

Impactos psicológicos do término de um relacionamento amoroso em indivíduos do sexo feminino

Emilly Santos da Silva Carmo⁽¹⁾,
Gabriela de Lima Cerqueira⁽²⁾,
Daniela Gomes Carneiro⁽³⁾ e
Rodrigo Barbosa Nascimento⁽⁴⁾

Data de submissão: 9/8/2021. Data de aprovação: 9/2/2022.

Resumo – Este estudo objetiva, a partir de uma revisão narrativa da literatura (RNL), evidenciar por meio de produções científicas publicadas entre os anos 2006 e 2021, os principais impactos psicológicos ocasionados pelo fim de um relacionamento amoroso em indivíduos do sexo feminino. Para a construção dessa revisão, realizou-se uma busca nas bases de dados Scielo, Pepsic, Pubmed/Medline, BVS/Lilacs e Google Acadêmico, nos meses de junho e julho de 2021. O encaminhamento de seleção foi dividido em duas etapas: na primeira, foi feita a busca inicial, sendo encontrados 157 artigos; na segunda etapa, foi realizada a leitura, considerando os critérios de exclusão e inclusão. Por fim, foram selecionados 13 artigos para amostra final deste estudo. A partir dessa amostra, os resultados encontrados evidenciaram a presença de efeitos negativos como depressão, angústia, estresse, tristeza e luto, assim como efeitos positivos como o alívio e a felicidade foram também encontrados, sendo os efeitos negativos aqueles com maior frequência. Para além disso, os resultados do estudo também constataram que as mulheres podem ser, frequentemente, vítimas de perseguição ou *stalking*, ameaças e violência, ressaltando também que esta população seria a que mais sofre com brigas na ocorrência de um rompimento. Enfim, concluiu-se que o término de um relacionamento amoroso pode vir a ocasionar implicações psicológicas desde sofrimento psíquico e traumas até o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos na população feminina. Acreditamos que isso se dá, possivelmente, devido à socialização feminina voltada para os relacionamentos amorosos como caminho para o sucesso e através da produção de sentido da vida por meio da constituição familiar.

Palavras-chave: Angústia Psicológica. Mulheres. Relacionamento Amoroso. Sintomas Psicológicos. Término do Relacionamento Amoroso.

Psychological impacts of a relationship breakup related to women

Abstract – This study aims, from a narrative literature review (RNL), to show through scientific productions published between 2006 and 2021 the main psychological impacts caused by the end of a romantic relationship in female individuals. For the construction of this review, a

¹ Acadêmica do curso de Psicologia da Escola de Ciências da Saúde e Bem-Estar da Universidade Salvador (UNIFACS), Feira de Santana – BA. Membro do Laboratório de Estudos em Biologia, Filosofia e Psicologia (BIOFIP). *emilly_ssc@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8581-1616>.

² Acadêmica do curso de Psicologia da Escola de Ciências da Saúde e Bem-Estar da Universidade Salvador (UNIFACS), Feira de Santana – BA. Membro do Laboratório de Estudos em Biologia, Filosofia e Psicologia (BIOFIP). *gabriela27cerqueira@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5748-8540>.

³ Acadêmica do curso de Psicologia da Escola de Ciências da Saúde e Bem-Estar da Universidade Salvador (UNIFACS), Feira de Santana – BA. Membro do Laboratório de Estudos em Biologia, Filosofia e Psicologia (BIOFIP). *dangoes.1943@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2957-3569>.

⁴ Mestrando em Psicologia pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Pós-Graduando em Neuropsicologia (Dom Alberto). Graduado em Psicologia pela Escola de Ciências da Saúde e Bem-Estar da Universidade Salvador (UNIFACS), Feira de Santana – BA. Graduando em Filosofia pela Universidade Católica de Brasília. Coordenador do Laboratório de Estudos em Biologia, Filosofia e Psicologia (BIOFIP). *nascimentoitag@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0445-1514>.

search was performed in the Scielo, Pepsic, Pubmed/Medline, BVS/Lilacs and Academic Google databases, in the period of June and July 2021. The selection process was divided into 2 stages: in the first, the initial search was carried out, with 157 articles found; in the second stage, the reading was carried out, considering the exclusion and inclusion criteria. Finally, 13 articles were selected for the final sample of this study. From this sample, the results found evidenced the presence of negative effects such as depression, anguish, stress, sadness and grief, as well as positive effects such as relief and happiness were also found, with negative effects being the most frequent. In addition, the study results also found that women can often be victims of persecution or stalking, threats and violence, also emphasizing that this population would suffer the most from fights in the event of a breakup. Finally, it was concluded that the end of a love relationship can have psychological implications ranging from psychological distress and trauma to the development of psychiatric disorders in the female population. We believe that this is possibly due to the female socialization focused on love relationships as a path to success and through the production of meaning in life through the family constitution.

Keywords: Psychological Distress. Psychological Symptoms. Romantic relationship. Termination of Romantic Relationship. Women.

Introdução

Os relacionamentos amorosos contribuem de forma significativa na construção da personalidade do sujeito, assim, é possível afirmar que os relacionamentos podem promover tanto felicidade quanto desafios a serem enfrentados. Contudo, o fenômeno de separação é um acontecimento que pode gerar, em sua maioria, uma variedade de impactos negativos e, portanto, causar sérios prejuízos emocionais, comportamentais ou até mesmo provocar o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos (BARUTCU; AYDIN, 2013).

No entanto, embora o término de relacionamento seja uma situação delicada para algumas pessoas, existem diferenças bastante subjetivas, ou seja, cada indivíduo vivencia o término de maneira diferente. Assim, sobretudo no que se refere ao gênero, ocorrem algumas diferenciações que revelam especificidades de respostas emocionais mais frequentes em mulheres do que em homens. A exemplo disso, de acordo com Choo, Levine e Hatfield (1996), as mulheres geralmente relatam ter menos sentimentos negativos em relação aos homens após um rompimento.

Por conseguinte, dado o exposto referente à importância dos relacionamentos amorosos na vida de quem o experimenta e os sérios prejuízos que podem vir a ser desenvolvidos e causados pelo seu rompimento, em especial a possibilidade de desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, este estudo tem sua importância por demarcar os impactos emocionais vivenciados pelas mulheres e apontar para uma melhor compreensão do fenômeno da separação e suas implicações, proporcionando, assim, acesso a essas informações na literatura brasileira.

Desta forma, a partir de uma revisão narrativa, este artigo possui a finalidade de evidenciar, por meio de produções científicas publicadas entre os anos 2006 e 2021, os principais impactos psicológicos ocasionados pelo fim de um relacionamento amoroso em indivíduos do sexo feminino.

Materiais e métodos

A partir da produção de uma revisão narrativa de literatura (RNL), o presente artigo se propôs a apresentar sistematicamente evidências científicas a respeito dos possíveis impactos psicológicos ocasionados pelo fim de um relacionamento amoroso em indivíduos do sexo feminino. A escolha para construção desse tipo de estudo se deu devido ao seu caráter ampliado e, em especial, por seu caráter descritivo sobre um determinado problema através da análise e interpretação rigorosa da literatura científica publicada (VOSGERAU; ROMANOWSKI, 2014).

Ainda sobre a escolha desse tipo de estudo, segundo Rother (2007), estudos de revisão narrativa da literatura normalmente não apresentam transparência em sua construção, principalmente por não apresentarem as suas fontes de informação, metodologia de busca e os critérios de seleção e avaliação dos estudos. No entanto, embora o presente artigo seja uma revisão narrativa, buscou-se delimitar os passos de toda a sua construção.

Assim sendo, este estudo foi dividido em algumas etapas: 1) elaboração da pergunta norteadora; 2) seleção dos descritores para busca nas bases de dados; 3) elaboração dos critérios de inclusão e exclusão; 4) busca nas bases de dados escolhidas; e 5) seleção dos artigos para compor a amostra.

Na elaboração da pergunta, foi feita a seguinte questão norteadora: “Quais os impactos psicológicos de um término de relacionamento amoroso em indivíduos do sexo feminino?” Por conseguinte, foram selecionados os seguintes descritores no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Angústia Psicológica (Psychological Distress); Mulheres (Women); Relacionamento Amoroso (Romantic relationship); Sintomas Psicológicos (Psychological Symptoms); Término do Relacionamento Amoroso (Termination of Romantic Relationship). Os descritores não encontrados no DeCS foram adicionados com base em outros artigos de temática semelhante. Quanto aos cruzamentos, estes foram realizados nas bases de dados selecionadas fazendo uso dos operadores booleanos *AND*, *OR* e *NOT*, utilizando os descritores já mencionados.

Em seguida, a busca dos artigos foi realizada nas bases de dados Scielo, Pepsic, Pubmed/Medline, BVS/Lilacs e Google Acadêmico, nos meses de junho e julho de 2021. Os critérios de inclusão foram: artigos de revisão; artigos originais; ensaios teóricos; ensaios clínicos; artigos com população, independente da porcentagem da população, mas que indiquem resultados com indivíduos do sexo feminino em seu estudo; e artigos publicados nos últimos 15 anos, sem restrição à língua escrita. Como critério de exclusão, optou-se por eliminar: livros; monografias; dissertações; resenha de livros; e artigos sem clareza que não evidenciem população, como também artigos com recorte apenas de participantes do sexo masculino.

Por fim, o encaminhamento de seleção foi dividido em 3 etapas. Na primeira, foi feita a busca inicial, sendo encontrados 157 artigos no total. Logo após, foi feita uma leitura nos títulos e resumos, sendo descartados 125 artigos que não apresentavam os critérios necessários para inclusão, bem como apresentavam os critérios para exclusão. Assim, foram selecionados 32 artigos para a leitura completa. Depois da leitura, análise metodológica e procura dos dados da população feminina, foram selecionados 13 artigos para compor a amostra final, conforme é apresentado no Quadro 1.

Quadro 1 – Resumo do processo de seleção da amostra de artigos

ARTIGOS RECUPERADOS	TOTAL DE ARTIGOS APÓS LEITURA DO RESUMO E TÍTULO	TOTAL DE ARTIGOS APÓS A LEITURA COMPLETA DOS ESTUDOS	TOTAL DE ARTIGOS QUE COMPUSERAM A AMOSTRA
157	32 selecionados 125 excluídos	13 selecionados 19 excluídos	13

Fonte: Os autores (2021)

Resultados e discussões

Nossa revisão foi constituída de 13 artigos (Quadro 2) com base nos impactos psicológicos ocasionados pelo rompimento de um relacionamento amoroso em indivíduos do sexo feminino. A partir dos resultados coletados nessa amostra de artigos, foram encontrados em um total de 2.379 indivíduos do sexo feminino (na soma geral dos estudos) efeitos psicológicos, como: depressão, angústia, estresse, tristeza, luto, alívio e felicidade. Além disso, os resultados também apontaram que as mulheres podem ser vítimas de perseguição ou *stalking*,

ameaças e violência, ressaltando também que este grupo é o que mais sofre com brigas no rompimento de um relacionamento amoroso. É válido mencionar que os efeitos considerados negativos encontrados foram aqueles com maior destaque em contraste aos positivos. Todos os estudos selecionados foram apresentados no Quadro 2.

Quadro 2 – Resultados da pesquisa bibliográfica

Nº	AUTOR(ES)	TÍTULO	PERIÓDICO	POPULAÇÃO	ANO
1	BARUTCU, K. Funda; AYDIN, Yesim Capa.	The scale for emotional reactions following the breakup.	Procedia-Social and Behavioral Sciences	Participaram neste estudo 100 estudantes do Ensino Superior, dos quais 81 do sexo feminino (81%) e 19 do sexo masculino (19%).	2013
2	BASTOS, Vania; ROCHA, José Carlos; ALMEIDA, Thiago de.	Os efeitos do rompimento de um relacionamento amoroso em estudantes universitários.	Psicologia, Saúde & Doenças	Participaram 30 indivíduos: 17 mulheres e 13 homens.	2019
3	BORGES, Jeane Lessinger; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco.	Stalking Following the Breakup of Dating Relationships in Adolescence	Trends in Psychology	Um total de 117 adolescentes, sendo 73 mulheres e 44 homens.	2019
4	BRONFMAN, Gabriela <i>et al.</i>	Predictors of Breakup Distress Among Residential College Students	College Student Affairs Journal	100 no total. Aproximadamente dois terços da amostra eram mulheres (n = 69), enquanto 31% eram homens.	2016
5	CARTER, Kerry R.; KNOX, David; HALL, Scott S.	Romantic Breakup: Difficult Loss for Some but Not for Others	Journal of Loss and Trauma	286 universitários sendo 229 mulheres (80,4%) e 54 homens (19,6%).	2018
6	DE SMET, Olivia <i>et al.</i>	Unwanted Pursuit Behavior After Breakup: Occurrence, Risk Factors, and Gender Differences	Journal of Family Violence	Foram 631 participantes, sendo 405 mulheres (64,3%) e 226 homens (35,7%).	2015
7	DELECCE, Tara; WEISFELD, Glenn.	An Evolutionary Explanation for Sex Differences in Nonmarital Breakup Experiences	Adaptive Human Behavior and Physiology	Foram 392 participantes, sendo 181 mulheres e 211 homens.	2016
8	GARABITO, Sandra <i>et al.</i>	Ruptura de pareja en adultos jóvenes y salud mental: estrategias de afrontamiento ante el estrés del término de una relación	Psychologia	220 participantes, sendo 146 mulheres (66,8%) e 74 homens (33,2).	2020
9	GARCÍA, Felipe E.; ILABACA, Daniela Martínez.	Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes	Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS	Participaram deste estudo 227 pessoas: 123 mulheres (54,2%) e 104 homens (45,8%).	2013

10	GILLBERT, Steven P.; SIFERS, Sarah K.	Bouncing Back from a Breakup: Attachment, Time Perspective, Mental Health, and Romantic Loss	Journal of College Student Psychotherapy	Os participantes foram 1.404 alunos, sendo 944 mulheres (67,3%) e 460 homens (32,7%).	2011
11	MARCONDES, Mariana Valença; TRIERWEILER, Michele; CRUZ, Roberto Moraes.	Sentimentos predominantes após o término de um relacionamento amoroso	Psicologia: ciência e profissão	Participaram da pesquisa 68 sujeitos, com idades entre 17 e 44 anos, sendo 37 homens e 31 mulheres.	2006
12	ROSA, Helena Rinaldi; VALENTE, Maria Luísa Louro de Castro; OLIVEIRA, Mônica Martins de.	A vivência do luto em decorrência do término de relacionamentos amorosos	Estudos: Revista de ciências humanas e sociais aplicadas	A amostra (106 pessoas) foi distribuída segundo sexo e idade, sendo 57 mulheres e 49 homens que se encontravam em três faixas etárias: de 18 a 30 anos, de 31 a 50 anos e de 51 a 70 anos.	2013
13	VERHALLEN, Anne <i>et al.</i>	Romantic relationship breakup: An experimental model to study effects of stress on depression (-like) symptoms	PLoS One	O grupo de relacionamento consistia em 23 homens e 23 mulheres.	2019

Fonte: Os autores (2021)

Ao observar as produções encontradas e suas quantidades entre o período de 2006 e 2020, através do Quadro 2, constatamos uma maior concentração de artigos publicados no ano de 2019, seguidos dos anos 2013 e 2016; e a menor concentração de artigos encontrados data dos anos de 2006, 2011, 2014 e 2015. Além disso, também foi possível observar que a maioria dos estudos ($n = 11$) que compuseram a amostra foram produzidos por mulheres em primeira autoria, sendo apenas dois produzidos por homens, não obstante possuam mulheres na segunda autoria.

O rompimento de um relacionamento amoroso geralmente é acometido por uma série de efeitos psicológicos, em especial de cunho negativo como tristeza, depressão e angústia, assim como sintomas positivos como felicidade e alívio, manifestando-se de maneiras diferentes, logo, variando de indivíduo para indivíduo e se distinguindo no que diz respeito ao gênero (NASCIMENTO *et al.*, 2021). Diante disso, alguns estudos realizados no âmbito do pós-término de relacionamento amoroso evidenciaram que há aspectos desse período mais comumente encontrados em mulheres que em homens (MARCONDES; TRIERWEILER; CRUZ, 2006; GARABITO *et al.*, 2020; NASCIMENTO *et al.*, 2021).

De acordo com o estudo realizado por García e Ilabaca (2013) com 227 pessoas (123 mulheres) que saíram de um relacionamento amoroso estável nos últimos 12 anos, foi possível constatar que as mulheres, diferentemente dos homens, focam mais nas emoções que no problema. Desta forma, supomos que esse fato possa ser diretamente influenciado pela socialização feminina, visto que é encontrado nas mulheres uma maior abertura social para a expressão e a comunicação de sentimentos. Além disso, em uma outra pesquisa realizada por Bastos, Rocha e Almeida (2019) com estudantes universitários (81 mulheres), verificou-se que participantes do sexo feminino, quando comparadas ao sexo oposto, apresentaram sintomas mais intensos de traumas após o fim do relacionamento amoroso.

Outra pesquisa com amostra de 100 estudantes, sendo 69 mulheres, evidenciou que elas apresentaram significativamente mais sofrimento depois do fim do relacionamento amoroso (BRONFMAN *et al.*, 2016). Essa afirmativa enfatiza que, ainda com bases nos mesmos autores,

após o rompimento, mulheres são acometidas por mais angústia e, na adolescência, elas podem sofrer com mais sintomas depressivos.

Os resultados encontrados por Bronfman *et al.* (2016) se relacionam com um estudo realizado por Carter, Knox e Hall (2018), com 286 universitários, dos quais 229 eram mulheres, que relataram já terem sofrido com perda romântica visto que, em resposta à separação, elas tinham maior probabilidade de relatar sentir tristeza; em contrapartida, esse mesmo estudo confirmou que mulheres eram mais propensas a sentir felicidade, concluindo que elas tiveram mais respostas positivas que negativas após um rompimento romântico (CARTER; KNOX; HALL, 2018).

Seguindo esse mesmo raciocínio, DeLecce e Weisfeld (2016), por meio de uma amostra com 181 mulheres de um total de 392 participantes, afirmaram que mulheres relataram mais sentimento de felicidade pós término de relacionamento amoroso, haja vista que esse grupo demonstrou ser mais propenso a iniciar um namoro para se livrar de um parceiro insatisfatório. No entanto, afirmaram ser mais longo o período de superação quando o ex-parceiro tinha um bom senso de humor (DELECCE; WEISFELD, 2016).

Em uma pesquisa com 68 participantes (31 mulheres), os resultados encontrados contradizem aqueles anteriormente citados, pois, segundo Marcondes, Trierweiler e Cruz (2006), mulheres podem apresentar maior sofrimento diante do término de um relacionamento romântico, visto que apresentam mais atitudes negativas quando comparadas ao gênero oposto. Além disso, as mulheres são consideradas mais sensíveis cognitivamente e emocionalmente em relação ao sentimento de angústias no pós-rompimento (MARCONDES; TRIERWEILER; CRUZ, 2006).

No que se refere à angústia e ao desenvolvimento de depressão, um estudo realizado por Gillbert e Sifers (2011), em que 94 dos participantes eram do sexo feminino, concluiu que mulheres eram menos resistentes que os homens à perda romântica, visto que estas apresentavam sentimentos mais elevados de angústia. Segundo Garabito *et al.* (2020), em uma amostra populacional de 220 pessoas, em que 146 eram mulheres, foi perceptível que os sintomas depressivos eram maiores em mulheres que em homens. Ainda sobre a diferença entre os gêneros, Bielski e Zordan (2014) afirmaram que mais da metade das mulheres relataram a presença de brigas na hora do rompimento.

Além disso, foi verificado por Verhallen *et al.* (2019), através de um levantamento de dados com 117 pessoas (23 mulheres), que mulheres apresentam mais sentimentos de luto e complicações no dia a dia, no desenvolvimento de tarefas diárias. Esse estudo também comprovou a hipótese de que mulheres desenvolvem, mais frequentemente, depressão pós rompimento de relacionamento amoroso, sendo que no grupo de mulheres de coração partido, os escores de depressão foram mais altos, e elas também pontuaram mais no quesito falta de afeto positivo.

É possível afirmarmos, diante dos dados supracitados, majoritariamente falando, que as mulheres sofrem danos psicológicos mais intensos após o fim de um relacionamento amoroso desde o ato do término em si, sendo acometidas por mais brigas, até o período do pós relacionamento, no qual desenvolvem mais sintomas depressivos, bem como luto diante da perda romântica e complicações diárias, o que possivelmente explicaria a ausência de afeto positivo, bem como a baixa resistência ao término, comparando esse grupo com o gênero oposto. Diante disso, podemos supor que estes dados estejam diretamente relacionados ao fator cultural da criação feminina voltada para as relações amorosas como centrais em seus objetivos de vida, reforçando durante todo o desenrolar de suas histórias a produção de sentido através do estabelecimento de uma família, que só seria possível por meio de um relacionamento amoroso. Nessa perspectiva, diferentemente dos homens, as mulheres não teriam ao que se agarrar após o término, e restaria a angústia diante da necessidade de reformular o sentido de suas vidas dentro dessa conjuntura social.

Em continuidade, no que se refere à perseguição, em uma pesquisa com 117 adolescentes (73 mulheres), identificados como vítimas de perseguição pós término de relacionamento amoroso, pode-se afirmar que foi observada uma diferença nos sintomas de depressão e estresse e também na pontuação final EDAE-A (Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse) nas vítimas de perseguição, tendo as mulheres maior sintomatologia depressiva e escores mais significativos de estresse do que os homens (BORGES; DELL'AGLIO, 2019).

Ainda em Borges e Dell'Aglio (2019), é demonstrado que, em 32% dos terminos de relacionamentos, estava presente alguma forma de violência, sendo mais que 50% a violência psicológica, seguida de 25,4% da violência física. As autoras ainda trazem que, normalmente, a perseguição em adolescentes era caracterizada como violência doméstica, sendo de grande impacto para saúde mental.

Conforme Grangeia (2015), o comportamento de perseguição ou *stalking*, caracterizado pelo ato de perseguir, persuadir e mandar mensagens, é considerado um padrão de assédio com intenção e invasivo, causando sofrimentos psicológicos e, muitas vezes, físicos. Logo, a perseguição é também relacionada com efeitos que são vistos como prejudiciais e que, ainda de acordo com a autora, quando o assunto é perseguição, ameaça e abuso físico e psicológico, as mulheres são vítimas com uma maior porcentagem (GRANGEIA, 2015). Trazendo para esse contexto, De Smet *et al.* (2015), através de uma amostra de 631 participantes, sendo 405 mulheres, observam que cerca de três quartos dos homens são os que normalmente perseguem; portanto, concluímos que são as mulheres quem mais são perseguidas e relataram sentir mais medo diante das ameaças recebidas.

Diante do exposto e também retomando a questão dos impactos psicológicos, é possível correlacionar esses achados com os dados obtidos através de um levantamento de método quantitativo com 30 indivíduos (17 mulheres), no qual encontrou-se que as mulheres chegaram a níveis mais intensos de sentimentos negativos, o que leva a um maior sofrimento diante do término (BIELSKI; ZORDAN, 2014). Esse mesmo estudo encontrou que, diante dos sentimentos negativos, as mulheres apresentavam com maior intensidade: desprezo, medo da solidão, tristeza e mágoa, raiva e decepção com o término (BIELSKI; ZORDAN, 2014).

Por fim, um estudo realizado por Rosa, Valente e Oliveira (2013), tendo 57 mulheres entre três diferentes faixas etárias (18 a 30 anos, 31 a 50 anos e 51 a 70 anos), mostrou que mulheres entre a juventude e a adultez apresentaram mais sentimento de tristeza após o rompimento de um relacionamento romântico; sentimento predominante também entre mulheres mais velhas, com idade entre 31 e 50 anos; em contrapartida, nas mulheres idosas, o sentimento variou entre tristeza, indiferença e alívio. Este último grupo apresentou também uma tendência menor a expressar dor, assim como a porcentagem daquelas que relataram alívio se assemelham aos relatos de tristeza (ROSA; VALENTE; OLIVEIRA, 2013).

Considerações finais

Sabendo que o término de um relacionamento amoroso pode acarretar implicações na vida dos sujeitos e que estas, por sua vez, podem divergir bastante de um gênero para outro, este estudo preocupou-se em sintetizar evidências científicas acerca de tais implicações na vida das mulheres, dando destaque para os aspectos psicológicos bem como para as possíveis variações sintomáticas encontradas nos diferentes artigos consultados.

Assim sendo, concluímos, portanto, que dentre as implicações psicológicas mais frequentemente encontradas em mulheres, destacam-se: depressão, angústia, tristeza e estresse. Acreditamos que isso se dá, possivelmente, devido à socialização feminina voltada para os relacionamentos amorosos como caminho para o sucesso e através da produção de sentido da vida por meio da constituição familiar. Em contrapartida, os efeitos positivos que se destacaram foram o de felicidade e o de alívio, especialmente entre as mulheres mais velhas (51 a 70 anos), tornando possível conjecturar que esses sentimentos estão relacionados com a resolução de

problema e sensação de liberdade após o fim de relacionamento – especialmente se este já estivesse passando por dificuldades ou se caracterizasse como abusivo. Outro ponto que merece destaque diante desse dado é a predominância desses sentimentos em mulheres mais velhas; presumimos que isso aconteça devido à baixa cobrança pela constituição familiar como sinônimo de sucesso nessa fase da vida.

No que se refere a outros prejuízos do rompimento, evidenciou-se que mulheres podem ser frequentemente vítimas de violência, perseguição ou *stalking* e ameaças, principalmente quando comparadas ao sexo oposto. Imaginamos que esse dado possa estar relacionado a uma questão estrutural, no que diz respeito à socialização masculina, visto que desde cedo os homens são ensinados que mulheres são objetos de posse. Sendo assim, após o término de um relacionamento, seria comum observar os comportamentos supracitados vindos do sexo masculino, pois seriam decorrentes de uma não aceitação da separação que, por consequência, geraria a perda de privilégios sociais que este gênero detém, resultando assim na destituição da mulher enquanto ser, ocasionando maior sofrimento para elas no pós-término.

Acerca das sugestões referentes aos próximos estudos com o recorte de término de relacionamento em mulheres, faz-se necessária a realização de mais estudos sobre o assunto, sendo importante direcionar a atenção à questão dos efeitos negativos, que são realmente mais evidentes que os positivos, visto que, mesmo apresentando na nossa discussão alguns dados dos estudos realizados nesse âmbito, ainda são necessárias mais evidências.

Por fim, este estudo contribuiu para a organização sistemática de dados científicos de interesse coletivo, sobretudo para o grupo estudado, mas também para toda a literatura brasileira pois, por meio deste, é possível ter uma aproximação a importantes achados científicos sobre essa temática de modo mais acessível e pontual. Espera-se, portanto, que este estudo possa contribuir para a elaboração de futuras intervenções voltadas para essa população, assim como para a construção de futuras pesquisas acerca de estratégias de enfrentamentos voltadas para as sintomatologias observadas na população estudada após o rompimento de um relacionamento amoroso.

Referências

BARUTCU, K. Funda; AYDIN, Yesim Capa. The scale for emotional reactions following the breakup. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, v. 84, p. 786-790, 2013.

<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.647>.

BASTOS, Vania; ROCHA, José Carlos; ALMEIDA, Thiago de. Os efeitos do rompimento de um relacionamento amoroso em estudantes universitários. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 2, p. 402-413, 2019. <https://dx.doi.org/10.15309/19psd200210>.

BIELSKI, Daiana Cristiane; ZORDAN, Eliana Piccoli. Sentimentos predominantes, após o término do relacionamento amoroso, no início da adultez jovem. **Perspectiva Erechim**, v. 38, n. 144, p. 17-24, 2014.

BORGES, Jeane Lessinger; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Stalking following the breakup of dating relationships in adolescence. **Trends in Psychology**, v. 27, n. 2, p. 413-426, 2019.

<https://doi.org/10.9788/TP2019.2-09>.

BRONFMAN, Gabriela; LADD-LUTHRINGSHAUSER, Haley; GOODMAN, Luigia R. Goodman; SOCKOL, Laura E. Predictors of breakup distress among residential college students. **College Student Affairs Journal**, v. 34, n. 3, p. 3-12, 2016. <https://doi.org/10.1016/j.csa.2016.0015>.

CARTER, Kerry R.; KNOX, David; HALL, Scott S. Romantic breakup: Difficult loss for some but not for others. **Journal of Loss and Trauma**, v. 23, n. 8, p. 698-714, 2018.

<https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1502523>.

CHOO, Patricia; LEVINE, Timothy; HATFIELD, Elaine. Gênero, esquemas amorosos e reações a rompimentos românticos. **Journal of Social Behavior and Personality**, v. 11, n. 5, p. 143-160, 1996.

DE SMET, Olivia; UZIEBLO, Kasia; LOEYS, Tom; BUYASSE, Ann; ONRAEDT, Thomas. Unwanted pursuit behavior after breakup: Occurrence, risk factors, and gender differences.

Journal of family violence, v. 30, n. 6, p. 753-767, 2015. <https://doi.org/10.1007/s10896-015-9687-9>.

DELECCE, Tara; WEISFELD, Glenn. An evolutionary explanation for sex differences in nonmarital breakup experiences. **Adaptive Human Behavior and Physiology**, v. 2, n. 3, p. 234-251, 2016. <https://doi.org/10.1007/s40750-015-0039-z>.

GARABITO, Sandra; GARCÍA, Felipe E.; NEIRA, Michelle; PUENTES, Eduardo. Ruptura de pareja en adultos jóvenes y salud mental: estrategias de afrontamiento ante el estrés del término de una relación. *Psychologia*. **Avances de la Disciplina**, v. 14, n. 1, p. 47-59, 2020.

<https://doi.org/10.21500/19002386.4560>.

GARCÍA, Felipe E.; ILABACA, Martínez Daniela. Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. **Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP**, v. 11, n. 2, p. 42-60, 2013.

GILLBERT, Steven P.; SIFERS, Sarah K. Bouncing back from a breakup: Attachment, Time perspective, Mental health, and Romantic Loss. **Journal of College Student Psychotherapy**, v. 25, p. 295-310, 2011. <https://doi.org/10.1080/87568225.2011.605693>.

GRANGEIA, Helena. Genderização do stalking: mulheres que perseguem, mulheres perseguidas. In. GOMES, Silva; GRANJA, Rafaela (Eds.) **Mulheres e crime: Perspectivas sobre intervenção, violência e reclusão**, Editora Húmus, p. 31-46, 2015.

MARCONDES, Mariana Valença; TRIERWEILER, Michele; CRUZ, Roberto Moraes. Sentimentos predominantes após o término de um relacionamento amoroso: Predominant feelings after the end of a love relationship. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 26, n. 1, p. 94-105, 2006.

NASCIMENTO, Rodrigo Barbosa; ARAUJO FILHO, Emanuel Santos de; CERQUEIRA, Gabriela de Lima; CARNEIRO, Daniela Gomes; CARMO, Emilly Santos da Silva. Após o fim de um relacionamento amoroso: uma revisão narrativa. **Pubsaúde**, v. 7, p. a233, 2021. DOI: <https://dx.doi.org/10.31533/pubsaude7.a233>.

ROSA, Helena Rinaldi; VALENTE, Maria Luísa Louro de Castro; OLIVEIRA, Mônica Martins de. A vivência do luto em decorrência do término de relacionamentos amorosos. **Revista Estudos**, v. 17, n. 17, p. 173-194, 2013.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem** [online], v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>.

VERHALLEN, Anne M.; RENKEN, Remco J.; MARSMAN, Jan-Bernard C. Marsman; TER HORST, Gert J. Romantic relationship breakup: An experimental model to study effects of stress on depression (-like) symptoms. **PLoS one**, v. 14, n. 5, p. e0217320, 2019. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217320>.

VOSGERAU, Dilmeire Sant'Anna Ramos; ROMANOWSKI, Joana Paulin. Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas. **Revista Diálogo Educacional**, [S.l.], v. 14, n. 41, p. 165-189, jul. 2014. <https://doi.org/10.7213/dialogo.educ.14.041.DS08>.