

. E . d . i . t . o . r . i . a . l .**Riscos e proteção psicossocial: trabalho, saúde mental e práticas sociais**

Riesgos y protección psicosocial: trabajo, salud mental y prácticas sociales

Risks and psychosocial protection: work, mental health and social practices

Clara Costa Oliveira

Universidade do Minho (UMINHO), Braga/Portugal

E-mail: claracol@ie.uminho.pt

A atual pandemia mundial veio salientar problemas demográficos e sociais já existentes nas sociedades. As exigências de flexibilidade, digitalização e isolamento social estão criando em todo o mundo uma pandemia mental. Estudos começam a indicar um brutal consumo de drogas psiquiátricas, bem como situações de pobreza, exclusão social crescentes em populações já anteriormente afetadas por falta de habitação, de rendimento econômico, de inclusão em nossas comunidades, em todo o mundo.

It is clear that the mind is not a thing, but rather of procedural nature, allowing living beings to reach the highest levels of metacommunicative abstraction within onto, phylo and genetic limits. Mind acts at the intraorganic level (for instance, establishing connections between several organs). This makes it possible to speak of an organic cognition by contrasting it with the classic concept of cognition in psychology which generally encompasses only the one obtained by quantifiable tests of deductive capacity (and eventually inductive), expressing resolutions to mathematical and linguistic's problems. (Oliveira, 2013, p. 18)¹

G. Bateson foi considerado o fundador da ecologia da mente (*mind*), tendo identificado que o equilíbrio de um ser vivo cruza uma variável conservadora - vinculada à atribuição de sentido ao longo da história, na qual eventos negativos e positivos são significados pelos próprios sujeitos –*intraorganic cognition* - com as variáveis que vai encontrando ao longo da sua ontogenia. Se estas não conseguirem ser integradas na primeira (flexibilizando-a), os organismos entram em disrupção. Um ser vivo que não permita ser sujeito a diferenciações de significado não consegue evoluir; mas um que não possua uma variável conservadora que lhe confira um padrão de significação existencial desintegra-se na multiplicidade de diferenciação de comportamentos com os quais contacta. No caso da pandemia Covid-19, acreditamos que ambas as situações ajudam a explicar a pandemia mental que lhe está associada.

Minds are self-regulating, self-correcting systems in search of an equilibrium between differentiating and redundant processes within a system, and systems to each other. In regards to living systems, this self-regulating capacity is called homeostasis, or self-

¹ A mente possui uma natureza procedimental que permite que os seres vivos atinjam os mais altos níveis de abstração metacomunicativa dentro de limites genéticos e filosóficos. A mente atua no nível intraorgânico (por exemplo, estabelecendo conexões entre vários órgãos). Isso torna possível pensar em uma cognição orgânica, contrastando-a com o conceito clássico de cognição em psicologia, que geralmente abrange apenas aquela obtida por testes quantificáveis de capacidade dedutiva (e eventualmente indutiva) e expressa resoluções para problemas matemáticos e linguísticos. (Oliveira, 2013, p. 18) [Tradução dos autores]

organizing [...]. That is because people are self-corrective systems. They are self-corrective against disturbance, and if the obvious is not of a kind that they can easily assimilate without internal disturbance, their self-corrective mechanisms work to sidetrack it, to hide it, even to the extent of shutting the eyes if necessary, or shutting off various parts of the process of perception. (Bateson, 1972, p. 435)²

Na mencionada pandemia mental constata-se, nas fases de desconfinamento progressivo, três tipos de comportamentos preocupantes e para os quais estamos pouco preparados psicologicamente. O primeiro diz respeito à atuação política de regimes ditos democráticos, que decretam situações de controle da população e que colocam em risco os direitos humanos, como o direito à circulação livre, o direito aos serviços de saúde, etc. Em estado de pânico instalado, tomamos como legítimo algo que não pode tornar-se normalidade, mas sim uma exceção. O segundo: a irresponsabilidade e falta de empatia dos negacionistas salienta tendências psico e sociopáticas, tipificadas por Bateson (1972) como comportamentos de *runaway* (fuga para a frente) que possuem, neste contexto, um impacto social gravíssimo. Esses, terão que ser punidos com mão pesada, quer em termos de nações, quer em termos internacionais. Há muito tempo que as fronteiras terrestres valem pouco.

*“The network is not bounded by the skin but includes all external pathways along which information can travel. It also includes those effective differences which are immanent in the “objects” of such information” (Bateson, 1972, p. 319)³. Decorrente da atitude do grupo negacionista, uma camada cada vez mais crescente da população mundial tem tanto medo de morrer que se recusa a viver; a agorafobia cresce, numa tentativa de *feedback loop*, em linguagem batesoniana, onde se tenta nada mudar face à diferença que a pandemia Covid-19 acarreta.*

Mental self-regulation works by feedback loops (conservative variable) that regulate random factors (creative variable) of a system. [...] Mental systems without feedback loops would not be systems, i.e., would not have an interconnected and hierarchised organisation, at least horizontally. But systems without random interaction do not evolve, so they cannot be living systems (Bateson, 1979, p. 163)⁴.

O isolamento social involuntário a que milhões já estavam assujeitados, como: idosos, crianças sem pais presentes, acentuou-se substancialmente neste últimos dois anos; terceiro: pessoas sociáveis, plenas de afeto para partilhar foram isoladas por pessoas que, para não morrer não só deixaram de viver, como matam de sofrimento quem ainda sabe viver, o que implica viver com os outros, os quais se recusam a con-viver.

Por sofrimento, assumimos esta definição: *“a state of severe distress associated with events that threaten the integrity (intactness) of a person. [...] Suffering requires consciousness of the self,*

² As mentes são sistemas autorregulados e autocorretivos que buscam equilíbrio entre processos diferenciadores e redundantes dentro de um sistema e sistemas entre si. Em relação aos sistemas vivos, essa capacidade de autorregulação é chamada de homeostase, ou auto-organização [...]. Isso, porque as pessoas são sistemas autocorretivos. Elas são autocorretivos contra perturbações e, se algum distúrbio não pode ser assimilado facilmente, sem dificuldades internas, seus mecanismos autocorretivos funcionam para desviá-lo, escondê-lo, até ao ponto de fechar os olhos se necessário, ou desligando várias partes do processo de percepção.” (Bateson, 1972, p. 435) [Tradução dos autores]

³ A rede não é limitada pela pele, mas inclui todos os caminhos externos, ao longo dos quais as informações podem viajar. Também inclui aquelas diferenças efetivas que são imanentes nos ‘objetos’ de tais informações. (Bateson, 1972, p. 319) [Tradução dos autores]

⁴ A autorregulação mental funciona por loops de feedback (variável conservadora) que regulam fatores aleatórios (variável criativa) de um sistema. [...] Os sistemas mentais sem loops de feedback não seriam sistemas, ou seja, não teriam uma organização interconectada e hierarquizada, pelo menos horizontalmente. Mas os sistemas sem interação aleatória não evoluem, então eles não podem ser sistemas vivos. (Bateson, 1979, p. 163) [Tradução dos autores]

involves the emotions, has effects on the person's social relationships, and has an impact on the body" (Cassell, 2004, pp. 32 e 224)⁵.

Com efeito, a capacidade de flexibilidade de cada ser vivo possui limites, dependendo de sua fragilidade fisiológica, social, política. Essa fragilidade cresce quando não nos assumimos como seres dependentes uns dos outros (MacIntyre, 1991). Assim, não podemos continuar a delegar apenas em algumas profissões a função de cuidar de cada um, sendo essa tarefa uma obrigação ética e moral enunciada por muitos, entre eles Kant nos seus imperativos categóricos, que se podem resumir a um só: "Age de tal modo que todos os teus atos possam ser considerados normas universais" (Crítica da Razão Prática). Este ideal, tem a força de uma utopia na sociedade afetada pela pandemia: mostrar-nos o caminho para o qual devemos nos dirigir. Ele fundamenta alguns princípios bioéticos relegados para segundo plano, face à ideia hedonista do princípio de autonomia que, no momento presente são extremamente penetrantes: os princípios de vulnerabilidade, de responsabilidade (Jonas, 1994), de justiça, de não maleficência, de beneficência.

No mundo que iremos construir pós-covid, ou estaremos juntos, ou não estaremos ninguém. Temos sido continuamente alertados por organizações como a ONU acerca desta situação, mas não quisemos ver (Ribeiro-Dias, 2009). Nunca estivemos tão inseguros e incertos quanto ao futuro; talvez sejam as gerações mais novas de famílias com rendimentos altos, a população com mais dificuldade em aceitar que o seu destino depende daqueles que não fazem parte da sua vida. Assim indicam alguns estudos na Europa. Saber gerir frustração, viver no presente, ser empático e compassivo são virtudes nas quais os jovens mencionados não foram criados, mas antes na competição, no egocentrismo, no hedonismo.

A rede ecológica, tal como referida por Bateson no século passado, veio demonstrar que todos os seres vivos dependem uns dos outros (incluindo os seres humanos) e que ao nível da nossa espécie "todos somos responsáveis por todos, e eu mais do que todos", parafraseando Dostoievsky. Quando a resistência comunitária ao vírus (e suas mutações) for alcançada, os quadros demográficos de cada país e mesmo de forma mundial, serão revistos pois, devido à elevada mortalidade e morbidade, o mercado laboral terá deixado de ser outro, com demandas que ainda não conseguimos saber, mas apenas supor. Os objetivos de desenvolvimento sustentável previstos para 2050 terão que ser todos reajustados, igualmente (ONU, 2020). Pelo fato de os padrões que unem todos os seres vivos e metapadrões não terem sido respeitados, a incapacidade auto-organizadora do planeta e das espécies provocou danos irremediáveis. Como Bateson nos lembra, um ser mental é um ser com capacidade auto-reguladora, que respeita o seu máximo e o seu mínimo para viver, integrado em um nicho, meio, comunidade, sociedade. "*A mental process possesses some characteristics, all of them necessary; its natural basis is connection and its performance is purely relational*" (Oliveira, 2013, p. 417)⁶.

O paradigma da complexidade será a nossa única hipótese de entrecruzar todas estas variáveis nos estudos científicos futuros e poucos estão preparados para fundamentar corretamente a sua pesquisa. Nisso, fundamenta-se nomeadamente ao nível da metodologia da investigação - ação e métodos focados na qualidade dos dados e menos na quantidade.

The first meaning of the word comes from the Latin complexus, which means what is woven together. The peculiarity, not of the discipline in itself, but of the discipline as it is conceived,

⁵ um estado de angústia grave, associado a eventos que ameaçam a integridade de uma pessoa. [...] O sofrimento requer consciência de si mesmo, envolve as emoções, tem efeitos nas relações sociais da pessoa e tem impactos no corpo. (Cassell, 2004, pp. 32 e 224). [Tradução dos autores]

⁶ Um processo mental possui algumas características, todas elas necessárias; sua base natural é a conexão e sua atuação é puramente relacional. (Oliveira, p.417). [Tradução dos autores]

non-communicating with the other disciplines, closed to itself, naturally disintegrates complexity. (Morin, 2006, p. 19)⁷.

A investigação com o paradigma da complexidade implica pois, uma visão transdisciplinar fundamentada na epistemologia holística tal como definida para as ciências por von Quine, Rorty⁸, et al. Publicamos algo sobre a sua importância na pesquisa com (e não sobre) na intervenção com pessoas; ela:

reconhece a existência de movimento, incertezas, riscos e fatores desconhecidos, em qualquer processo de investigação/intervenção. Distingue-se, portanto, da investigação clássica, que unifica (reduz) o que é múltiplo, quantifica (separa) o que é qualificável, simplifica o que é complexo, para tornar o objeto/sistema de estudo facilmente manipulável e conhecido. (Saavedra & Oliveira, 2019, p. 512)

Uma excelente leitura para todos!

⁷ O primeiro significado da palavra vem do latim *complexus*, que significa: o que é tecido junto. A peculiaridade, não da disciplina em si, mas da disciplina tal como é concebida, não se comunicando com as outras disciplinas, fechada em si mesma, naturalmente desintegra a complexidade. (Morin, 2006, p. 19) [Tradução dos autores]

⁸ Epistemological holism (Rorty, 1989) argues for a long time that a living organism is not just the sum of its components (e.g. organs), defending that the whole is greater than the sum of its parts. (Oliveira, 2014, p. 225)



Referências

- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. London: Chandler publications.
- Cassell, E. (2004). *The Nature of Suffering and the Goals of Medicine*. Oxford: Oxford University Press.
- Jonas, H. (1994). *Ética, Medicina e Técnica*. Lisboa: Veja.
- MacIntyre, A. (1999). *Dependent Rational Animals. Why Human Beings Need the Virtues*. Londres. Duckworth.
- Morin, E. (2006). Restricted complexity, general complexity. In C. Gershenson, D. Aerts, & B. Edmonds (Eds.), *Worldviews, Science and Us: Philosophy and Complexity* (pp. 5-29). Londres: World Scientific. Recuperado de https://www.worldscientific.com/doi/abs/10.1142/9789812707420_0002
- Oliveira, C. C. (2014). Suffering and salutogenesis. *Health Promotion International*, 30(2), 222–227. doi: [10.1093/heapro/dau061](https://doi.org/10.1093/heapro/dau061)
- Oliveira, C. C. (2013). What Bateson had in Mind About “Mind”? *Biosemitotics*, 6(3), 515–536. doi: [10.1007/s12304-013-9190-8](https://doi.org/10.1007/s12304-013-9190-8)
- Sachs, J., Schmidt-Traub, G., Kroll, C., Lafortune, G., Fuller, G., & Woelm, F. [ONU]. (2020). *The Sustainable Development Goals and COVID-19. Sustainable Development Report 2020*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Ribeiro-Dias, J. (2009). *A Educação da Nova Humanidade*. Porto: Papiro.
- Rorty, R. (1989). *Philosophy and the Mirror of Nature*. Princeton: University of Princeton Press.
- Saavedra, I., & Oliveira, C. C. (2019). Filosofia da Educação não formal e Complexidade na intervenção comunitária. *Filos. e Educ.*, 11(3), 509-534.

Declaração de Direito Autoral

A submissão de originais para este periódico implica na transferência, pelos autores, dos direitos de publicação impressa e digital. Os direitos autorais para os artigos publicados são do autor, com direitos do periódico sobre a primeira publicação. Os autores somente poderão utilizar os mesmos resultados em outras publicações indicando claramente este periódico como o meio da publicação original. Em virtude de sermos um periódico de acesso aberto, permite-se o uso gratuito dos artigos em aplicações educacionais e científicas desde que citada a fonte conforme a licença CC-BY da Creative Commons.



[Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

