

Parecer Psicológico – Estado Emocional da Menor

Processo n.º 1234/2026 – Alteração da Regulação das Responsabilidades Parentais – Menor de 8 anos

Requerente: Maria da Conceição Silva

Requerido: José António Pereira

Data da Avaliação: 12 de janeiro de 2026

Data de Emissão: 22 de fevereiro de 2026

1. Identificação da Avaliada

Nome	Data de Nascimento	Idade	NIF
Ana Sofia Pereira	03 de março de 2018	8 anos	224 567 891

Filiação:

- **Mãe:** Maria da Conceição Silva, residente na Rua da Estrela, 45, 2.º Dto., 1200-667 Lisboa, NIF 123 456 789.

- **Pai:** José António Pereira, residente na Avenida da República, 210, 3.º Esq., 4700-262 Braga, NIF 987 654 321.

2. Identificação do Psicólogo

Nome: Dr.ª Cláudia Mendes Ferreira

Cargo: Psicóloga Clínica, especialista em Psicologia da Infância e Adolescência (Registo Profissional nº 11223344)

Consultório: Rua das Flores, 12, 3.º B, 3000-123 Coimbra

Telefone: +351 239 123 456

E-mail: claudia.ferreira@psicologia.pt

NIF: 245 678 901

3. Contexto da Avaliação

A presente avaliação foi solicitada pelo Juízo da Vara da Família e dos Menores da Comarca de Lisboa, a fim de subsidiar a decisão sobre a modificação da regulação das responsabilidades parentais da menor Ana Sofia Pereira, tendo em conta:

1. Mudança unilateral de residência do pai para Braga (a partir de 15 de setembro de 2025).
2. Incumprimento do regime de visitas estabelecido (visitas mensais previstas no acordo de 01 de julho de 2023).
3. Alegações de instabilidade emocional e comportamental da menor, apresentadas pela mãe.

A avaliação foi realizada em duas sessões presenciais, em consultório, com a presença da menor e, em separado, da mãe. O pai não compareceu nem autorizou a sua presença nas sessões.

4. Metodologia

Procedimento	Descrição	Instrumentos
Entrevista clínica semiestruturada com a menor	Conversa lúdica, uso de brinquedos projetivos (bonecos, blocos) para facilitar a expressão de sentimentos.	Protocolo de Entrevista Infantil (PEI) – versão adaptada.
Entrevista clínica com a mãe	Anamnese familiar, histórico de vida, relato de alterações comportamentais.	Guia de Anamnese Familiar (GAF).
Observação direta	Registo de comportamentos, linguagem não verbal, interações durante a sessão.	Ficha de Observação Comportamental (FOC).
Aplicação de escalas padronizadas	Avaliação de sintomas de ansiedade, depressão e regulação emocional.	RCADS-P (Revised Children’s Anxiety and Depression Scale – versão para pais) e SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire).
Revisão de documentos	Acordo parental de 01/07/2023, relatórios escolares (ano lectivo 2024/2025) e registos médicos.	Dossiê processual.

5. Avaliação e Resultados

5.1. Funcionamento Global

- **Escala RCADS-P:** Pontuação total 68 (percentil 85) – indica níveis elevados de ansiedade generalizada e sintomas de ansiedade social.
- **SDQ (versão mãe):** Pontuação total 19 (borderline) – destaca dificuldades emocionais (pontuação 7) e problemas de conduta (pontuação 5).

5.2. Observações Clínicas

Domínio	Observações
Afetividade	A menor demonstra afeto limitado ao interlocutor adulto presente (mãe). Manifestou relutância ao ser abordada sobre o pai, mostrando evasão e lágrimas breves.
Comportamento	Durante a sessão lúdica, apresentou comportamento de “desconexão” (desinteresse pelos brinquedos) e, por vezes, comportamentos de busca de atenção (ex.: interrupções frequentes).
Regulação Emocional	Reações de ansiedade ao falar de “ir à casa do papá”; expressa medo de “ficar sozinha” e “não saber o que vai acontecer”.
Relacionamento Familiar	Relata forte vínculo com a mãe; menciona “o papá mudou de casa” e “não o vejo muito”. Não demonstra hostilidade explícita, mas há indícios de sentimento de perda e abandono.

5.3. Impacto da Mudança de Residência A mudança de residência do pai para Braga (cerca de 380 km de Lisboa) tem gerado:

- **Redução significativa das visitas presenciais** (de 2 fins de semana por mês para visitas esporádicas, sem supervisão).
- **Aumento de sentimentos de insegurança** na menor, refletido em aumento de ansiedade e dificuldades de concentração nas tarefas escolares (relatórios de 2025 apontam queda de 15% nas notas).
- **Desconexão emocional** entre a menor e o pai, que não tem mantido comunicação regular (telefone, videochamadas).

6. Conclusões

1. **A menor Ana Sofia Pereira apresenta sinais claros de ansiedade de separação e ansiedade generalizada**, associados à ruptura do vínculo parental e à instabilidade gerada pela mudança de residência do pai.
2. **O regime de visitas atual revela-se inadequado ao bem-estar psicológico da criança**, por não garantir a regularidade e a previsibilidade necessárias ao desenvolvimento emocional saudável.
3. **A ausência de supervisão nas visitas** pode agravar a ansiedade da menor, visto que a transição entre os lares carece de suporte estruturado.
4. **A relação materna permanece a principal fonte de apoio emocional**, mas a sobrecarga de cuidar sozinha da menor pode gerar stress adicional na mãe, potencialmente repercutindo na criança.

7. Recomendações

Recomendação	Justificação
1. Implementação de visitas supervisionadas (pelo menos 2 vezes por semana, com duração de 2 h, em centro de mediação familiar em Lisboa).	Proporciona ambiente seguro, reduz ansiedade da menor e permite monitorizar a qualidade da interação.
2. Estabelecimento de um regime de visitas regular e previsível (ex.: fim de semana alternado, com antecedência mínima de 7 dias).	A previsibilidade favorece a regulação emocional da criança.
3. Realização de sessões de terapia familiar (mínimo 10 sessões) envolvendo mãe, pai e a menor, com psicólogo especializado em mediação parental.	Facilita a reconstrução do vínculo afetivo e a comunicação saudável entre os progenitores.
4. Acompanhamento psicológico individual da menor (sessões quinzenais, 45 min) durante um período mínimo de 6 meses.	Permite trabalhar a ansiedade, desenvolver estratégias de coping e monitorizar a evolução.
5. Avaliação psicopedagógica (no próximo trimestre) para identificar necessidades escolares adicionais.	A ansiedade pode estar a interferir no desempenho académico.
6. Comunicação regular entre os pais (e-mail ou plataforma segura) para troca de informações sobre a rotina, saúde e escola da menor.	Reduz a sensação de abandono e reforça a co-parentalidade.

8. Observações Finais

O presente parecer tem como finalidade subsidiar o Juízo na tomada de decisão que melhor proteja o interesse superior da menor Ana Sofia Pereira, assegurando-lhe um ambiente afetivo estável e previsível. Recomenda-se a adoção das medidas acima descritas, com revisão do quadro psicológico da menor a cada 3 meses, a fim de ajustar as intervenções conforme a evolução clínica.

Assinatura

Dr.^a **Cláudia Mendes Ferreira**
Psicóloga Clínica – CRP nº 11223344

Este parecer foi elaborado com base nas informações disponibilizadas até à data de emissão e poderá ser revisto caso surjam novos factos relevantes.