

## TEORIA DO EFEITO AUTOPOIÉTICO DA ABSTINÊNCIA <sup>1</sup>

A abstinência possui diversos efeitos<sup>2</sup>. Entre eles, existe o **EFEITO AUTOPOIÉTICO DA ABSTINÊNCIA**<sup>3</sup> que merece ser estudado com mais detalhes. A autopoiese é o termo científico utilizado para dizer que um organismo, fenômeno ou sistema social consegue permanecer vivo porque consegue alimentar-se de si mesmo, ou seja, se retroalimenta. Ao que tudo indica a abstinência é mais um dos vários fenômenos autopiéticos.

**Isso significa que abstinência gera abstinência, ou seja, a abstinência nasce e se desenvolve através da própria abstinência.** Dessa forma, quanto mais tempo a pessoa ficar abstêmia, mais tempo ela tenderá a permanecer nessa condição. **Esse efeito ocorre de forma inversa na adicção de modo que, no processo de adicção, existe a autofagia.** Durante a adicção existe um efeito autofágico e quanto mais tempo a pessoa permanecer adicta mais ela tenderá a terminar sua adicção por uma das duas formas existentes: óbito ou abstinência - sejam voluntárias ou involuntárias. Por óbvio, a abstinência individual tende a alimentar-se de atos abstêmios e a relacionar-se com outras abstinências de modo a estar sempre se metamorfoseando.

A abstinência quando analisada de forma individual nos indica que a mesma pessoa, por exemplo, com 04 (quatro) anos de tempo abstêmio possui uma abstinência muito diferente de quando ela mesma atingir 20 (vinte) anos de abstinência. Por isso, não é incorreto afirmar que a abstinência muda com o tempo (sofre metamorfose).

É fácil concluir que, embora a abstinência sempre evolua e mude, a abstinência gera abstinência e tende a se perpetuar (autopoiese). Por sua vez, a adicção gera adicção e tende a perecer (autofagia).

---

<sup>1</sup> Tema apresentado no Livro e Ebook:

ZIEMMERMANN, Péricles. **Teorias abstemiológicas**. 1ª ed. Curitiba/PR: Edição do autor, 2019. 151 p.; 14 X 21 cm. ISBN: 978-85-924432-2-1. Distribuído pela Editora Simplíssimo.

<sup>2</sup> Esses princípios estão apresentados no Livro e Ebook:

ZIEMMERMANN, Péricles. **Princípios abstemiológicos**. 1ª ed. Curitiba/PR: Edição do autor, 2019. 165 p.; 14 X 21 cm. ISBN 978-85-924432-1-4. Distribuído pela Editora Simplíssimo.

<sup>3</sup> Autopoiese é um organismo que se reproduz a partir de si mesmo. Autofagia é um organismo que se alimenta dele mesmo e tende a autodestruição.