a visão sobre o cuidado, integrando dimensões técnicas e emocionais. Dessa forma, sua aplicação representa um passo essencial rumo a uma medicina verdadeiramente centrada na pessoa, capaz de aliar competência científica e sensibilidade humana.

Palavras-chave: Teoria do apego; Relação médico-paciente; Humanização da saúde; Empatia; Psicologia médica.