

REVISTA ESFERA ACADÊMICA HUMANAS

VOLUME 5, NÚMERO 1 - ISSN 2526-1339

REVISTA CIENTÍFICA



ISSN 2526-1339

REVISTA ESFERA ACADÊMICA HUMANAS

Volume 5, número 1

**Vitória
2020**

EXPEDIENTE

Publicação Semestral

ISSN 2526-1339

Temática: Humanas

Revisão Português

Leandro Siqueira Lima

Capa

Marketing Faculdade Brasileira Multivix- Vitória

Elaborada pela Bibliotecária Alexandra B. Oliveira CRB06/396

Revista Esfera Acadêmica Humanas/ Faculdade Brasileira. – Vitória, ES:
Multivix, 2020.

Semestral
ISSN 2526-1339
eISSN 2675-5815

1. Ciências Humanas- Produção científica I. Faculdade Brasileira/Multivix.

CDD.610

*Os artigos publicados nesta revista são de inteira responsabilidade de seus autores e não refletem, necessariamente,
os pensamentos dos editores.*

Correspondências

Coordenação de Pesquisa e Extensão Faculdade Brasileira Multivix- Vitória

Rua José Alves, 135, Goiabeiras, Vitória/ES | 29075-080

E-mail: pesquisa.vitoria@multivix.edu.br

FACULDADE BRASILEIRA MULTIVIX- VITÓRIA

DIRETOR GERAL

Leila Alves Côrtes Matos

COORDENAÇÃO ACADÊMICA

Michelle Oliveira Menezes Moreira

COORDENADOR ADMINISTRATIVO E FINANCEIRO

Hêmyle Rocha Ribeiro Maia

CONSELHO EDITORIAL

Alexandra Barbosa Oliveira
Karine Lourenzone de Araujo Dasilio

Michelle Moreira
Patricia de Oliveira Penina

ASSESSORIA EDITORIAL

Karine Lourenzone de Araújo Dasílio
Antonio Ferreira de Melo Junior
Leandro Siqueira Lima
Vinicius Santana Nunes
Patricia de Oliveira Penina

ASSESSORIA CIENTÍFICA

Helber Barcellos da Costa
Ketene W. Saick Corti
Maycon Carvalho
Patricia de Oliveira Penina
Tania Mara Machado
Vinicius Santana Nunes

APRESENTAÇÃO

As Ciências Humanas sempre será interessante, uma vez o objeto de estudo dessa área é o ser humano! Dessa maneira, estudos nessa área contribuem para o para o entendimento e progresso em diversos aspectos, tais como sócio econômico e culturais da humanidade.

Nessa perspectiva, lançamos a Revista Esfera Acadêmica Humanas, que aborda temas da impactantes para a sociedade atual. Esperamos que a revista seja uma fonte de informação, bem como um meio de conhecimento profundo, com a finalidade de contribuir para a transformação da sociedade.

Boa leitura!

SUMÁRIO

A CONTRIBUIÇÃO DO PSICÓLOGO ORGANIZACIONAL SOBRE A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO.....	06
Elienay Silva dos Anjos, Jéssica Adame Batista, Letícia Pereira Coimbra, Kirlla Cristhine Almeida Dornelas.	
ARTE URBANA E CIDADE – O GRAFITI ENQUANTO FERRAMENTA PROMOTORA DA APROPRIAÇÃO DO ESPAÇO URBANO EM VITÓRIA.....	26
Penha de Fátima da Cruz de Souza, Dorieli Zuccoloto Fornaciari.	
AS EXPERIÊNCIAS VIVIDAS POR FAMILIARES DE SUICIDAS PELA PERSPECTIVA JUNGUIANA: AS FASES DO LUTO À LUZ DOS ARQUÉTIPOS...55	55
Amanda Oliveira de Jesus; Ana Clara Stefanelli Bof; Taís Zanetti Bolzani; Kirlla Cristhine Almeida Dornelas.	
EFEITOS DA INTERVENÇÃO MUSICAL NA DIMINUIÇÃO DA ANSIEDADE SOBRE OS PARÂMETROS VITAIS EM PACIENTES COM INDICAÇÃO DE CIRURGIA ODONTOLÓGICA.....	73
Danielle Barbosa Ribeiro Brandão, Gabriela Marçal Lisboa, João Pedro de Azevedo Xavier, Flavio Xavier de Almeida	
FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO NO COMPORTAMENTO AUTOLESIVO EM ADOLESCENTE.....	88
Aline da Costa Rossetti; Leila Bettim de Souza; Micaella Lorrane Gonçalves Rocha; Kirlla Cristhine Almeida Dornelas.	

A CONTRIBUIÇÃO DO PSICÓLOGO ORGANIZACIONAL SOBRE A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Elienay Silva dos Anjos¹, Jéssica Adame Batista¹, Letícia Pereira Coimbra¹

Kirlla Cristhine Almeida Dornelas²

1. Acadêmico de Psicologia na Faculdade Brasileira – Multivix Vitória – ES.

2. (Orientadora) Graduação, Mestrado e Doutorado em Psicologia pela Universidade Federal do Espírito Santo (UFES)

RESUMO

A Psicologia tem sido considerada como ciência desde meados do século XIX e vem consolidando este reconhecimento ao longo dos anos. Dentro desse cenário, a Psicologia Organizacional se compõe como uma das áreas da Psicologia, contando com transformações desde a Psicologia Industrial até a Psicologia do Trabalho. As transformações que apareceram durante o tempo foram importantes para o crescimento das organizações e essenciais para a atuação do psicólogo frente ao trabalho humano e desenvolvimento de técnicas psicológicas. Diante disto, esta pesquisa buscou investigar as prováveis contribuições do psicólogo organizacional na qualidade de vida no ambiente de trabalho. Para tanto, com base em revisão bibliográfica de artigos disponibilizados em revistas acadêmicas publicados entre os anos 2010 a 2020, e considerando o procedimento de análise temática, foram levantadas as seguintes categorias: a) atividades do psicólogo organizacional - encontram-se os temas relacionados sobre as práticas e as possíveis contribuições do psicólogo organizacional; b) a importância da qualidade de vida no trabalho (QVT) - foram abordados conteúdos no intuito de mostrar a necessidade de uma gestão voltada para a QVT e sua influência sobre a motivação organizacional; e c) saúde do trabalhador e ações de melhoria - foram abordados assuntos voltados para práticas de QVT, ou seja, aplicação de técnicas de relaxamento, ginástica laboral, dinâmicas e palestras. Os resultados apontam que o psicólogo organizacional contribui para a promoção do bem-estar e QVT por meio de ações e programas nas organizações.

Palavras chave: psicologia organizacional; qualidade de vida no trabalho; atuação do psicólogo.

ABSTRACT

Psychology has been considered a science since the middle of the 19th century and has consolidated this recognition over the years. Within this scenario, Organizational Psychology is composed as one of the areas of Psychology, with transformations from Industrial Psychology to Work Psychology. The transformations that appeared over time were important for the growth of organizations and essential for the psychologist's performance in the face of human work and the development of psychological techniques. Given this, this research sought to investigate the likely contributions of the organizational psychologist to the quality of life in the workplace. To this end, based on a bibliographic review of articles made available in academic journals published between the years 2010 to 2020, and considering the thematic analysis procedure, the following categories were raised: a) activities of the organizational psychologist - related topics on the practices and possible contributions of the organizational psychologist; b) the importance of quality of life at work (QWL) - content was addressed in order to show the need for management focused on QWL and its influence on organizational motivation; and c) workers' health and improvement actions - issues related to QWL practices were addressed, that is, the application of relaxation techniques, workplace gymnastics, dynamics and lectures. The results show that the organizational psychologist contributes to the promotion of well-being and QWL through actions and programs in organizations.

Keywords: organizational psychology, quality of life at work, psychologist's performance.

1 INTRODUÇÃO

A partir de meados do século XIX, a Psicologia tem sido considerada como ciência e, desde então, consolidando este reconhecimento ao longo dos anos. Dentro desse cenário, a Psicologia Organizacional se compõe como uma das áreas da Psicologia, contando com transformações desde a Psicologia Industrial até a Psicologia do Trabalho. As origens da Psicologia Organizacional podem ser datadas a partir do ano de 1899, em Modena, com os estudos de Luigi Patrizi sobre a fadiga; Kraepelin e Mosso, respectivamente na Alemanha e Itália, nos anos de 1890, onde estudaram aspectos psicofisiológicos relacionados à carga de trabalho. Um dos precursores na utilização de testes na seleção de trabalhadores foi Lahy, na França e Scott que publicou o livro *The teory of Advertising* sobre a psicologia da publicidade, em 1903. Todavia, foi com a obra *Psychology and Industrial Efficiency*, 1913, do autor Hugo Münsterberg, que se estabeleceu a instituição da Psicologia Organizacional (ZANELLI; BASTOS; RODRIGUES, 2014).

Ao datar o início de uma Psicologia Organizacional, é necessário frisar que o trabalho sempre existiu e, em cada época, foi compreendido e realizado de modo como a cultura do tempo o determinava. Nesse período de transição muitas dificuldades surgiram e o ser humano foi, cada vez mais, reinventando sua prática e se adaptando às novas exigências do mundo do trabalho (BORGES; YAMAMOTO, 2014). Desta maneira, a mão de obra humana se torna em mercadoria, isto é, aqueles que não tinham moeda para troca, venderam sua força para ganhar valor. E o capitalista foi responsável por comprar essa força e aumentar seus lucros, portanto, a mão de obra era mais necessária, surgindo então as organizações de trabalhadores que se uniram para se opor as explorações das fábricas (GURKA; NOGUEIRA, 2016).

Da mesma forma que o ser humano se moldou ao que era requisitado no ambiente de trabalho, as práticas dos recursos humanos apareceram e se desenvolveram, suprimindo as necessidades das circunstâncias históricas, principalmente pelo amplo desenvolvimento econômico e tecnológico que deixa marcas significativas na história, como a invenção da máquina a vapor, manufaturas, siderúrgicas e tecelagens. Todo esse progresso aumentou o refinamento do trabalho e demandou dos trabalhadores

ou candidatos a empregos, competências numerosas (TONELLI; LACOMBE; CALDA, 2002). Com a mecanização e a complexidade da indústria, o revezamento de funcionários aumentava os custos e, por isso, foi necessário que a seleção ficasse mais rígida, recebendo o nome de seleção científica taylorista. O objetivo era controlar a atividade humana, o planejamento das tarefas, a divisão de trabalho e condicionar o operário à produção (BORGES; YAMAMOTO, 2014).

Nesse contexto, fortemente influenciado pelo taylorismo, desponta a Psicologia Industrial, considerada como a 1ª fase da psicologia do trabalho, que foi caracterizada pelas práticas da Psicologia dentro da conjuntura das indústrias no final do século XIX transpassado por notável preocupação com a produtividade. O foco foi praticamente exclusivo no aumento dos lucros para as companhias, as técnicas utilizadas pautavam-se basicamente na utilização da psicometria, envolvendo testes psicológicos que qualificavam e direcionavam os funcionários para suas melhores áreas de atuação. É importante salientar que, saindo de dentro das fábricas, a psicologia organizacional passa a ser utilizada na Primeira Guerra Mundial pelas Forças Armadas, na qual psicólogos ofereceram os serviços ao exército, aplicando testes para averiguar a habilidade mental dos soldados nas execuções de diversas atividades. A Segunda Guerra Mundial provocou o desenvolvimento da área, pois novamente era necessário selecionar, alocar, treinar, avaliar e desenvolver as equipes de soldados (TONELLI et al., 2002).

Durante o período entre as duas guerras mundiais, a psicologia organizacional se expandiu, surgindo a maioria das atividades na atuação prática existentes, isto é, desenvolvimento de testes psicológicos, seleção, treinamento, análise do trabalho etc. À medida em que as organizações aumentavam, começaram a contratar psicólogos organizacionais para auxiliarem na condução dos problemas dos funcionários, em especial às questões inerentes à produtividade (SPECTOR, 2010). Em vista disso, de 1945 a 1960, instaurou-se o período denominado “expansão e consolidação pós-guerra” caracterizada pela reconstrução da economia, das cidades e da vida social em geral, sendo uma fase de expansão e crescimento. Logo, na Europa e nos Estados Unidos emergem as entidades específicas e o psicólogo passa a trabalhar com diversos problemas organizacionais, como elaboração de postos de trabalho, seleção,

treinamento, inserção de novas tecnologias, aquisição de habilidades, motivação e desenvolvimento organizacional. Destarte, a psicologia industrial é substituída pela organizacional (BORGES; YAMAMOTO, 2014).

A segunda fase, chamada de Psicologia Organizacional, foi caracterizada com a presença de psicólogos experimentais desenvolvendo atividades relacionadas ao desempenho no trabalho e a necessidade de se ter uma psicologia organizacional eficiente dentro das empresas (TONELLI et al., 2002). A partir do aprimoramento da Psicologia Industrial e a transformação histórica para Psicologia Organizacional, os profissionais desta área evoluíram o pensamento crítico de tal modo que não mais se pensava somente nos resultados que envolvem o capitalismo, mas na qualidade de vida em que o trabalhador estava inserido. Portanto, pode-se afirmar que, com este avanço, o trabalhador passa a ocupar um papel ainda mais importante na estrutura organizacional. Além disso, foram desenvolvidos estudos sobre comunicação, motivação e comportamento em grupo, e os primeiros testes para admissão de funcionários começam a ser produzidos e aplicados (GURKA; NOGUEIRA, 2016).

A terceira fase se configura como a Psicologia do Trabalho, primeiro, é necessário estabelecer que entre a psicologia organizacional e a do trabalho há uma diferença de atuação, uma vez que a organizacional está mais voltada para as chamadas funções básicas, como recrutamento, seleção, treinamento, desenvolvimento e avaliação de desempenho, e a do trabalho promove a saúde do funcionário e como está a satisfação dele em relação ao trabalho. A 3ª fase tinha como objetivo estudar, observar e compreender as relações dos humanos com o trabalho, quais eram os significados e manifestações, abrindo possibilidades para que se pudesse entender o indivíduo que trabalha e novas áreas de pesquisas que pudessem abordar temas que, até então, eram negligenciados ou não tidos como importantes (TONELLI et al., 2002).

Em suma, a revolução industrial foi responsável pelo resultado de diversas mudanças no trabalho que acabaram atingindo as organizações por forças tecnológicas. Dessa maneira, as organizações de trabalho desse novo século apresentam uma redução da coesão e uma propensão ao isolamento social e emocional, assim como perda do sentido de comunidade, redução no comprometimento e dificuldade no

estabelecimento de vínculos com a sociedade. O resultado desse contexto reverbera nos trabalhadores que tiveram sua atividade intensamente modificada, por meio de demandas exacerbadas de carga horária e de trabalho, necessidade de maior produtividade e desempenho, bem como a insegurança e vulnerabilidade proveniente do fenômeno do desemprego, causas essas geradoras de sintomas emocionais, físicos e fisiológicos na saúde desse trabalhador (ZANELI; KANAN, 2018).

Desse modo, o profissional que atua na área da Psicologia Organizacional e do Trabalho (POT) exerce a função de avaliar a empresa, seu ambiente e suas equipes de colaboradores, identificando possíveis problemas e falhas, e sugerindo soluções para elas, ou seja, a POT tem como função a melhoria da qualidade de vida na relação dos indivíduos com a organização (SANTOS; CALDEIRA, 2015). Partindo do pressuposto que a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) é uma junção de vários fatores que possibilitam um equilíbrio e bem-estar ao sujeito – e que, quando negligenciados, podem provocar consequências na qualidade de vida do indivíduo, trazendo impactos tanto físicos quanto psicológicos, a QVT se torna requisito básico para melhorar o desempenho do trabalhador, fazendo-o sentir-se valorizado, satisfeito, como parte da equipe e, conseqüentemente, reduzindo também o *turnover* da empresa (BONFIM et al., 2017). Empresas estão investindo em programas de QVT a fim de juntar interesses do colaborador e das organizações, para transformar o ambiente de trabalho em um lugar que equilibra a vida pessoal com a realização profissional das pessoas (ANTLOGA; CARMO; TAKAKI, 2016).

Esse contexto suscita questionamento de como a Psicologia vem se adaptando e aperfeiçoando-se frente às mudanças ocorridas. Qual a relevância do psicólogo organizacional sobre a melhoria da qualidade de vida dentro das empresas?

Desta maneira, o psicólogo, ao se inserir no contexto das organizações de trabalho, deve estar preparado para atuar e contribuir com a qualidade de vida no trabalho. Logo, o psicólogo organizacional é levado a buscar meios que lhe deem condições de planejar ações de modo a tornar o processo organizacional mais rápido, menos burocrático e mais certo, como também o de reorganizar o próprio setor para que o trabalho tenha um andamento intenso. Assim, é necessário renovar estratégias,

superar visões, modificar atitudes para obter melhores resultados, formas de produção, gestão e organização, além de proporcionar um clima organizacional melhor para que se tenham profissionais satisfeitos com o trabalho (BORGES; YAMAMOTO, 2014). Percebem-se que alguns desafios enfrentados pelos Psicólogos Organizacionais exigem conhecimento da causa, pesquisa e estudo sobre as relações de trabalho, para que ocorra uma intervenção com eficácia (SANTOS; CALDEIRA, 2015).

2 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT)

O entendimento sobre o conceito de Qualidade de vida no Trabalho (QVT) é multidisciplinar e, apesar de ser estudado há aproximadamente cinco décadas, é considerado recente. A QVT pode ser determinada por vários parâmetros, onde nem sempre há concordâncias sobre o termo entre os autores que o estudaram; e, historicamente, esse tema vem sofrendo evoluções conceituais (PACHECO, 2016). De acordo com Ribeiro (2015), o psicólogo Eric Trist em 1959 buscou estabelecer uma relação entre trabalhador e empresa, além do motivo que levava os colaboradores a executar suas tarefas satisfatoriamente, minimizando os efeitos negativos que o trabalho poderia trazer. Esta primeira perspectiva perdurou até os anos de 1972 onde propunha uma QVT como uma variável, em outras palavras, objetivava a investigação de formas para melhorar a qualidade de vida do trabalhador no ambiente de trabalho.

No período de 1969 a 1974 concebe-se a QVT como uma abordagem, assim, o foco era o indivíduo antes do resultado da organização. Portanto, e ao mesmo tempo, buscava-se melhorias para ambos interessados (empregado e empregador). Avançando um pouco mais, a QVT evoluiu, tornando-se um método. Tal concepção perdura durante os anos de 1972 a 1975 com a proposta de criar um conjunto de abordagens, métodos ou técnicas com o objetivo de melhorar o ambiente de trabalho e tornar o trabalho mais produtivo e satisfatório. A próxima evolução se dá no período de 1975 a 1980 como um movimento marcado pelos termos “administração participativa” e “democracia industrial”, no qual os trabalhadores tinham voz na organização. A penúltima, mas não mais importante que as anteriores, compreende o período de 1979 a 1982. Considerada a QVT como sendo tudo, esta perspectiva vista

como panaceia, isto é, remédio para todos os males, busca estrategicamente acabar com as competições, problemas de qualidade, baixas taxas de produtividade, problemas de queixas e outros problemas organizacionais (FERNANDES, 1996).

Na década de 90 o tema QVT passou a ser difundido amplamente, passando a integrar o discurso acadêmico e os programas de qualidade total, impulsionando a busca dos sindicatos por novas mudanças e o surgimento de uma nova era, com a utilização de novas tecnologias e a geração de maior competitividade no mercado. QVT se refere a um construto complexo de aspectos físicos, psicológicos e ambientais no local de trabalho, fala de uma satisfação pessoal, bem-estar físico, mental e social das condições de vida nesse ambiente laboral (BONFIM et al., 2017). Para Fernandes e Gutierrez (1998, apud HIPÓLITO et al., 2017), QVT se baseia em fatores mediadores, como condições de trabalhos seguras e saudáveis, oportunidades de desenvolvimento e capacitação humana, garantia de trabalho e futuras oportunidades, integração social, compensações justas e adequadas. Seguindo a mesma linha de pensamento.

De acordo com Chiavenato (2010), a QVT é um constructo complexo de vários fatores, como: o reconhecimento dentro da organização, salários e benefícios recebidos, o relacionamento entre a equipe e a organização, a satisfação com os trabalhos executados, o ambiente psicológico e físico de trabalho, a liberdade e responsabilidade que é dada e a participação ativa dentro da empresa. Para Ferreira (2012), qualidade de vida no trabalho engloba duas perspectivas: uma sob o olhar da organização, sendo uma ferramenta da gestão abarcando normas, diretrizes e práticas relacionadas às condições socioprofissionais a fim de promover o bem estar social e coletivo, desenvolvimento pessoal e o exercício da cidadania no ambiente de trabalho; a outra perspectiva, segundo o autor, é sob o olhar do colaborador, através do contexto organizacional e as situações de trabalho construídas indicando experiências de bem estar no trabalho, reconhecimento, respeito ao sujeito e possibilidade de crescimento.

Com a implementação de maquinários na indústria, a mão de obra deixou de ser uma peça fundamental para a produção pois era considerada um custo. Ainda é possível

observar resquícios desse pensamento nos dias atuais, porém com uma preocupação maior voltada para o sujeito. E, para alcançar a produtividade desejada, as organizações têm adotado, de uma forma ou de outra, algum dos sistemas de produções. Embora muitas empresas busquem implantar o sistema japonês (Toyotista) de produção, para alguns autores é inevitável não carregar em sua cultura organizacional vestígios dos modelos pioneiros, Taylorismo e Fordismo (FERNANDES, 1996).

De acordo com Gounet (1999), Taylor propunha uma organização científica do trabalho na época de seu surgimento, baseada na separação mais nítida entre os responsáveis pela concepção e organização da produção. Por outro lado, o fordismo propõe uma nova organização na produção e no trabalho, a fim de fabricar seus veículos por valor relativamente reduzido. A Toyota, devido limitadores de implantação do modelo fordista, busca uma forma de produção mais rentável, tornando-se pioneira no modelo toyotismo, que propõe uma produção guiada pela demanda e o crescimento pelo fluxo, sem o parcelamento das tarefas, o trabalhador opera várias máquinas ao mesmo tempo. Esse sistema também é conhecido como os *cinco zeros*: zero atrasos, zero estoques, zero defeitos, zero panes e zero papéis.

É importante salientar que, de acordo Fernandes (1996), Walton ressalta que a QVT está intimamente relacionada a oito categorias com seus respectivos critérios, são eles:

- **Compensação Justa e Adequada**, trata sobre questões como remuneração adequada para o tipo de trabalho realizado para si e para os colegas de trabalho e para com o mercado.
- **Condições de Trabalho**, como sugere o próprio nome, busca condições adequadas no ambiente de trabalho, envolvendo jornada e carga horária de trabalho, materiais e equipamentos necessários para a execução das atividades, preservação da saúde do trabalhador.
- **Oportunidade de Crescimento e Segurança**, objetivamente abrange as políticas da organização no que tange ao desenvolvimento, crescimento e segurança de seus empregados.

- O fator **Integração Social na Organização**, observa a existência, ou não, da igualdade de oportunidades entre os trabalhadores (essa categoria é nitidamente visível dentro das organizações quando se ouve dizer: “fulano faz as mesmas coisas que eu, está aqui a menos tempo e foi promovido primeiro”).
- No que tange ao **Uso e Desenvolvimento das Capacidades**, os indicadores mais relevantes são autonomia, autocontrole relativo, qualidades múltiplas e feedback. Em outras palavras, o autor propõe uma implicação da organização em aproveitar os talentos humanos nela empregado.
- **Constitucionalismo** é um indicador que visa preservar os direitos trabalhistas dos empregados, como privacidade pessoal, liberdade de expressão e tratamento imparcial.
- Em **O Trabalho e o Espaço Total de Vida**, busca-se o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal, em outras palavras, o empregado necessita de estabilidade de horário, poucas mudanças geográficas, dentre outros aspectos para se dedicar à família e vida social como um todo.
- **Relevância do Trabalho na Vida**, e este indicador, por sua vez, averigua qual é a imagem da empresa para o trabalhador, bem como sua responsabilidade social, pelas práticas realizadas, enfim, como a empresa se apresenta, em todos os sentidos, de forma honesta (ou não) ao trabalhador.

Partindo dessas perspectivas, torna-se importante pensar o quão se exige do trabalhador para atender tal demanda: aumento na produtividade sem aumento no quadro de funcionários e condições gerais de trabalho. Obviamente as empresas não podem deixar de objetivar a produtividade, por serem instituições com fins lucrativos, sustentados pelo capitalismo. Seguindo esse mesmo ponto de vista, Gounet (1999) ainda afirma que quanto mais o capitalismo avança, mais os empresários e seus servidores introduzem métodos avançados para, concomitantemente, elevar a contribuição de cada trabalhador para a criação da riqueza, de forma geral, e reduzir a capacidade de resistência coletiva dos colaboradores.

Mesmo com toda a preocupação sobre o tema, sabe-se que nem sempre foi assim e, que ainda hoje, muitas empresas estão longe de atingir um modelo ideal para garantir a satisfação de seus colaboradores por visarem somente lucros e produção. Com a

competitividade no mercado de trabalho, colaboradores estão cada vez mais submetidos ao estresse e constante pressão, conseqüentemente isso reflete na organização, com evasão de funcionários, baixo índice de satisfação, conflitos e baixo rendimento. De acordo com Chiavenato (2010), a QVT tem sido um instrumento gerencial efetivo, tendo como objetivo principal tornar o labor mais produtivo e satisfatório, onde a organização que quiser visar bem o cliente externo, não pode esquecer-se de atender o cliente interno.

Cada sujeito possui necessidades e expectativas diferentes associadas a esse conceito, logo, podemos dizer que não há um padrão de qualidade de vida que possa beneficiar a todos (RIBEIRO; DE SANTANA, 2015). Assim, qualquer indivíduo que entre em uma organização, traz consigo valores e culturas distintas, uma bagagem carregada de aprendizados e experiências particulares que contribuem na formação de sua personalidade. Dessa maneira, QVT refere-se a condições adequadas e formas de olhar o ser humano como pessoa e profissional, as pessoas são elementos primordiais para a organização e a mesma é caracterizada por conjuntos de ideias e expressões dos colaboradores, logo, toda empresa funciona como um sistema vivo. Portanto, considera-se a QVT como uma junção de vários fatores que possibilitam um equilíbrio e bem-estar ao sujeito, que, quando negligenciados, podem provocar conseqüências na qualidade de vida do indivíduo, trazendo impactos tanto físicos quanto psicológicos (BONFIM et al., 2017).

3 ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NA ORGANIZAÇÃO

A Psicologia Organizacional surge no Brasil na década de vinte para ser situada no setor de Recursos Humanos (RH), direcionada para o trabalho em ferrovias tendo uma crescente demanda. Todavia, com todas as transformações que ocorreram ao longo do tempo, esse setor tem sofrido mudanças até mesmo no nome, em algumas organizações o termo é substituído por “Gestão de pessoas”, “Gestão com pessoas”, “Gestão de Competências”, “Gestão do Capital humano” ou “Administração do Capital Intelectual” (FERREIRA; MACIEL, 2015).

A psicologia organizacional trabalha não somente para a empresa, mas para todos

aqueles que formam uma organização mesmo que esteja mais ligada às áreas administrativas. É uma área que se insere tanto no campo do trabalho como nas atividades administrativa, na qual o psicólogo auxilia as pessoas no ambiente de trabalho oferecendo apoio e subsídios para os conflitos, frustrações, desentendimentos e angustias que surgem dentro do local de trabalho para melhorar a qualidade de vida. Esses profissionais especializados em gestão de pessoas estão cada vez mais solicitados para selecionar pessoas, reter talentos, realizar treinamentos e recrutar (SPECTOR, 2010).

Ao psicólogo não caberia mais pensar somente na organização, mas também no trabalhador, nas experiências adquiridas por ele e a relação que se desenvolve com a empresa, levando em conta os vínculos que são estabelecidos. Dentro dessa atuação, o psicólogo organizacional pode realizar trabalhos preventivos a partir da parceria com outros profissionais da organização, pois, juntos, podem refletir sobre os problemas que aparecem e a forma de lidar, delimitando ações a curto, médio e longo prazo e trabalhando com equipes multidisciplinares (GURKA; NOGUEIRA, 2016; OLIVEIRA et. al., 2010).

No contexto das ações preventivas, as situações de trabalho podem ser analisadas em relação ao modo da organização, ao ambiente físico que envolve a qualidade de vida e ao relacionamento entre empresas e colaboradores, propondo mudanças que sejam benéficas. Dentro dessas ações o psicólogo pode atuar como um educador dentro da organização, mantendo o diálogo com a chefia, apontando fatores organizacionais que podem propiciar o aparecimento de problemas e doenças, mencionando as consequências que podem ocorrer. Também pode-se afirmar que o psicólogo organizacional, na atuação dentro da empresa, deve buscar o conhecimento a respeito de doenças que estão relacionadas ao trabalho e os sintomas, para conseguir identificar trabalhadores que estejam sofrendo com transtornos mentais devido a condição de trabalho (OLIVEIRA et. al., 2010).

Pensar na atividade profissional do psicólogo é pensar em uma psicologia não tecnicista, mas sim, em uma ferramenta de transformação no trabalhador, na prática e no mundo em que está inserido. Assim, a nova realidade do exercício profissional

na área tem exigido uma definição que seja capaz de abranger tanto o profissional que cresce na área como as discussões que surgem dentro da nova realidade. Por isso, é necessário que amplie os olhares para toda a organização, todas funções, todos os setores e as relações que se estabelecem (BORGES; MOURÃO, 2013).

A partir de tal pressuposto, o presente artigo tem como objetivo compreender as prováveis contribuições do psicólogo organizacional na qualidade de vida no ambiente de trabalho.

4 METODOLOGIA

A pesquisa bibliográfica possibilita, com base em material publicado, analisar pontos de vista em relação a determinado assunto (GIL, 2010). Por conseguinte, pode ser considerado como meio de formação e com a técnica de resumo de assunto, se constitui, em suma, no primeiro passo de toda pesquisa científica (MARCONI, LAKATO, 2011).

Para o desenvolvimento da pesquisa foi realizada uma revisão bibliográfica de revistas acadêmicas voltadas para área da psicologia organizacional e gestão de pessoas, disponíveis online no Google acadêmico. A pesquisa é exploratória, com abordagem qualitativa nos quais foram utilizados os seguintes descritores: qualidade de vida no trabalho, psicologia organizacional e atuação do psicólogo. Foram inclusas apenas as publicações que atenderam a demanda do estudo, publicadas no período de 2010 a 2020, no idioma português. Após leitura flutuante encontramos 10 artigos que a princípio abordavam o tema em questão, entretanto, após analisados, apenas 5 corresponderam ao objetivo deste trabalho.

Em nosso procedimento de análise, utilizamos uma exploração exaustiva do material em busca de representatividade dos eixos temáticos para estabelecermos as interpretações e inferências sobre o corpus, gerando as categorias de análise que nos permitiram compreender como a atividade do psicólogo organizacional é compreendida na promoção da qualidade de vida no trabalho (FRANCO, 2005).

Por fim, os 05 (cinco) artigos foram organizados considerando o procedimento de análise temática, onde foram levantadas as seguintes categorias a fim de explorar os conteúdos existentes: a) atividades do psicólogo organizacional: dentro desta categoria encontram-se os temas relacionados sobre as práticas e as possíveis contribuições do psicólogo organizacional; b) a importância da qualidade de vida: foram abordados conteúdos no intuito de mostrar a necessidade de uma gestão voltada para a QVT e sua influência sobre a motivação organizacional; e c) saúde do trabalhador e ações de melhoria: neste item foram abordados assuntos voltados para práticas de QVT, ou seja, aplicação de técnicas de relaxamento, ginástica laboral, dinâmicas e palestras. Essas ações voltam-se para mudanças comportamentais dos trabalhadores.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para a realização desse trabalho foram feitas pesquisas com intuito de verificar a relevância do tema com a atualidade. Os artigos encontrados foram analisados de acordo com os dados mais relevantes para o estudo (tabela 1).

TABELA 1: ARTIGOS ACADÊMICOS LEVANTADOS

	Título do artigo	Autor	Nome da revista	Período de Publicação
Texto 1	Programas e ações em qualidade de vida no trabalho	Everton Fernando Alves	INTERFACEHS	2011
Texto 2	O papel do psicólogo organizacional sobre a qualidade de vida no trabalho	Denise Campêlo Do Nascimento e Nathalia Venâncio Teles	Faculdade Católica de Anápolis (TCC)	2016
Texto 3	O papel do líder na gestão de qualidade de vida do trabalho	Paulo Henrique Freitas da Costa e Marcelo Jasmim Meiriño	LATEC/UFF	2016
Texto 4	A importância da qualidade de vida no trabalho e da motivação dos colaboradores de uma organização	Geovani Batista Ferreira e Cátia Castro Dias	Psicologia e Saúde em Debate	2017
Texto 5	Qualidade de Vida no Trabalho: a contribuição do psicólogo organizacional	Kássia Alves Silva e Bráulio Emílio Maciel Faria	Psicologia e Saúde em Debate	2018

Seguem-se análises dos artigos descritos à cima, evidenciando as características sobre a contribuição do psicólogo sobre a qualidade de vida no trabalho.

a) Atividades do psicólogo organizacional

Neste tópico abordam-se os temas sobre as práticas e as possíveis atuações do psicólogo organizacional e suas atividades. O texto 2 diz que a psicologia é uma ciência do comportamento humano, da cognição, da motivação e da emoção que atua solucionando os problemas referentes à gestão de pessoas melhorando a qualidade do clima organizacional e compreendendo o comportamento individual e aumentando o bem-estar do trabalhador (SPECTOR, 2010). No mesmo texto ao descrever as atividades a ser desenvolvidas pelo psicólogo organizacional, as autoras são compatíveis com a proposta de Zanelli (2002) - recrutamento e seleção, análise de cargo e salários, aplicação de testes, mapeamentos dos colaboradores, avaliação de desempenho, gestão do clima organizacional, treinamento e desenvolvimento, resolução de problemas e conflitos entre profissionais.

Nota-se que a Psicologia Organizacional ainda está em construção e tem como foco resgatar a dignidade humana no âmbito organizacional e interpessoal. Spector (2010) diz que os profissionais especializados em gestão de pessoas estão cada vez mais solicitados para selecionar pessoas, reter talentos, realizar treinamentos e recrutar. Portanto, o psicólogo organizacional não se restringe somente na gestão de pessoas e, sim, auxilia as pessoas no ambiente de trabalho, oferecendo apoio e subsídios para os conflitos, frustrações, desentendimentos e angústias que surgem dentro do local de trabalho, conforme texto 5.

Diante do exposto, com base no texto 5, observou-se que o psicólogo atua como mediador entre patrões e empregados. A saúde e boas condições de trabalho proporcionadas ao colaborador possibilitarão melhor desempenho e maior satisfação do mesmo na empresa e sociedade (ZANELLI, 2002).

b) A importância da qualidade de vida no trabalho (QVT)

Abordam-se nesta categoria os conteúdos no intuito de mostrarem as necessidades de uma gestão voltada para a QVT e sua influência sobre a motivação organizacional.

A QVT tem como objetivo manter o bem-estar do trabalhador, evitando a insatisfação e fatores estressantes que podem comprometer a capacidade emocional e física (BONFIM et al., 2017). Além disso, o texto 4 relata as consequências como a diminuição da motivação e sintomas sintomáticos como a depressão, ansiedade e doenças psicossomáticas que trazem ao indivíduo situações desconfortáveis que podem prejudicar tanto a sua vida pessoal quanto profissional (CARVALHO, 2016).

Já Bonfim et al. (2017) diz que a QTV se refere a um construto complexo de aspectos físicos, psicológicos e ambientais no local de trabalho, diz de uma satisfação pessoal, bem-estar físico, mental e social. A QVT está relacionada ao clima organizacional e está intimamente ligada à satisfação e à motivação dos funcionários, fazendo-os possuir uma percepção sobre o ambiente de trabalho, sendo ele positivo ou negativo (CHIAVENATO, 2010). A motivação representa a mola propulsora para o trabalho. Uma gestão organizacional que busca realizações pessoais visando os interesses das organizações, cria funcionários motivados que geram produtividade e têm mais envolvimento com a empresa (SILVA; ESTENDER, 2015).

Os textos 1 e 3 dialogam sobre a ausência de uma gestão voltada para a QVT, à presença de práticas de trabalho inadequadas e o não compromisso por parte da empresa que geram impactos negativos sobre a saúde física e emocional dos funcionários, prejudicando não somente a vida do trabalhador, mas também o sucesso organizacional (CARVALHO, 2016).

c) Saúde do trabalhador e as ações de melhoria

Por fim, destacam-se neste item os assuntos voltados para práticas de QVT, às técnicas e ações utilizadas pelos psicólogos para mudanças comportamentais e saúde do trabalhador.

As pessoas que trabalham em uma determinada organização, que possui uma

qualidade de vida eficaz, são mais felizes e produzem mais, favorecendo maior probabilidade de satisfação e vida pessoal, social e familiar (BONFIM et al.,2017). Portanto, a qualidade de vida no trabalho não pode ser confundida com políticas de benefícios e tem a ver com a cultura organizacional, conforme citado no texto 1.

De acordo com o texto 3, a QVT proporciona uma maior participação por parte dos funcionários, criando um ambiente de integração com superiores, com colegas de trabalho, com o próprio ambiente de trabalho, visando sempre à compreensão das necessidades dos funcionários. É fundamental o respeito com o trabalhador, ou seja, contribuir para a construção de um mundo mais humano e para um desenvolvimento sustentável (CHIAVENATO, 2010).

Os fatores de qualidade de vida no trabalho, que o psicólogo organizacional mais atua, são aqueles que envolvem diretamente o indivíduo para tomada de decisões; ele passa a se sentir peça importante dentro da organização, motivando-o e dando oportunidade para crescimento profissional conforme o cargo desempenhado. As empresas brasileiras vêm adotando modelo de programa de qualidade de vida de empresas dos Estados Unidos, tendo como objetivo melhorar a segurança e o bem-estar do trabalhador, reduzindo assistência médica, absenteísmo e acidentes de trabalho (SILVA; LIMA, 2007). Com base no texto 1, foi criado e organizado uma tabela com assuntos sobre as ações realizadas em empresas para promoção da qualidade de vida: exercícios físicos, treinamento, ergonomia, higiene e segurança do trabalho. (Tabela 2).

TABELA 2: TABELA COM RESULTADO DE AÇÕES E PROGRAMAS DA QUALIDADE DE VIDA

Ações/Programas	Principais resultados observados
Exercícios Físicos	Aumenta a disposição e satisfação dos trabalhadores reduzindo gastos médicos.
Treinamentos e Desenvolvimento	Aumento do capital intelectual, aperfeiçoamento das atividades, satisfação profissional que capacitam o trabalhador.
Ergonomia	Aumento do desempenho das atividades, redução dos acidentes de trabalho.
Higiene e Segurança do trabalho	Ambientes mais saudáveis, prevenção a risco a saúde, aumento da produtividade.

Assim, constata-se que o psicólogo organizacional atua ou trabalha para a promoção

do bem-estar e da qualidade de vida do trabalhador. Portanto, os dados analisados remetem a suma importância de uma qualidade de vida eficaz no ambiente de trabalho, sendo ele um lugar que passamos horas fora de casa tornando-se a segunda casa/família. O psicólogo organizacional atua para contribuir com o desempenho nas atividades e melhorar o comportamento humano no ambiente de trabalho, com isso, o foco é na melhoria das relações e das condições de trabalho para que o funcionário se sinta cada vez mais valorizado, engajado e queira se desenvolver internamente. Implantar ações de melhorias para a organização e para os funcionários irá promover impactos positivos e, ambas as partes, sairão ganhando (LIMONGI- FRANÇA, 2004).

Portanto, existem ações voltadas para promover a qualidade de vida no ambiente de trabalho, como mencionado, utilizou-se os mais realizados nas empresas, como: exercícios físicos, treinamento, ergonomia, higiene e segurança do trabalho. Cada uma das ações tem sua definição e a importância para saúde e bem-estar sobre a qualidade de vida no trabalho.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo falar sobre as transformações ocorridas na área da Psicologia, trazendo um breve relato a partir do aprimoramento da Psicologia Industrial e as mudanças históricas para a Psicologia Organizacional. Abordou as possíveis atuações do psicólogo, pensando em uma psicologia não tecnicista, e sim, enquanto ferramenta de transformação na prática em que está inserida, enquanto facilitador do processo de promoção de qualidade de vida no trabalho como requisito básico para melhorar o desempenho do colaborador, fazendo-o se sentir satisfeito e valorizado dentro da organização.

A partir da conscientização por parte da gerência e do RH sobre a importância da qualidade de vida no trabalho, há uma diminuição de problemas como desgastes emocionais e físicos e, faz com que, o colaborador estabeleça um compromisso maior com a empresa. Sabe-se que nem sempre o tema foi alvo de preocupação e, que ainda hoje, muitas empresas estão longe de atingir um modelo ideal para garantir a satisfação de seus colaboradores, visando somente lucros e aumento produtivo e

negligenciando que toda pessoa traz consigo valores e culturas distintas, aprendizados e experiências particulares que contribuem na formação de sua personalidade.

Diante do exposto, cabe destacar que a Psicologia Organizacional se encontra em construção e o psicólogo, ao se inserir no contexto das organizações de trabalho, deve estar preparado para atuar e contribuir sobre a qualidade de vida no trabalho. Nesse momento, identificamos a importância da gestão de pessoas, observando melhor as necessidades e promovendo a utilização de ferramentas e aplicação de ações, que tornem o ambiente de trabalho mais satisfatório e produtivo diante do mercado. Cabe à psicologia organizacional preservar os interesses da organização, integrando às necessidades do colaborador, de forma a tornar possível a melhoria de sua produtividade e, até mesmo, a contínua geração de valor com seu trabalho, garantindo sua satisfação e desenvolvimento pessoal.

REFERÊNCIAS

- ANTLOGA, C. S.; DO CARMO, M. M.; TAKAKI, T. K. **O que é qualidade de vida no trabalho? Representações de trabalhadores de um instituto de pesquisa.** Revista Trabalho (En)Cena, Vol. 01, n. 1, Jan/Jun. 2016, p.132 - 142. Disponível em: <<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/2392>>. Acesso em: 23 abr. 2020.
- BONFIM, E. V. S.; DE VASCONCELOS, C. C.; GREGÓRIO, S. A.; SALDANHA, O. J. **A qualidade de vida no trabalho e a gestão de conflitos: um estudo teórico.** Educação, Gestão e Sociedade: revista da Faculdade Eça de Queirós, ISSN 2179-9636, Ano 7, número 28, novembro de 2017. Disponível em: <http://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20171218101657.pdf> Acesso em: 22 abr. 2020.
- BORGES, L.O.; MOURÃO, L. **O trabalho e as organizações: atuações a partir da psicologia.** Porto Alegre: Artmed, 2013.
- BORGES, L. O.; YAMAMOTO, O. H. **Mundo do trabalho: construção histórica e desafios contemporâneos.** In: ZANELLI, J. C.; BORGES-ANDRADE, J. E.; BASTOS, A. V. B. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 25-73.
- CARVALHO, M. L. **Qualidade de vida no trabalho versus condições psicossomáticas advindas do mercado de trabalho.** Trabalho acadêmico de Bacharelado no Curso de Administração – Universidade Estadual de Marília, Marília, SP, 2016. Disponível em: <<https://revista.univem.edu.br/REGRAD/article/view/1321>>. Acesso em: 22 abr. 2020.
- CHIAVENATO, I. **Gestão de Pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas**

- organizações**. 3. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- FERNANDES, E. **Qualidade de Vida no Trabalho: como medir para melhorar**. Salvador: Casa da Qualidade Editora Ltda., 1996.
- FERREIRA, M.C. **Qualidade de Vida no Trabalho. Uma Abordagem Centrada no Olhar dos Trabalhadores**. 2ª edição. Paralelo 15, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-65552014000500745>. Acesso em: 05 mai. 2020.
- FERREIRA, M. A.; MACIEL, R. H. M. de O. **Psicologia e promoção da saúde do trabalhador: estudo sobre as práticas de psicólogos no Ceará**. Revista Psicologia Argumento vol. 33 n.81, 2015. Disponível em: <<http://www2.pucpr.br/reol/index.php/PA/pdf/?dd1=16153>>. Acesso em: 23 abr. 2020
- FRANCO, M. L. P. B. **Análise de conteúdo**. 2. ed. Brasília: Liber Livro Editora, 2005.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.
- GOUNET, T. **Fordismo e Toyotismo na civilização do automóvel**. São Paulo: Boitempo Editorial, 1999.
- GURKA, D. P. Q; NOGUEIRA, M. S. **Psicólogo organizacional: a evolução do saber e da pratica dentro da organização**. Univag: Centro Universitário, 2016. Disponível em: <<http://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/108>>. Acesso em: 26 abr. 2020.
- HIPÓLITO, M. C. V.; MASSON, V. A.; MONTEIRO, M. I.; GUTIERREZ, G. L. **Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção**. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, vol. 70, núm. 1, janeiro-fevereiro, 2017, pp. 189-197. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/2670/267049841025.pdf>>. Acesso em: 23 abr. 2020.
- LIMONGI-FRANÇA, A. C. **Qualidade de Vida no Trabalho – conceitos e práticas nas empresas da sociedade pós-industrial**. 2. Ed. São Paulo: Editora Atlas, 2004.
- MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2011.
- OLIVEIRA, J. R. S. et al. **Fadiga no trabalho: como o psicólogo pode atuar?**. Psicol. estud. Vol.15 nº3. Maringá, 2010. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722010000300021>>. Acesso em: 22 abr. 2020
- PACHECO, V. A. **Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), Bem-Estar/Mal-Estar no Trabalho e Reconversão Tecnológica: Representações de Trabalhadores em Empresa Pública Brasileira**. Tese de Doutorado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações – Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2016. Disponível em: <<https://repositorio.unb.br/handle/10482/22193>>. Acesso em: 22 abr. 2020.
- RIBEIRO, L. A.; DE SANTANA, L. C. **Qualidade de vida no trabalho: fator decisivo para o sucesso organizacional**. Revista de Iniciação Científica – RIC, 2015. Disponível em: <https://www.cairu.br/riccairu/pdf/artigos/2/06_QUALIDADE_VIDA_TRABALHO.pdf>. Acesso em: 23 abr. 2020.
- SANTOS, F. C. O.; CALDEIRA, P. **A psicologia organizacional e do trabalho na contemporaneidade: as novas atuações do psicólogo organizacional**. Psicologia Pt. São Paulo, 2015. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0929> Acesso em 24 de abril de 2020.
- SILVA, N. F. A.; LIMA, M. J. O. **Qualidade de vida no trabalho: o estudo**

- qualitativo na empresa natura.** In: V SEMANA CIENTÍFICA E CULTURAL DO SERVIÇO SOCIAL DAS FACULDADES UNIFICADAS DA FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DE BARRETOS. Barretos: FUFEB, 2007.
- SILVA, R. A.; ESTENDER, A. C. **A Influência da Motivação no Local de Trabalho.** Revista de Administração da UNISAL, 5(8),83-102, 2015.
- SPECTOR, P. E. **Psicologia nas organizações.** 3. ed. São Paulo: Saraiva, 2010.
- TONELLI, M. J.; LACOMBE, B. M. B.; CALDAS, M. P. **Desenvolvimento Histórico do RH no Brasil e no Mundo.** In: TONELLI, M. J.; LACOMBE, B. M. B.; CALDAS, M. P. **Manual de Gestão de Pessoas e Equipes: estratégias e tendências.** São Paulo: Gente, 2002.
- ZANELLI, J. C. **O psicólogo nas organizações de trabalho.** Porto Alegre: Artmed, 2002.
- ZANELLI, J. C., BASTOS, A. V. B.; RODRIGUES, A. C. A. **Campo profissional do psicólogo em organizações e trabalho.** In.: ZANELLI, J. C., BORGES-ANDRADE, J.E; BASTOS, A.V. B.(Orgs.) **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil.** Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 549-582.
- ZANELLI, J. C.; KANAN, L. A. **Fatores de risco, proteção psicossocial e trabalho: organizações que emancipam ou que matam.** Florianópolis: Uniplac, 2018.

ARTE URBANA E CIDADE – O GRAFITTI ENQUANTO FERRAMENTA PROMOTORA DA APROPRIAÇÃO DO ESPAÇO URBANO EM VITÓRIA

Penha de Fátima da Cruz de Souza¹, Dorieli Zuccoloto Fornaciari²
Mestranda em Artes pela UFES, Arquiteta e Urbanista (MULTIVIX), penhasouza.arq@gmail.
Mestre em Arquitetura e Urbanismo pela Universidade Federal do Espírito Santo, docente e
coordenadora do curso de Arquitetura e Urbanismo da Faculdade Brasileira (Multivix – Vitória),
dorielizf@gmail.com.

1 INTRODUÇÃO

A disseminação de ideias que promovem o livre mercado, entendidas como ferramentas transformadoras da cidade, trouxeram consigo o conceito de cidade empreendedora, lugar onde a competitividade é tida como instrumento que propicia o sucesso. Esse modelo foi difundido na América Latina, e entendido como a salvação das cidades. Tais medidas, no entanto, evidenciaram a cidade como elemento negociável, onde o solo se apresenta como mercadoria para um público seletivo.

Nesse contexto, Maricato (2003), entende o mercado do solo como promotor da segregação urbana, e em consequência, da desigualdade social. Esse processo de produção/reprodução de desigualdades socioespaciais ocorre, pois, as camadas sociais mais fragilizadas, ao habitarem locais à beira da legalidade ou completamente desregularizados, lidam constantemente com a falta de saneamento básico, com situações de risco ambiental, e com a necessidade de enfrentar grandes distâncias para poder gozar de direitos básicos.

Tal modelo acaba por produzir situações de conflito em virtude da forte desigualdade social, principalmente nas áreas em que os extremos sociais se encontram dentro da cidade, sendo essa uma das razões dos muros terem se tornado um elemento arquitetônico comum na contemporaneidade, com a suposta função de prover e garantir a segurança. No entanto, os muros acabam por evidenciar as disparidades sociais reproduzidas na distribuição do solo urbano.

Caldeira (2000), ao tratar sobre o papel dos muros na sociedade contemporânea, fala

sobre os condomínios fechados, os quais a autora considera como enclaves fortificados, que agregam diversas características da cidade, contudo, em recluso dela, engendra uma ruptura com o espaço público em prol de status e afirmação social. Nesse argumento, a autora, considera os condomínios fechados como uma nova forma de segregação da sociedade contemporânea (CALDEIRA, 2000).

Concordando com esse entendimento Rolnik (1988), aponta o impacto dessa divisão socioespacial na população urbana, na qual os muros associados aos seus sistemas de segurança garantem o controle das trocas do interior com o exterior. Dessa forma, essa segregação se amplia, sendo revelada na moradia, nos locais de trabalho, e nas cenas do cotidiano encontradas nos deslocamentos. Especialmente em bairros nobres, estes percursos ocorrem principalmente com automóveis, intensificando nessas áreas, de acordo com o uso do solo, a sensação de insegurança promovida pelos muros e intensificada pelo baixo fluxo de pedestres.

Toda essa conjuntura motiva, sobretudo em áreas periféricas, o sentimento generalizado de injustiça, que irrompe nos muros. Baudrillard (1979) relata sobre a apropriação dos muros por parte da população, em movimentos revolucionários, onde por meio da arte urbana, o muro transmuta de elemento arquitetônico, e torna-se selvagem, descrevendo manifestações que utilizaram o *graffiti* com o objetivo de realizar duras críticas de viés político e ideológico.

Esta arte urbana, muitas vezes é considerada como uma manifestação marginal. Leirner (1982), entende que, a arte só pode ser essencialmente marginal quando ela não se conecta com o sistema estético vigente. Dessa forma, o artista produtor desta, comumente não será considerado artista e, dificilmente se verá como artista. Entretanto, independentemente de ser aceito como tal, ele sempre irá encontrar meios de realizar sua obra de acordo com sua ideologia.

Ao ser inserida nos muros, a arte urbana transforma esse elemento arquitetônico, de forma que as mensagens expostas ali, de modo espontâneo, não podem ser controladas. Essas obras, podem vir a ser interpretadas de diversas maneiras, e seu impacto na população pode variar. Baudrillard (1979), descreve que, o *graffiti*

transmuda o muro, que deixa de ser equipamento fixo, e passa a ser selvagem.

2 O GRAFITTE ENQUANTO FERRAMENTA PROMOTORA DA APROPRIAÇÃO DO ESPAÇO URBANO EM VITÓRIA

A concretização da arte urbana carrega diversas relações de força, bem como, contradições e conflitos entre grupos sociais e espaços, de modo que a cidade acaba por constituir parte da própria obra, pois “encarna” os simbolismos contidos nas manifestações, e transmite esses significados adiante, configurando uma cultura urbana, pois, essa rede de significados se encontra na cidade, espaço onde ocorre a produção da vida social (PALLAMIN, 2000).

Para Rolnik (1988), na cidade dominada pelo capital, o poder urbano trabalha no sentido de controlar os cidadãos e intervir em conflitos da cidade ao passo que cria condições que propiciam a acumulação do capital. Apesar de se empenhar na resolução de conflitos, a cidade continua sendo disputada por grupos ou forças sociais ali presentes. As intervenções do Estado, podem se contradizer, pois sempre irão favorecer alguns segmentos sociais do que outros, entretanto, a luta pela apropriação da cidade é permanente.

Com isso, urge a necessidade nessas populações menos favorecidas de se fazerem ser enxergadas de alguma maneira. Uma das manifestações utilizados com esse objetivo é a arte urbana, por meio da qual, a população encontra formas de se expressar (Figura 1). Essa expressão, na arte urbana contemporânea, em particular, a inscrição em paredes, ocorre principalmente por meio do picho ou *graffiti*, que são empregados na representação de símbolos, em especial, de intenção identitária.

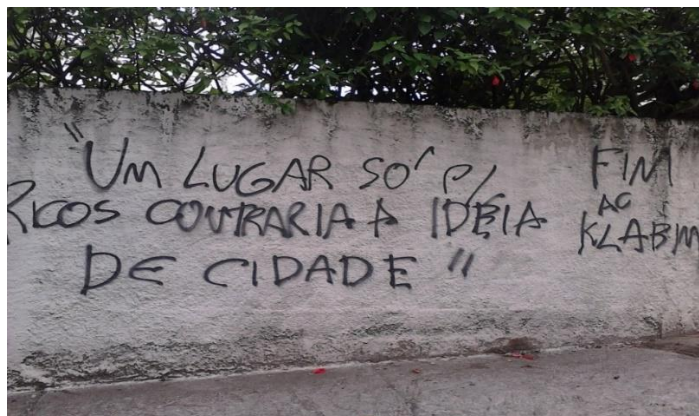


Figura 1. Manifestação: "Um lugar só para ricos contraria a ideia de cidade"

Fonte: VIEGAS (2011)

Nesse contexto, Rolnik (1988), considera que, embora essa luta seja diária, ela se torna mais evidente em grandes manifestações civis, nas quais o espaço público se transforma. Não é mais cenário, e sim, elemento que promove pessoa em cidadã. Em grandes manifestações, as populações desafiam as divisões sociais ao se apropriar, ainda que simbolicamente, da cidade. Nelas, ocorre a transformação do território opressor, lugar em que diariamente a segregação é sentida por muitos, em cenário de festa, onde em prol de objetivos em comum, hierarquias, divisões e conflitos são minorados (ROLNIK, 1988).

Dessa forma, a arte urbana se concretiza como produção simbólica, demarcando territórios e reforçando a identidade da população, especialmente a periférica, tanto dentro, quanto fora da periferia. Haesbaert (2004), indica que: "Território, assim, em qualquer acepção, tem a ver com poder, mas não apenas ao tradicional 'poder político'. Ele diz respeito tanto ao poder no sentido mais concreto, de dominação, quanto ao poder no sentido mais simbólico, de apropriação". Nesse contexto, o autor define a multiterritorialidade, como a existência de múltiplos territórios em um mesmo espaço, e sobre pluriterritorialidade, como a influência dos territórios que transcende além de seus limites físicos. E ainda, acrescenta que, todos esses fatores implicam na ocorrência de impasses e disputas (HAESBAERT, 2004).

A cidade foi, antes de tudo, o lugar da produção e da realização da mercadoria, da concentração e da exploração industriais. Atualmente ela é, antes de tudo, o lugar da execução do signo como sentença de vida e de morte. (BAUDRILLARD, 1979)

Assim, o grafite se insere no contexto da apropriação da cidade como um dos modos de se reivindicar um espaço, constituindo um território visualmente demarcado por meio dessas manifestações. Tais manifestações são capazes de criar laços de identidade local no território, sobretudo as espontâneas, mas também aquelas de que maneira deliberada expressam anseios e reivindicações de seus ocupantes.

Nesse sentido, Pallamin (2000) afirma que a territorialidade atua de forma subjetiva sobre o espaço, envolvendo além do espaço físico. Ela está sempre ligada ao sentimento de pertencimento seja este individual ou do coletivo, de forma que promove a sensação de identidade. Com isso, por meio da territorialidade são criados laços em torno de interesses e objetivos comuns, e também são ampliadas relações que podem se aprofundar tanto, ao ponto de se difundirem culturalmente.

A realização da arte urbana agrega, em muito, a formação de territorialidades na cidade, pois, ao ser inserida no espaço, sua interpretação produz significados em locais que poderiam passar despercebidos, ou ainda, suscitam questionamentos que não seriam realizados sem a presença da manifestação ali. Denominam-se *writers* os escritores de rua, que geralmente possuem *tags*, que são assinaturas individuais, ou ainda de sua *crew*. A autora, Furtado (2007), define as *crews* como “grupos livres de escritores ou grupos exclusivos provindos de grupos heterogêneos de diversas localidades da cidade”.

As imagens (Figuras 2, 3 e 4) a seguir demonstram a marcação das *crews* nos *graffitis* e pichações:



Figura 2. Crews – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 1. Crews – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 2. Crews – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Em Vitória – ES, um dos locais que servem como exemplo da arte urbana utilizada como forma de apropriação da cidade é o Conjunto Residencial Atlântica Ville, no bairro Jardim Camburi. De acordo com Eler (2016), o conjunto foi construído na década de 1980, pela Companhia Habitacional do Espírito Santo (COHAB), com o objetivo de atender as demandas de moradia dos funcionários que trabalhavam nas empresas do entorno de onde as habitações foram construídas.

A COHAB foi uma agência que em parceria com o Banco Nacional de Habitação (BNH), proveu habitações sociais com o objetivo de gerar moradia para a população de baixa renda do Espírito Santo. Nessa conformidade, cerca de 90% dessas moradias, foram construídas na Grande Vitória, visto que, o rápido aumento populacional, promovido pela geração de empregos provenientes das empresas mineradoras, fomentou o aumento de habitações irregulares devido ao desordenado crescimento urbano (DUARTE, 2008).

Com essa conjuntura, a autora afirma que, foram construídos diversos conjuntos residenciais unifamiliares e multifamiliares, que se concentravam em áreas periféricas,

e muitos deles, embora oferecessem condições melhores que as habitações informais que estavam em aumento, frequentemente apresentavam falhas e escassez, de forma que muitos moradores encontravam suas casas sem rede de água, energia ou outros serviços básicos. No entanto, os índices de satisfação eram altos, pois muitos dos beneficiados não teriam condições de adquirir uma moradia regularizada de outra maneira, de modo que os financiamentos eram concedidos para a faixa salarial de 3 salários mínimos. Contudo, muitas das moradias construídas foram invadidas, sendo esse um dos motivos da alta inadimplência que motivou a Companhia a elevar a linha de financiamento para 5 salários mínimos, comprometendo em muito, a função social do projeto, que visava a classe social menos favorecida (DUARTE, 2008).

É notável a divergência entre a estrutura física do Conjunto Residencial Atlântica Ville com o restante do bairro Jardim Camburi, a imagem (Figura 5), permite notar que a distribuição dos edifícios não segue o padrão do tecido urbano do bairro, onde enquanto todo restante do bairro tende a ortogonalidade, os edifícios do Conjunto, parecem criar um paredão quando se encontra com o restante do bairro, de modo que no conjunto, as vias, os edifícios, os espaços, e numa análise social, até mesmo seus habitantes parecem estar, de algum modo, isolados do restante do bairro.

A princípio, o Conjunto foi muito menosprezado pela população, a ponto de ser conhecido como região de tráfico de drogas e prostituição. Esta condição foi alterada no decorrer dos anos, e o Conjunto atualmente concentra, em sua maioria, famílias de baixa renda, em contraponto com o restante do bairro, onde a maior parte dos habitantes são da classe média. Embora, não exista uma barreira física que separe o conjunto do bairro, a diferença de classes associada a concentração espacial, configura uma situação de segregação socioterritorial e, por meio da arte urbana, a população expressa seus descontentamentos, frustrações, desejos e ideologias.



FONTE: BUZETTI (2011)



Figura 5. Comparativo do Residencial Atlântica Ville com o restante do bairro

Fonte: imagem adaptada pela autora

A imagem a seguir (Figura 6) destaca o ponto de encontro dos pichadores e grafiteiros da região:



Figura 6. Ponto de encontro – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

As manifestações de *graffiti* podem ser encontradas ao longo de todo o conjunto, e nas regiões adjacentes, de forma que a maioria dessas manifestações possuem cunho identitário. Tais manifestações revelam o desejo que esses habitantes possuem de serem enxergados, tanto pelo restante da população local, inserindo-se no contexto de multiterritorialidade e pluriterritorialidade, quanto pelos Poderes Públicos, que frequentemente postergam as necessidades desses moradores em prol de

investimentos em localidades já elitizadas.

O *graffiti* pode ser entendido como intervenção temporária, levando-se em consideração sua transitoriedade. Ele pode se apresentar de diversas maneiras e com objetivos até mesmo distintos. Essas características promovem a criação de conexões entre população e obra, essa interação é definida pela autora Fontes (2012), como amabilidade. Nesse contexto, com a intervenção, o espaço físico adquire caráter social, o e espaço transforma-se em lugar a partir da existência do vínculo social associado ao espaço físico.

Dessa forma, como ocorre em Atlântica Ville, e se repete em diversas outras localidades, a arte urbana contemporânea se insere como catalisador da expressão das populações, em especial, dos habitantes periféricos. Essa expressão pode acontecer com variadas intenções, com ou sem apelo estético, e permite não apenas a manifestação quanto a suas necessidades, desejos, e ideologias, mas ainda, promove a identidade e o vínculo entre a população e o espaço.

3 APROPRIAÇÃO POR MANIFESTAÇÕES DE CUNHO IDENTITÁRIO

As manifestações de cunho indenitário são realizadas com o objetivo de adquirir visibilidade por meio de inscrições realizadas em diversos suportes da cidade, sendo o muro o mais frequente entre os demais utilizados. Cabe salientar que também são empregados como suporte equipamentos públicos como, pontos de ônibus, placas sinalizadoras, e ainda, com menor frequência, em elementos naturais, em especial, no ES, nas formações rochosas; as inscrições ocorrem ainda em tapumes, além de em fachadas de edifícios públicos e privados.

A imagem (Figura 7), apresenta a representação de cunho indenitário mais utilizada na arte urbana, as *tags*:



Figura 3. *Tags* – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Como pode ser observado na imagem (Figura 8), as *tags* são caracterizadas pela predominância de apenas uma cor, sendo o material empregado mais comum, o spray de tinta preta. Seu objetivo principal é atingir a maior visibilidade possível, embora nem sempre isso garanta legibilidade por parte da população urbana que não está envolvida ao meio da produção da manifestação.

As *tags* podem ser encontradas em diversas localidades da cidade, reafirmando a identidade de uma parcela da população que é constantemente ignorada pelos Poderes públicos e pelas camadas sociais mais abastadas. Seu incomodo fez com que as leis de proibição ao picho se tornassem ainda mais restritivas e com suas penalidades mais severas, entretanto, não é conhecido nenhum esforço por parte dos pichadores em tornar o picho um ato legal.



Figura 4. *Tags* em Jardim Camburi – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Existem ainda disputas internas entre pichadores e grafiteiros quanto ao nível de dificuldade da realização das *tags*, dessa forma, elas podem ser encontradas em diversos pontos da cidade, como por exemplo, em partes altas de edifícios públicos e privados ou em áreas de vigilância constante. A necessidade de realizar a

manifestação com rapidez, justifica, em parte, o baixo apelo estético da obra, na *tag*, o principal objetivo é atrair o máximo de visibilidade.

As imagens a seguir apresentam o *throw up*, também chamado de *bomb* (no ES, a denominação *bomb* é a mais frequente), a imagem (Figura 9) apresenta um *bomb* mais simples, e a imagem (Figura 10) apresenta o *bomb* com uso de duas a três cores:



Figura 9. *Bomb* simples – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 10. *Bomb* com duas ou três cores – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Embora o *bomb*, quando comparado ao *tag*, apresente maior apelo estético, que pode ser observado no uso predominante de duas a três cores, seu objetivo não se distancia: a busca pela maior visibilidade possível. Assim como as *tags*, o *bomb*, muitas vezes, pode representar não apenas um indivíduo, mas um grupo no qual os integrantes usualmente compartilham de vivências em comum e realizam as

inscrições com objetivos semelhantes. Ambas representações são geralmente consideradas como picho.

A imagem (Figura 11), demonstra a representação denominada *Piece*, que possui o mesmo objetivo que o *Bomb*, entretanto, seu apelo estético é facilmente notável, visto que frequentemente são empregados até mesmo técnicas de *graffiti* em 3D:



Figura 11. *Piece* – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

O *bomb* é constantemente considerado como picho, contudo, quando empregado em obras de maior apelo estético, ele passa a ser popularmente entendido como arte urbana, até mesmo por pessoas que geralmente julgam essa manifestação como vandalismo. A imagem (Figura 12), a seguir, demonstra um viaduto que recebeu em um de seus lados, diversos *bombs*, e esses são considerados pela população local como arte urbana. A intenção de embelezamento em algumas dessas obras revela o desejo dos grafiteiros e mesmo pichadores, de estabelecer uma relação de união comunitária.



Figura 12. *Bomb* considerado artístico pela população local – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Embora essas manifestações (*tag*, *bomb* e *piece*) não expressem diretamente ideologias políticas ou sociais, sua realização implica na notoriedade de indivíduos ou grupos, de forma que, ao adquirir essa visibilidade que lhe é constantemente negada, o ato, ainda que sem intenção do autor, torna-se político, pois, alcança diversas parcelas da sociedade, que podem interpretar positivamente ou não essas representações, mas que dificilmente irão simplesmente ignorá-las ou não ter algo a dizer sobre.

4 APROPRIAÇÃO POR MANIFESTAÇÕES DE CUNHO SOCIOPOLITICO

As manifestações de cunho sociopolítico são expressas de forma clara. O autor realiza a obra com essa intenção. Os textos são construídos geralmente por meio de frases curtas, inscritas com tinta de apenas uma cor, na maioria das vezes, com o spray preto. Embora essas representações sejam popularmente mais bem aceitas socialmente do que o *tag*, elas, assim como o *tag*, geralmente são entendidas como pichação.

A imagem (Figura 13), apresenta uma inscrição feita nas bordas da quadra poliesportiva do Conjunto Atlântica Ville, apresenta a frase “Bem vindo a cidade alta”, a qual refere-se ao próprio Conjunto, que se localiza na parte alta do bairro e da cidade de Vitória, sendo chamada carinhosamente pelos seus habitantes de “Cidade Alta”. As boas vindas podem ser encontradas inscritas em diversos muros e outros suportes da localidade, como na imagem (Figura 14), onde a inscrição foi realizada em uma das vigas de um dos edifícios.



Figura 13. "Bem vindo a cidade alta" – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 14. "Seja bem vindo a cidade alta" – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

São muitas as frases encontradas, como a da imagem (Figura 15), que podem suscitar o imaginário quanto às histórias que ficam subentendidas nas paredes: “As guerras vem e vão, mas só os verdadeiros guerreiros são eternos. Eterno Emanuel”. As paredes, por vezes assumem um papel de transmitir histórias, ou de refletir em certa medida a realidade. É possível, inclusive, fazer um comparativo funcional entre essa arte em paredes com a arte em paredes do período paleolítico, período em que o homem entendia suas obras como uma extensão da realidade. Nessas manifestações, a vivência local está intrinsecamente envolvida com a obra.



Figura 15. “As guerras vem e vão, mas só os verdadeiros guerreiros são eternos. Eterno Emanuel”. – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Embora geralmente os autores das obras de cunho sociopolítico utilizem frases para expor seus pensamentos, em alguns casos, são utilizados outros códigos e simbologias, dos quais alguns podem ser de conhecimento geral, como na imagem (Figura 16), ou podem ser que sejam carregadas de significado local, de modo que os conhecimentos sobre essas simbologias são profundamente conhecidos apenas por alguns dos moradores locais, como demonstra a imagem (Figura 17), em que, nesse caso, a inscrição “23/09 R” refere-se a data em que um dos moradores locais, que está encarcerado, será solto. A letra “R” refere-se a inicial do nome desse morador.



Figura 16. Uso de simbologias conhecidas – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 17. Simbologia conhecida localmente – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

As manifestações de cunho sociopolítico no contexto da arte urbana, teve seu primeiro momento marcante em Paris, em 1968, com o movimento conhecido como “Maio de 68”, no qual os militantes realizaram inscrições com frases que buscavam elevar a moral do povo, criar sentimento de integração, bem como questionavam as mídias e as questões políticas. Essas manifestações continuam muito semelhante com as que podem ser encontradas atualmente, embora o cenário e época sejam distintos, os objetivos sociais dessas obras são muito semelhantes. As imagens (Figuras 18, 19, 20, 21, 22 e 23) exemplificam essa situação.



Figura 18. “Por aqui na nossa área só nos resta a paz” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 19. “Ninguém é tão burro que não possa ensinar e ninguém é tão inteligente que não possa aprender” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo



Figura 20. “Observar/Absorver” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 21. “O sistema é a doença, informação é a cura” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

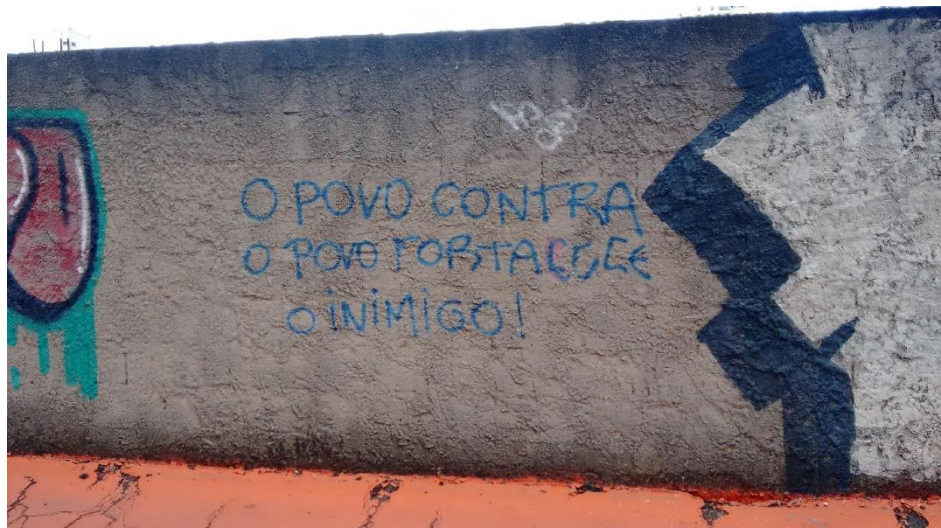


Figura 22. “O povo contra o povo fortalece o inimigo” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pe



Figura 23. “Fora Temer!” – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Cabe salientar ainda que, em alguns casos os autores dessas obras apenas expressam seus pensamentos pessoais, como as imagens (Figura 24 e 25) exemplificam:



Figura 24. “Sorria, vc esta chapado” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 25. “Maconha é muito bom!” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Entretanto, constantemente, pode ser notado o desejo, por parte dos autores dessas obras, de serem melhor aceitos pela comunidade local. Tal desejo, muitas vezes, é expresso por meio de suas obras, nas quais, por vezes, realizam inscrições que revelam essas intenções. “Atenção moradores do Atlântica Ville. Não precisa denunciar, estamos aqui para ajudar, Ass.: NG.” Como demonstra a imagem (Figura 26) a seguir:



Figura 26. “Atenção moradores do Atlântica Ville, não precisa denunciar, estamos aqui pra ajudar. Ass: NG” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

A arte com cunho sociopolítico é geralmente expressa por meio de escritas, estas ocupam predominantemente muros e paredes, e assim como as *tags*, essas obras também buscam por visibilidade, entretanto, nesse caso, existe preocupação com a legibilidade, pois o objetivo da obra é passar uma mensagem. Por vezes, os textos ou ideologias surgem ilustradas em artes com maior apelo estético, que adquirem caráter de embelezamento, entretanto, a ideia de se apropriar da cidade com uso de inscrições ideológicas continua intimamente ligado a obra.

5 APROPRIAÇÃO POR MANIFESTAÇÕES DE APELO ESTÉTICO

As obras de arte urbana parietais com maior apelo estético, são popularmente

conhecidas (e reconhecidas) como *graffiti*, embora, em sua origem, o *graffiti* se assemelhasse mais com as obras que atualmente são consideradas como picho. Geralmente, essas costumam possuir função de embelezamento, e, é inclusive comum que sejam encomendadas. Vale acrescentar que essas pinturas são até mesmo incentivadas pelos poderes públicos, desde que sejam previamente autorizadas.

A imagem (Figura 27) apresenta uma obra realizada após autorização e, a imagem (Figura 28) apresenta uma obra realizada de forma espontânea, que propositalmente ou não, expõe em sua representação certo enfrentamento. Esse mesmo enfrentamento é frequentemente encontrado em diversas obras de apelo estético espontâneas, que embora apresentem características de embelezamento, não deixam de apresentar também, críticas sociais.



Figura 27. Obra contratada – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 28. Obra espontânea – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Das manifestações de arte urbana contemporânea, as obras de *graffiti* com função de embelezamento são as mais bem aceitas pela população. As características mais frequentes são o uso de cores, de figuras, de técnicas de pintura que, usualmente são ensinadas pelos membros das *crews* que já realizam essas obras, ou ainda, são aprendidas de forma autodidata. As imagens (Figuras 29, 30, 31, 32 e 33), apresentam essas características.



Figura 29. Obra de embelezamento – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 30. Obra de embelezamento – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo



Figura 31. Obra de embelezamento – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 32. Obra de embelezamento – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 33. Obra de embelezamento – Jardim da Penha (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Embora muitos grafiteiros possuam métodos e tenham prática em realizar obras com maior apelo estético, é comum que continuem realizando obras que serão consideradas como picho. Em algumas obras, como a da imagem (Figura 34) e a da imagem (Figura 35), as características observadas podem vir a divergir opiniões sobre a classificação entre *graffiti* ou pichação pela população, revelando o quão tênue é a divisão entre essas manifestações.



Figura 34. *Grffiti* ou pichação? – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 35. *Graffiti* ou pichação? – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Existem obras que embora possuam apelo estético, também possuem objetivos sociopolíticos. Algumas, como a da imagem (Figura 36), tem a pretensão passar uma mensagem simples aos transeuntes, “Bem Vindos!”, enquanto outras, apresentam temas mais ligados a história local, como a da imagem (Figura 37), realizada na Grande Goiabeiras, que possui em sua representação a frase “Do mangue... Para a cidade”, e faz refletir sobre o contexto habitacional em que se insere o bairro, Goiabeiras, que no caso, se estabeleceu após o aterro de um mangue, e foi desordenadamente urbanizado.



Figura 36. "Bem Vindos!" – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)



Figura 37. "Do mangue... Para a cidade" – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

As críticas sociopolíticas surgem de diversas formas, a imagem (Figura 38) apresenta uma obra realizada na Grande Goiabeiras, nela se apresenta a frase “A gente quer ser feliz e não sorridente”. A obra apresenta como figura central uma mulher negra, além de outras figuras que também remetem a cultura negra. Contesta, portanto, o contexto de opressão social estrutural no qual o negro, juntamente com sua cultura, encontra-se inserido.



Figura 38. “A gente quer ser feliz e não sorridente” – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora

Uma das obras de arte urbana de maior apelo estético mais lembradas na Grande Vitória, especialmente quando em se tratando de temas que agregam críticas sociais, está a obra realizada no viaduto, em Jardim Camburi, próximo ao Residencial Atlântica Ville. A área recebeu o nome de “Jardim Araceli”. Araceli possui umas das histórias mais emblemáticas de abuso sexual infantil. Aos 8 anos de idade, ela foi raptada, drogada, estuprada, assassinada e carbonizada. Existe uma grande comoção quanto ao caso, uma vez que, um dos envolvidos no crime tem seu nome em uma das principais avenidas da Grande Vitória (Avenida Dante Michelini). A imagem (Figura 39) apresenta a obra, realizada em memória da menina.



Figura 39. “Jardim Araceli” – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Nas obras de maior apelo estético, em que os artistas são autorizados, e por vezes, recebem pelo trabalho realizado, é comum encontrar pichações, ou *graffitis* espontâneos sobrepondo ou ocupando o mesmo suporte dessas pinturas como demonstra a imagem (Figura 40). Tal fato ocorre principalmente por existirem grafiteiros e pichadores que acreditam que a arte urbana é essencialmente transgressora, e essa é a forma que estes artistas encontram de expor suas ideologias e criticar outros artistas do meio.



Figura 40. Mural contratado com intervenções espontâneas – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Os artistas urbanos que realizam *graffiti* costumam ter muito apressado por suas obras. Embora, muitas dessas obras estejam inseridas dentro de algum contexto político e social, ainda que não intencional. Na produção de obras de embelezamento, existe um grande empenho dos artistas urbanos em atingir o objetivo estético, como demonstra a imagem a seguir (Figura 41).



Figura 41. Arte urbana de embelezamento – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo Pessoal da autora (2017)

Ao aproximar da obra, é possível notar a inscrição “Levi Casado crew”, que permite a identificação da autoria do *graffiti*, como evidencia a imagem a seguir (Figura 42).



Figura 42. Inscrição de autoria em obra de *graffiti* – Atlântica Ville (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

A observação da cidade, permite notar também a existência de pinturas com intenção de embelezamento que não são fruto da cultura de arte de rua, mas sim, uma extensão de uma manifestação que se relaciona mais fortemente com grandes eventos, como, a Copa do Mundo, ou mesmo, as Olimpíadas. Esses grandes eventos, geram grande comoção nacional, e é comum encontrar na cidade artes advindas dessa comoção, como pode ser observado na imagem a seguir (Figura 43).



Figura 43. Arte urbana relacionada a evento esportivo – Goiabeiras (Vitória – ES)

Fonte: Acervo pessoal da autora (2017)

Como pode ser observado, a arte urbana se insere na cidade, e impacta diretamente no meio urbano, produzindo laços que transformam o espaço físico em espaço social. Esses laços, podem vir a ser interpretados como positivos ou negativos, podem ainda estabelecer ligações tão fortes com o meio, ao ponto de passarem a ser caracterizados como marcos urbanos, tornando-se pontos referenciais na cidade. Essa capacidade identitária da arte urbana, comprova o quão socialmente importante ela é enquanto instrumento promotor da apropriação da cidade.

6 CONCLUSÃO

Os estudos sobre a segregação territorial, bem como, dos impactos sociais advindos dessa problemática, evidenciaram a arte urbana enquanto agente promotor da apropriação da cidade. Essa apropriação, na prática, se revela fortemente no sentido simbólico, agregando a identidade local ao espaço físico do meio urbano. Dessa forma, o levantamento fotográfico, permitiu observar as diversas maneiras que essa apropriação acontece na cidade.

Nesse sentido, a arte urbana contemporânea se mostrou, em suas mais variadas formas, como uma manifestação promotora do empoderamento, principalmente, das populações periféricas. A realização da arte urbana por essas populações, promove o fortalecimento da identidade local, ao passo que marca no meio urbano, a existência de identidades advindas de partes da cidade que são constantemente ignoradas ou postergadas pelos Poderes Públicos.

Ao tratar da apropriação da cidade, faz-se necessário salientar como a distribuição dos terrenos afeta a vida dos habitantes e torna-se um fator determinante na relação desses com a cidade. A partir disso, é possível levantar a reflexão sobre o efeito do mercado fundiário nas questões da territorialidade, além de expor a interação entre a territorialidade e a arte urbana, envolvendo este, que promove a arte urbana como uma das formas de apropriação da cidade.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BAUDRILLARD, Jean. **Kool Killer ou a Insurreição pelos signos**. *Revista Cine Olho*, v. 5, n. 6, 1979.
- BUZETTI, Bianca. **Morar no bairro de Jardim Camburi**. 2011. Disponível em <<http://biancabuzetti.blogspot.com.br/2011/10/morar-no-bairro-de-jardim-camburi.html>> Acesso em: 26 de outubro de 2017.
- CALDEIRA, Teresa Pires Do Rio. **Cidade de muros: crime, segregação e cidadania em São Paulo**. Editora 34, 2000.
- DUARTE, Maurizete Pimentel Loureiro. **A Expansão da periferia por Conjuntos Habitacionais na região da Grande Vitória (1964–1986)**. 2008. Tese de Doutorado. Dissertação de Mestrado Em História social das Relações políticas. UFES.
- ERLER, Otavui Demuner. **Crescimento Imobiliário - Um Estudo Sobre A Evolução Imobiliária Em Jardim Camburi**. 2016.
- FONTES, Adriana Sansão. Amabilidade urbana: marcas das intervenções temporárias na cidade contemporânea. **URBS. Revista de Estudios Urbanos y Ciencias Sociales**, v. 2, n. 1, p. 69-93, 2012.
- FURTADO, Janaina Rocha et al. **Inventi (cidade): os processos de criação no graffiti**. 2007.
- HAESBAERT, Rogério. **Dos múltiplos territórios à multiterritorialidade**. Porto Alegre, 2004.
- LEIRNER, Sheila. **Arte como medida**. 1982.
- MARICATO, Ermínia. **Metrópole, legislação e desigualdade**. Estudos avançados, v. 17, n. 48, p. 151-166, 2003
- PALLAMIN, Vera Maria. **Arte Urbana: São Paulo, região central (1945-1998): obras caráter temporário e permanente**. Annablume, 2000.
- ROLNIK, Raquel. **O que é cidade**. Editôra Brasiliense, 1988.
- VIEGAS, Marcelo. **A pixação mais bonita da cidade**. 2011. Disponível em: <<http://zinismo.blogspot.com.br/2011/11/pixacao-mais-bonita-da-cidade.html> > Acesso em: 07 de julho de 2017.
- VITÓRIA, Prefeitura Municipal. **Atlantica Ville**. Disponível em <http://legado.vitoria.es.gov.br/regionais/dados_regiao/fotos/atlanticaville.jpg> Acesso em: 26 de outubro de 2017

AS EXPERIÊNCIAS VIVIDAS POR FAMILIARES DE SUICIDAS PELA PERSPECTIVA JUNGUIANA: AS FASES DO LUTO À LUZ DOS ARQUÉTIPOS

Amanda Oliveira de Jesus¹; Ana Clara Stefanelli Bof¹; Taís Zanetti Bolzani¹; Dr.^a Kirlla Cristhine Almeida Dornelas²

¹Acadêmica de Psicologia na Faculdade Brasileira – Multivix – Vitória

²Docente do curso de Psicologia na Faculdade Brasileira – Multivix – Vitória

RESUMO

A morte é uma das maiores incógnitas da humanidade e, diante desse fenômeno, cada pessoa reagirá diferentemente, de acordo com seus simbolismos e valores. Não é diferente com o suicídio de um ente querido, que descarrega sobre os sobreviventes um conjunto de sentimentos oriundos da experimentação das consequências psicológicas da morte, o que chamamos luto. Assim, esta pesquisa visa analisar a experiência de luto vivida por familiares de suicidas, à luz da psicologia junguiana. Para tanto, após revisão bibliográfica de publicações disponíveis nos indexadores SciELO e PePsic, localizadas e selecionadas conforme critérios específicos, fora desenvolvida didática que permitiu associar os conteúdos do *corpus* às fases do luto de Bowlby e, a partir disso, submetê-los ao crivo da psicologia analítica, pela via do processo de individuação. Os resultados apontam para o fato de que diante do trauma, a reorganização da vida dos familiares sobreviventes pode não ser um processo natural, necessitando da intervenção de um profissional que, se pautado na psicologia junguiana, possa conduzir o indivíduo ao amadurecimento psíquico, pelo caminho da individuação, conferindo-lhe o aporte necessário para conviver com a dor da perda, mas superando o sofrimento.

Palavras chaves: morte; suicídio; luto; família; psicologia junguiana.

ABSTRACT

Death is one of the biggest questions of humanity and, while facing this phenomenon, every person reacts differently, according to their own symbolisms and values. It's not different in the suicide of a dear person, because this situation covers the survivors with a lot of feelings originated from the experimentation of the psychological consequences of death, that is, mourning. Thereby, this work aims to analyze the experience of mourning lived by the relatives of the suicidal, under the optic of analytical psychology. For this purpose, through bibliographic revision of publications available in the websites SciELO and PePsic, searched and selected with specific criteria, it was developed didactic in order to associate the contents of *corpus* to the mourning phases of Bowlby and, from that, to submit this to the prism of analytical psychology, by the individuation process. The results pointed to the fact that, while facing the trauma, reorganizing the lives of surviving family members may not be a natural process, which requires professional intervention that, if analytical psychology as a guide, could conduct the person to psych maturing, by the individuation process, bestowing the necessary support on them so it can be possible to learn to coexist with the pain of loss, but overcoming the suffering.

Key words: death; suicide; mourning; family; analytical psychology.

1 INTRODUÇÃO

O filósofo alemão Martin Heidegger, ao escrever seu livro *Introdução à Metafísica*, levantou uma questão: “Por que há simplesmente o ente e não antes o Nada?”

(HEIDEGGER, 1978, p. 33-34). A pertinência dessa pergunta, que não perde sua atualidade, se renova a cada vez em que recai sobre o pesquisador a responsabilidade de se debruçar e estudar sua sociedade e as multifacetadas interpretações da vida e – por que não? – da morte, que dela emanam.

Há inúmeros questionamentos permeando a tese fundamental de Heidegger e é isso – o ato de questionar – que nos une ao mundo, conforme revela Gomes (2019) ao informar que o ser humano, em atividade interrogativa, pode revelar ao mesmo tempo a si, o mundo e a relação que os une. Enquanto interrogação, a morte é uma das maiores e mais incômodas com o que a humanidade precisa lidar.

Tamanho incômodo levou a ciência a desenvolver área de estudo específica para debruçar seus olhares sobre a morte, a *tanatologia*, que consiste objetivamente em analisar o morrer de nossa espécie, mas que não se restringe a analisar o fenômeno do morrer isoladamente, estendendo-se às questões que lhe são tangentes como: violência e guerra, cuidados a pacientes terminais, além da formação de profissionais que possam lidar com situações de perda e morte (KOVÁCS, 2008).

Cominato e Queiroz (2006) demonstram que apesar da morte ser algo natural do ponto de vista biológico, o ser humano tem por característica enxergar o mundo também pelos aspectos simbólicos, ou seja, pelos significados e valores que ele imprime às coisas; por isso o significado da morte varia necessariamente no decorrer da história e entre as diferentes culturas humanas.

Até o começo do século XX, a atitude diante do fenômeno morte era praticamente a mesma em boa parte das civilizações ocidentais e ao acompanhar os processos de industrialização, urbanização e o crescimento da racionalidade nas relações sociais, a sociedade passou a produzir mais meios para tentar se proteger das razões e situações que pudessem levar à morte (ARIÈS, 1977). Mas e quando um ser humano causa, voluntariamente, o fim da própria vida?

Dá-se o nome de suicídio a todo falecimento que resulte direta ou indiretamente de um ato praticado pela própria vítima, sabedora de que devia produzir esse resultado,

podendo ter como mote causas extra sociais de grande generalidade ou causas propriamente sociais (DURKHEIM, 1982). Por sua vez, Baptista (2004) pondera que o ato autoextermínio é caracterizado por ser a lesão causada independente de seu grau de intenção, estando suas tentativas – e a própria ideação – já incluídas no comportamento suicida.

Outro conceito de suicídio digno de nota é o da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), no documento “Suicídio: informando para prevenir” (2014), que o estabelece como um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, mesmo que ambivalente, usando um meio que acredita ser letal. Cassorla (1985) aponta que tais comportamentos requerem ser neutralizados, ou desviados, para que não se tornem prejudiciais, lesando o indivíduo e a todos que lhe são próximos. À “lesão” mencionada, pode-se chamar de luto.

Segundo Cândido (2011), o luto representa um processo de crise, requerendo grande investimento emocional de quem o vive no percurso de sua resolução; contudo, o luto não deve ser visto como patologia, mas como conjunto de reações esperadas oriundas do impacto que a morte de um ente querido traz, tendo tempo variável, podendo durar anos ou, simplesmente, não terminar, convertendo-se em profunda tristeza, desespero e desânimo em relação ao falecido.

Bowlby (1985) informa que o processo de luto se dá em quatro fases: na primeira, a fase de choque, sua duração leva de horas a semanas, acompanhadas de sentimentos como desespero e raiva; na segunda fase, a fase de desejo, há a busca da figura perdida, podendo durar meses ou anos, passando por sentimentos como inquietação, insônia, desespero e preocupação; a terceira fase, ou fase de desorganização, é caracterizada por coexistirem processos opostos como a realidade da perda e a esperança de reencontro, além da desvalorização do cotidiano e das relações afetivas; por fim, na fase quatro, ou fase da reorganização, há aceitação da perda e busca de recomeçar, podendo sempre voltar a saudade e a tristeza, estabelecendo um enlutamento gradual e nunca finalizado por completo.

Cândido (2011) assevera que o sofrer psicológico das pessoas que tinham vínculo

afetivo com suicidas é enorme, pois estes deixam inúmeros questionamentos sem resposta; ademais, o suicida deposita seu esqueleto emocional no armário dos enlutados, os sentenciando à enormidade de sentimentos negativos, destacando-se dentre estes uma terrível obsessão sobre as motivações de seu ato, sendo a culpa uma tendência fortemente observada no processo de luto dos familiares sobreviventes. Mas o que faz de um ente querido um familiar e vice-versa?

Silva (2009) chama atenção para o fato de que a preocupação com o bem-estar dos membros de uma família nem sempre existiu, pois senti-la e vivê-la, como hoje se sente e se vive, é algo que teve seu início entre o fim do século XVII e o início do XVIII. Até antes do período citado, ser família implicava basicamente na conservação dos bens que lhes eram pertencentes, não necessitando, para tanto, de algum vínculo afetivo, vez que amor ou carinho não eram condições preponderantes para estabelecer uma ideia de pertencimento familiar.

O processo de mudanças na composição e interpretação familiar é longo, dinâmico e atualmente estabelece que os vínculos afetivos se tornaram os pilares das relações (WAGNER e cols., 2011). Problemática também observada por Silva (2009), ao afirmar que a reorganização dos núcleos familiares a partir de uniões afetivas, por exemplo, assume seu papel como um fenômeno social natural, visto que as composições familiares ganham novas formatações para além do tradicional, caucionadas, vale lembrar, pelo afeto.

Pautando-se no afeto como baliza das relações, pode-se dizer que o suicídio não significa apenas matar a si, mas também desencadear elevado potencial de risco à saúde mental e física dos familiares sobreviventes, frente aos muitos sentimentos que efetuariam sobrecarga no já complexo processo de luto, podendo ser responsáveis por psicopatologias associadas à morte por suicídio; isso pode se estender não só àqueles sobreviventes imediatos, mas aos seus descendentes (CÂNDIDO, 2011).

Vale dizer que uma das diferenças fundamentais entre o luto vivido por pessoas que perderam seus entes queridos por outros motivos, ainda que violentos e abruptos, é a presença de maior demonstração de solidariedade para com a família, ainda que o

conforto venha de alguém simplesmente falar abertamente sobre o tema; no caso do suicídio, é comum que o silêncio não seja característico somente dos enlutados, mas também costuma fazer parte do entorno da família, já que esta tende a ser mais responsabilizada e evitada pelas pessoas, aumentando o isolamento e a auto culpa (FONTENELLE, 2008).

Observando-se premente a necessidade de acompanhamento profissional dos familiares sobreviventes, bem como realização de estudos acadêmicos sobre o tema, a vertente escolhida para a pesquisa é a psicologia analítica, também chamada de psicologia junguiana, que segundo o Instituto Junguiano do Rio de Janeiro (2020) aborda a psicoterapia e a análise aprofundada, com foco no rol de experiências simbólicas e espirituais humanas, repousando na teoria dos arquétipos de Jung, bem como na existência de um inconsciente coletivo

Para Jung, a tristeza provinda da morte não se voltará ao morto, mas para os que tenham de suportar e elaborar o sentimento de dor da perda, permeado assim por angústias, medos, incertezas, sentimentos ambivalentes, entre outros. Ou seja, as consequências psicológicas do suicídio evidentemente serão dos sobreviventes, que neste caso são os familiares (FIDÉLIS, 2009).

O suicídio não deve ser compreendido somente como uma saída da vida, mas como uma entrada na alma; um profundo mergulho em si mesmo; ademais, o contato com a morte por parte dos enlutados, caso seja bem desenvolvido, pode amadurecer psicologicamente o indivíduo, ao levá-lo a reflexões que não está acostumado, podendo, portanto, ser uma etapa significativa para seu processo de individuação (SENA; FRANCO, 2017).

Há conceitos imprescindíveis para compreender melhor a psicologia junguiana e alguns destes permearam o desenvolvimento desta pesquisa. São eles: os *arquétipos*, definidos como componentes de ordem impessoal, sendo categorias herdadas, que normalmente aparecem como pares de complexos que dialogam enquanto se friccionam em oposição; a *alma*, que diz respeito à individualidade se relacionando com os processos psíquicos, enquanto a *psique* é chamada de o eixo do mundo,

referindo-se à generalidade dos processos psicológicos (JUNG, 2000).

Além desses, também devemos destacar os arquétipos da *sombra* e da *persona*, sendo a primeira uma faceta inconsciente e reprimida, onde são depositadas as experiências traumáticas do indivíduo, e a segunda, que é, por sua vez, uma adaptação do eu ao meio coletivo, tendo seu nome originado nas máscaras que os artistas da antiguidade utilizavam para representarem seus personagens. A mesma complementaridade é observada nos arquétipos *anima* e *animus* que se firmam na alteridade, numa dinâmica em que *animus* é uma representação do masculino e sua busca de penetração no mundo, enquanto *anima* simboliza o feminino e seu acolhimento e receptividade. Também será importante a noção de que a *religião* para Jung, qualquer que seja sua natureza, certamente terá seus aspectos psíquicos inevitavelmente residentes nas manifestações do inconsciente (PORTELA, 2013).

Outra categoria de arquétipos reside no *eu* e no *si-mesmo*. Enquanto o *eu* é uma parte do *si-mesmo* que em algum momento se tornou autônoma, mas que necessitará resgatar o equilíbrio com sua parte *a priori* pelo processo da individuação – conceituado adiante –, o *si-mesmo* é o centro ordenador da psique, o guardião dos primórdios da vida psíquica e para onde a consciência deve fluir buscando completude (JUNG, 2008). Nesta pesquisa, a força motriz que unirá contextualmente os conceitos acima elencados chama-se *individuação*, entendida como “tornar-se um ser único [...] tornar-se *si-mesmo* [...] um processo de desenvolvimento psicológico que faculte a realização das qualidades individuais” (JUNG, 2008, p. 60-61).

Fora estabelecida a relação entre as quatro fases do luto já explanadas com o conteúdo dos textos analisados, bem como se discorreu sobre como tais temas podem dialogar com o processo de individuação, tendo como norte seu trajeto natural “que se inicia com a retirada da *persona*, passando pelo reconhecimento da *sombra* e o relacionamento com as figuras de *anima* e *animus*, conduz até os domínios da camada mais profunda da psique, o *si-mesmo*” (PORTELA, 2013, p. 77).

Visando ao desenvolvimento didático do objetivo desta pesquisa, ou seja, analisar a experiência de luto vivida por familiares de suicidas, à luz da psicologia junguiana,

percorreremos junto com as pessoas cujas histórias estejam registradas no *corpus* seus trajetos de elaboração dos sentimentos, sem perder de foco que a psicologia analítica pode fornecer ferramentas não só para o entendimento do *status quo*, mas, se necessário, para oferecer aporte profissional que auxilie o indivíduo em seu amadurecimento psíquico.

2 METODOLOGIA

Este trabalho se vale dos mecanismos da pesquisa exploratória, que segundo Gil (2002) tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, no desiderato de torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses, bem como da pesquisa qualitativa, que visa à elaboração de novos conhecimentos, sem previsão de aplicação prática e considerando a subjetividade do sujeito mais do que meramente dados numéricos. Não obstante as características acima apontadas, o modo de operação de coleta de dados é o da pesquisa bibliográfica, que de acordo com Severino (2007) se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores como livros, artigos, teses etc.

As fontes para a coleta desses dados foram os sites SciELO e PePsic; os descritores utilizados foram suicídio, morte, luto e família, agrupados do seguinte modo: “morte e luto” e “suicídio e família”. Estabeleceram-se os seguintes critérios de inclusão: artigos em língua portuguesa com data de publicação entre 2003 e 2019, visando, primeiro, não inviabilizar a leitura por parte das pesquisadoras, bem como análise de materiais condizentes com a atualidade. Foram adotados como critérios de exclusão: artigos cujos textos não estivessem disponíveis gratuita e integralmente; artigos não relacionados à psicologia, no intuito de manter coerência entre os dados coletados e o objetivo do estudo; e as produções que não estabelecessem vínculo entre os descritores, frente ao vasto campo de pesquisa que estes representam em si.

Realizada a busca nas plataformas SciELO e PePsic, foi feita a leitura flutuante do material encontrado, no sentido de averiguar seu enquadramento nos critérios de inclusão e exclusão supracitados. No primeiro indexador, foram encontrados 102 artigos para os descritores morte e luto, assim como 37 textos para suicídio e família,

dos quais foram selecionados 04 artigos. No segundo, para os descritores morte e luto foram encontrados 147 textos e para suicídio e família foram encontrados 14, tendo sido selecionadas 03 obras. Desta feita, o corpus de análise são 07 artigos, estabelecidos conforme quadro abaixo:

Ordem	Título do artigo	Autor	Ano	Revista
Texto 1	Experiências de perda e de luto em escolares de 13 a 18 anos	Basílio Domingos; Maria Regina Maluf	2003	Psicologia: Reflexão e Crítica
Texto 2	Impacto do suicídio da pessoa idosa em suas famílias	Ana Elisa Bastos Figueiredo et al.	2012	Ciência & Saúde Coletiva
Texto 3	O Processo de Luto no Contexto do API-ES: Aproximando as Narrativas	Alzira da Penha Costa Davel; Daniela Reis e Silva	2014	Pensando Famílias
Texto 4	Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio	Karina Okajima Fukumitsu; Maria Júlia Kovács	2016	Psico
Texto 5	Vivenciando o suicídio na família: do luto à busca pela superação	Kassiane Dutra et al.	2018	REBEn
Texto 6	Possibilidades de abordagem do tema do suicídio na Estratégia Saúde da Família	Geovana da Silva Ferreira; Ananyr Porto Fajardo; Eliana Dable de Mello	2019	Physis: Revista de Saúde Coletiva
Texto 7	Suicídio: Peculiaridades do luto das famílias sobreviventes e a atuação do psicólogo	Priscila Gomes Rocha; Deyseane Maria Araújo Lima	2019	Psicologia Clínica

Quadro 1 – Relação das publicações selecionadas

Fonte: Produzido pelas autoras

Utilizou-se a análise de conteúdo definida por Bardin (2011), que consiste em um agrupamento de técnicas de análise das comunicações objetivando compreender, através dos procedimentos sistemáticos e objetivos descritos nos conteúdos das mensagens expostas nos textos, indicadores que possam permitir a compreensão dos conhecimentos relativos à condição de produção e recepção dessas mensagens, relacionando-as com as fases do luto de Bowlby e, a partir disso, submetê-las ao crivo da psicologia junguiana na forma proposta alhures, dividindo o tema com as seguintes perspectivas de análise: a) Retirada da Persona; b) Reconhecimento da Sombra; c) Relacionamento Anima/Animus; e d) Estabelecendo o *Si-Mesmo*.

3 APRESENTAÇÃO DOS DADOS E DISCUSSÕES

No exercício da análise dos dados, atinentes às manifestações do luto nos familiares

sobreviventes, mesmo em situações distintas parece se repetir um ciclo de culpa, desespero, raiva e agonia na busca por respostas. Contudo, ainda que dor e vazio predominem, observam-se tentativas de recomeço e mesmo de ressignificação do suicídio do ente querido e de suas causas. Para analisar referido conteúdo didaticamente, os dados estão apresentados no Quadro 2, organizados em: fase de luto respectiva, incidência no material estudado e perspectiva junguiana de análise.

Fases do Luto	Incidência	Perspectiva de Análise
Fase de Choque	Textos 2, 4, e 5	Retirada da Persona
Fase de Busca da Figura Perdida	Texto 4	Reconhecimento da Sombra
Fase de Desorganização	Textos 1, 2, 4, 5 e 7	Relacionamento Anima/Animus
Fase de Reorganização	Textos 2 e 4	Estabelecendo o Si-Mesmo

Quadro 2 – Fases do luto, incidência no *corpus* e perspectiva da análise

Fonte: Produzido pelas autoras

a) Retirada da Persona

Retirada da persona, entendida como o marco inicial do processo de individuação, é o momento em que o indivíduo é forçado a olhar para o seu interior e reconhecer que a máscara do convívio social não é suficiente à resolução dos seus conflitos internos (PORTELA, 2013). Este é o prisma analítico do conteúdo textual abarcado pela organização do Quadro 2, ou seja, narrativas presentes nos textos 2, 4, e 5 que demonstram a incidência da primeira fase do luto, a fase de choque, que se estabelece de horas a uma semana após o fato, tendo como características a negação do ocorrido, extrema aflição e certo entorpecimento (GOMES, 2019).

Há entrevistas nos textos que são muito marcantes quanto às reações imediatas após a notícia do suicídio: “Fiquei noites sem dormir [...] Passamos mais de uma semana sem comer” (texto 2); “parece que o chão desabou [...] a família perde o chão [...] eu não aceitava” (texto 5). Também no desespero transcrito no texto 4: “quando a porta abriu, minha mãe estava enrolada em um fio de ferro de passar roupa, enforcada, morta” (texto 4).

Em linhas gerais, a morte por suicídio é violenta e repentina, trazendo enorme carga

emocional aos familiares sobreviventes, que além de sofrerem pela perda, precisam elaborar seu próprio – talvez – novo papel na família, somado à necessidade de conferir sentido ao ato, sem poder, em muitos casos, compartilhar a dor por efeito da culpa, da vergonha e dos tabus que acompanham o tema; em outras palavras, trata-se de um ato que é tão disruptivo que pode retirar do enlutado, nos primeiros momentos, a própria noção de realidade (FONTENELLE, 2008).

Jung apresenta como primeiro passo para o processo de individuação a integração entre a persona, entendida como a adaptação do eu ao meio social, e os conteúdos traumáticos reprimidos ao longo da vida do indivíduo, depositados em sua contraparte denominada sombra. Ocorre que o início deste percurso é normalmente marcado por conflitos, pois o eu é obrigado a reconhecer que a persona não lhe pertence, tirando quiçá sua noção de realidade, e, além disso, a enxergar que por mais adaptado que esteja ao papel que exerce no convívio coletivo, a máscara necessitará cair para que sua interioridade apareça (PORTELA, 2013).

Os exemplos descritos acima, presentes nos textos 2, 4 e 5 explicitam bem o momento de queda da máscara, ou da retirada da persona, justamente por estarem ligados à primeira fase do luto, que corresponde ao momento de negação ou entorpecimento do indivíduo para com a realidade. Nesse caso, o suicídio do familiar pode ser interpretado como um dos fatores externos condutores diretos para uma mudança profunda ou, minimamente, predispor a pessoa a isso; referidas ocasiões conferem caráter repentino à irrupção da consciência, inundando-a de conteúdos até então estranhos e inesperados (JUNG, 2008). Isso porque “a meta da individuação não é outra senão a de despojar o *si-mesmo* dos invólucros falsos da persona” (JUNG, 2008, p. 61).

b) Reconhecimento da Sombra

O reconhecimento da sombra é o passo posterior à retirada da persona, pois a queda desta máscara é fundamental para que o indivíduo comece a olhar para o seu interior, buscando assimilação, pelo seu consciente, de um eu reprimido e que já emite sinais de existência (PORTELA, 2013). Este olhar permite enxergar nas informações

constantes do texto 4 as características da segunda fase do luto, a fase da busca pela figura perdida, tendo duração de meses ou anos, com manifestações de raiva, inquietação, desespero e buscas frequentes (GOMES, 2019).

Tomaremos como exemplo o caso presente no texto 4 para ilustrar a proposição, ou seja, fazer a subsunção das reações neles contidas à fase do luto correspondente:

O ilustre desconhecido: quem foi você, mãe/pai? Existe uma parte sua em mim ou uma parte minha em você?

[...] alguns dos entrevistados não os conheciam. Esse fato pode ser visto como intercorrência da morte repentina que privou os enlutados do acompanhamento dos pais ao longo da vida [...] e que os filhos enlutados sofreram com isso ainda crianças.

Um dos caminhos foi investigar os gostos dos pais [...].

A depoente [...] Destacou seu gosto pela arquitetura, pistas que pudessem confirmar que era parecida com sua mãe e que, portanto, teria assegurado um pouco de sua mãe em sua história. [...] aponta a necessidade de o enlutado ter conhecido um pouco mais sobre o mundo daquele que se matou.

(texto 4, p. 07 e 08) **Grifos do original**

Notadamente, o percurso da depoente transcrito no texto 4 é mais do que saltar em direção à história da mãe; trata-se de uma verdadeira busca de parte do seu eu que não está clara e posta à luz da consciência, mas que sinaliza sua existência com sentimentos e reações não conscientes, mas presentes. No caso da declarante, há tentativa de explicar o que acontece consigo ao olhar para a figura perdida da mãe: “A depoente buscou vários pontos de semelhança com sua mãe [...] ‘eu sei que ela chorava muito e eu, quando estava deprimida, chorava demais’” (texto 4).

A percepção da realidade da sombra é um processo que permite ao indivíduo tomar consciência do teor de seu inconsciente, mas que não é um fenômeno de cunho meramente intelectual, como talvez possa parecer, já que se trata de uma experiência que envolve a pessoa em seu todo; isto porque a sombra exemplifica bem o que os gregos denominavam *synopados*, ou aquele que segue atrás de nós, essa sensação de uma presença viva, próxima, mas incompreensível (JUNG, 2000).

Ainda assim, este é um caminho extremamente conflituoso. Por ser um confronto que é um dos primeiros na direção do encontro consigo, suportar e reconhecer a sombra força o eu a se reconhecer como apenas parte do todo na esfera psíquica, conferindo voz ao inconsciente lhe oportunizando encaminhar ao consciente os desejos de seu interior, antes reprimidos; assim, quando o eu consegue começar a assimilar os conteúdos da sombra, se aproximando mais da esfera do *si-mesmo* e possibilitando ampliação da consciência, forças auxiliares dormentes na profundidade da natureza humana podem partir em nosso socorro, sendo mais um passo relevante no processo de individuação (PORTELA, 2013).

c) Relacionamento Anima/Animus

Podendo ser chamado de terceira etapa da individuação, o relacionamento anima/animus está ligado à terceira fase do luto, pois em ambos os casos há processos contraditórios que tentam estabelecer relação entre si. Vale lembrar que conforme estabelecido no Quadro 2, a terceira fase do luto é a da desorganização, que abarca narrativas dos textos 1, 2, 4, 5 e 7, e tem como principais características ser marcada pelo medo, desespero, desvalorização das relações afetivas e pela coexistência de sentimentos contraditórios: como a realidade da perda e esperança de reencontro (GOMES, 2019).

Da leitura dos textos citados, podem-se extrair exemplos de sentimentos que reforçam as características predominantes nessa fase do luto, tais como: “o caso [...] afigura-se muito dramático quando se atenta à angústia dela quando questiona sobre o que levava o primo a se matar” (texto 1); “nunca mais tive gosto pela vida” (texto 2); “expressa também que o luto por suicídio é um processo relacional na família e que o suicídio pode interferir na comunicação adequada dela, desequilibrando-a” (texto 7).

O trecho a seguir, retirado do texto 4, demonstra com clareza a gama de sentimentos ambíguos e até opostos que podem existir em um familiar enlutado pelo suicídio de um ente querido:

A intensidade dos sentimentos e o estranho alívio

O entrevistado C1 compartilha a intensidade dos sentimentos e o estranho

alívio com a morte do pai, por choque elétrico, e que expressou o sofrimento provocado pelas várias brigas entre pai e mãe [...] tentativas prévias de suicídio [...] dizendo sentir muita "...raiva, culpa, vergonha e vergonha de ter raiva. É como se fosse uma ferida num lugar tão difícil de curar. É como se tivesse que fazer uma cirurgia do cerebelo, sei lá, num lugar bem inalcançável. É algo muito profundo". [...] por esse motivo, a morte da pessoa foi experimentada com alívio. (texto 4) **Grifos do original**

Essa fase do luto é marcada pela profundidade e a dificuldade na elaboração dos sentimentos por parte dos enlutados. Processar "raiva, culpa, vergonha e vergonha de sentir raiva" (texto 4) não pode ser considerado fácil quando a pessoa ainda tem que processar toda a carga psíquica que o luto por suicídio produz. Nota-se, da leitura desse trecho, de fato a existência de processos sentimentais opostos: de um lado a raiva e de outro a vergonha de sentir raiva, este último demonstrando que apesar da relação conturbada com o pai em vida e do estranho alívio em sua morte, ainda figuram no enlutado sentimento de apego.

Oposições como as descritas no trecho do texto 4 são frequentes nos estudos dos arquétipos em Jung, mas a relação de contraposição mais evidente talvez seja a de anima/animus. Esses arquétipos representam o feminino e o masculino, e sintonizar-se com eles é estabelecer relação entre o consciente e o inconsciente, ou com a personalidade verdadeira; é um complexo funcional compensatório em relação à personalidade exposta ao convívio coletivo, logo, são as características femininas no homem e masculinas na mulher, que o consciente reputa incômodas para uso externo e, portanto, reprime (JUNG, 2008). Logo, processos opostos que tentam estabelecer relação entre si.

Vencer a repressão do eu harmonizando-o com o inconsciente é a principal função dos arquétipos anima/animus, de modo a abrir caminho para aprofundar ainda mais a jornada do amadurecimento psíquico, ou individuação; anima e animus funcionam como mediadores da relação do eu com o inconsciente coletivo, assim como a persona é a reguladora do eu para o convívio social (PORTELA, 2013). Se a consciência for capaz de assimilar os conteúdos presentes nesses arquétipos, "reconhecendo-os como parte da *psique* coletiva e não do *eu*, surge a possibilidade de diálogo com o centro da personalidade, o *si-mesmo*, alcançando a meta da

individuação” (PORTELA, 2013, p. 76-77).

d) Estabelecendo o Si-Mesmo

Este último tópico de análise do *corpus* sob a ótica da psicologia junguiana também faz menção à última fase do luto, conforme estabelece o Quadro 2. Trata-se da fase da reorganização, marcada por uma aceitação paulatina da perda do ente querido, além da percepção da necessidade de reconstrução da vida, ainda que esta resolução ocorra de forma diferente para cada pessoa (CÂNDIDO, 2011).

Apenas dois textos dos analisados trazem narrativas de pessoas que conseguiram chegar a esta fase, por caminhos diferentes, é verdade, mas ainda assim chegaram. Os textos 2 e 4 trazem depoimentos que demonstram alguns fatores como sendo importantes para a superação e o recomeço, estando entre eles o trabalho e a religião. Esta última será o fio condutor deste tópico, pois exemplifica melhor o trajeto do eu para o encontro com o si-mesmo. Vejamos o seguinte trecho do texto 2:

Muitas famílias disseram que encontraram na religião forças para minimizar a dor e superar o sofrimento, como no depoimento a seguir:

Eu prefiro acreditar que ele fez por amor por mim. E entregar o que não entendo para Deus. Deitei no chão do quarto, teve uma coisa que aconteceu: eu senti como se fosse ele. Eu via ele ali, mas eu não tinha força para acordar. Eu senti ele passando a mão nas minhas costas. Fica calmo, fica calmo que eu estou bem! Fiquei aliviado!

[...]o instrumento de ressignificação do filho foi sua experiência místico-religiosa que o ajudou a entender o ato do pai como de amor, e, dessa maneira, harmonizar seu sofrimento com a busca de um propósito mais elevado e integrador. (Texto 2) **Grifos do original**

Ao evidenciar que o filho necessitou de uma “experiência místico-religiosa” (texto 2) para superar o suicídio do pai, o trecho acima deixa claro o quanto pode ser difícil o caminho a ser percorrido no sentido da superação do trauma, ou, no caso desta pesquisa, o caminho do processo de individuação. Entretanto, o texto aponta que as famílias encontraram forças na religião para “minimizar a dor e superar o sofrimento” (texto 2), o que significa dizer que a dor não desaparece, ainda que se consiga

suplantar o sofrimento. Isso transparece, mais uma vez, o quão pesaroso pode ser este trajeto.

A ideia não é analisar a religião propriamente, mas aproveitar de seu aparecimento nos textos, sobretudo na referida fase do luto, para estabelecer a ponte entre a fase da reorganização e o estabelecimento do si-mesmo; ou seja, o movimento do indivíduo que, após ter tido retirada sua persona, reconhecido a sombra e se relacionado com anima/animus, busca se religar com o centro de controle de sua personalidade. Por isso a analogia entre religião e a busca do si-mesmo: de modo simplificado, se por um lado o significado de religião vem da palavra *religare*, que seria o movimento de religação do homem ao divino, ou no ato de reatar o laço de piedade com o qual estamos ligados à figura do divino, por outro a individuação é verdadeiramente a busca do eu no sentido de religar-se ao si-mesmo (PORTELA, 2013).

“O *si-mesmo* também pode ser chamado de ‘o Deus em nós’” (JUNG, 2008, p. 123) e apesar de paradoxal, percebe-se que os primórdios da vida psíquica do ser humano emanam deste centro, ao mesmo tempo em que as mais altas metas de nossas vidas dirijam-se inextricavelmente para ele; contudo, é salutar a compreensão de que utilizar o conceito de Deus nada tem com deificar o homem ou degradar o divino, mas formular o fato psicológico de que certos conteúdos psíquicos gozam de independência e supremacia em oposição à nossa vontade (JUNG, 2008).

Tendo em vista que a meta da individuação é estabelecer sintonia entre o eu e o si-mesmo, ou centro ordenador da personalidade, pode-se afirmar que o indivíduo ao se religar e integrar com os conteúdos do inconsciente, harmoniosamente e de modo não negligente, pode se aproximar do que se poderia chamar de saúde mental, ou mesmo recuperar sua saúde psicológica através do constante cuidado com o inconsciente, bem como seus traumas e desejos que ali habitam (PORTELA, 2013).

Zana e Kovács (2013) pontuaram que em oposição aos estudos que traçam fatores exógenos para o suicídio, a psicologia junguiana se debruça sobre o problema o analisando por perspectivas endógenas, firmadas na alma, cuja metáfora remete à

busca dos significados singulares a cada ato humano. De fato, lançar mão do prisma de Jung para análise do luto experimentado por familiares de suicidas pareceu um tanto estranho, a princípio; isso porque de certo modo é necessário aceitar que sob a ótica do suicida, a morte auto infligida é endógena, mas se converte em fator exógeno para início do sofrimento por luto do familiar sobrevivente, que por sua vez poderá desencadear processo endógeno de mergulhar em si, na direção de suas estruturas mais profundas.

Os discursos de dor, desespero e vazio são tão presentes nas narrativas analisadas que, em dado momento, o pesquisador pode pensar não ser capaz de prosseguir, não só pelo peso do tema, mas pela aparente falta de ferramentas para lidar com um público cujas perguntas, provavelmente, seguirão por toda sua vida sem resposta, já que superar o trauma não pareceu ser um caminho natural percorrido por todos os familiares sobreviventes. Contudo, isso só se perpetuará caso o familiar enlutado continue direcionando suas perguntas para quem já não pode ouvi-las e sequer respondê-las. Após o desenvolvimento da pesquisa, parece-nos clara a existência da pergunta certa, realizada para a pessoa certa e do modo certo, ou seja: perguntar “quem sou eu?” para si mesmo pela via da individuação.

O luto por suicídio demonstrou-se um trama de traumas o que tornou sua análise penosa, pois as constantes narrativas de dor, desespero e contradição emocional, presentes nas fases do luto, nos fizeram encarar implacáveis “e se...”. Facear essa pergunta sem poder respondê-la objetivamente foi árduo e doloroso, mas nos forçou a olhar para o nosso interior e enxergar a nossa não completude ante a grandeza da alma humana. Essa reflexão sobre si, tão presente na psicologia analítica, permitiu identificar característica comum entre os sentimentos presentes nas fases do luto e os arquétipos junguianos: a necessidade de confrontar processos antagônicos, com o objetivo de harmonizá-los em favor da superação do sofrimento, pela via da individuação.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo nos mostrou ser vital a importância da atuação do profissional conferindo

aporte psicológico aos familiares que estejam vivendo situação de luto por suicídio, visto que este poderá enxergar o *status quo* do paciente, sem as fortes amarras das muitas emoções que ele sente no momento, identificar o mecanismo de ação e, com isso, conduzi-lo pelo caminho da individuação rumo ao encontro com o si-mesmo, ou à superação e à chance de recomeçar.

Por fim, importa salientar que do mesmo modo como os textos apresentaram pessoas que usaram da religião como movimento de religar os laços com o divino correspondente à sua crença – que para Jung reside no inconsciente – superando o sofrimento e minimizando a dor, também é possível, com a atuação do profissional, a partir do trauma conduzir o eu a buscar sua religação com o si-mesmo (Deus em nós, segundo Jung), pelo processo de individuação, para que este possa se tornar um ser completo, ciente das suas potencialidades e capaz, portanto, de recomeçar mentalmente saudável e psiquicamente amadurecido.

REFERÊNCIAS

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA (ABP). **Suicídio: informando para prevenir**. Brasília, 2014. Disponível em: <<https://www.abp.org.br/cartilha-combate-suicidio>>. Acesso em: 23 mar 2020.
- ARIÈS, P. **História da morte no Ocidente** (S.V. Siqueira, Trad.). Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1977.
- BAPTISTA, M. **Suicídio e depressão: atualizações**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BOWLBY, J. **Perda, tristeza e depressão**. São Paulo, 1985.
- CÂNDIDO, A. M. **O enlutamento por suicídio: elementos de compreensão as clínicas da perda**. 2011. 228 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia clínica). Instituto de psicologia, Universidade de Brasília, 2011.
- CASSORLA, R. M. S. **O que é suicídio**. 1a ed. São Paulo: Brasiliense, 1985.
- COMBINATO, D. S.; QUEIROZ, M.S. Morte: uma visão psicossocial. **Estudos de psicologia**, Natal, vol.11, n.2, p. 209-216, 2006.
- DURKHEIM, E. **O Suicídio: Um Estudo Sociológico**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1982.
- FIDÉLLIS, V. C. A morte na visão de c. G. Jung, e a importância de sua teoria para a leitura simbólica das doenças psicossomáticas. In.: ESCUDEIRO, A. **Reflexos sobre morte e perda**. Fortaleza, LG Gráfica e Editora, 2009. p. 173-183.
- FONTENELLE, P. **Suicídio: o futuro interrompido: guia para sobreviventes**. São Paulo: Geração Editorial, 2008.
- GIL, A. C. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 4a ed. São Paulo: Atlas 2002.
- GOMES, E. R. **Vivências de sobreviventes ao suicídio de jovens: impacto na vida**

- dos enlutados**. 2019. 113 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Espírito Santo, 2019.
- HEIDEGGER, M. **Introdução à metafísica**. Tradução de Emmanuel Carneiro Leão. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1978.
- INSTITUTO JUNGUIANO DO RIO DE JANEIRO (IJRJ). **Jung e a Psicologia Analítica**. Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://institutojunguianorj.org.br/jung-e-a-psicologia-analitica/>>. Acesso em: 23 mar. 2020.
- JUNG, C. G. **O Desenvolvimento da Personalidade**. Editora: Vozes, 1981. 223p.
- _____. **A energia psíquica**. Petrópolis. Editora: Vozes, vol. III/1. 2002.
- _____. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro. 6ª ed. Editora Nova Fronteira, 2002.
- _____. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis. 21ª ed. Editora Vozes, 2008.
- _____. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Petrópolis. Editora: Vozes. 2000.
- _____. **Psicologia do inconsciente**. Petrópolis, 2ª ed. Editora: Vozes, 1980.
- _____. **A natureza da psique**. Petrópolis. 5ª ed. Editora: vozes, 2000.
- KOVÁCS, M. J. **Desenvolvimento da Tanatologia: estudos sobre a morte e o morrer**. Paidéia, 2008, 18(41), 457-468.
- PORTELA, B. O. S. **A cura d'alma na psicologia de Carl Gustav Jung**. 2013. 121 p. Dissertação (Mestrado em Ciência da Religião). Programa de Pós-Graduação em Ciência da Religião, Universidade Federal de Juiz de Fora, 2013.
- SENA, T. S.; FRANCO, A. O suicídio no atendimento clínico junguiano. **Revista psicologia, diversidade e saúde**, v.6, n.3, p. 221-225, 2017.
- SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.
- SILVA, C. M. R. **Família, adolescência e os estilos parentais**. 2009. 121 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Faculdade de Ciências e Letras de Assis, Universidade Estadual Paulista, 2009.
- WAGNER, A. e cols. **Desafios Psicossociais da Família Contemporânea: pesquisas e reflexões**. 1ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2011.
- ZANA, A.R.O.; KOVÁCS, M.J. O Psicólogo e o atendimento a pacientes com ideação ou tentativa de suicídio. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 3, p. 897-921, 2013.

EFEITOS DA INTERVENÇÃO MUSICAL NA DIMINUIÇÃO DA ANSIEDADE SOBRE OS PARÂMETROS VITAIS EM PACIENTES COM INDICAÇÃO DE CIRURGIA ODONTOLÓGICA

Danielle Barbosa Ribeiro Brandão* Gabriela Marçal Lisboa*

João Pedro de Azevedo Xavier* Flavio Xavier de Almeida**

* Aluno de graduação do curso de Odontologia da Faculdade Multivix Vitória - ES

** Professor titular de Periodontia e Clínica Integrada do curso de Odontologia da Faculdade Multivix Vitória – ES

RESUMO

Sabe-se que a música está integrada no cotidiano contemporâneo em diferentes recintos. É comum sua presença em ambientes públicos, tornando-os assim mais agradáveis e sociáveis. Cada vez mais presente no cenário odontológico, o uso da música como intervenção na redução dos níveis de estresse tem se mostrado como uma possibilidade de baixo custo, viável, fácil acesso e aceitação por parte do paciente, tornando-se uma alternativa ao uso de benzodiazepínicos no tratamento da “ansiedade odontológica”, um estado muito frequente que pode resultar em prejuízos muitas vezes irreversíveis a saúde bucal. As alterações provenientes do estado psicossomático do paciente pela ansiedade, que podem ser percebidos tanto nos períodos antecedentes, como também no transcirúrgico, assim como a eficácia do tratamento ansiolítico com o uso da música, podem ser identificadas através da aferição de sinais vitais. As fontes científicas afirmam que para que seja eficaz, a música escolhida deve, dentro de seus aspectos técnicos, ser preferivelmente instrumental e estar em um tempo entre 60 a 80 batidas por minuto (bpm). Dessa maneira, após a revisão das literaturas constatou-se que a música clássica possui as características necessárias que permitem seu uso como forma terapêutica não-farmacológica sendo comprovada no desenvolvimento do equilíbrio neural, resultando nas emoções positivas como o relaxamento e conseqüente diminuição da ansiedade.

Palavras-chave: Música Clássica; Ansiedade odontológica; Neurociência; Terapia não farmacológica; Odontologia alternativa.

ABSTRACT

It is known that music is integrated into contemporary daily life in different venues. It is common its presence in public environments, thus making them more pleasant and sociable. Increasingly present in the dental scenario, the use of music as an intervention of stress levels has been shown to be a viable possibility of low cost, easy access and acceptance by the patient, becoming an alternative to the use of benzodiazepines in the treatment of “dental anxiety”, a very frequent condition that can result in damage that is often irreversible to oral health. The changes resulting from the patient’s psychosomatic state due to anxiety that can be perceived in both previous periods as well as in the trans-surgical period, and the effectiveness of anxiolytic treatment with the use of music can be identified through the measurement of vital signs. Scientific sources say that for the music to be effective it must, within its technical aspects, be preferably instrumental and the tempo between 60 to 80 beats per minute (bpm). Thus, after reviewing the literature, it was found that classical music has the necessary characteristics that allow its use as a non-pharmacological therapeutic form, being proven in the development of neural balance, resulting in positive emotions such as relaxation and the consequent reduce of anxiety.

Keywords: Classical music; Dental anxiety; Neuroscience; Non-pharmacological therapy; Alternative dentistry.

1 INTRODUÇÃO

Procedimentos cirúrgicos fazem parte da rotina do cirurgião-dentista generalista ou especialista, tornando-se uma das práticas mais comuns no consultório odontológico. Servem como exemplo: as extrações dentárias, cirurgias de aumento de coroa clínica, enxertos de tecidos ósseos ou gengivais, remoção de lesões orais, remodelação óssea ou gengival e colocação de implantes. Quando o paciente recebe a notícia por parte do cirurgião-dentista que precisará passar por uma cirurgia, automaticamente cria-se uma sensação de medo e extrema ansiedade, circunstância que pode vir a complicar estas intervenções.

Tentar proporcionar bem-estar e principalmente a calma a esses pacientes é um grande desafio. Como resultados, são gerados episódios de estresse capazes de desencadear desordens no corpo, como exemplos citados por Maulina et al. (2017), a dispneia, aumento da frequência cardíaca, hipertensão, aumento da frequência respiratória, náusea e vômito, fazendo com que a cirurgia se torne dificultada ou sendo desmarcada e conseqüentemente adiada por conta da ansiedade. Nesses casos, na maioria das vezes o profissional lança mão de drogas ansiolíticas, por conta do seu efeito rápido e pela evidência de sua ação. Como método alternativo aos fármacos temos as terapias não farmacológicas, que são utilizadas na tentativa de diminuir os níveis de ansiedade do paciente de forma natural, evitando assim efeitos adversos no organismo, por vezes prejudiciais no momento pós-operatório. Atualmente várias pesquisas estão sendo efetuadas para estabelecer uma conformação garantindo o bem-estar destas pessoas.

A música clássica tem se mostrado uma grande terapia servindo de recurso para esses pacientes. A chamada “medicina musical” segundo Graff et al. (2019), vem como proposta de intervenção não farmacológica que diminui significativamente a ansiedade no pré-operatório. O uso da música em si, é algo que chama a atenção, estando presente na humanidade desde os tempos antigos, e atualmente seu uso é frequente na saúde a fim de proporcionar o relaxamento e diminuição da ansiedade.

2 DESENVOLVIMENTO

Durante os primórdios da civilização, a música era usada como meio de comemorações, rituais e terapias medicinais. Zoltán (2019), relata sobre achados arqueológicos de uma flauta doce feita com ossos de abutre (*Gyps Fulvus*) com mais de 50.000 anos, encontradas na França e na Eslovênia. Conta também com achados de flautas feitas a partir da cauda de mamute no período paleolítico com mais de 35.000 anos. Esses relatos mostram que a música sempre esteve presente na cultura global. Segundo Noboa-Jurado (2018), desde a Grécia antiga a música era usada para dar força aos pensamentos, integrar as emoções e fortificar a saúde física. Desde 1790 ela é publicada como método medicinal, ocorrência que a leva a ser empregada como forma de tratamento dentro da terapia com música para restabelecimento da saúde física e mental, como por exemplo nos soldados norte-americanos pós segunda guerra mundial. Essa circunstância nos leva a afirmar a sua importância para o ser humano, não sendo algo passageiro nem tampouco de pequena relevância, visto que foi preservada com o passar dos anos pela civilização.

A *American Psychological Association* define ansiedade como uma emoção que possui como aspecto característico, sensações de tensão, pensamentos preocupantes e mudanças físicas, a exemplo o aumento da pressão arterial. No organismo, estímulos ligados ao medo são liberados, causando grande desconforto ao paciente. Um termo em alto uso para denominar a ansiedade dentro do consultório odontológico é a “ansiedade odontológica” que de acordo com Minja e Kahabuka (2019), é um problema de saúde pública mundial que afeta todas as idades e regiões globais, com prevalência de 1 a 52% em adultos, podendo ter diferentes níveis e fatores associados, estando ligados a experiências odontológicas passadas, dor, influência da família, sons característicos e até mesmo má postura profissional. Moretto et al. (2017), afirma que cerca de 75% dos casos de urgência e emergências médicas na odontologia podem ser provocadas pelo medo e estresse.

O profissional odontólogo possui assim como a grande familiarização do contexto cirúrgico, o conhecimento semelhante do quadro de ansiedade enfrentado pela maioria dos pacientes no período pré-operatório, que quando em excesso causa consequências negativas, por vezes impossibilitando a realização do tratamento. Ter uma denominação exclusiva para classificação da ansiedade na odontologia e

porcentagens relativamente altas tanto de sua prevalência como de seus efeitos desfavoráveis desperta a atenção ao fato de que se faz necessária a revisão da imagem clínica da odontologia atualmente retratada e na maneira como o tratamento é apresentado ao paciente, sendo papel do cirurgião-dentista enfatizar que cirurgias odontológicas, apesar de a primeira vista não parecerem, são benéficas para a sua saúde oral e conseqüentemente sistêmica, assim como trabalhar para desvincular a imagem negativa do profissional.

Ainda nesse contexto, Minja e Kahabuka (2019) afirmam sobre a influência da ansiedade odontológica e sua ligação com a saúde bucal precária exemplificando-a como um ciclo vicioso onde o paciente por não conseguir realizar o tratamento terá como consequência a deterioração de seus elementos dentários e a crescente necessidade de intervenções odontológicas, gerando constrangimento e preocupação, o que retoma a ansiedade. Fato que chama bastante atenção, visto que, se há uma grande porcentagem de pessoas que se enquadram na determinação de ansiedade odontológica, pode-se dizer que dessa mesma forma, há uma grande porção de pacientes com a cavidade oral potencialmente injuriada e conseqüentemente sua saúde sistêmica comprometida já que existe uma interligação entre elas, o que justifica o fato de esse já ser um problema de saúde público mundial.

Nesses casos, na maioria das vezes o profissional lança mão de drogas ansiolíticas, por conta do seu efeito rápido e pela evidência de sua ação. Como método alternativo aos fármacos, temos as terapias não farmacológicas, que são utilizadas na tentativa de diminuir os níveis de ansiedade do paciente de forma natural, evitando assim efeitos adversos no organismo por vezes prejudiciais no momento pós-operatório. O uso da intervenção musical como alternativa à redução dos níveis de estresse e ansiedade vem se tornando cada vez mais presente na odontologia por se tratar de uma possibilidade de baixo custo, fácil acesso e aceitação por parte do paciente. A música, em contrapartida à ansiedade geraria estímulos positivos no organismo, capazes de inibir a ação dos negativos, proporcionando a tranquilidade necessária para que o indivíduo possa transpor o período cirúrgico.

Médicos anesthesiologistas da Universidade da Pennsylvania localizada na Philadelphia, Estados Unidos da América (EUA), recentemente pesquisaram sobre o efeito da música e a administração do medicamento intravenoso Midazolam, um benzodiazepínico utilizado para acalmar o paciente antes da cirurgia no momento pré-operatório. Como estes medicamentos possuem efeitos colaterais indesejáveis, a música se tornou uma ótima opção de terapia ansiolítica pré-operatória, na qual mostrou resultados positivos e interessantes. Graff et al. (2019) juntamente com sua equipe, separou 77 indivíduos no grupo de música e 80 indivíduos no grupo Midazolam. Nesta comparação, foi utilizado o método *Stait-Trait Anxiety Inventory* (STAI), um relatório padrão ouro para avaliar níveis de ansiedade a partir de um autorrelato, contudo em um formato reduzido, porém validado, denominado STAI-6. Nos resultados observou-se que no grupo da música a redução dos níveis de ansiedade, foram semelhantes ao do efeito do fármaco, evidenciando assim sua efetividade. A escolha da música é fundamental para que a terapia funcione de forma eficaz. Nesta pesquisa descrita acima, foi utilizada uma faixa criada pelo grupo inglês Marconi Union, denominada “Weightless” que foi capaz de diminuir 65% da ansiedade com redução de 35% nos níveis dos sinais vitais em repouso, como afirma o laboratório do Reino Unido. Isso pode ser explicado pelo fato dela ter sido desenvolvida de modo gradual, iniciando com 60 bpm, assemelhando-se a variação da frequência cardíaca ideal do ser humano em repouso.

São muitos os ritmos que podem ser classificados como música, que cada vez que se misturam ao longo das décadas dão origem a outros gêneros tornando-se aos poucos popularmente conhecidos. Apesar disso a música usada como terapia médica para a redução da ansiedade precisa seguir alguns padrões específicos para que seu efeito ansiolítico seja possível sobre o paciente em quadro de grande estresse e medo. Shabanloei et al. (2010), preconiza que o tempo da música necessita ser de 60 a 80 bpm sendo esse o fator de maior relevância para a resposta psicológica e efetiva de tranquilidade. Ressaltou também que é essencial ser apenas instrumental, afim de evitar dispersão em palavras cantadas. Nilsson (2008) também afirma o mesmo tempo musical entre 60 a 80 bpm como um fator resultante de relaxamento, acrescentando ainda que a música seja lenta e fluida, consistindo preferencialmente em tons baixos, tendo instrumentos de cordas como

predominância e o mínimo de percussão ou instrumentos de metal. Ademais um nível de 60dB de volume seria o ideal.

Segundo Firmeza et al. (2017), a música que apresenta de 60 a 80 bpm é capaz de contribuir para o “efeito relaxante”, o que resulta na diminuição da ansiedade e na redução da dor. A música pode oportunizar além de certo tipo de lazer, efeitos terapêuticos e de consolo como mostra este estudo realizado nos familiares que tem seus entes queridos acometidos no processo de tratamento do câncer. “A música potencializa a expressão de afetividade, muitas vezes desapercibida ante a iminência de morte, transcendendo o cuidado fragmentado e desumano” (SILVA; MARCON; SALES, 2014, p.409). Neste caso, as músicas escolhidas para fins de consolo, foram do estilo sertanejo e o religioso. Segundo Rojas (2011), o seu efeito calmante pode estar vinculado a memória do padrão rítmico do batimento cardíaco do ventre materno durante os meses gestacionais e que por esse motivo a técnica de dar ligeiros golpes ritmados nas costas do bebê o remetam ao som do coração de sua mãe enquanto feto, e conseqüentemente ao prazer da vida uterina, possuindo assim grande carga afetiva.

Independentemente da idade de um ser humano, entende-se que suas heranças ancestrais vinculadas tanto aos hábitos e costumes como também a lembranças afetuosas como por exemplo as maternas do desenvolvimento fetal, estão de alguma forma mantidas no interior humano com o passar dos anos, sendo tamanha a sua importância que essa intervém no contexto social, fisiológico e psicológico de um indivíduo. O padrão rítmico do coração em repouso é um exemplo prático de como uma herança fisiológica atribui notável significância, permitindo que todo o organismo opere em homeostasia, que é seu funcionamento em equilíbrio, sem apresentar nenhuma alteração fisiológica negativa, característica da ansiedade, estresse ou medo.

Por conseguinte, verificamos que o tempo musical recomendado nos estudos de Shabanloei et al. (2010) e Nilsson (2008) para efetividade na redução dos níveis de ansiedade e alcance de um nível de relaxamento adequado assemelha-se ao do batimento cardíaco do coração humano como descrito por Rojas (2011), quando esse

está em repouso, ou seja, em seu estado de completa quietude, não havendo nenhum estímulo excitatório que cause agitação e alteração negativa dos sinais vitais. No enfoque de que a música seja “calma” e “suave”, podemos atribuir esse termo mais uma vez a sua associação com o tempo musical, afirmando novamente tanto o estado de remanso do organismo em repouso e sua ligação com a música, além de seu efeito sistêmico no organismo humano. Revisando as recomendações dos autores, pode-se concluir que a música clássica possui as características necessárias para que possa ser utilizada como forma terapêutica ansiolítica não farmacológica, por possuir variações que permitem sua devida adequação as vertentes psicológicas e fisiológicas do bem-estar geral de um paciente.

No estado da Paraíba, Brasil, foi realizada uma pesquisa por Melo et al. (2018) em três clínicas de terapia renal substitutiva, onde 60 pacientes foram divididos em dois grupos: 30 pacientes em um grupo experimental, no qual recebiam a terapia com música por meia hora antes da hemodiálise, e os outros 30 em um grupo controle, onde não era aplicada a música previamente ao tratamento. A música escolhida com base nas pesquisas foi a “Primavera das Quatro Estações de Vivaldi”. Ambos responderam ao STAI, assim como tiveram seus sinais vitais aferidos inicialmente e logo após a hemodiálise. Nos resultados foi possível verificar que os pacientes do grupo experimental demonstraram significativa redução de seus parâmetros vitais, quando comparado a seus próprios valores iniciais e igualmente com os valores finais do grupo controle e que 70% dos participantes desse mesmo grupo apresentaram redução do nível de ansiedade-estado após a intervenção musical, mensurado pelo STAI.

Segundo análises literárias e pesquisas científicas disponíveis, algumas peças que possuem os aspectos técnicos recomendados e desse modo, potencial para reproduzir calma, relaxamento, diminuição da ansiedade, estresse e medo, além de promover sensação de paz e conseqüentemente restabelecimento da saúde física e mental são:

- Wolfgang Amadeus Mozart: Sonata for Two Pianos in D major, K.448;
- Wolfgang Amadeus Mozart: Violin Concerto No. 3 in G major, K. 216;

- Wolfgang Amadeus Mozart: Piano Concerto No. 21 in C major, KV. 467: II Andante;
- Wolfgang Amadeus Mozart: Concert for Flute and Harp in C major, K. 299: II. Andantino;
- Antônio Vivaldi: Spring from Four Seasons;
- Johann Pachelbel: Canon in D major;
- Weightless – Marconi Union.

Para afirmar sua eficácia, porém, é preciso compreender tanto a forma de atuação da música como da ansiedade no organismo enfatizando o cérebro, sabendo porém de sua tamanha complexidade, tal qual até hoje impossível de ser totalmente compreendida, sendo o órgão responsável por receber e enviar estímulos influenciadores na condição de funcionamento de todo o corpo, incluindo o então objetivo da terapia calmante com música, que é a redução da ansiedade através de estímulos musicais determinados pelo tempo, volume, estilo e tipo de instrumentos utilizados para dar vida a denominada composição.

Estudos de Esperidião-Antônio et al. (2008), afirmam que a amígdala é encarregada pela detecção e geração das emoções de medo e respostas de perigo e ameaça (respostas de luta ou fuga), ativando o sistema nervoso autônomo, causando assim tanto alterações de ordem sistêmica tais como o aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial, como hormonais. Portanto quando estimulada, a amígdala aumenta o estado de ansiedade e medo. Por esse motivo muitos pacientes desmarcam suas consultas ou mesmo que compareçam, é possível que seja necessário abortar o procedimento na data prevista e assim remarcar-la, podendo ainda o quadro de ansiedade vir a se repetir. De acordo com Maulina et al. (2017), os sintomas psicológicos referentes a ansiedade e estresse como dispneia, hiperventilação, taquicardia, hipertensão, aumento da frequência respiratória, náusea e vômito são consequência da liberação de hormônios estressores, como catecolaminas que são a adrenalina e noradrenalina, e o cortisol que é denominado como hormônio do estresse, secretado durante períodos curtos de ansiedade. Esses sinais e sintomas são os que geralmente estão presentes em pacientes que possuem ansiedade odontológica, podendo ser percebidos tanto no período que antecipa o

procedimento cirúrgico, como também durante.

Para Herando-Requejo (2018), o processo musical aplicado na medicina pode ser dividido em: percepção, reconhecimento e reação. A percepção é a combinação da informação recebida pelo cérebro, captando a harmonização, o tom, timbre, ritmo e a melodia. O reconhecimento é ativado pelas estruturas encefálicas que envolvem o giro temporal superior, via mesolímbica (via de recompensa) e o cerebelo. Ao ser analisada anatomicamente, a estrutura cerebral é dividida em lóbulos temporais direito e esquerdo. O hemisfério direito é responsável pela percepção musical em si, incluindo o reconhecimento de ritmos, as lembranças musicais e entonações, já no hemisfério esquerdo acontecem o reconhecimento de ritmo, timbre e melodias, concluindo ainda que as percepções musicais, acontecem nos dois hemisférios, porém, prevalecendo em maior intensidade no hemisfério direito. Ainda para Herando-Requejo (2018), o último processo musical é a reação, que foi visada na atenção, por despertar a concentração do paciente, sendo analisada através do exame eletroencefalograma e também sendo vista na resposta cardiovascular, pois uma música de tons baixos é capaz de diminuir a vasoconstrição cutânea e a tensão arterial, resultando no relaxamento. Estudos ainda mostram que acordes musicais classificados em tons menores proporcionam a ativação do lobo direito, justamente o desejado. Um exemplo são aquelas canções que estimulam o choro, ou se passam em alguma cena emocionante de um filme. Por outro lado, as músicas criadas em tons maiores, ativam o giro médio temporal inferior. Segundo Herando-Requejo (2018), na ativação deste giro ocorre o processamento compacto das informações.

Os aspectos neuroanatômicos do processamento musical podem ser melhor explicados da seguinte forma:

Quando a música entra nos nossos ouvidos como um complexo de ondas mecânicas, realiza-se um processo de transdução a nível coclear, o que gera impulsos elétricos que viajam através do nervo auditivo, passando pelo tronco cerebral e pelo mesencéfalo para alcançar o córtex auditivo primário e secundário. O primário está relacionado a *percepção tonal* individual, mas não com o componente melódico. A partir daqui a informação é distribuída para outras zonas cerebrais, através de conexões neurais intrincadas. Uma zona muito importante na conexão tonal é aquela

localizada em áreas frontais inferiores, principalmente do hemisfério direito, lugar onde estruturas harmônicas também são processadas. (ROJAS, 2011, p.752)

Ainda em seu estudo, Rojas (2011) determina que áreas frontais anteriores do hemisfério direito estão associadas a percepção de consoantes harmônicas da música, sendo essas a música suave e estável. Ressalta-se ainda que áreas cerebrais como núcleo accumbens, área tegmental e hipotálamo (associado ao processamento emocional) tem função de resposta fisiológica de prazer e recompensa, também relacionado a liberação de dopamina no organismo. A dopamina é um neurotransmissor conhecido por proporcionar o prazer e sensação de recompensa. A chamada “teoria da dopamina” defendida por Herando-Requejo (2018) afirma a sua comprovação eficaz do efeito de ouvir música em elevar a cognição, a atenção e a calma de um paciente saudável. Entende-se, porém, que apesar de ser um hormônio relacionado a sensação de bem-estar desencadeada a partir de estímulos neurais, não é a única que pode ser secretada quando o paciente está sobre efeito ansiolítico da música. É o que diz um estudo publicado na revista *Cochrane* no ano de 2013. “A música além disso desencadeia o sistema límbico no cérebro para liberar endorfinas; esses neurotransmissores desempenham um papel importante em intensificar a sensação de bem-estar” (BRADT; DILEO; SHIM, 2013, p.5). Por consequência as combinações desses estímulos hormonais permitem que o indivíduo tenha notável melhora de seu quadro de ansiedade, encontrando assim equilíbrio e calma.

A música também é incluída por comprovações científicas, sobre a sua importância em testes de raciocínio espacial. O chamado “Efeito Mozart” é de grande repercussão, tal denominação surge no ano de 1993, resultado de pesquisas e experimentos feitos pelos neurocientistas Rauscher e Shaw da Universidade da Califórnia, EUA, onde ao realizarem estudos envolvendo ritmos, perceberam na tomografia as atividades de células nervosas através de um computador. Segundo Tieppo et al. (2016), esses neurocientistas transformaram os dados vistos no computador em ondas cerebrais (sons). Portanto eles mapearam as informações sonoras, ou seja, estas ondas cerebrais fisiológicas estavam presentes nestas pessoas em um dado momento de relaxamento, e puderam comparar com estilos musicais e composições existentes.

Várias músicas foram testadas a fim de se chegar a uma comparação. As músicas do compositor Wolfgang Amadeus Mozart foram as que mais se igualaram. Um motivo também relatado seria por conta de Mozart ter criado suas composições diretamente da sua mente e desde a infância. Por conseguinte, entende-se que no momento em que compunha suas obras ele estava em puro momento de relaxamento, o que resultou na estimulação das ondas cerebrais. Conforme analisado por Herando- Requejo (2018), sua composição é altamente organizada e com linhas melódicas repetitivas, porém com combinações e intervalos no andamento perfeitamente calculado.

Os neurocientistas Rizzolatti e Craighero (2004), descobriram os neurônios-espelho, teoria conhecida também como de “simulador de ação”. Pode ser exemplificada quando vemos uma coreografia e a repetimos, ou quando alguém boceja e automaticamente fazemos o mesmo. No contexto da terapia musical, ao escutar uma música calma, composta por tons baixos, esses neurônios em nosso cérebro, especificamente localizados no córtex pré-motor, sendo estimulados como um “espelho”, copiam a emoção contida na música para o cérebro, o que resulta na sensação relaxante. O simples fato de escutar música clássica dentro dos batimentos por minutos consideráveis como efeito funcional ao relaxamento libera o neuro-hormônio endorfina, o que promove o “efeito analgésico” no organismo atuando no desvio da dor ou da situação irritante.

Uma análise de Shabanloei et al. (2010) mediu os efeitos da terapia musical na ansiedade e dor em pacientes entre 18 a 60 anos, submetidos a biópsia e aspiração de medula óssea, no *Tabriz Hematology and Oncology Research Center*, divididos entre: grupo experimental (tratado com música) e controle (não tratado com música). Os participantes responderam ao questionário STAI nos 5 minutos antecedentes e novamente ao final. A terapia com música foi realizada durante os procedimentos, com duração de 10 a 20 minutos. As peças escolhidas seguiam o padrão técnico preconizado nas pesquisas, com o tempo entre 60 a 80 bpm e apenas instrumental. Nos resultados, pode-se concluir que tanto os níveis de ansiedade como os de dor do grupo experimental responderam positivamente a terapia, diminuindo significativamente quando comparados ao grupo controle. Não houve, porém,

diferença significativa na análise comparativa entre gêneros, entendendo que o efeito é muito semelhante tanto em homens como em mulheres.

Dessa forma podemos afirmar quão minuciosos são os processos neurais que incitam os hormônios responsáveis pela redução dos níveis de ansiedade a serem percebidos de forma sistêmica, também que não depende apenas de um hormônio, mas que as combinações entre eles possibilitam alcançar um estado de bem-estar físico e emocional. A música dessa forma, consegue através de ondas mecânicas e impulsos elétricos, percorrer um caminho do meio externo para o interno, como se transformasse suas notas, tempo e frequência, através de estímulos sonoros em ações positivas no organismo. Em contrapartida, sinais vitais com alterações de normalidade são indicações de outras combinações hormonais que agem diretamente no aumento da pressão sanguínea tendo como consequência sensações de desmaio, aumento do batimento cardíaco e respiratório, alteração de cor da pele, tensões musculares e a reação da fuga como uma resposta fisiológica, característica e presente como por exemplo, quando ocorre do paciente desmarcar ou remarcar uma consulta. Esses eventos negativos são além disso, psicológicos e emocionais, o que permite a compreensão de que o organismo humano opera como um todo e não individualmente. É importante que o cirurgião dentista saiba nesse caso, identificar traços de ansiedade para que possa assim trata-los antes de se tornarem empecilhos para a realização do tratamento cirúrgico, visto que essa, demanda tempo e intensa atenção do profissional, além de que interrupções transoperatórias nem sempre são viáveis.

A música tem grande poder ansiolítico, podendo dessa forma ser utilizada como alternativa aos fármacos. Os sinais vitais do paciente são uma forma de identificação tanto de alterações negativas provenientes da ansiedade como uma maneira de reconhecer o êxito do tratamento ansiolítico através da música, que comprovadamente possui eficácia sobre os parâmetros vitais, como podem afirmar Firmeza et al. (2017), quando concluem em sua pesquisa do tipo ensaio clínico randomizado no Hospital Universitário do estado do Ceará, que no grupo tratado com a composição clássica de Antônio Vivaldi Four Seasons “Spring” houve a redução em todos os parâmetros mensurados, sendo eles: pressão arterial sistólica,

pressão arterial diastólica, pulsação e frequência cardíaca, demonstrando assim a eficácia da música no controle da ansiedade como proposta reabilitadora em pacientes com câncer de cabeça e pescoço no pós-operatório. Dessa maneira, salienta-se que a música possui várias vantagens sobre nosso corpo, atuando principalmente como uma terapia medicinal musical não farmacológica. É preciso atentar-se na escolha da música, pois esta pode também gerar efeitos contrários ao desejado no paciente, por isso, se faz necessário o constante estudo e comprovações científicas baseadas em evidências para escolha correta, a fim de que se obtenha um bom prognóstico.

3 CONCLUSÃO

Levando em consideração os aspectos mencionados foi possível alcançar que apesar de serem corriqueiros, os procedimentos cirúrgicos ainda causam apreensão e medo aos pacientes com indicação a ele, e que em sua maioria esses são os que mais precisam de tratamentos invasivos por conta do seu histórico de negligência odontológica como consequência do medo e ansiedade pré cirúrgica. Constata-se, porém, que nem sempre é necessário o uso de benzodiazepínicos para solucionar o quadro de sintomas psicossomáticos da ansiedade, tendo como uma alternativa potencialmente eficaz, o uso da música, tal qual de acesso e aplicação simples e não farmacológica, sendo a do gênero clássico a que mais se enquadra no perfil segundo as orientações preconizadas nos estudos analisados.

4 AGRADECIMENTOS

A Deus por seu sustento e graça infinita diante dos inúmeros obstáculos em toda a nossa trajetória ao longo do curso. A nossa família que nos incentivaram e apoiaram desde o princípio, sendo nosso sustentáculo. Ao nosso querido orientador Dr. Flávio Xavier de Almeida, que nos abraçou com tamanha solicitude, provendo excelente e admirável orientação. A estimada Dra. Karla Firme Leão Borges, por reconhecer e apoiar a relevância deste tema para a comunidade Odontológica. A instituição e todo seu corpo docente por nos haver direcionado desde os primórdios sobre a importância da visão holística e multidisciplinar, assim como abrir nossos horizontes para colocá-

la em prática.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. Psychology Topics. **Anxiety** (site). United States of America: American Psychological Association. [2019?]. Disponível em: <<https://www.apa.org/topics/anxiety/>> acesso em: 19 nov. 2019.
- BRADT, Joke; DILEO, Cheryl; SHIM, Minjung. Music Interventions for preoperative anxiety (Review). **Cochrane Library Database of Systematic Reviews**, n. 6, 2013.
- ESPERIDIÃO-ANTÔNIO, Vanderson et al. Neurobiologia das emoções. **Revista de Psiquiatria Clínica**, Rio de Janeiro, Brasil, n. 35, p. 55-65, 2007.
- FIRMEZA, Mariana et al. Uso da música no controle da ansiedade em ambulatório de cabeça e pescoço: ensaio clínico randomizado. Em pauta: **Revista Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, 2017.
- GRAFF, Veena et al. Music versus midazolam during preoperative nerve block placements: a prospective randomized controlled study. **Regional Anesthesia & Pain Medicine**, University of Pennsylvania, Philadelphia, USA, p.796-799, Ago. 2019.
- HERANDO- REQUEIJO, Virgilio. Epilepsia, Mozart y su sonata K.448: ¿es terapêutico el 'efecto Mozart'? **Revista de Neurología**, p. 208-14, Dez. 2018.
- MAULINA, Tantry; DJUSTIANA, Nina; SHAHIB, Nurhalim. The Effect of Music Intervation on Dental Anxiety During Dental Extraction Procedure. **The Open Dentistry Journal**, n. 11, p. 565-572, Indonesia, 2017.
- MELO, Georgia et al. Intervenção musical sobre a ansiedade e parâmetros vitais de pacientes renais crônicos: ensaio clínico randomizado. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, 2018. Disponível em:<<http://www.revistas.usp.br/rlae/article/view/144188/138598>> acesso em 08 out. 2019.
- MINJA, Irene; KAHABUKA, Irene. Dental Anxiety and Its Consequences to Oral Health Care Attendance and Delivery. **Intech Open**, Londres, 2019. Disponível em: < <https://www.intechopen.com/books/anxiety-disorders-from-childhood-to-adulthood/dental-anxiety-and-its-consequences-to-oral-health-care-attendance-and-delivery>> acesso em 14 nov. 2019.
- MORETTO, Marcelo et al. Emergências médicas em consultório odontológico. **Journal Multidisciplinary Dentistry**. Piratininga, São Paulo, v.10, n.1, p.9- 13,Jan/Abr 2020.
- NILSSON, Ulrica. The Anxiety – and Pain-Reducing Effects of Music Interventions: A Systmatic Review. **Safe Surgery Together AORN Journal**, Switzerland, v. 87 n. 4, 2008.
- NOBOA-JURADO, Cecilia. La Musicoterapia Neurológica Como Modelo de Neurorrehabilitación. **Revista Ecuatoriana de Neurología**, Guayas, Ecuador, v. 27, n. 1, p.72-78, 2018.
- RIZZOLATTI, Giacomo; CRAIGHERO, Laila. The Mirror-Neuron System. **Annual Review of Neuroscience**. United States of America, v. 27, p. 169-192, 2004.
- ROJAS, Juan. Efecto ansiolítico de la musicoterapia: aspectos neuribiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical. **Revista Colombiana de Psiquiatria**, Bogotá, Colombia, v. 40, n. 4 p. 748 – 759, 2011.

- SHABANLOEI, Reza et al. Effects of Music Therapy on Pain and Anxiety in Patients Undergoing Bone Marrow Biopsy and Aspiration. **Safe Surgery Together – AORN Journal**, Colorado, USA, v. 91, n. 6, 2010.
- SILVA, Vladimir; MARCON, Sonia; SALES, Catarina. Percepções de familiares de pessoas portadoras de câncer sobre encontros musicais durante o tratamento antineoplásico. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Maringá, Brasil, v.67, n. 3, p. 408-414, fev. 2014.
- TIEPPO, Guilherme; REIS, Germano; PICCHIAI, Djair. Mozart, Rock e a ativação da criatividade. **Revista de Administração Contemporânea**, Rio de Janeiro, Brasil v.20, n.3, p.261-282, jun. 2016.
- ZOLTÁN, Janka et al. Musica et medicina. **Összefoglaló Közlemény**, Szeged, Magyarország, v. 160, n. 11, p.403-418, out. 2019.

FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO NO COMPORTAMENTO AUTOLESIVO EM ADOLESCENTE

Aline da Costa Rossetti¹; Leila Bettim de Souza¹; Micaella Lorrane Gonçalves Rocha¹; Kirlla Cristhine Almeida Dornelas²

1. Acadêmicas de Psicologia na Faculdade Brasileira – Multivix-Vitória.

2. Doutora em Psicologia e Coordenadora de Psicologia da Faculdade Brasileira – Multivix-Vitória.

RESUMO

Para compreender a relação dos fatores de risco e proteção no comportamento Autolesivo em adolescentes, iremos aqui fundamentar-se na concepção junguiana, que se baseia no pressuposto de que a mente, ou psique, possui um nível consciente e um inconsciente que podem influenciar e, de fato, realmente influenciam as vidas de todos concebendo a construção do ser como produto da inter-relação das estruturas do consciente e do inconsciente que, providas de seus arquétipos, edificam a totalidade psíquica do indivíduo. O objetivo deste artigo é apresentar e apurar a influência desses fatores de risco e proteção para o adolescente com comportamento autolesivo. Como metodologia de pesquisa, utilizou-se a investigação bibliográfica e o método de abordagem exploratória para coletar dados capazes de elucidar o fenômeno investigado. Foram realizadas pesquisas em artigos científicos utilizando os descritores autolesão, psicologia e adolescência, pode ser analisado o total de 12 artigos. Foi possível concluir, a importância de um ambiente equilibrado para essa fase da adolescência que requer uma atenção especial. Constatou-se que a Autolesão é um tema complexo, que ainda possui uma demanda de pesquisas recentes na área da psicologia.

Palavras-chave: Adolescente; Autolesão; Fatores de risco e proteção; Arquétipos.

ABSTRACT

To understand the relationship between risk and protective factors in Self-injurious behavior in adolescents, we will here be based on the Jungian conception, which is based on the assumption that the mind, or psyche, has a conscious and an unconscious level that can influence and, in fact, they really influence everyone's lives, conceiving the construction of being as a product of the interrelation of the structures of the conscious and the unconscious that, provided with their archetypes, build the individual's psychic totality. The purpose of this article is to present and ascertain the influence of these risk and protection factors for adolescents with self-injurious behavior. As a research methodology, bibliographic investigation and the exploratory approach method were used to collect data capable of elucidating the investigated phenomenon. Researches were carried out on scientific articles using the descriptors self-injury, psychology and adolescence, a total of 12 articles can be analyzed. It was possible to conclude, the importance of a balanced environment for this phase of adolescence that requires special attention. It was found that Self-Injury is a complex topic, which still has a demand for recent research in the field of psychology.

Keywords: Teen. Self-injury; Risk and protective factors; Archetypes.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é um período crucial para o desenvolvimento e manutenção de hábitos sociais e emocionais essenciais para um bem-estar mental. Quando acontece significativas mudanças físicas e competência cognitiva, social, autonomia e

autoestima. Nessa fase o adolescente passa a pensar em termos abstratos, assim havendo implicações emocionais, porque agora ele distingue entre o real e o possível uma vez que o seu cérebro agora responde de forma rápida e profunda as rejeições sociais, podendo seguir impulsos que trarão aprovação ou não do meio que ele está inserido (BERGER, 2017).

Esse é o momento em que o adolescente busca por uma identidade pessoal e isso implica em ter suas características definidas e ajustadas, porém encontrar esse equilíbrio torna-se angustiante sendo nesse período que surgem as maiores dificuldades. Pois, o adolescente tenta encontrar o equilíbrio no modo de viver entre a infância e a vida adulta. Além de buscar a conquista da autonomia e diferenciação, ou identidade pessoal, a individuação tem como característica a fronteira entre o adolescente e os pais, com isso os conflitos familiares podem aparecer facilmente (ERIKSON, 1976).

Almeida (2015) afirma que a adolescência nas últimas décadas tem se tornado mais duradora nas sociedades ocidentais. Pois, há contribuição das melhores condições nutricionais, além de outros fatores, e por isso a puberdade tem começado mais cedo e assim durando mais tempo o período da adolescência. Outros fatores que contribuem dão-se pela complexidade da vida moderna, surgindo maiores exigências de formação profissional, o tempo de dependência dos pais tem aumentado, estendendo o fim dessa fase.

Devido a essa dependência dos pais, vale ressaltar a respeito da família contemporânea que apresenta desafios para seus membros, como: quebrar barreiras de isolamento do adolescente, conseguir lidar com as mudanças de humor, característica dessa fase da vida. Destaca que as relações familiares foram transformadas, vive-se um período em que o diálogo, o afeto é valorizado, diferentemente das famílias hierárquica, onde deveriam ser acatadas as ordens dos pais sem chance para argumentos. Não há mais espaço para o sistema autoritário adotado na família dos tempos passados (BARRETO; RABELO, 2015).

Apesar do relacionamento entre adolescentes e pais ser algo primordial, nem sempre

significa ser tranquilo ou pacífico, pois nessa fase busca-se por independência, devido aos impulsos biológicos e psicológicos, surgindo assim o conflito, pois os pais desejam continuar mantendo o controle. Cada geração julga mal a outra, os pais acreditam que seus filhos têm ressentimentos maiores por eles, mais do que realmente os têm, e os adolescentes pensam que o desejo dos pais em dominá-los é maior do que de fato é. Importante que cada geração entenda melhor a outra, as preocupações precisam ser expostas (BERGER, 2017).

Apesar de o adolescente ter a família em sua volta, ele dá muita importância para a amizade nesse período da vida. Para Oliveira (2015) os amigos são enxergados pelo adolescente como um espaço intermediário entre a família e a sociedade, onde se encontra muita intimidade e coesão, sentimento de apoio, trocas de pensamentos e experiências, segurança. Portanto, nessa amizade se encaram como parecidos e que estão enfrentando as mesmas mudanças, dessa forma sendo mais tranquilo demonstrar e falar suas incertezas, fantasias e desejos com a confiança que serão compreendidos e aceitos.

Freitas, Santos e Ribeiro (2018) reafirmam essa colocação de Oliveira (2015), pois acrescentam que o relacionamento entre os amigos é de natureza simétrica e horizontal, diferente de outras relações com os pais, por exemplo, nessa a natureza é vertical, ou seja, a figura dos pais é superior ao do adolescente, a hierarquia prevalece entre filhos e pais. Pois, a relação entre adolescente e os pais naturalmente demonstra o poder dos pais sobre os filhos, normalmente isso não ocorre entre os amigos.

A amizade entre adolescentes tem como motivação inicial o afeto recíproco, esperam a confiança mútua e terem apoio entre eles, há diversão ou dividem sentimentos de intimidade e proximidade. Além de refletir na socialização, a interação que existe entre os adolescentes é diferente da que tem com seus outros relacionamentos, como exemplo, com seus pais, professores, parentes, pois há característica de mais afeto positivo, cooperação e diálogo, ou por terem na resolução de discordância a estratégia mais construtivas (FREITAS; SANTOS; RIBEIRO, 2018).

Nessa fase da vida essa relação amigável contribui para auxiliar na vivência das

mudanças físicas da puberdade e desafios intelectuais da escola. Essa convivência é importante em todas as idades, no entanto, no início da adolescência cobiça-se mais a popularidade entre os amigos. O adolescente que tem relacionamento positivo com os pais, ou seja, comunicação e suporte contínuo, reflete na relação com os amigos, tornando mais construtiva. Mas, caso não haja essa interação com os pais, pode ocorrer influência maior dos amigos na vida do adolescente (BERGER, 2017).

O adolescente que não está inserido em uma turma terá maior dificuldade em enfrentar suas crises vitais e assim encontrando o sofrimento por não ter com quem compartilhar suas dúvidas, fantasias, angústias e desejos. Pois, as vestimentas, gírias, entre outros, funcionam no grupo como uma defesa contra a angústia. A identidade do adolescente é enriquecida por meio de outros relacionamentos, dessa forma, permitindo o crescimento, sociabilidade e integração (OLIVEIRA, 2015; ERIKSON, 1976).

Ao longo do desenvolvimento as amizades na adolescência contribuem como um suporte para esse indivíduo, a companhia, o afeto, a segurança emocional, a competência social, a diversão e a autoestima. Portanto, na adolescência as amizades têm uma importância particular. A prioridade passa a não ser mais a aceitação em um grupo, e sim de uma intimidade interpessoal, ou seja, empatia, amor, proximidade e segurança, sendo satisfeito por amigos do mesmo sexo (FREITAS; SANTOS; RIBEIRO, 2018).

Apesar dos aspectos positivos e de grande importância da amizade entre adolescentes, observa-se que tem acontecido comportamentos prejudiciais. Explicando o comportamento autolesivo (CAL), Silva e Siqueira (2017) aponta que nos últimos anos tem encontrado prevalência maior em adolescentes e jovens adultos. O CAL expõe característica de muita dor emocional, procura o alívio de forma imediata de determinada situação com sentimentos negativos, essa maneira é considerada pelo indivíduo como uma solução de lidar com a sua dor, acontecendo em ambiente privado devido a vergonha.

Para Botega (2015) o comportamento autolesivo (CAL) é da classe dos

comportamentos suicidas, mas, no entanto, não há a intenção de completar o suicídio, em geral, o propósito é reduzir emoções negativas, como tensão, ansiedade e autocensura, os adolescentes não obtêm maturidade emocional plena, assim são facilmente conduzidos à impulsividade e ao imediatismo. Lidar com estresses agudos, como exemplo, situações que causam rejeição ou humilhação, término de relacionamento, dentre outras situações, essas dificuldades tornam barreiras para que o adolescente possa enfrentá-los.

Conforme encontra-se no DSM-5 (2014), para caracterizar o CAL, é necessário que o indivíduo tenha se autolesionado por pelo menos cinco vezes ao longo de um ano, assim com o objetivo de alívio de um estado emocional, ou mesmo para alcançar um humor positivo. Este comportamento não poderá ser emitido quando o indivíduo estiver em estado de delirium, confusão mental ou mesmo ser portador de transtornos. Entende-se também que o CAL pode ser de caráter autopunitivo, seja por ter realizado um ato de sofrimento para si ou para outros.

Importante explicar a divisão da classificação da autolesão de acordo com a intensidade. A grave se refere à automutilação, chega ao extremo, como exemplo, a castração ou mutilação de partes do corpo. A que prevalece em crise psicótica é a intoxicação aguda ou transição de gênero. Já a autolesão estereotipada apresenta de forma constante, de forma ritualística, executar mordida dos lábios, bochecha ou língua, autoagressão. A autolesão compulsiva é repetitiva, por exemplo, coçar a pele de um jeito brusco ocasionando ferimentos. A autolesão impulsiva se refere ao corte da pele ou se queimar (SILVA; SOUZA; DE FARIA, 2019).

Silva e Siqueira (2017) alertam que o ambiente em que o adolescente está inserido pode desenvolver o CAL como também pode auxiliar em sua identificação. A escola pode ser considerada uma forte aliada, pois o adolescente tem boa parte do seu tempo preenchido nela, assim podendo ocorrer manifestação de sinais que possam evidenciar o CAL. Os autores reafirmam o que antes foi mencionado, quando o adolescente tem o comportamento autolesivo tem como objetivo diminuir uma dor emocional profunda, causando danos a seu próprio corpo.

Esse comportamento passa ser uma alternativa de fuga em relação a um sofrimento psíquico em que o indivíduo transfere a dor emocional para a dor física, podendo esquecer do problema de forma temporária. Tal sentimento pode ser observado no ambiente escolar, quando há um declínio na motivação e desempenho acadêmico que frequentemente começa com a transição da intimidade e familiaridade do ensino fundamental para o ensino médio, onde se encontra uma maior pressão (SILVA; SIQUEIRA, 2017; PAPALIA; FELDMAN, 2013).

Silva e Botti (2017) apresenta importantes dados quanto ao problema do CAL: ocorre em diferentes idades, além de ser mais observado em adolescente do sexo feminino não sendo exclusivo desse sexo. Esse comportamento inicia no geral entre as idades de 13 e 14 anos, podendo durar por 10 ou 15 anos ou mais. De acordo com estudo de Hawton et al. (2002, apud SILVA; BOTTI, 2017) o CAL prevalece nessas idades entre adolescentes ingleses 6,9%, entre os japoneses 35,8% do sexo masculino e presidiários, e entre os adolescentes americanos 45%.

Já no estudo apresentado por Matsumoto et al. (2005) citado por Silva e Botti (2017), os adolescentes de 12 a 16 anos canadenses encontra-se 13,9%, e nessa mesma faixa etária entre os adolescentes americanos chega de 13% a 39%. Quanto ao Brasil, o estudo para apontar a respeito do CAL ainda é introdutório, não havendo muitas pesquisas relacionadas a esse tema, assim dificultando o debate que é muito importante para melhores esclarecimentos.

Devido ao CAL na adolescência, importante abordar a respeito dos fatores de proteção, quando há uma relação intrafamiliar e extrafamiliar agradável, ter propósito na própria vida, ser capaz de procurar e receber auxílio quando haver problemas, fazer parte de tradições culturais e adquirir valores, configuram fatores protetivos, e os profissionais da saúde devem considerar esses fatores possibilitando o acesso às intervenções necessárias. São fatores de proteção: praticar esportes, atividade física, momentos de lazer, ter dieta saudável, qualidade de sono, fazer parte de uma religião, ter relações satisfatórias com amigos, professores, colegas e outros adultos (MEINE *et al.*, 2019).

Dessa forma Berger (2017) destaca que a religião que os adolescentes seguem geralmente são as mesmas que a dos seus pais e comunidade. Quando se tem um bom relacionamento com os pais, são poucos que rejeitam totalmente a religiosidade caso cresçam seguindo uma fé particular. Enquanto a atividade física, Papalia e Feldman (2013) argumentam que o sedentarismo afeta a saúde física e a mental do adolescente, por isso é importante praticar exercícios físicos, pois contribuem para o aumento da autoestima, diminuição do estresse e ansiedade, além de contribuir nas notas escolares, no bem-estar de forma geral, dentre outros benefícios.

A respeito da qualidade de sono, caso isso não ocorra, contribui para o surgimento da irritabilidade, a motivação diminui, afeta o desempenho escolar, ou seja, as notas escolares não serão satisfatórias. Com relação à alimentação, essa contribui para o crescimento rápido da adolescência, além de ajudar para que no futuro tenha hábitos alimentares saudáveis quando adultos (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

A família tem um papel importante quanto ao funcionamento da saúde física e mental do adolescente, dessa forma produzindo fatores protetores capaz de prevenir a sintomatologia depressiva. Os aspectos psicológicos relacionam com o suporte familiar, onde são realizadas a demonstração de carinho, diálogo, atenção, liberdade, proximidade afetiva, proteção e independência entre os membros familiar. Destaca-se que na adolescência as relações familiares são importantes para a formação de novas relações maduras na vida dos indivíduos (AMARAL *et al.*, 2017).

Apesar de haver a família e outros fatores de proteção que auxiliam no combate ao CAL e outros problemas psicológicos, a Organização Mundial da Saúde e a Organização Pan-Americana da Saúde destacam que em todo o mundo, estima-se que 10% a 20% dos adolescentes vivenciem problemas de saúde mental tais como: transtorno de ansiedade, psicose, autolesão, e outros. Sendo o CAL um problema mundial, com o potencial de causar danos físicos, psicológicos e psicossociais, faz-se necessário medidas de compreensão e intervenção para que possa ser identificado aqueles que possam a vim cometer tal ato (MACÊDO, 2018).

Rossi *et al.* (2019) afirmam que no Brasil a respeito de ações de cuidado para saúde

mental das crianças e adolescentes, o país é omissivo. Apesar de ter havido crescimento nos estudos quanto à saúde mental infanto-juvenil após a instituição do Estatuto da Criança e Adolescente (ECA) e dos Centros de Atenção Psicossociais Infanto-juvenis (CAPSi), eles ainda são introdutórios destacando principalmente a população adolescente.

Este estudo baseia-se na teoria Junguiana, portanto, vale fazer uma breve apresentação a respeito de Carl Gustav Jung. Nascido na Suíça em 1875 e faleceu em Zurique em 1961, aos 86 anos, formação em Psiquiatria e Psicologia, de forma holística tentava compreender o homem, conquistou o título de Pai da Psicologia Analítica. Jung compartilhou e trocou informações pessoais e casos clínicos com Freud, teve influência da Psicanálise. Mas, baseava-se na interpretação de símbolos vindo do inconsciente, seu método de estudo era longe da metafísica (SOUZA, 2013). Segundo Feist et al. (2015) a Psicologia Analítica (Junguiana) apresenta como hipótese fenômenos inconscientes com a capacidade de influenciar a vida das pessoas. Jung admitia que cada pessoa não é só motivada por experiências retraídas, mas inclusive por determinadas experiências emocionais adquiridas dos ancestrais do indivíduo. Segundo Souza (2013) Jung por meio de sua forte intuição e empirismo em seu método, conduziu e observou casos clínicos com início da interpretação da produção imaginária espontânea, os sonhos, expressões artísticas, fantasias, sendo esses considerados via de acesso o inconsciente humano, esse é composto de símbolos, arquétipos, mitos, dentre outras.

Por retratar acontecimentos ordinários e instintivos em uma espécie de tipos o arquétipo pode ser entendido como uma probabilidade psíquica. É uma aptidão inata para geração de fantasias paralelas, de idênticas estruturas, universais, da psique. Mesmo tendo o caráter universal, o arquétipo tem manifestações individuais, condiz com percepções próprias que são trazidas por cada indivíduo desde o nascimento (BONFATTI *et al.*, 2018).

De acordo com a teoria de Jung o arquétipo é uma estrutura da psique que é comum a todos, ele rege o modo de pensar e agir do indivíduo e reaparece espontaneamente em qualquer momento e lugar, não havendo influência de transmissão externa, é

determinado quanto à forma apenas e não em relação ao conteúdo. Refere-se a uma base universal que é preenchida por experiências individuais de acordo com a história e cultura onde se vive (FREITAS; SCARABEL; DUQUE, 2013).

Segundo Feist *et al.* (2015) arquétipos referem-se a imagens antigas ou obsoletas que são originadas do inconsciente coletivo. São parecidos com os complexos, pois é um conjunto de imagens agregadas repletas de emoções. Porém, ressalta que os complexos no inconsciente pessoal são componentes individualizados, e os arquétipos decorrem das ideias do inconsciente coletivo e são generalizados, além de serem diferentes dos instintos. De acordo com a teoria de Jung, o instinto trata-se de um impulso físico inconsciente apontado para a ação, já o arquétipo como complemento psíquico de um instinto.

Vale ressaltar alguns arquétipos abordado na teoria Junguiana, conforme Cruz (2013) o arquétipo Anima e Animus trata-se respectivamente do lado feminino da psique masculina, e lado masculino da psique feminina. De acordo com esses arquétipos, há aspectos masculinos e femininos em todas as pessoas. Hall *et al.* (2000) afirmam que esses arquétipos colaboram para que cada sexo demonstre características do sexo oposto, o homem entende a natureza feminina por meio de sua Anima, enquanto a mulher compreende a natureza masculina por meio de seu Animus.

O arquétipo da Grande Mãe pode ser visto como dois polos diferentes, um é o lado bom que envolve as funções positivas, o outro compreende como negativo, demonstra a negligência, abandono e ainda a proteção em exagero que domina e afeta a individualidade do outro. Por um lado, esse arquétipo nutre e dá vida, e por outro ele priva e devora, pois impede que seu filho evolua ou cresça. (FREITAS; SCARABEL; DUQUE, 2013; BERTUCCI, 1998).

O arquétipo Self (Si mesmo) refere-se à totalidade de todos os arquétipos. Esse trata-se do arquétipo central e organizador do aparelho psíquico, tem a função de englobar o inconsciente coletivo, todos os arquétipos e complexos. Da personalidade é considerado o mais importante e difícil de entender, ele une o consciente e o inconsciente incorporando a harmonia e equilíbrio de diversos elementos opostos da

psique (DUARTE, 2018, FADIMAN; FRAGER, 2008).

A Persona é o arquétipo da adaptação, a personalidade de um indivíduo modifica de diversas maneiras, assim possibilitando uma vida coerente aos modos sociais. Portanto, esse arquétipo é fundamental para a sobrevivência em sociedade. Conforme aborda a teoria Junguiana cada pessoa precisa apresentar um papel particular, seguindo o que é proposto pela sociedade como comportamento mais adequado para algumas situações sociais (DUARTE, 2018, FEIST et al., 2015).

Segundo Silva (2019) o arquétipo Sombra é intensamente marcado pelo afeto, além de conteúdos obsessivos, possessivos, autônomos. Alarmam e dominam o ego estruturado e todos esses conteúdos são capazes de entrar na consciência. O que é inaceitável na personalidade, emoções difíceis, por meio do mecanismo da projeção, acabam sendo personificadas em uma pessoa ou objeto externo do sujeito. Dessa forma, o encontro com a Sombra geralmente ocorre por meio da projeção, pois ela que armazena o inaceitável para a consciência, está propícia a projeção.

O arquétipo da Sombra baseia-se nos instintos animais herdados pelos humanos durante a evolução a partir de formas inferiores de vida. Assim, afirma-se que a sombra traduz o lado animal da natureza humana, e é responsável pela compreensão do pecado primário, no momento em que esse arquétipo é lançado para o externo, ela se torna um inimigo. Na consciência é responsável pelo surgimento de pensamentos, sentimentos e ações não agradáveis que são deploráveis socialmente (HALL *et al.*, 2000).

Desse modo, esse artigo tem por objetivo apresentar e relacionar os fatores de risco e proteção para adolescentes com comportamento autolesivo sob a perspectiva da Psicologia Analítica.

2 METODOLOGIA

Em caráter metodológico esta pesquisa é bibliográfica exploratória qualitativa. De acordo com Gil (2010) a pesquisa bibliográfica promove a fundamentação teórica ao

trabalho e identificação do estágio atual do conhecimento referente ao tema. A pesquisa exploratória possibilita a exploração do tema com a finalidade de familiarizar com o problema da pesquisa. Nesse sentido, a pesquisa bibliográfica e exploratória demonstrou-se necessária devido à função de prover fundamentação teórica ao trabalho e identificação do estágio atual do conhecimento referente ao tema.

A metodologia utilizada para adquirir os dados do tema escolhido desta pesquisa, foram realizadas pesquisas em artigos científicos utilizados os descritores “autolesão”, “psicologia” e “adolescência” nos bancos de dados do Google Acadêmico que gerou 900 artigos, após uma leitura flutuante dos títulos e resumos encontraram-se 12 artigos. Dessa forma, foi utilizado como critério de inclusão os textos que apresentam de forma ampla contribuições para a compreensão dos conceitos propostos, além de serem publicados entre os anos de 2010 e 2020.

A partir da proposta de análise de conteúdo de Franco (2005) foi realizada uma leitura exaustiva do material para organizá-lo conforme os arquétipos que atuam potencializando os fatores protetivos e de risco ao comportamento autolesivo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa abordou a respeito do CAL, explicou como os adolescentes são afetados por esse comportamento. Assim, faz-se uma discussão a respeito dos fatores de proteção, de risco e os arquétipos, além de destacar quais autores abordaram esses assuntos. Para melhor didática as tabelas 1, 2 e 3 demonstram os textos abordados em cada assunto.

TABELA 1 – FATORES DE PROTEÇÃO

Fatores de Proteção	Autor	Texto
Família	Barreto; Rabelo (2015)	01
	Meine et al. (2019)	02
	Amaral et al. (2017)	03
Amizade	Freitas; Santos; Ribeiro (2018)	04
	Oliveira (2015)	05
	Meine et al. (2019)	02

Tradições culturais	Meine et al. (2019)	02
Adquirir valores	Meine et al. (2019)	02
Praticar esportes	Meine et al. (2019)	02
Atividade física	Meine et al. (2019)	02
Momentos de lazer	Meine et al. (2019)	02
Dieta saudável	Meine et al. (2019)	02
Qualidade de sono	Meine et al. (2019)	02
Fazer parte de uma religião	Meine et al. (2019)	02

Fonte: Produzida pelas autoras

Como pode ser observado na tabela 1, o fator de proteção mais citado foi o que se refere à família, está presente em três artigos, aparece nos textos 01, 02 e 03. Barreto e Rabelo (2015) chama atenção para a família contemporânea, afirmam que houve mudanças nas relações entre seus membros, pois há mais interação e antigamente isso não ocorria nas famílias. Atualmente não é tão comum aquele tipo de família hierárquica, onde a figura dos pais era autoritária sem ouvir seus filhos para que decisões fossem tomadas. O diálogo entre pais e filhos são levados em consideração para que o relacionamento entre eles seja fortalecido.

Meine *et al.* (2019) afirmam que a relação boa do adolescente com a família contribui para que os pais sejam procurados para oferecerem auxílios quando houver problemas. No entanto, Berger (2017) afirma que apesar de ser importante a relação entre pais e filhos, isso não quer dizer que ocorra sempre de forma pacífica, pois o adolescente deseja independência, podendo contribuir para os conflitos familiares. O texto 03 também afirma a importância da família como fator de proteção, pois contribui para a saúde física e mental do adolescente, prevenindo a sintomatologia depressiva. Por meio do carinho, afeto, atenção dados pela família tornam fatos importantes para a vida do adolescente.

A amizade refere-se a uma relação entre pessoas que compartilham seus sentimentos e há companheirismo, empatia, apoio mútuo. De acordo com Berger (2017) esse relacionamento é fundamental em todas as fases da vida, porém na adolescência destaca-se o desejo de popularidade entre os amigos e ainda ter com quem contar. Trata-se de um fator de proteção para o adolescente e foi citado por três artigos, sendo os textos 02, 04 e 05. No texto 02 os autores afirmam que esse fator de proteção deve ser considerado pelos profissionais de saúde por poder auxiliar no bem estar do

adolescente quando ele tem boas relações com amigos, ou seja, trata-se de possibilidade para o acesso às intervenções necessárias.

No texto 04 ressalta que a amizade entre adolescentes dura por muito tempo e é uma relação próxima resultante de muitas interconexões. A amizade entre adolescentes aparece mais afeto positivo, intimidade e cumplicidade mais do que podem ter com pessoas adultas. Dessa forma, fica claro que a amizade é importante para o bem-estar do adolescente, onde ele pode se abrir e expressar sentimentos que talvez não conseguiriam externalizar para outras pessoas, contribui também para a autoestima, diversão, segurança emocional. Porém, Berger (2017) afirma que quando os pais e os adolescentes têm uma relação de comunicação positiva e democrática, isso reflete na amizade do filho com seu colega, ou seja, alcança uma relação construtiva entre eles.

Quanto ao texto 05 revela que o adolescente pode encontrar nos amigos um espaço intermediário entre a família e a sociedade, nesse lugar encontra forte intimidade, apoio, onde podem trocar experiências e há segurança. Por estarem enfrentando as mesmas mudanças, ficam mais à vontade em demonstrar suas fraquezas, incertezas. Dessa forma, confiam que serão mais compreendidos entre eles, além de serem aceitos.

Outros fatores de proteção foram citados por um único texto, sendo o 02, foram: tradições culturais; adquirir valores; praticar esportes; atividade física; momentos de lazer; dieta saudável; qualidade do sono; fazer parte de uma religião. Esses fatores também contribuem para a vida do adolescente, possibilita o melhor convívio com outras pessoas, proporcionando saúde física e mental, torna o adolescente mais ativo na sociedade.

Papalia e Feldman (2013) afirmam que a atividade física contribui para a saúde física e mental, auxilia na diminuição do estresse e ansiedade, além de ajudar na autoestima, notas escolares e no bem-estar de forma geral. A boa alimentação ajuda para hábitos saudáveis e irão continuar na vida adulta, quanto a qualidade do sono também reflete no bem estar, pois se houver privação do sono, isso resultara na

irritabilidade do adolescente, diminuindo a motivação, e tudo isso reflete no desempenho escolar, as notas das atividades passam a ser prejudicadas. No que refere a religião, Berger (2017) afirma que geralmente os adolescentes seguem a mesma de seus pais e comunidade, isso faz com que poucos rejeitem esse fator quando se tem um bom relacionamento familiar.

TABELA 2 – FATORES DE RISCO

Fatores de Risco	Autor	Texto
Não estar inserido em uma turma	Oliveira (2015)	05
Exigência de formação profissional	Almeida (2015)	06
Escola	Silva e Siqueira (2017)	07

Fonte: Produzida pelas autoras

Apesar de haver muitos fatores de proteção, também existem os fatores de risco que contribuem para o CAL, esses são mencionados pelos textos 05, 06, 07. Um dos fatores de risco de acordo com o texto 05 é o adolescente não estar inserido em uma turma, isso contribui para a dificuldade de encarar as crises comuns nessa fase da vida, dessa forma, surge o sofrimento de se sentir sozinho sem poder compartilhar com alguém suas dores. O texto alerta ainda a respeito da contribuição de pertencer a um grupo, as gírias, vestimentas são fatos que ajuda como defesa contra a angústia. Portanto, percebe-se que estar inserido a um grupo, ajuda o adolescente encontrar uma identidade. Quando Erikson (1976) contribui sobre individuação e identidade ele refere-se ao adolescente que busca suas características definidas e ajustadas, e é nesse período que surge os conflitos familiares.

Adolescência tem durado por mais tempo nas sociedades ocidentais, isso devido as melhores condições nutricionais e outros fatores, assim a puberdade tem iniciado mais cedo estendendo assim a fase da adolescência. Nesse contexto, de acordo com o texto 06 há um fator de risco que refere às exigências de formação profissional devido à complexidade da vida moderna, a dependência dos pais aumenta, contribuindo nos conflitos familiares. Com isso Berger (2017) argumenta que quando o adolescente passa a distinguir entre o real e o possível, significa que entrou no nível mais alto do desenvolvimento cognitivo, assim surgem as implicações emocionais, portanto, contribuindo para tais conflitos.

Já no texto 07 aborda outro fator de risco, o ambiente escolar, pois nesse local o adolescente passa uma parte considerável de seu tempo. Na escola vários acontecimentos surgem que podem contribuir para o CAL, como exemplo: rejeição de um grupo de colegas, notas baixas, não conseguir participar de um grupo devido a timidez, dentre outros fatos. Assim, importante que os profissionais fiquem atentos aos sinais desses adolescentes no ambiente escolar, pois esse local se torna aliado para diagnosticar o CAL. Papalia e Ferldman (2013) ao mencionar a escola, afirma que quando o adolescente tem o apoio de professores e de outros estudantes, além de haver um currículo escolar ajustado na medida certa ao seu interesse, tudo isso contribui para alcançar a satisfação com a escola, caso isso não ocorra, esse ambiente passa ser um fator de risco.

TABELA 3 – ARQUÉTIPOS

Arquétipos	Autor	Texto
Arquétipo	Bonfatti et al. (2018).	08
Anima e Animus	Freitas; Scarabel; Duque (2013)	09
Grande Mãe	Cruz (2013)	10
Self	Freitas; Scarabel; Duque (2013)	09
Persona	Duarte (2018)	11
Sombra	Duarte (2018)	11
	Silva (2019)	12

Fonte: Produzida pelas autoras

Depois de ter sido abordado os fatores de proteção e os de risco, importante discutir a respeito dos arquétipos da teoria Junguiana. De acordo com o texto 08, arquétipo é entendido como uma probabilidade psíquica, uma aptidão inata para gerar fantasias paralelas de estruturas idênticas, universais da psique. São manifestações individuais, demonstradas por cada pessoa desde seu nascimento. O texto 09 reafirma que o arquétipo é uma estrutura da psique comum a todos, aparecendo espontaneamente em qualquer lugar e momento agindo no modo de pensar e agir da pessoa. Feist *et al.* (2015) ao abordarem sobre arquétipos argumentam que são imagens antigas vindas do inconsciente coletivo, e contém muitas emoções.

Alguns arquétipos foram mencionados na pesquisa para melhor entendimento desses

fatores, o texto 10 abordou sobre o Anima e Animus. Esse refere-se respectivamente o lado feminino da psique masculina e lado masculino da psique feminina. Portanto, o texto afirma que existe lado feminino e masculino em todas as pessoas. Hall *et al.* (2000) explicam que as características do sexo oposto aparecem em cada sexo, ou seja, por meio da anima o homem entende a natureza feminina, e a mulher entende a masculina pelo animus.

O arquétipo da Grande Mãe foi mencionado pelo texto 09, explica que existem dois lados: o positivo e o negativo. O lado positivo é o bom, porém o negativo ressalta a negligência, abandono e proteção em exagero que afeta a individualidade do outro. Quando um adolescente encara situações como essas do lado negativo, ele passa a estar no risco de ter o CAL, pois são situações que afetam o psicológico de forma significativa. Assim, como explica Bertucci (1998) o lado negativo desse arquétipo contribui para o impedimento do crescimento e evolução do adolescente.

Já o texto 11 aborda sobre o arquétipo Self, esse é a soma de todos os arquétipos, ele é o organizador do aparelho psíquico, tem como função abranger o inconsciente coletivo. De acordo com Fadiman e Frager (2008) esse arquétipo é encarado como o mais importante e difícil de compreender, além de unir o consciente e o inconsciente, dessa forma dando a harmonia e equilíbrio de muitos elementos diferentes da psique. Ainda no texto 11 discute a Persona, esse arquétipo trata-se da adaptação, a pessoa tem a personalidade modificada de várias maneiras, contribuindo para o convívio social, dessa forma o indivíduo projeta o papel que a sociedade dita como a postura mais adequada para determinados contextos sociais. Feist *et al.* (2015) explicam exatamente isso, conforme a teoria Junguiana o indivíduo se apresenta de acordo com o que é ditado pela sociedade como situações corretas.

Por fim, o texto 12 explica sobre o arquétipo Sombra, esse demonstra intensamente o afeto, conteúdos obsessivos, possessividade. Aquilo que é inaceitável na personalidade, as emoções difíceis acabam sendo personificadas em uma pessoa ou objeto externo do sujeito por meio do mecanismo de projeção. Assim, explica-se que a sombra é aquela que armazena o inaceitável para a consciência.

Hall *et al.* (2000) ao mencionarem o arquétipo Sombra afirmam que representa o lado animal da natureza humana, além de ser o responsável pelo entendimento do pecado original, quando ele aparece externamente passa ser um inimigo. Ressalta ainda que há contribuição para pensamentos ruins, sentimentos e ações desagradáveis não tolerados pela sociedade. Portanto, de acordo com a pesquisa pode-se considerar que esse arquétipo pode ser associado ao comportamento do adolescente. De acordo com a pesquisa ao tratar do adolescente ficou claro que essa fase da vida do indivíduo é o momento em que se busca uma identidade pessoal, porém ocorre o período de maiores dificuldades, significa que tenta o equilíbrio no modo de viver entre a infância e a vida adulta (ERIKSON, 1976).

Observou-se que a família é um fator de proteção para o adolescente, pois é por meio dela que se consegue resultados positivos, dos quais contribuem no combate do CAL. A família que é presente, demonstra afeto, carinho e dedicação, além de dá ouvidos ao adolescente, faz alcançar resultados importantes na vida desse indivíduo que pode estar sofrendo com algum problema psíquico. Há outros fatores de proteção que devem ser levados em consideração, como a amizade, atividade física, fazer parte de uma religião, dentre outros (BARRETO; RABELO, 2015; OLIVEIRA, 2015; FREITAS; SANTOS; RIBEIRO, 2018; MEINE *et al.*, 2019).

A amizade destaca como relacionamento entre os adolescentes, o estudo demonstrou o quanto é importante para eles, pois é no meio dos amigos que um adolescente consegue se expressar melhor, compartilhar seus desejos, frustrações, medos, além de haver uma cumplicidade porque estão passando pela mesma fase da vida (BARRETO; RABELO, 2015; OLIVEIRA, 2015; FREITAS; SANTOS; RIBEIRO, 2018; MEINE *et al.*, 2019).

Assim como foi discutido sobre os fatores de proteção, discutiu-se também sobre os fatores de risco, onde foi abordado como esses influenciam no comportamento auto lesivo. Um dos destaques desse fator foi o ambiente escolar, onde o adolescente passa boa parte do seu tempo. Nesse local pode ocorrer situações que afetam de forma significativa a vida do adolescente, dessa forma é importante que os profissionais da área de saúde fiquem atentos para utilizar esse local como aliado no

combate ao CAL. Outro fator de risco refere-se ao adolescente não estar inserido a um grupo, isso afeta a vida desse indivíduo, pois pode haver a solidão de não compartilhar suas angústias, medos, incertezas, com pessoas da mesma idade, onde consegue ficar mais à vontade por estarem vivenciando situações parecidas nesta fase da vida (OLIVEIRA, 2015; ERIKSON, 1976).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa proporcionou o entendimento a respeito do adolescente que tem comportamento autolesivo, e ainda a importância em entender quais são os principais fatores de proteção que podem auxiliar para combater o CAL. Ficou claro também que os fatores de risco devem ter atenção pelos profissionais da saúde e também pela família.

Foi importante a discussão sobre os arquétipos de acordo com a teoria junguiana, ao levantar alguns deles, houve a possibilidade de ligar um ao adolescente. Assim, entendeu-se como o arquétipo Sombra a ser ligado, pois demonstra intensamente o afeto, conteúdos obsessivos, possessividade.

O resultado da pesquisa foi satisfatório, pois esclareceu a respeito do CAL, fatores de proteção e de risco, além de explicar o que são arquétipos. Foi possível entender que o CAL ainda precisa ser mais estudado no Brasil, portanto, é preciso mais pesquisas como essas que possam contribuir no conhecimento desse assunto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, R. S. Adolescência e Contemporaneidade: Aspectos Biopsicossociais. **Revista Pediátrica**, v. 5, n. 3, 2015.
- AMARAL, C. et al. Depressão na adolescência com ideação suicida: um estudo de caso. **Anais da XI Mostra Científica do Cesuca**. Cachoerinha, RS, nov. 2017.
- BARRETO, M. J. RABELO, A. A. A família e o papel desafiador dos pais de adolescentes na contemporaneidade. **Pensando Família**, v. 19, n. 2, Porto Alegre, dez, 2015.
- BARTUCCI, G. A doença da morte: um direito de asilo. **Google Livros**, São Paulo: Annablume, 1998. Disponível em:
<https://books.google.com.br/books?id=r9m2nDLahwMC&pg=PA31&dq=arquétipo+grande+m%C3%A3e&hl=pt->

- BR&sa=X&ved=0ahUKEwjY0drvhofqAhW1HrkGHeWRAlQ6AEIMDAB#v=onepage&q=arquetipo%20grande%20m%C3%A3e&f=false>. Acesso em: 15. Maio. 2020.
- BERGER, K. S. **O desenvolvimento da pessoa do nascimento à terceira idade**. 9. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2017.
- BONFATTI, P. et al. Acerca do conceito de arquétipo na psicologia analítica: breves considerações. **Analecta**, Juiz de Fora, v. 4, n. 4, nov, 2018.
- BOTEGA, N. J. Crise suicida: Avaliação e Manejo. **Google Livros**, Porto Alegre: Artmed, 2015. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=WoqICgAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Crise+suicida:+Avalia%C3%A7%C3%A3o+e+Manejo.&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwjD7O7uzonqAhXNGbkGHQQmCjsQ6AEIKDAA#v=onepage&q=Crise%20suicida%3A%20Avalia%C3%A7%C3%A3o%20e%20Manejo.&f=false>>. Acesso em: 15. Maio. 2020.
- CRUZ, C. H. S. Os Arquétipos Junguianos Anima e Animus e seu balanceamento através da Arte. **Revista de Arteterapia**, São Paulo, v.4, n.2, 2013.
- DUARTE, J. C. L. Jung e a Psicologia Analítica: um recorte histórico e teórico. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1233.pdf>>. Acesso em: 15. Maio. 2020.
- DSM-5. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. Tradução de Maria Inês Corrêa Nascimento. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- ERIKSON, E. **Identidade: Juventude e crise**. 2.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.
- FADIMAN, J. FRAGER, R. Personalidade e crescimento pessoal. **Google Livros**, São Paulo: Artmed, 2008. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=UL7koDFT198C&pg=PA103&dq=arquetipo+self&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwiHxd_B8obqAhWfKLkGHsk0Ce0Q6AEIOTAC#v=onepage&q=arquetipo%20self&f=false>. Acesso em: 15. Maio. 2020.
- FEIST, J. FEIST, G. J. ROBERTS, T. **Teorias da Personalidade**. 8. ed. São Paulo: AMGH, 2015.
- FRANCO, M. L. P. B. **Análise de conteúdo**. 2. ed. Brasília: Liber Livro, 2005.
- FREITAS, L. V. de. SCARABEL, C. A., DUQUE, B. H.T. As implicações da depressão pós-parto na psique do bebê: Considerações da Psicologia Analítica. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 30, n. 69, p. 253-263, abr./jun. 2012.
- FREITAS, M. SANTOS, A. J. RIBEIRO, O. Qualidade da amizade na adolescência e ajustamento social no grupo de pares. **Análise Psicológica**, v.36, n.2 Lisboa, jun. 2018.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas S.A, 2010.
- HALL, C. S. et al. Teorias da Personalidade. **Google Livros** Porto Alegre: Artmed, 2000. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=iHYYyG0-a8lC&pg=PA91&dq=arquetipo+persona&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwjHkOuZ9YbqAhUVCrkGHSLPDj4Q6AEIKDAA#v=onepage&q=arquetipo%20persona&f=false>>. Acesso em: 25. Maio. 2020.
- MACÊDO, S. Sofrimento psíquico e cuidado com universitários: Reflexões e intervenções fenomenológicas. **Ecos**, Vale do São Francisco, v. 2, p. 266 - 277, 2018.
- MEINE, I. R. et al. Depressão e suicídio: o adolescente frente a fatores de risco socioculturais. **Research, Society And Development**, Santa Maria, v.8, n. 12. nov. 2019.
- PAPALIA, D. E. FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

- ROSSI, L. M. et al. Crise e saúde mental na adolescência: a história sob a ótica de quem vive. **Cadernos de Saúde Pública**, v.35, n.3, Rio de Janeiro, mar.2019.
- SILVA, A. C. BOTTI, N. C. L. Comportamento autolesivo ao longo do ciclo vital: Revisão integrativa da literatura. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n.18 Porto dez. 2017.
- SILVA, M. F. de A. SIQUEIRA, A. C. O perfil de adolescentes com comportamentos de autolesão identificados nas escolas estaduais em Rolim de Moura – RO. **Revista Farol**, Rolim de Moura – RO, v. 3, n. 3, p. 5-20, mar. 2017.
- SILVA, K. Paula. SOUZA, M. R. J. FARIA, M. R. G. V. O “Sentir na Pele”: Uma Análise do Comportamento Autolesivo em Adolescentes. Anápolis, 2019. Disponível em:
<<http://repositorio.aee.edu.br/bitstream/aee/8137/1/O%20%E2%80%9CSentir%20na%20Pele%E2%80%9D%20Uma%20An%C3%A1lise%20do%20Comportam.pdf>>. Acesso em: 15.maio, 2020.
- SILVA, S. L. O Arquétipo da Sombra. **Revista Extensão**, v. 3, n.1, p. 20-28, 2019.
- SOUZA, S. C. de. A noção de totalidade Junguiana: Breves considerações. **Revista Pandora Brasil**, n.50, p. 1-7, jan, 2013.
- OLIVEIRA, Alexandra. Conflitos familiares e amigos e a influência na construção da identidade do adolescente. Disponível em:
<<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0933.pdf>>. Acesso em: 20. Maio. 2020.

MULTIVIX

VITÓRIA