

# REFLEXÕES SOBRE A EMOÇÃO DO MEDO E SUAS IMPLICAÇÕES NAS AÇÕES DE DEFESA CIVIL<sup>1</sup>

---

LUANA MARCIA BAPTISTA TAVARES<sup>2</sup>  
FERNANDO CORDEIRO BARBOSA<sup>3</sup>

## Considerações iniciais

Abordar o universo no qual as ações de defesa civil se concentram é como invadir um território vasto e imprevisível. Vasto porque abrange a estreita faixa da atmosfera que compõe o nosso mundo habitável, mas que compreende toda a amplitude da nossa ocupação territorial e existencial. Imprevisível porque nesta extensão as emoções e desafios da mesma existência coexistem, se acomodam e se conflitam. Este conflito envolve todos os eventos que levam a possíveis calamidades, sejam nas mudanças climáticas e oscilações na crosta terrestre, sejam nas variações presentes no ar, na água e na terra, sem desconsiderar a contribuição do fogo nos cataclismos dos quais todos os elementos participam. Tais eventos, quando atingem o homem, geram catástrofes capazes de dizimar vidas e esperanças. Mas não somente eventos naturais, ainda que relacionados à influência humana, participam desta seleção. Crises econômicas, sociais, existenciais e tecnológicas, são igualmente responsáveis pelo aumento do risco na sociedade em que vivemos. Praticamente não há como dissociar a tensão cotidiana – seja esta física ou virtual, justamente em função da cultura da globalização, disponível e até mesmo cultivada, pelos meios de comunicação – da referência a um risco iminente. É como se a humanidade estivesse mergulhada em um barril de pólvora prestes a explodir.

O sociólogo alemão Ulrich Beck (2010) abre a polêmica quando problematiza a chamada sociedade de risco. Segundo ele, a sociedade da qual a humanidade participa sugere “um difícil equilíbrio entre as contradições de continuidade e cesura na moder-

---

1. AGRADECIMENTOS – Agradecemos a todas as pessoas, vítimas ou não, que, em algum momento, foram capazes de superar seus próprios medos, na tentativa de aliviar as suas próprias dores e a de todos os que sofrem. Este artigo é dedicado a eles.

2. Graduação em Filosofia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, especialização em Planejamento Ambiental e mestrado em Defesa e Segurança Civil pela Universidade Federal Fluminense, com especialização em Filosofia Clínica, pelo Instituto Packter/RS (luanamarcia.tavares@gmail.com).

3. Doutor em Antropologia pela Universidade Federal Fluminense e professor credenciado ao Programa de Pós-Graduação em Defesa e Segurança Civil - Mestrado Profissional - da Universidade Federal Fluminense - UFF. (fernandocordeiro@uol.com.br)

nidade, que se refletem mais uma vez nas oposições entre modernidade e sociedade industrial e entre sociedade industrial e sociedade de risco” (p. 12). É uma sociedade na qual a inerência da imprevisibilidade da natureza precisa estabelecer um diálogo entre as “dicotomias ordenadoras do mundo” e este certamente não é um diálogo simples e fácil. Ao contrário, pressupõe entendimentos, concessões e superações.

Nesse contexto insere-se a Defesa Civil, na sua missão de mitigar os danos causados pelas intempéris das situações de desastre, além de incrementar políticas de prevenção, preparando-se para emergências e desastres, possibilitando uma resposta imediata frente aos mesmos e contribuindo para a reconstrução da vida em sociedade. Sua principal função, segundo a Política Nacional de Defesa Civil (2007), é “garantir o direito natural à vida e à incolumidade”, numa clara referência à necessidade premente de preservação e manutenção da qualidade de vida em circunstâncias de crises e de desastres<sup>i</sup>. Mas, dentro de uma perspectiva factual, em uma realidade multifacetada, esta função revela-se árdua e complexa, pois interage valendo-se da transdisciplinaridade de áreas nem sempre afins, além de implicar em articulações não somente políticas, mas de diversos setores da sociedade.

Assim, ao consideramos este contexto social complexo, no qual é preciso buscar caminhos que levem a uma clareza espacial, mental e emocional, percebemos que refletir sobre as questões emocionais nos desastres humanos, especialmente os de natureza social, é essencial como pressuposto para a adoção de qualquer ação em momentos de crise, seja em vista de um projeto de prevenção ou minimização de desastres ambientais, seja na reconstrução e recuperação de áreas atingidas que envolvem seu principal elemento: o homem – vítima, pela sua constante condição de vulnerabilidade<sup>ii</sup>, em decorrência de crises sociais ou de desastres propriamente ditos, seja de que natureza for, e de todas as suas consequências.

Esta consciência e reflexão devem se voltar à construção de uma sociedade mais saudável e segura, com perspectiva ao modo de ser próprio e produtivo do homem no seu mundo peculiar. Como bem colocado por Barros & Barros (2012),

a designação de desastres sociais ao invés de naturais talvez fosse mais apropriada, já que um desastre natural sem vítimas humanas, sem perdas materiais ou não materiais para a sociedade, não pode ser considerado (p. 686).

Desta forma, entende-se que a capacidade de se adaptar a esta outra e nova realidade pós-traumática, ou resiliência, é um dos principais aspectos a ser considerado no que tange aos desastres ambientais, sejam estes de pequeno, médio ou longo alcance, uma vez que esse conceito, singular em cada cultura, é igualmente determinante para a reconstrução de áreas e humanidades atingidas. Mas não somente. É preciso um olhar que identifique, reconheça e estabeleça contato com a fragilidade do outro como um aspecto fundamental para contornar situações, em que sofrimento e fragilidade são temas comuns. É preciso um olhar na perspectiva da possibilidade, da presença do outro, das relações, reações, do porvir e da ação antecipadora que pressupõe soluções possíveis e

direcionadas ao cuidado existencial. É preciso um olhar para as emoções envolvidas na perspectiva dos que participam desta realidade, pois a vulnerabilidade é posta em questão, não somente a física ou mental, mas aquela que integra as emoções e dos limites a que uma pessoa está exposta. Assim, a partir de uma reflexão sobre emoções, especialmente a do medo, esta pesquisa objetiva expor a importância destas no contexto da Defesa Civil, pois este, segundo Bruck (2009),

é o tema dos limites, do inesperado, da extrema contradição, do impensado e do repentino, do urgente, da emergência, do extremo estressor traumático, da finitude, da perda e da angústia da aniquilação (p. 4).

Em se tratando de uma pesquisa que tem por base um aspecto essencialmente reflexivo, a metodologia seguiu um caminho óbvio que buscou, além da pesquisa bibliográfica e iconográfica, respaldo nos relatos de agentes de Defesa Civil envolvidos no processo das ações, no socorro e amparo às vítimas também se materializou através de entrevistas gentilmente cedidas. O material captado em áudio e em olhares *in loco* permitiu agregar uma tentativa de consideração das questões que permearam o objetivo deste trabalho, ou seja, a valorização das emoções e da importância de ver o outro, de estabelecer não somente um contato vital na manutenção da vida, mas também de permitir que pudesse haver um transporte de sentimentos, de forma a garantir que a valorização da vida não seja um ato mecânico e que as possibilidades de reconstrução emocional resiliente sejam válidas.

Para pensar a resiliência é preciso pensar a confiança na sociedade que se posiciona diante do risco. Neste sentido, é interessante recorrer a outro sociólogo, Anthony Giddens (1991), que enfatiza o quanto a modernidade se baseia em uma “confiança em sistemas abstratos” (p. 87), aqueles que comportam não somente nas instituições em geral, mas especialmente os sistemas peritos. Há uma reflexividade que implica no conhecimento que a sociedade necessita absorver e a confiança nas práticas sociais organizadas, que se baseia não só na superação dos medos preexistentes, como daqueles que se referem a um futuro aberto, incerto e imprevisível, onde o medo iguala a todos na fragilidade, estranhamente vulneráveis diante dos riscos a que estamos sujeitos.

Na especificidade de cada cultura, é importante observar que alguns riscos podem ser até mesmo valorizados, uma vez que são possibilitadores de uma melhor qualidade de vida, como é o caso de ofertas de trabalho em locais considerados potencialmente perigosos em linhas gerais. Dentro do contexto onde a escolha opta pelo risco menor, as emoções associadas ao risco e ao perigo a enfrentar ficam em segundo plano e podem até mesmo ser negligenciadas. Para Bauman (2008), entretanto, a ideia de risco está mais próxima e deve ser entendida como “os obstáculos que ficaram próximos demais para a nossa tranquilidade e não podem mais ser negligenciados” (p.18). Ele alerta para o perigo da negligência quanto à falta de credibilidade com relação aos riscos potenciais e quanto à banalização devida às emoções que os envolvem, pois entende que “nenhum perigo é tão sinistro, nenhuma catástrofe fere tanto quanto as que são vistas como uma probabilidade irrelevante” (p. 24).

De fato, viver em segurança demanda cuidados constantes e atenção voltados ao planejamento e à prevenção, ambos adequados à época e aos espaços considerados, de acordo com os parâmetros específicos a cada situação.

## Uma emoção indispensável

O planeta Terra é um emaranhado de atividades, todas interligadas em certo nível. Algumas dessas atividades estão tão interligadas que sua dependência acontece em pata-mares onde ainda não é possível penetrar. Pode-se dizer que quase não há como conceber eventos isolados da participação humana e com exceção daqueles que se manifestam com consequências apenas locais, isoladas da presença do homem, geralmente há resultados dramáticos, com graves implicações, em termos físicos, materiais e emocionais. Está implícita a noção de que o homem é, quase sempre e paralelamente, mentor, contribuinte e vítima de tudo o que se insere na natureza. Lembrando a fala do Cacique Seattle, em 1855, “O homem não tece a teia da vida: É antes um dos seus fios. O que quer que faça a essa teia, faz a si próprio”. Portanto, estamos profundamente conectados aos eventos que se desdobram a partir de acontecimentos inesperados. E estes, por sua vez, se desdobram em emoções: quase sempre fortes, densas e intensas. E entre elas, a emoção associada ao medo é uma das mais recorrentes.

Desde os primórdios, dependemos do medo para a sobrevivência. Ele era, provavelmente, a característica mais preventiva de que os ancestrais humanos dispunham. Assim, riscos e perigos iminentes eram muitas vezes evitados através das defesas naturais disponíveis, nas quais o medo estava diretamente envolvido. Esta é uma emoção que está presente em nossa vida cotidiana de cada ser vivente e sua definição, segundo Hollanda (2009), “um sentimento de viva inquietação ante a noção de perigo real ou imaginário, de ameaça; pavor, temor” está condizente com a angústia vivenciada, que não pode ser negligenciada. O medo, porém, é um aliado na conformação do bem estar. Em situações reais ou imaginárias, prepara o corpo para suportar pressões extremas e reagir a situações de ameaça. Como estado psicofísico, elabora reações capazes de permitir ações que não seriam possíveis nas condições normais.

O medo é um constitutivo emocional do ser humano; é uma emoção essencialmente subjetiva. Mesmo que envolva o coletivo, parte do pressuposto de que é um sentimento individual ou, mais apropriadamente, intersubjetivo, pois normalmente trata-se de uma relação entre sujeitos ou entre este e um objeto, seja este qual for. Em estado de temor associado ao desespero, cada fibra do corpo remete a lembranças de alguma experiência anteriormente vivenciada. Neste sentido, há um preparo inconsciente sobre como reagir diante de uma situação amedrontadora ou de desespero, ou ainda de sobrevivência. Em situações cotidianas, o medo pode ser gerenciado, caso não se configure como uma fobia. Contudo, nas grandes catástrofes, os parâmetros podem ser insuficientes para dimensionar o alcance a que esta emoção está sujeita. Calamidades, como a que o Brasil esteve exposto recentemente, nas chuvas e enchentes que assolaram a Região Serrana do Rio de Janeiro, em janeiro de 2011, revelam que muitas vezes faltam palavras para expressar o drama vivenciado por todas as pessoas envolvidas: desde as vítimas diretas até as pessoas que

apenas assistiram aos acontecimentos pelos noticiários, a sensação, guardadas as devidas (e necessárias) proporções, é a de que algo muito grave acontecera, algo que não pôde ser medido nem qualitativa nem quantitativamente, indo alojar-se nas estatísticas por conta da imensidão de seus números. Mas a dor, os medos e os traumas gerados por esse estatuto de dramaticidade não poderão jamais ser escalonados.

Entretanto, calamidades não se configuram somente a partir de eventos naturais, ainda que com a contribuição humana. Há muitas dramaticidades que resultam de outros fatores, de sociedades onde o medo é direcionado a partir da construção de elementos que o possuem como eixo, incutido nos cidadãos – e nem sempre subliminarmente. Ou seja, muitas vezes o medo é imposto como questão não de sobrevivência, mas como uma forma de incentivo a comércio ilícitos, benefícios duvidosos, tráfico e máfias. É uma espécie de cultura do medo. Nestas sociedades a percepção de que o terror funciona como um pano de fundo para permitir ações ilícitas ou insanas, pode até mesmo passar despercebida em algumas situações. Guerras santas são deflagradas e alimentadas orientando-se pelo poderoso fator do medo. Mas, mesmo entre sociedades aparentemente organizadas e bem sucedidas, há desastres sociais que são pautados em função de emoções que tendem a desarticular a sociedade estruturalmente, tais como a violência, o crime, as instabilidades sociais, culturais, frutos do descaso, essencialmente na educação, e que geram calamidades que, ao contrário das naturais, geralmente são anunciadas.

Segundo o teórico político americano Benjamin Barber (2005) – e embora a referência neste caso seja ao terrorismo – “o medo é uma arma muito mais potente contra os que vivem num clima de esperança e prosperidade do que contra os que vivem num mundo de desespero, sem nada a perder” (p. 37). Mas é bom lembrar que sempre há o que perder. No caso do medo, o que pode ser perdido é o seu, por assim dizer, caráter salutar ou aquela essência vital que estimula o instinto de sobrevivência e que faz com que os homens se encontrem na angústia da incongruente condição humana. Valêncio (2010) reforça esta ideia, sugerindo uma perspectiva sociopolítica que reflete no cotidiano e que expõe a vulnerabilidade dos sujeitos envolvidos.

Medo e desesperança são algumas das expressões subjetivas da vulnerabilidade de determinados sujeitos. Decorrem, amiúde, da vivência cotidiana de interações sociais verticalizadas que insinuam, frequentemente, a legitimidade de práticas sociopolíticas supressoras e opressoras de modos de pensamento, hábitos, preferências, lugares, vozes e identidades que não estejam em conformidade com aquilo que é convencionalizado, por poucos, como sendo ‘adequado’, ‘de bom gosto’ e ‘belo’. Significa dizer, nesse aspecto, que são estados emocionais suscetíveis de serem flagrados em um sistema concreto e espacializado de trocas desiguais, cuja lógica organizativa não aceite refutação. (p. 34).

Mas o medo também é cultivado pelo sofrimento contínuo ou por atrocidades existenciais que, de tão inseridas no contexto, já não se distinguem entre estados de alerta ou de contingência, ambos muitas vezes abonados pela força dos padrões culturais, tais

como as recorrências das inundações, das estiagens e da seca, que se constituem como uns dos mais importantes padrões de desastres considerados.

Quando Beck (2010) diz que “o processo de modernização torna-se reflexivo, convertendo-se a si mesmo em tema e problema” (p. 24), já sinalizou sobre as situações recorrentes a que a sociedade como um todo está exposta e que muitas vezes, “a promessa de segurança avança com os riscos”. Sem intenções apocalípticas, o medo literalmente paira no ar quando se percebe que não só as condições climáticas estão mudando, mas igualmente percebe-se que existe de fato certo mal-estar civilizacional, que agrega natureza e intencionalidade, justamente o que determina como a humanidade é e como se configura hoje, em termos de construções políticas e sociais. Mas viver é uma atitude que comporta riscos, e todos, mesmo com medo do que possa advir, precisam entender e se preparar para quaisquer situações que se apresentem. Neste aspecto, Beck (2010) nos alerta: “Riscos têm, portanto, fundamentalmente que ver com antecipação, com destruições que ainda não ocorreram, mas que são iminentes, e que, justamente nesse sentido, já são reais hoje” (p. 39). Ele também sugere que na sociedade de risco, o que impera é a assertiva do “tenho medo” e que a “solidariedade da carência é substituída pela solidariedade do medo” (Idem, p. 60).

Todas as perspectivas de (e sobre) o medo constituem paisagens, chamadas pelo geógrafo chinês Yi-Fu Tuan (2005) de “paisagens do medo” que se revelam cada vez mais presentes e próximas ao cotidiano humano. Segundo este autor, a referência a essas paisagens “diz respeito tanto aos estados psicológicos como ao meio ambiente real” e “são as quase infinitas manifestações do caos, naturais e humanas” (p. 12), que constantemente nos remetem aos referenciais de vulnerabilidade a que estamos sistematicamente expostos, independente do âmbito em que estejam.

Portanto, faz-se necessário entender o medo para melhor confrontá-lo e superá-lo, quando possível, visando a uma sociedade mais saudável, em muitos sentidos. Buscando, enfim, alternativas emocionais em momentos de crise – antes, durante e depois – uma vez que o trauma não se encerra após o evento, mas permanece, ainda que a vítima se recuse a aceitar ou a entender as dores e vicissitudes.

## **Reflexões sobre uma emoção inerente**

Refletir sobre o medo implica em refletir sobre a própria vida. Nascemos com a predisposição de sentir e vivenciar uma emoção que carrega em si parte da essência da sobrevivência. Provavelmente a humanidade seria mais feliz se os mecanismos que deflagram o medo fossem removidos, mas certamente nossa espécie não sobreviveria para perpetuar essa felicidade.

O medo, para alguns poderá ser um processo de racionalização, de forma a compreender não só para aceitar, como também para suportar os diversos medos. É um fato que se assimila melhor o que melhor se compreende. Mas esta compreensão pode igualmente dar-se pela via do sentimento, da vivência e da experiência. Neste sentido, a partilha da dor também é uma aliada na conformação da emoção e contribui positivamente para a aceitação e para a superação.

Desde os tempos antigos, as emoções são consideradas e analisadas dentro de seus contextos. Aristóteles (384 a.C. – 322 a.C.), na *Ética a Nicômaco*, já se referia à emoção do medo como uma afeição da alma ou uma reação favorável (ou não) às necessidades do animal, levando em conta a condição natural da vida. O prazer seria a adequação ou restabelecimento a essa condição, e a dor o que fosse contrário ou afastasse o ser vivo desta mesma condição. Segundo Abbagnano (2012), filosoficamente, emoção é definida como

qualquer estado, movimento ou condição que provoque no animal ou no homem a percepção do valor (alcance ou importância) que determinada situação tem para a sua vida, suas necessidades, seus interesses (p. 362).

Assim, faz-se necessária a percepção do sentimento em virtude do que existe conforme o valor atribuído. Ou seja, o que para muitos pode significar uma situação de medo, em função de sua cultura ou de suas vulnerabilidades, para outros pode ser apenas adaptação e até adequação às suas necessidades, como morar próximo a um vulcão e tradicionalmente entendê-lo como uma bênção divina. Ou, em outros casos, quando a necessidade de sobrevivência, por conta de trabalho ou moradia, obriga a que as pessoas vençam seus medos e os superem.

Conforme bem observa Aristóteles, na *Retórica* (*apud* ABBAGNANO, 2012) “o medo é uma dor ou uma agitação produzida pela perspectiva de um mal futuro que seja capaz de produzir morte ou dor”, (p. 363). Ou seja, há uma expectativa com relação ao significado e à função do medo, que pode se traduzir como algo em perspectiva, algo – e neste caso, especificamente, pode-se aqui fazer referência aos riscos e desastres potenciais – que amedronta, que angustia, que precisa ser compreendido e superado. O medo, nesta linha de pensamento, é inerente aos seres vivos e sua manifestação ocorre por interseções entre emoções, axiologias e expressividades. As axiologias remetem a tudo a que se confere valor, considerando a vida como um bem máximo, ainda que para muitos as implicações materiais no que se refere às tradições e aquisições muitas vezes alcançadas com grande esforço, seu lugar, suas raízes, são bens quase comparáveis à vida. E as expressividades são a resultante das condições a que são submetidos: em caso de distúrbios, em pequenos acidentes ou grandes catástrofes, é o equilíbrio colocado em pauta, gerando a angústia que, levada a extremos, pode implicar em sequelas graves e permanentes. Trabalhar o entendimento sobre o medo e os traumas advindos de situações de eventos de desastres é pressuposto para aumentar a resiliência de qualquer sociedade.

Para o filósofo alemão Martin Heidegger (2009), medo é uma emoção recorrente, cotidiana e implica na percepção de tudo o que de fato acontece, sendo apreendida em circunstâncias concretas, fáticas. Ele sugere que o medo ajuda na afirmação do homem que se efetiva a partir de seu próprio ser, como se reconhecesse que este ser só pode se realizar através de si mesmo, através de seus próprios sentimentos. É como um ser em busca de si mesmo, mas que não atribui sentido à inadequação a que está sujeito e, assim, esse atributo recairia sobre os outros e sobre as circunstâncias, provocando uma alienação dos eventos por quem o vivencia. Esta sugestão nos permite adentrar as responsabilidades

que uma situação de caráter emergencial, limítrofe, pode gerar, tal como uma paralisação emocional ou mesmo uma fuga, exatamente quando uma atitude urgente se faz necessária.

Assim, o medo, que se configura em certos contextos como elemento importante para a organização e a ordem social, pode impedir que a normalidade se restabeleça, pois se vale de suas próprias lembranças, dos traumas gerados, das situações de desespero. A angústia, ainda que com um sentido próprio de indeterminação e iminência, advém da resultante psíquica de sentimentos provocados pela dor e pelo temor em situações dramáticas e extremas, tais como a guerra e as grandes catástrofes, naturais ou não. A escritora americana Susan Sontag (2003), no sugestivo *Diante da dor dos outros*, explora a iconografia da guerra e dos conflitos e faz um interessante relato sobre os registros captados nos momentos de drama, dor e catástrofe, que expressam a dificuldade humana de gerenciar suas próprias expectativas e que gera a incerteza que detona medos e angústias. Ela nos aponta sobre como “Narrativas podem nos levar a compreender. Fotos fazem outra coisa: nos perseguem” (p. 76), pois nas fotos, imagens impactantes, o sentimento do medo geralmente se torna protagonista. Cada uma das fotos poderia ser objeto de ações da Defesa Civil, mas, infelizmente, são representativas de insanidades ainda maiores, pois que são artificiais, derivadas, do pior desastre possível: a intolerância, arrogância e o descaso humano para com seus semelhantes.

## Medo e superação nas ações da Defesa Civil

Em situações críticas, a reação através da emoção do medo não acomete somente as pessoas que foram vítimas diretas ou indiretas do evento considerado. O medo pertence a todos os envolvidos, a todos que se encontravam em situação de risco e àqueles que se colocaram em risco por outros, seja em um evento propriamente dito, seja na ação de resgate e salvamento. Neste sentido, observa-se a inerência desta emoção, como se o medo pertencesse a todos aqueles que se envolvem em suas facetas. O medo, portanto, se estabelece na interação, sendo produto da relação entre os indivíduos e a cultura e sociedade. Ou seja, o medo não estaria apenas vinculado a princípios universais e a experiências individuais, mas também ao mundo social, visto que fatores de ordem social e cultural influenciam, a seu modo e conforme repertórios culturais distintos, a esfera emocional.

De certa forma, todos os seres vivos estão sujeitos, eventualmente, a sentir medo. Tanto nas situações dos riscos que podem ser menos abrangentes, como acidentes domésticos, como em grandes eventos, envolvendo catástrofes. Errôneo, portanto, considerar que apenas as vítimas se deparam com o desespero. E, assim, sentir medo em situações de risco é pressuposto de que existe a possibilidade de escapar da situação, confrontá-la ou pelo menos contorná-la. E, neste sentido, também a sobrevivência pertence a todos.

Fisiologicamente, o medo funciona como um alerta vermelho para que o corpo se prepare para situações de risco iminente ou naquelas em que as memórias de um evento semelhante – potencialmente estressante e anteriormente vivenciado – possam ser resgatadas e utilizadas como um mecanismo onde o perigo possa ser analisado, calculado e utilizado para evitar futuros confrontos desnecessários, desencadeando reações viáveis e

agindo preventivamente. É como se o organismo se valesse de um gatilho para se proteger e captar soluções viáveis.

Os ancestrais humanos, conforme apontam diversos estudiosos da evolução humana, foram levados a desenvolver este mecanismo por conta da imprevisibilidade dos tempos passados, quando não havia garantias de sobrevivência.

De certa forma, considerando a mesma imprevisibilidade dos atuais desastres, naturais ou não, é preciso estar continuamente preparado para reagir diante das circunstâncias e dos sobressaltos de um evento. Assim, seguindo um viés da psicobiologia, através de gatilhos selecionados ao longo da evolução das espécies, o corpo libera hormônios que, acionando mecanismos internos, possibilitam que todo o organismo se envolva em operações meticulosamente preparadas para acontecerem em caso de necessidade urgente, disparando o alarme e associando visões, cheiros e sons, primitivamente codificados, a um perigo em potencial e às emoções como o medo ou, em última análise, o pânico. São esses estados que nos capacitam a operar em situações de crise, seja lutando, paralisando ou fugindo, de acordo com a melhor opção. Não é um processo simples. Na verdade, envolve muito mais do que simplesmente temer. Envolve ter condições de sobrevivência em situações extremas.

Os sinais fisiológicos mais comuns e mais facilmente observados, segundo especialistas nessa área, são: frio na barriga, respiração forte, coração acelerado, suor, boca seca, tremedeira, visão embaçada e até desmaios. Assim, quando um barulho ensurdecedor ou um tremor abala uma estrutura, ou quando a chuva não cessa ou a onda se manifesta, é o medo que possibilita a reação de uma pessoa, seja por paralisia ou por fuga, colocando-a em expectativa, na tentativa de salvar-se ou a outra vida.

Mas qual o foco do medo? Observa-se que em muitas situações, inclusive desastres, salvo fobias específicas, o medo acontece por múltiplos motivos, todos essencialmente válidos: a dor e o sofrimento, a morte (um dos mais viscerais), o desconhecido, o de não conseguir se salvar, as perdas materiais, a falta de identidade pela perda da habitação e seu modo de vida, a perda de entes queridos, a incapacidade de reconstruir a vida, o sofrimento, a dúvida, a falta de perspectiva, a preocupação com o futuro e tantos outros quanto as subjetividades assim permitirem e conforme cada cultura específica entende e percebe o medo. Lidar com o medo resultante de qualquer evento dramático e seus desdobramentos, especificamente nas esferas dos desastres naturais ou humanos, pode demandar um cuidado extremo. Até porque é preciso entender que algumas emoções são existenciais, quase unânimes, e demandam uma atenção que não é somente assistencial e urgente, mas que se reflete na vida e em todas as suas mais complexas e diversas dimensões.

No âmbito da psicologia, especificamente a psicologia de desastres, há técnicas que auxiliam a elaborar formas de conduzir os traumas e as dores advindas das situações vivenciadas, principalmente em como confortar e garantir o mínimo de respaldo às subjetividades em questão. Mas a superação desta emoção, sem absolutamente negligenciá-la ou anulá-la, e sem descuidar de atendimentos urgentes, diretos e necessários, implica igualmente em entender que não há somente uma fisiologia do medo. Há um processo de elaboração complexo, filosófico, existencial, de como esta emoção se processa e como pode auxiliar, epistemologicamente, a superação, resiliência e reconstrução da camada

da sociedade atingida, lembrando sempre que, embora as estatísticas sejam documentos válidos no estudo de qualquer evento de desastres, a dor de uma única vítima precisa ser valorizada, pois embora a análise de uma tragédia implique no contingente atingido, ela deve ser sempre contextualizada e partir do pressuposto de que cada vida é importante e cada sofrimento ainda é um traço único e singular.

Há técnicas das quais a psicologia se vale. Uma delas, a chamada *debriefing* psicológico que, segundo o psicólogo Ney BRUCK (2009), é um

termo genérico para as intervenções imediatas após um trauma (geralmente no período de até três dias), que procura aliviar o estresse com o objetivo de evitar patologias de longa duração, por meio de reconstrução narrativa da experiência e da ventilação catártica de seus impactos penosos.

Outra técnica é a Dissociação Visual-Cinestésica (DVC), que se vale “da mudança na forma com que a pessoa que viveu uma situação traumática representa mentalmente um evento” Bruck (2009). O objetivo principal da técnica é desvincular o registro visual do evento do emocional, para que este possa se reorganizar.

Porém, ainda não parece haver um consenso sobre as técnicas emergenciais em atendimentos às vítimas e este não é exatamente o objeto de estudo deste trabalho. O que se intenciona aqui é estabelecer a conexão entre o medo e as ações da Defesa Civil, embora seja pertinente e fundamental a observância de que todo o auxílio terapêutico possível é vital para que o medo e o trauma não se plassem à nova realidade pós-evento de desastre. É importante perceber que as pessoas reagem de forma singular a situações de calamidades, e que mesmo padrões estabelecidos anteriormente como parâmetro natural para iniciar procedimentos de atendimento psicológico e terapêutico não necessariamente correspondem aos fatos vivenciados. No momento de um desastre ou nos seguintes, relacionados ao pós-trauma, pode-se encontrar infinitas formas de reação que vão depender da vulnerabilidade do contexto em questão, da capacidade de entendimento e da estrutura de pensamento de cada indivíduo envolvido, abrindo possibilidades em que técnicas convencionais podem não necessariamente surtir o efeito desejado.

Assim, a prevenção ainda é a melhor forma de preparar as pessoas, conscientizando-as para a readaptação às novas condições de vida e enfrentamento das situações adversas. Quando se desenvolve uma cultura de desastres, abre-se este conhecimento à avaliação prévia que não é somente racional, mas que igualmente prepara o emocional, ainda que somente a partir de uma noção, para as possibilidades e novas interpretações e direcionamentos.

## Emoções em ação

Defesa Civil, considerada em um âmbito mais abrangente, é assunto que diz respeito à população em geral, pois refere-se ao exercício de cidadania, incentivando maior consciência ambiental, além de envolver práticas educacionais e axiológicas,

pois compreendem a própria condição humana de sobrevivência. É importante ressaltar que, atualmente, a Defesa Civil vem se constituindo uma questão largamente debatida e analisada não só pelos órgãos que atuam nela mais diretamente, como também pela Academia e outros setores. A Defesa Civil pode e deve estar ao alcance de todos e um diálogo precisa se estabelecer entre todos que participam dos quatro pilares das ações de redução de desastres: Prevenção, Preparação para emergências e desastres, Resposta aos desastres e Reconstrução. Assim, será possível alcançar soluções que possibilitem a principal meta da Defesa Civil: “o direito natural à vida e à incolumidade”<sup>iii</sup>

Com base na condição de que o medo é inerente a todos e na ideia de que condicionamento e treinamento podem servir como auxiliares no preparo emocional em situações de desastres, foram realizadas em novembro de 2012, entrevistas com oficiais militares do Corpo de Bombeiros (4º Grupamento Marítimo – 4º GMAR), de diferentes patentes, a saber: 1º Sargento, Subtenente, 1º Tenente e Tenente-Coronel e, assim, consequentemente, com variados tempos e experiências de serviço. As entrevistas aconteceram no Quartel de Itaipú, em Niterói/RJ, de forma individualizada e, embora sua condução tenha optado pela livre expressão dos entrevistados, a mesma foi orientada por um questionário previamente estabelecido, que privilegiou questões sobre situações de risco, o medo nas ações, sensações e exemplos de situações vivenciadas dentro e fora do âmbito da Defesa Civil, além da expectativa de cuidados terapêuticos para com os próprios profissionais. O grupo selecionado, embora represente apenas uma parte dos profissionais que atuam nos eventos de desastres em geral, foi capaz de pontuar seus medos e fragilidades dentro das situações que neles se configuram.

Diante de profissionais que lidam com as mais dramáticas situações emergenciais e críticas, as histórias são quase que invariavelmente impressionantes e conduzem a uma reflexão, especialmente dentro do contexto da Defesa Civil. E, de fato, um ponto em comum nas entrevistas foi o reconhecimento de que para ser um bombeiro é preciso dom, algo que está além da explicação possível, mas que permite e é condição *sine qua non* para haver doação de corpo e alma ao trabalho. Durante as entrevistas, foi possível perceber o brilho no olhar quando relatavam que na profissão era preciso não só amor pela função, mas um profundo envolvimento. A cobrança destes profissionais não é somente externa. Eles sabem que, em muitos casos (senão em todos), é preciso estar com 100% de sua capacidade física, mental e emocional para dar conta do evento. Assim, há como que uma vigilância constante, que os instiga 24 horas por dia e os mantém alertas e cientes de cada situação no seu entorno, até mesmo em seus momentos de descanso. O condicionamento, levado a limites extremos, adquirido por eles durante o treinamento recebido na academia, os capacita a terem ciência de seus medos e, ainda assim, superá-lo em favor da vida alheia.

Durante o desenrolar das falas – ocorridas em meio aos ruídos e sirenes que mobilizavam a atenção dos oficiais e até atendimentos emergenciais – foi possível perceber que elas se revelaram recheadas da vontade de expressar não só sentimentos, mas igualmente o desespero que os oficiais sentem em situações de solidão e impotência e na necessidade premente de buscar soluções em meio ao caos. Elas expressam que não só o medo do desconhecido, mas também a adrenalina, a mistura de emoções, são a tônica da ação,

pois nunca se sabe o que ocorrerá: quando em um salvamento no mar, na montanha, numa colisão, desabamento, soterramento, ou em qualquer hora do dia e da noite. Então, o medo e seus desdobramentos precisam ser gerenciados. “Nós, da área de salvamento, temos que saber dosar e administrar esse medo de forma que não venha influenciar na nossa atividade profissional”. Um dos oficiais complementa a fala revelando que é preciso haver medo para que possa haver a ação do atendimento, salvamento ou resgate. “O medo tem que existir, porque se você não tiver medo, você passa a ter confiança e a confiança é onde ocorre o risco de acidente, até com o próprio militar”. No seu entender, sem o medo não há possibilidade de enfrentamento do perigo, pois retiraria a condição imprescindível que é a sobrevivência. “Não pode haver hesitação; você entra no mar com medo, mas quando você bota o pé dentro d’água, este medo tem que sair, porque senão você não consegue fazer o socorro; fica apenas a adrenalina...”. Assim, o medo os mantém cientes de que são homens e não super-heróis, como muitas vezes a própria condição do serviço os faz pensar. Aliás, não só eles próprios, mas a população que é envolvida nos eventos. Salvar vidas é ato de heroísmo, no qual parece não haver emoção envolvida; como se o agente estivesse acima do sofrimento. Mas as emoções estão sempre presentes, envolvidas em cada gesto, ainda que o obrigatório distanciamento seja tão fundamental, justamente para que se tenha a força e o equilíbrio necessários.

Em situações verdadeiramente dramáticas, relatadas com orgulho e emoção, o trauma e o medo são administrados em nome da necessidade intrínseca de resolver a situação, de salvaguardar a vida. Casos extremos de salvamento no mar, com fortes correntezas e ondas gigantescas, em que o próprio bombeiro duvida se será capaz de realizar seu propósito; ou ainda incêndios em casas ou em comunidades – onde os oficiais lidam não só com a dor do evento, mas igualmente com a dor da realidade cotidiana difícil, que por si só já se configuraria um desastre – nas quais nem sempre existem condições ideais para contornar a situação. Nas manobras de salvamento, outra percepção é a do óbvio sofrimento das vítimas, que derramam seus medos, seus pânicos nos homens que as resgatam e salvam. Eles são obrigados a atuar como gerenciadores dos choques emocionais advindos do enfrentamento do perigo pelo qual passaram (eles e as vítimas), transitando numa faixa estreita de equilíbrio, na tentativa de estabilizar as mesmas após a crise, porém sem o devido preparo profissional para dar conta da dimensão do que este choque é capaz de provocar.

Vale lembrar que todas as situações são únicas, singulares, tendo apenas o tempo, traduzido na constante capacitação e nas sucessivas atuações que resultam em acúmulo de experiência, para contribuir na formação desses profissionais. O trauma ocorre quando não são bem sucedidos; quando não conseguem salvar e perdem uma vida no ato, em suas mãos. Voltam tristes, cabisbaixos, avaliando o que deu errado e tentando entender a situação, além da percepção da necessidade de maior empenho e maior treinamento. São homens em busca constante de superação, mesmo que em meio às inseguranças e negligências.

Algo que impressiona é a necessidade de compartilhar as emoções vivenciadas. A dimensão humana nos lembra de que quem socorre, salva, cuida, protege também precisa ser socorrido em suas dores, salvo de seus traumas, cuidado e protegido de suas emoções

mais intensas. Porque heróis, como são considerados, também amam, sofrem e sentem medos. Isso possibilita reflexão sobre o papel de cada um no desenrolar dos acontecimentos que acontecem nas calamidades. “Sentimos medo sim, mas não de perder nossas vidas, mas principalmente de perder a vida que juramos salvar ou também de perder um colega no exercício de seu trabalho”. Muitos se lembraram dos colegas que não sobreviveram aos eventos em que estiveram presentes e nos quais deram a vida na tentativa de resgatar outras vidas, desconhecidas para eles, mas que eram a essência mesma do juramento prestado na corporação.

“Ser bombeiro é um jogo de emoções”, desabafou com orgulho um dos oficiais. É preciso controlar as emoções; é preciso também não criar expectativas, aceitar certos destinos e algumas fatalidades e atentar para o fato de que não podem, apesar de desejarem, realizar milagres. “Temos que ser, por obrigação, os últimos a desistir”. E porque não desistem, deixam claro que precisam de um suporte emocional que os proteja e que esteja acima de qualquer discussão. Assim, a religiosidade é uma presença constante, em todos os momentos e, aparentemente, pela grande maioria dos oficiais, dentro de suas próprias crenças. Para muitos, o exercício da oração facilita alguns entendimentos, como por exemplo, da anormalidade da situação, do próprio medo das vítimas, do desespero e do terror que algumas cenas são capazes de produzir – “Temos que saber lidar com isso e saber abstrair; temos que entender o lado da vítima e sem aguardar que ela nos compreenda... por isso, saio pedindo a Deus para me ajudar em tudo que for possível”. Os saberes exigidos na atuação desses profissionais vão além, portanto, das técnicas de salvamento, é necessário o conhecimento sobre o outro, num exercício de decodificação, compreensão e alteridade.

Os relatos assumidos não transitam tanto pela via pessoal, como se o treinamento e condicionamento os permitissem direcionar todas as fibras do corpo e da mente para o foco a que se determinam. O pessoal fica suspenso, a espera que seja permitida a volta ao seu estado original, de homens com família, amigos e crenças. A recompensa por toda a bravura, ainda que permeada pelo medo, acontece no reconhecimento advindo de suas vítimas; no aplauso de toda uma praia que se aglomera para recebê-los após um salvamento crítico; no olhar e no abraço de uma mãe e na vida que se dispõem ao suicídio, a mesma que é revalidada pelas palavras e pela coragem de um bombeiro que se habilitou a subir mais de 50 metros de altura numa antena e relegou a segundo plano suas próprias emoções, de sua família, de sua vida mesmo, na esperança de efetivar sua vitória através da vida de um homem: “Minha missão é salvar vidas...mas eu poderia ter morrido com ele e naquele momento toda a sua vida passa em segundos. O risco foi muito grande... acho que foi um dos momentos mais temerosos”.

A missão de salvar e preservar a vida está impressa no sangue; o bombeiro é treinado e condicionado para isso, o que não significa que não sinta medo ou tema pela sua vida, embora eles se recusem a evitar qualquer procedimento em função deste medo, mesmo que isso possa significar o limite a que os riscos e o medo os expõem: a morte. Mas cada evento é significativo, pois quando há vitória, o sentimento de gratidão e de satisfação pessoal é imenso. Entretanto, cabe lembrar que a cobrança também vem na mesma medida, especialmente se o atendimento não acontece a tempo e a hora; ou caso

algum imprevisto os retarde; ou talvez não haja as condições que a crise exige. Assim, da mesma forma que são ovacionados pela população, são por ela também criticados e desprezados à menor falha. De fato, ser bombeiro não é tarefa fácil!

Percebe-se assim a interdependência nas relações humanas, pois que em situações de crise não há como prescindir do outro; não há como desvencilhar eventos e emoções. As ações da Defesa Civil, em todas as suas instâncias, estão focadas no gerenciamento da vida e da incolumidade, na restauração e na esperança de uma vida melhor.

## Considerações finais

Perceber reações de medo, inerentes ou resultantes de situações de risco, entendê-las dentro do contexto ao qual seu agente foi exposto, é garantir uma melhor adequação à nova realidade e possibilitar uma sociedade mais resiliente e mais consciente de seu papel na construção de um futuro melhor. Barros & Barros (2012) sugere que é justamente

quando grandes desastres abalam determinadas populações e que tudo parece estar perdido, a incrível capacidade das pessoas de se reorganizar e enfrentar as vicissitudes resulta em verdadeiras lições de vida (p. 686).

É importante observar que, dentro do contexto da cidadania, o acesso às pessoas e ao seu comportamento e posicionamento diante de sua realidade factual, é facilitado quando da introdução de uma preocupação elementar acerca de suas questões peculiares e da realidade que os cerca. A percepção desses elementos pode permitir uma abordagem que, embora aparentemente distante de uma urgência casual, facilite a busca por uma solução desta mesma urgência, num dado contexto de risco. Mas esta percepção deve ser imbuída do olhar que atesta a presença do outro, em suas individualidades e comprometimentos. Pertence ao escopo da Defesa Civil, com seu caráter multifacetado e multidisciplinar, refletir sobre inúmeras questões emergenciais, porém torna-se fundamental a reflexão sobre os diálogos emocionais que se estabelecem, de forma a garantir que o “conjunto de ações preventivas, de socorro, assistenciais e reconstrutivas destinadas a evitar ou minimizar os desastres, preservar o moral da população e restabelecer a normalidade social”<sup>iv</sup>, se solidifique e contribua para a minimização do cenário de desastres.

A intenção sugestiva é que se perceba a importância do reconhecimento do medo no outro, em suas singularidades e considerações sociais, culturais e ambientais, das quais muitas vezes este mesmo medo não se desvincula, seja em situações de crise, seja no cotidiano. E que este entendimento sobre o medo exerça a função de ajudar, resgatar e contribuir para a minimização dos eventos de risco, a partir das experiências compartilhadas, das discussões propostas e das medidas elucidativas de prevenção. O intuito é perceber a realidade das emoções envolvidas através do cuidado em múltiplos direcionamentos, partindo de um pressuposto que coloca o homem como principal foco de uma atitude voltada à qualidade de vida e à orientação como pré-condições para possíveis soluções de ordem essencialmente preventiva. Será sempre esse olhar diferenciado

que pré-julgará atitudes e concretudes, se possível sem distanciamento, sempre atento à humanidade a que se volta.

O referencial do medo provavelmente sempre irá pairar sobre as sociedades, como se fosse um pano de fundo sombrio a tecer sua amplitude diante de olhares indecisos do porvir. Mas, a despeito de todo o temor que possa advir de cataclismos naturais ou intervenções humanas que determinam o progresso da raça humana, uma lembrança de Beck (2010, p. 15) “é preciso continuar vivendo depois disso”.

## Referências Bibliográficas

ABBAGNANO, Nicola. **Dicionário de Filosofia**. São Paulo. Editora WMFMartins Fontes, 2012.

BARBER, Benjamin R. **O império do medo**. São Paulo: Editora Record, 2005.

BARROS, A. B. & BARROS, A. Cap. 24: Gestão de risco no contexto do desenvolvimento sustentável, In: **Gestão de natureza pública e sustentabilidade**. Editora Manole, 2012.

BAUMAN, Zigmunt. **Medo líquido**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

BECK, Ulrich. **Sociedade de risco: rumo a uma outra modernidade**. São Paulo: Editora 34, 2010.

BRUCK, Ney Roberto V. **Psicologia das Emergências**. Curso do SENASP/MJ (última atualização: 2009).

CASTRO, Antônio Luiz Coimbra de. SECRETARIA NACIONAL DE DEFESA CIVIL. GLOSSÁRIO DE DEFESA CIVIL ESTUDOS DE RISCOS E MEDICINA DE DESASTRES, 5ª Edição (1998).

CEPED. Gestão de risco e de desastres: contribuições da psicologia. Curso à distância. Centro Universitário de Estudos e Pesquisas sobre Desastres. Florianópolis, 2010.

GIDDENS, Anthony. **As consequências da modernidade**. São Paulo: Editora UNESP, 1991.

HEIDEGGER, M. **Ser e Tempo**. Petrópolis: Editora Vozes, 2009.

HOLLANDA, A. B. de. **Mini Dicionário**. Curitiba: Editora Positivo, 7ª Edição, 2009.

MINISTÉRIO DA INTEGRAÇÃO NACIONAL Política Nacional de Defesa Civil. Secretaria de Defesa Civil. Brasília, 2007.

SONTAG, Susan. **Diante da dor dos outros**. Companhia das Letras. São Paulo, 2003.

TUAN, Yi Fu. **Paisagens do medo**. Editora UNESP. São Paulo, 2005.

VALÊNCIO, Norma (org). O desastre como *locus* da barbárie: Apontamentos sobre o caso brasileiro. In: **Sociologia dos desastres – construção, interfaces e perspectivas no Brasil – volume II**. Versão eletrônica (PDF). RiMa Editora: São Carlos, 2010.

Submetido em: 11/12/2012

Aceito em: 24/04/2014

<http://dx.doi.org/10.1590/1809-4422ASOC473V1742014>

# REFLEXÕES SOBRE A EMOÇÃO DO MEDO E SUAS IMPLICAÇÕES NAS AÇÕES DE DEFESA CIVIL

---

LUANA MARCIA BAPTISTA TAVARES  
FERNANDO CORDEIRO BARBOSA

**Resumo:** Este artigo invoca um tema recorrente nas consequências de desastres, naturais ou causados pelo homem: a emoção do medo. Dificilmente uma catástrofe não deixa sequelas e invariavelmente o medo está entre as mais frequentes. A questão ou problema de pesquisa mais premente é determinar em que medida o medo se torna um aliado nas possíveis ações preventivas da Defesa Civil ou quando refletimos sobre o que ocorre com as vítimas em suas expressividades pós-traumáticas. Objetiva-se um caminho onde essas expressões emocionais, especialmente a emoção do medo, possam contribuir para o fortalecimento das experiências em situações de calamidade. Além da pesquisa bibliográfica, foram realizadas entrevistas com agentes de Defesa Civil envolvidos no processo das ações, no socorro e amparo às vítimas, utilizados na tentativa de compreender a emoção vivenciada, que pode viabilizar possibilidades de prevenção e construção de uma nova realidade.

**Palavras-chave:** medo, desastres, defesa civil

**Abstract:** This article raises a recurring theme in the consequences of disasters, whether natural or caused by men: the emotion of fear. A catastrophe hardly ever nature leaves no sequelae and, invariably, fear is among the most popular. The research question or problem more pressing is to determine to what extent the fear becomes an ally in the possible preventive civil defense or when we reflect on what happens to the victims in their expressions posttraumatic. The objective is to construct a path in which these emotional expressions, especially the emotion of fear, may contribute to the strengthening of experiences in disaster situations. Apart from literature, Interviews were conducted reports of agents involved in civil defense actions, to save, rescue and assist victims, are used as a means of understanding the emotion experienced, that can enable possibilities for prevention and building a new reality.

**Key-words:** fear, disaster, civil defense

**Resumen:** En este artículo se propone un tema recurrente en las consecuencias de los desastres, naturales o provocados por el hombre : la emoción del miedo. Apenas un desastre no deja secuelas e invariablemente el miedo es uno de los más frecuentes. El tema o problema de investigación más urgente es determinar en qué medida el miedo se convierte en un aliado en las posibles medidas preventivas de Protección Civil o cuando reflexionamos sobre lo que ocurre con las víctimas en su expresividad postraumático. El objetivo es un camino donde estas expresiones emocionales , sobre todo la emoción del miedo , pueden contribuir al fortalecimiento de las experiencias en situaciones de desastre . Además de la revisión de la literatura , se realizaron entrevistas con los agentes de Protección Civil de las acciones involucradas en el proceso , el alivio y apoyo a las víctimas , se utiliza en un intento de entender la emoción experimentada , que pueden facilitar las posibilidades de prevención y construir una nueva realidad.

**Palabras clave:** el miedo, los desastres , la protección civil

---