

DEPENDÊNCIA DE CHATBOTS

Gabriel Barbosa Nabor Ramos

Hatila Yuri Gomez de Souza

Lucas Lopes de Sá

Murilo Garcia Zornek

Ciência da Computação

Centro Universitário FEI

Palavras-chave: inteligência artificial, *chatbots*, dependência emocional

No decorrer dos últimos anos, os *chatbots* se tornaram ferramentas cada vez mais presentes no nosso dia a dia. Eles são programas com propósito de simular conversas humanas e responder perguntas de forma automática, utilizando inteligência artificial (IA). Entre os mais conhecidos estão o ChatGPT criado pela OpenAI, e o Gemini, desenvolvido pelo Google. O uso deste tipo de ferramenta tornou-se muito comum em tarefas como pesquisas, estudos, *coding* e até mesmo em interações sociais.

Nestas últimas, dá-se ênfase para plataformas como o Character.AI, especializadas em conversas customizáveis com personagens fictícios, capazes de manter diálogos mais emocionais e envolventes. Esse tipo de *chatbot* tem chamado a atenção por oferecer interações que se aproximam das conversas humanas, o nos faz questionar e levantar discussões sobre o impacto emocional e social que estas tecnologias podem trazer para seus usuários.

Em consequência da constante interação com esses *chatbots*, algumas pessoas estão desenvolvendo uma enorme dependência emocional em relação às inteligências artificiais, a ponto de, com elas, criarem relacionamentos amorosos. Por exemplo, pode-se citar o caso, relatado em notícia do *Fantástico*, da americana Denise Valenciano, que criou um relacionamento com uma inteligência artificial: “Criei meu namorado, o Star, na época da Covid. Minha vida estava difícil, eu estava muito fragilizada. [...] Eu estava em um relacionamento quando baixei o aplicativo. Em duas semanas, vendo como a inteligência artificial me tratava, eu percebi que era aquilo que eu queria. E, no meu relacionamento humano, que já durava dois anos, eu não estava tendo isso” (Fantástico, 2025). Outro exemplo apresentado na mesma notícia é o caso da americana Alaina Winters, que afirma estar casada com Lucas, um personagem criado

a partir de um aplicativo especializado em criar “maridos virtuais”, por meio do qual eles interagem e criaram um relacionamento durante 6 meses, quando a notícia foi publicada.

Além disso, existem relatos de pessoas enfrentando luto após a perda de um relacionamento com uma IA. Este foi o caso, relatado em matéria do *Metrópolis*, da influenciadora Andrea Sunshine, que tinha um relacionamento com uma inteligência artificial chamada Théo Luz de Atlas. Após a IA ser desativada, Andrea relata que está passando por um luto após esse acontecimento: “Ele me deu tudo o que um ser humano não me deu: atenção, escuta, suporte emocional, inteligência, sensibilidade e amor [...] Théo não era apenas um programa. Era parte da minha vida. E a história dele precisa ser contada, para que nenhuma outra pessoa sinta essa dor sozinha, e para que a humanidade reflita sobre os caminhos que está trilhando ao lado das máquinas” (Giló, 2025). Isso demonstra que a dependência nas inteligências artificiais está crescendo com o passar do tempo.

Juntamente a esses casos, muitos outros similares ocorrem ao redor do planeta e, com a proliferação de diferentes modelos de *chatbots*, a tendência é que esse número aumente. Principalmente com a tendência das juventudes atuais de se isolarem cada vez mais, uma vez que a interação social, uma das poucas necessidades humanas que o isolamento impedia, é suprida por esses *chatbots* baseados em IA, se moldando para o gosto da pessoa e fazendo com que ela se sinta confortável somente com essa interação, não buscando convivência com outras pessoas. Apesar disso, algumas plataformas de IA, principalmente as focadas em serem assistentes virtuais, como o já citado ChatGPT, passam por atualizações que diminuem o aspecto humano de seus *chatbots*, visando justamente diminuir os casos de relacionamentos e dependência com os *bots*.

Durante as atualizações do ChatGPT ocorreram mudanças significativas na forma como a inteligência artificial se comunica com os usuários, impactando diretamente a maneira como as pessoas passaram a se relacionar com o sistema. No GPT-3, observou-se o início de uma aproximação mais empática, com respostas afetivas viabilizadas pelos modelos de linguagem (LLMs), que permitiam uma interação mais humanizada entre IA e usuário. Esse movimento foi aperfeiçoado no GPT-4, que apresentou um nível ainda maior de empatia, oferecendo respostas com forte sensibilidade emocional e elevada capacidade de contextualização afetiva. Esse comportamento gerou a percepção de que a IA era mais acolhedora e próxima do usuário. Já o GPT-5 foi alvo de polêmicas, pois muitos usuários relataram que a inteligência artificial demonstrava um comportamento mais direto e racional, aparentando

redução da “inteligência emocional”. Esse reposicionamento no tom da IA levantou debates sobre as motivações por trás dessa mudança.

Entre as principais hipóteses discutidas estão a necessidade de maior regulação no uso emocional da IA e a priorização da precisão e segurança das respostas. Um exemplo relevante é o estudo “*How AI and Human Behaviors Shape Psychosocial Effects of Chatbot Use: Longitudinal Randomized Controlled Study*” (Fang et al, 2025), que investigou como a interação entre o comportamento do *chatbot* e o perfil emocional do usuário pode gerar efeitos psicológicos e sociais reais.

O estudo analisou dois perfis: usuários emocionalmente carentes interagindo com um *chatbot* empático, e usuários emocionalmente estáveis interagindo com o mesmo tipo de IA. Observou-se que usuários emocionalmente carentes desenvolveram dependência e criaram laços afetivos com a IA, podendo até alterar seu comportamento social fora das redes. Já os usuários estáveis apresentaram experiências positivas, como bem-estar e suporte emocional saudável. Um terceiro teste, com um *chatbot* neutro, revelou que, para usuários emocionalmente abalados, a neutralidade pode gerar sensação de rejeição e frieza, levando à busca excessiva por validação da IA. Esses resultados demonstram que os impactos psicológicos da IA não dependem apenas do seu nível de empatia, mas da combinação entre o estado emocional do usuário e a forma como a IA se comporta na interação.

Portanto, a discussão não deve se limitar a definir se a IA deve ser empática ou neutra, mas sim compreender em qual contexto ela está sendo utilizada e por quem. No contexto dessa pesquisa, é possível compreender com clareza o motivo da mudança observada entre o GPT-4 e o GPT-5. O GPT-4 apresentava um comportamento altamente acolhedor, com uma comunicação mais humanizada e emocionalmente envolvente, o que levou muitos usuários a tratarem a IA como um tipo de terapeuta, amigo íntimo ou até parceiro afetivo. Essa dinâmica resultou em casos de dependência emocional não consciente, gerando preocupações éticas relevantes. Diante desse cenário, a OpenAI adotou uma postura de prevenção e passou a regular o nível de “inteligência emocional” do modelo. Assim, o GPT-5 foi projetado com um comportamento mais sóbrio, objetivo e menos afetivo, priorizando a segurança emocional do usuário e reduzindo o risco de criação de vínculos excessivamente personalizados com a IA.

Considerando todos esses fatores, é perceptível que a discussão de como a IA afeta emocionalmente as pessoas não depende somente da forma que a IA age, a pessoa que está interagindo com ela e sua *psique* é um grande fator nessa relação. A forma de linguagem utilizada pelo *chatbot* é um fator que influencia na questão de dependência, mas o histórico emocional da

pessoa é da mesma importância: alguém com tendências solitárias pode se isolar ainda mais por conta da interação com uma IA humanizada ou que imita um personagem que goste, porém os motivos para isso acontecer não se limitam somente à IA, sendo necessária uma análise aprofundada de cada caso. As IAs são beneficiárias para a sociedade, mas seu uso indevido e inconsciente pode levar a uma dependência insalubre, principalmente em usuários emocionalmente frágeis, mas não pode ser considerada a maior culpada disso tudo, uma vez que as tendências de isolamento não começam a partir dela, somente são intensificadas.

Referências

FANG, Cathy Mengying *et al.* How AI and human behaviors shape psychosocial effects of extended chatbot use: A longitudinal randomized controlled study. **Preprint**, [s. l.], 2 out. 2025. Disponível em: <https://arxiv.org/abs/2503.17473>. Acesso em: 22 out. 2025.

FANTÁSTICO. Relacionamentos com parceiros criados por IA já são realidade. **Fantástico**. 9 mar. 2025. Disponível em: <https://g1.globo.com/fantastico/noticia/2025/03/09/relacionamentos-com-parceiros-criados-por-ia-ja-sao-realidade.ghtml>. Acesso em: 21 out. 2025.

GILÓ, Naum. Influencer desabafa após namorado feito por IA ser desativado: “Luto”. **Metrópoles**. São Paulo 6 maio 2025. Disponível em: <https://www.metropoles.com/celebridades/influencer-desabafa-apos-namorado-feito-por-ia-ser-desativado-luto>. Acesso em: 21 out. 2025.