

# Jornal Regional/ Portal Regional muito mais digital



Comercial e Redação:  
(18) 99764-1912

Assinaturas:  
(18) 99180-8742

E-mails:  
jornalismo@portalregional.net.br  
comercial@portalregional.net.br  
atosoficiais@portalregional.net.br

# Jornal Regional

DIGITAL

JOSÉ FERNANDO PEREIRA DOS SANTOS

CNPJ  
15.763.376/0001-25

Inscr. Est.  
292.119.846.111

Rua:  
Cristina Pompilio Schmidt, Nº 42  
Bairro:  
Frei Moacir I

Representante em  
São Paulo: Revesp

Diretor: Fernando Pereira

Jornalista Responsável:  
Letícia Bortoloti Pinheiro  
(MTb 57474/SP)

Os artigos publicados com assinaturas não traduzem a opinião do Jornal. Sua publicação obedece ao propósito de estimular o debate dos problemas locais, estaduais, nacionais e mundiais e de refletir as diversas tendências do pensamento contemporâneo. Aquele que for citado em determinado artigo o jornal garante igual espaço de publicação.

## O que é codependência emocional? Por Cidinha Pascoaloto\*

Codependente emocional é diferente do codependente químico. O codependente emocional faz uso da dependência que os outros têm nele, para sentir-se seguro consigo mesmo e em relacionamentos. O codependente aproveita o momento de dificuldade do outro para ajudá-lo e se sentir o salvador.

A codependência é caracterizada por um transtorno emocional que se transforma em uma dependência exagerada de um indivíduo em relação a outro. Podemos dizer também que é uma prisão em que o indivi-

duo suporta qualquer tipo de comportamento e suas consequências. A pessoa não percebe que está renunciando a sua vida, seus sonhos e seu futuro.

O codependente emocional não consegue estabelecer um vínculo saudável com

*Quais os sintomas da codependência?  
Baixa autoestima, ansiedade, depressão,  
estresse, medo do abandono e  
necessidade de controlar a necessidade  
do outro*

o outro, e por esse motivo se aproveita das situações e procura manter por perto a pessoa que vai resolver todos os seus problemas e que vai estar sempre ao seu lado. O codependente promove o sofrimento e tem dificuldade em deixar o outro livre.

Quais os sintomas da

codependência? Baixa autoestima, ansiedade, depressão, estresse, medo do abandono e necessidade de controlar a necessidade do outro.

É muito comum que o codependente emocional se realiza somente através da

opinião do outro isso acontece porque ele é incapaz de perceber seus sentimentos. Não tem autonomia e autoconfiança quando estes se referem a sua própria pessoa não consegue perceber que também é capaz e que tem boas qualidades. Tudo se torna muito confortável quan-

do temos alguém para resolver nossos conflitos. Existem mães que fazem o impossível para o filho não sair de casa. O marido que impede o crescimento profissional da mulher para que ela atenda suas necessidades.

O tratamento envolve terapias comportamental para trabalhar a autoestima, descobrir suas capacidades e entender o que está acontecendo.

\*Psicóloga-CRP

06/158174



### MERCADO FINANCEIRO

Dólar	Compra	Venda
Com.	5,46	5,46
Euro	6,20	6,20
Selic	9,25 %	
TR	0,0%	
Ouro	R\$ 323,92.	
UFESP	R\$ 29,09	
UFM	R\$ 30,71	
Boi Gordo	R\$ 291,50	
Cana Campo	R\$ 120,23	
Cana Esteira	R\$ 134,30	

