



## A pressão de ser autoridade em tempos de epidemia

**Ser autoridade sem querer ser autoritário é uma das regras que se aprende na formação de um agente policial. Função vital para chegar ao próximo sem "ferir" no ato de repreensão. Mas será este ensinamento possível perante um período de maior *stress* na sociedade? E estarão aqueles que ostentam uma farda capacitados psicologicamente para continuar a exercer, de forma cívica, essa autoridade ainda mais vincada num estado de emergência?**

por Nuno Patrício - RTP 16 Abril 2020, 08:11

Para Susana Monteiro, investigadora da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa (FCUL), mais do que ser e impor autoridade, estes elementos fundamentais à sociedade democrática também são seres humanos com sentimentos, expostos ao *stress* diário.

Em conversa com a RTP, Susana Monteiro afirma que **há acima de tudo um sentimento de missão por parte destes profissionais, que sofrem diariamente um forte desgaste psicológico, perante as adversidades do dia-a-dia**, agravado agora com a questão de gerir toda uma população restringida da sua liberdade e enraizada naturalmente pelo sistema livre e democrático.

"Não é um dia-a-dia fácil e desejável por estes profissionais, que estão a dar o seu melhor, com os recursos que têm, no tempo disponível para as tarefas e na própria pessoa que são", explica a psicóloga.



### Pequeno inimigo invisível

Em causa estão sentimentos de impotência e quase pânico que se multiplicam de forma generalizada entre a população.

Embora grande parte das autoridades e agentes de socorro tenha tido formação em áreas da saúde, ter de confrontar a atual pandemia cria sempre uma reação de instabilidade emocional, que podem dar lugar a comportamentos mais reativos e de agressividade.

**É um cenário de guerra onde a única arma de ataque é a própria defesa e a questão psicológica é fundamental.**

Susana Monteiro, investigadora na área de psicologia e professora no Instituto Universitário Egas Moniz, elaborou em 2006 um estudo sobre os efeitos psicológicos nestes profissionais para perceber *O Impacto do Stress Profissional no Bem-Estar dos Polícias*. Chegou à conclusão de que 87 por cento dos polícias sofriam de alguma forma de sintomas relacionados com ansiedade e perturbações da memória, conduzindo o profissional à reforma antecipada, à indisciplina, ao consumo de álcool e até ao suicídio.

**Um fator que pode ser potenciado neste período de exposição e prontidão permanentes.**

"Nós estamos a passar por um cenário muito crítico, com grandes e graves ameaças para a nossa saúde, para o nosso bem-estar, para o nosso dia-a-dia, a médio e longo prazo (...) Tem havido o reconhecimento do papel dos profissionais de psicologia e a própria ordem dos psicólogos tem desenvolvido uma série de recursos e matérias nestas últimas semanas, na ajuda (...) quer para o cidadão quer aos profissionais de segurança e saúde", refere a psicóloga.

Uma solução que pode passar por conciliar o tempo do trabalho com o tempo da família, havendo um maior intercâmbio de mensagens entre estes profissionais e quem em casa os aguarda, muitas vezes com o coração nas mãos.



### *Burnout e mãos dadas com a agressividade*

Por debaixo de uma farda e principalmente para quem anda nas ruas, nestas últimas quatro semanas de estado de emergência houve inevitavelmente desgaste e pressão.

**As folgas existem só no papel e muito do serviço extra, que antes só se fazia por gratificado, agora torna-se obrigatório em nome da segurança nacional.**

A racionalidade, a paz e a ordem para lidar com esta pressão pode esmorecer, levando estes atores da segurança e estabilidade, por vezes em serviço, mas em grande parte em casa e nas poucas horas de descanso, a demonstrar uma maior instabilidade e agressividade para com os seus.

Para a psicóloga e docente na FPUL, este tipo de reação pode ser uma resposta, mas que "só existe em pessoas que já tem características de impulsividade, de dificuldade de controlo da regulação emocional e do comportamento".

Atuações que muitas vezes levam a casos de violência doméstica, mais acentuada em períodos de isolamento e confinamento como aquele em que vivemos.



Susana Monteiro acredita que, se houver uma maior intervenção, apoio e solidariedade e compreensão por parte das entidades que gerem todos estes profissionais, as situações de instabilidade emocional podem ser atenuadas e salvaguardadas.

Palmas são um grão de areia, mas acarinhadas

Um pouco por toda a Europa - e Portugal não é exceção -, surgem iniciativas para agradecer e manifestar o apoio a quem salva vidas e mantém a ordem nos países.

E elas não existiriam se a população não reconhecesse o esforço realizado pelo Estado, mantendo-se isolados, bem como pelos diferentes profissionais, nas diferentes áreas que continuam a manter o país a funcionar.

Para a psicóloga Susana Monteiro, esse lado de gratidão é notório e "ainda bem".

"É um grãozinho de areia numa praia toda que todos estes profissionais estão a percorrer. Mas é um grão de areia muito bom e que se possa repetir e replicar", conclui.