

# Jornada de Psicologia

## Curso de Ações de Comandos: Estressores, Níveis de Estresse e Representações Pictóricas

Angela Maria Monteiro da Silva | Jurema Barros Dantas

Maria Auxiliadora Salcedo Giolo | Daniela Vergueiro Rodrigues

::: Centro de Estudos de Pessoal e Forte Duque de Caxias - Exército Brasileiro (CEP - EB) :::

Lecy Consuelo Rocha Neves

::: Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) :::

*"Nada de excepcional é criado sem a renúncia a si mesmo." (autor desconhecido)*

### Introdução

A decisão política de privilegiar a Educação tem permitido à Força Terrestre manter seus quadros capacitados. As reflexões sobre a formação dos seus integrantes remetem, essencialmente, à adoção de mecanismos variados para atender às especificidades e novas demandas do seu emprego. Segundo a Diretriz do Processo de Transformação do Exército Brasileiro (BRASIL, 2010) e a Estratégia Nacional de Defesa (BRASIL, 2008), aliar rusticidade e qualificação, para atuar em combates complexos e em operações de amplo espectro, torna-se um imperativo para a formação do militar.

A busca por uma formação de excelência também envolve a força de elite do Exército Brasileiro (EB), aqui representada pelos egressos do Curso de Ações de Comandos (CAC). Face aos desafios que se apresentam, destaca-se a importância do CAC na forma-

ção de um militar especializado, capaz de participar de diversos tipos de operações, sob variadas condições de emprego, com acúmulo de funções e tarefas, submetido a elevado risco e imensas exigências físicas, emocionais e mentais (FLAMENT, 1972). Os comandos realizam ações com tropa habilitada, de valor e constituição variável, por intermédio de uma infiltração terrestre, aquática ou aérea, contra alvos de valor estratégico, estratégico-operacionais ou críticos do ponto de vista tático, localizados em áreas hostis ou sob o controle do oponente (BRASIL, 1991, IP 31-21). A formação dessa tropa pode ser considerada imprescindível para o ambiente estratégico em cenários atuais e prospectivos de atuação do EB (BRASIL, 2010).

As diferentes missões em que pode ser empregado torna o concludente do CAC o integrante de uma tropa de elite do EB capacitada ao planejamento, condução e execução de: operações de guerra irregular; contraterrorismo; fuga e evasão; inteligência de combate; contraguerrilha; guerra de resistência; operações psicológicas; reconhecimento estratégico; assim como busca,

localização e ataque a alvos estratégicos. O egresso do CAC pode se infiltrar no ambiente operacional e se infiltrar por terra, mar ou ar, utilizando-se tanto de meios convencionais como não convencionais. Todas essas possibilidades de emprego implicam necessariamente na precisão e na capacidade deste militar em agir de forma sagaz, firme e destemida diante de situações deveras desafiadoras e perigosas; seguindo normas de segurança e expressando a capacidade de decidir pela alternativa mais adequada em tempo útil (DANTAS, SZELBRACIKOWSKI & MONTEIRO DA SILVA, 2012).

O presente estudo foi realizado no Núcleo de Pesquisa em Psicologia do Centro de Estudos de Pessoal e Forte Duque de Caxias (CEP/FDC), como parte do conjunto de atividades psicossociais desenvolvidas no CAC. Antes e no decorrer dos três meses do curso foram realizadas diversas atividades psicossociais, que podem ser classificadas em três etapas: Seleção de Pessoal, Acompanhamento e Desmobilização. Não foram encontrados registros de que estas duas últimas etapas tenham sido sistematicamente desenvolvidas antes no EB, em um curso com tais características e especificidades.

Este estudo envolveu principalmente a etapa de Acompanhamento e seus objetivos consistiram em: 1) avaliar os níveis de estresse clínico dos alunos em diferentes momentos do CAC; 2) identificar, quantificar e verificar a evolução dos estressores atinentes ao curso; e 3) investigar as experiências dos militares alunos no CAC, a partir de representações pictóricas.

A compreensão dos fenômenos de estresse, a identificação e medida de estressores e dos níveis de reação dos militares alunos podem viabilizar a implementação de intervenções e estratégias para prevenir efeitos nocivos e adversos do estresse. O conhecimento acerca dos estressores, sintomas e níveis de estresse, por parte de instrutores e instruídos, pode contribuir para o processo de formação militar, permitindo o ajustamento de rumos que previnem os excessos na administração de estressores e auxiliando no manejo do estresse.

O termo estresse tem um significado bastante amplo. Ele abrange: a) estados internos do organismo (rea-

ções fisiológicas/celulares e emocionais), b) eventos externos (estressores); e c) experiências com base na transação pessoa – meio ambiente (apreensão cognitiva de dano/perda ameaça ou desafio e estratégias para lidar com estressores).

De modo similar, o estresse de combate também inclui estados internos, decorrentes da exposição a condições de combate (estressores de combate); assim como experiências do militar oriundas da sua transação com o ambiente de combate. O estresse de combate não está restrito ao combate em si; podendo ser deflagrado por outras operações militares que apresentam condições similares ou de simulação de combate. Os treinamentos de simulação têm a função de dessensibilizar o militar em relação aos estressores de combate e prepará-lo para enfrentá-los com eficácia. O CAC é descrito como um curso de combate, incorporando condições de intensa simulação de combate.

Três modelos fundamentaram a investigação do estresse neste estudo: O Modelo Trifásico de Selye (1976), integrando o estágio de quase exaustão de Lipp (2000); o Modelo Transacional de Arnold Lazarus (1993) e o Modelo de Estresse de Combate de Gal & Jones (1995).

Selye (1976) observou em seus estudos que o transtorno de adaptação inespecífico ou a síndrome de adaptação geral (síndrome do estresse) se dividia em três estágios distintos: alarme, resistência e exaustão. A primeira fase, alarme, caracteriza-se pelas reações encontradas na resposta de luta-ou-fuga. Ocorre um aumento repentino na atividade das glândulas adrenais e no sistema cardiovascular. A medula da glândula adrenal responde secretando adrenalina e noradrenalina na corrente sanguínea, ao passo que o córtex adrenal libera cortisol. Caso o estresse perdure e/ou surjam novos estressores, o organismo entra em ação para evitar o desgaste maior de energia ingressando em um estágio de resistência. Durante a resistência, o organismo busca resistir aos estressores e restabelecer a homeostasia. O desempenho tende a decair nessa fase, e também ocorre a produção de cortisol e o aumento da vulnerabilidade a vírus, bactérias ou outros

antígenos. Caso o estresse perdure, o organismo entra em uma fase em que a resistência não é mais possível, uma vez que seus recursos estarão consumidos. É a fase de exaustão, em que a suscetibilidade ao aparecimento de doenças e processos degenerativos está muito aumentada. Nesta fase observa-se o aparecimento de infecções, reações alérgicas e doenças graves relacionadas, principalmente, ao enfraquecimento imunológico. Mais tarde, em seus estudos, Lipp (2000 e 2004) detectou estatística e clinicamente um quarto estágio de estresse: quase exaustão. Na fase de quase exaustão o organismo enfraquecido não mais consegue resistir ao processo de estresse. O cortisol é produzido em maior quantidade e começa a prejudicar a resposta imune. Aparecem doenças, que, no entanto, não são tão graves como na fase posterior de exaustão. Uma diferença importante entre as duas últimas fases é que o indivíduo ainda se mantém funcional na quase exaustão, mesmo que de forma limitada.

O modelo transacional de Richard Lazarus e colaboradores (1993) considera o estresse como processo. Neste modelo, os estímulos e as respostas são considerados interconectados e componentes de um processo em que há mútua influência e adaptações contínuas, ou seja, estímulos e respostas devem ser considerados em conjunto. Seriam necessários sucessivos ajustes e interações entre os comportamentos para lidar com o estresse (estratégias de *coping*) e o meio ambiente. Estes ajustes e interações são denominados de transações. A importância da apreensão cognitiva ou avaliação que o indivíduo faz dos estressores e de seus próprios recursos de *coping* para estimar sua capacidade de adaptar-se e enfrentar o estresse fica evidenciada à medida que um mesmo evento estressor pode ser considerado gerenciável por uma pessoa e muito estressante por outra.

O modelo do estresse de combate surgiu a partir de teorias cognitivas de estresse e *coping* (estratégias de enfrentamento de estressores), que enfatizam o papel da apreensão cognitiva e do *coping* ativo em resposta aos estressores (GAL & JONES, 1995). As estratégias ativas de *coping* envolvem ações e respostas para eliminar, reduzir o estressor em si mesmo ou para mu-

dar o que o indivíduo pensa/sente a respeito dele. A complexidade das condições de combate demanda um modelo multidimensional e interativo, a fim de dar conta da diversidade de fatores envolvidos na deflagração e no *coping* do estresse de combate. De acordo com o modelo, as variáveis antecedentes não determinam diretamente a apreensão cognitiva do combatente ou sua interpretação acerca da intensidade ou severidade dos estressores. A apreensão cognitiva é regulada por variáveis moderadoras, de modo interativo. O papel do líder (entre outras variáveis tais como características de personalidade) é de capital importância para a interpretação do militar sobre a situação de combate. A maneira pela qual o comandante descreve a operação (suas metas e o seu planejamento); distribui ou delega tarefas e dá ordens aos seus liderados interage com as condições antecedentes para produzir a apreensão cognitiva do liderado acerca dos estressores de combate e de suas habilidades de enfrentamento. O desempenho de papel do comandante é como uma lente que pode amplificar ou reduzir o impacto das variáveis antecedentes na apreensão cognitiva e nas reações dos liderados.

Conforme foi acima exposto, as experiências dos alunos no CAC foram investigadas por meio da análise de representações pictóricas. A representação pictórica pode ser entendida como uma linguagem de comunicação baseada no desenho.

Os desenhos podem ser empregados como parte de uma metodologia de pesquisa produtiva e útil na investigação de como as pessoas interpretam suas experiências e seus mundos. Por exemplo, os desenhos podem ser utilizados no estudo das compreensões e significados das doenças (GUILLEMIN, 2004). Em outras palavras, os desenhos são especialmente indicados quando a temática ou o tópico é sensível. As técnicas psicológicas expressivas captam o conteúdo simbólico de difícil expressão em linguagem verbal (AUGRAS, 2000).

O desenho enquanto uma estrutura afetivocognitiva expressa inclui vários componentes que podem se apresentar em diferentes extensões. Segundo Vass (2011), alguns dos mais importantes componentes são:

- **A visão de mundo do indivíduo:** A mesma instrução ou situação representa estímulos diversos para diferentes indivíduos. As reações de cada um são determinadas por suas percepções únicas e exclusivas que geram modelos afetivocognitivos singulares acerca do mundo. O modelo de mundo adotado pela pessoa está relacionado com a sua personalidade.
- **A projeção inconsciente:** De base psicanalítica, envolve o modo mais comum de interpretar materiais expressivos (é possível identificar mecanismos de defesa, conteúdos e conflitos inconscientes, por exemplo).
- **Os movimentos ou comportamentos expressivos:** São conscientemente controlados ou não. Por exemplo, tempo psicomotor, uso do espaço. São singulares e diferenciam as pessoas. O comportamento expressivo envolve gestos, expressões faciais, postura, entre outros.
- **Os signos e esquemas cognitivos:** Referem-se a padrões organizados de pensamento e comportamento: sinais de comunicação visual e símbolos (por exemplo, o desenho de um coração como símbolo de amor).

O desenho enquanto código de expressão específico formata e apresenta o conteúdo simbólico com diferentes modos de expressar/significar. O desenho se constitui no entrelaçamento das representações: (1) mais internas e subjetivas e (2) mais externas, intersubjetivas e sociais. A metodologia figurativa leva o pesquisador a mover sua observação por um território simbólico desafiador, de um imaginário figurativo de complexa decodificação.

O símbolo é uma representação de algo que vai além do concreto, do objeto visível e palpável. Ele abarca sentidos ocultos e associados com aquilo que está representando, unindo diversos sentidos em uma só expressão. O símbolo não pode ser definido, pois é intrinsecamente maior do que qualquer definição. Ele traz em si, invariavelmente, a polaridade: o *Ying* e o *Yang*; a luz e a sombra; o bem e o mal. A

interpretação de um símbolo é sempre parcial e dependente de quem o interpreta, da ocasião e do contexto. O significado atribuído ao símbolo pode sofrer grande variação, extrapolando sempre a definição pontual (CAMPÍGLIA, 2004).

Vários dos desenhos dos alunos do CAC, representando as suas experiências neste curso, incluíam o símbolo dos Comandos: a *Faca na Caveira*.

O símbolo *Faca na Caveira* veicula significados específicos cujas intensidades simbólicas estão associadas às atividades de Comandos, representando esta subcultura do EB. Os Comandos e outras Forças de Operações Especiais apresentam elementos próprios, tais como: menor distância e maior coesão entre os círculos hierárquicos (por exemplo, todos compartilham as refeições no mesmo rancho; todos têm voz ativa). Enquanto símbolo compartilhado e referencial, a *Faca na Caveira* reúne os significados das experiências vivenciadas por aqueles que compartilham do exercício dessa função de Comandos.

A intensidade simbólica da representação figurativa constitui-se na potência afetivocognitiva investida no significado (GEERTZ, 1978). Quanto maior a carga afetiva/emocional, mais forte tende a ser o significado atribuído pelo informante.

## Metodologia

No que se refere à investigação do estresse no CAC, foi realizada a avaliação do estresse clínico e o levantamento dos estressores. Foi administrado o Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) em três momentos diferentes, no intuito de monitorar os estágios de estresse clínico dos alunos (LIPP, 2000). O ISSL está baseado no modelo de estresse de Hans Selye (SELYE, 1956) e em estudos de Lipp (2004), que acrescentou mais um estágio de estresse, quase exaustão.

Além da análise do estresse clínico foi realizado um levantamento de dados para a elaboração do Inventário de Estressores do Curso de Ação de Comandos (IECAC), com base na observação direta e entrevistas

dirigidas com alunos e instrutores do Curso. O IECAC continha 43 estressores, levantados ou identificados em quatro momentos diversos do curso: a) momento 1, cinco dias após a matrícula; b) momento 2, quinze dias após a matrícula; c) momento 3, dezoito dias após a matrícula; d) momento 4, faltando duas semanas para o encerramento do curso.

No preenchimento do IECAC, inicialmente, o respondente indicava se o estressor havia ocorrido ou não. Em caso afirmativo, ele avaliava a intensidade do estressor em uma escala de 1 a 10 e, em seguida, especificava a frequência do estressor: de 1 a 5 vezes, de 6 a 10 vezes ou mais de 10 vezes. Também era especificado, caso o evento tivesse sido contínuo. O instrumento foi administrado em três momentos do CAC: 1) Exercício na Montanha; 2) Exercício em Ambiente Urbano; 3) Exercício na Caatinga.

No decorrer do Curso foram realizadas quatro vivências grupais com os alunos. A quarta vivência, em que foram produzidos os desenhos, ocorreu 15 dias antes dos alunos serem submetidos à última atividade de encerramento das ações militares do curso. A quarta vivência envolveu 26 militares e foi elaborada como uma prévia da desmobilização. A vivência envolveu a atividade de expressão figurativa e o compartilhamento de experiências, nas diversas etapas vividas no curso até o momento, bem como na superação e determinação de cada aluno.

Na coleta de dados foi entregue a cada aluno uma folha A4 em branco junto com material de pintura e as seguintes instruções: “Faça um desenho que melhor represente a sua experiência no Curso de Ações de Comandos”. Quando todos terminaram o desenho, foi pedido que se reunissem no fundo da sala e juntos construíssem uma “estória” que retratasse a experiência do CAC, unindo todos os desenhos. Ao final do processo, um aluno, voluntariamente, contou a “estória” que foi elaborada pelo grupo. Após o primeiro relato, a psicóloga o recontou e perguntou se a mesma, realmente, retratava a experiência comum e se havia algo mais a acrescentar: Segue, então, o relato:

*“Uma porta se entreabre, mostrando um fundo negro, o que registra o início de todo o processo que envolve o curso; desde o momento do envio do requerimento, sem saber o que está por vir. Mesmo que já se esteja realizando o curso, o fundo negro ainda permanece; pois a incerteza acerca do que acontecerá está sempre presente no CAC. Um olhar no horizonte marca o início do curso. Um olhar de incertezas, dúvidas e desorientação. Está marcada a caminhada que se inicia, o processo... o fato de que o curso é apenas parte do caminho para atingir nossos ideais. No decorrer dessa caminhada passamos por várias coisas... alguns estressores como cansaço, falta de água e de comida, sono e o peso da mochila. Este sol enorme representa a nossa cabeça...uma cabeça monstro com tantas situações difíceis. Surgem os estressores aplicados pela equipe de instrução, mandando todo mundo para a água. Mesmo com todos os problemas e o tempo todo ocupado, ainda havia força para continuar e para puxar o companheiro. Há várias subidas e descidas, muito esforço e muita luta... Dos que entraram, poucos ficaram até aqui. Ficaram porque têm objetivo, força e determinação: o famoso foco no objetivo!!! A fim de prosseguir neste curso, precisaram escalar uma montanha de adversidades: semana complementar, TRL, contra terror, teste de lutas, caatinga e outros. Mesmo chegando até aqui, os estressores não diminuíram... ainda há pressão da equipe de instrução, privação de sono, fome, problema de saúde, deficiência de planejamento. Todos estão no mesmo barco. Precisamos do espírito de grupo, de equipe. Apesar das turbulências ou das condições extremamente desafiadoras, não desistir nunca. Continuar na missão. O CAC gera união... não apenas entre os alunos do curso; mas também com as pessoas em quem cada um se apoia para lhe ajudar a enfrentar os desafios do curso: pai, mãe, filhos, família... No processo é gerado o domínio da mente sobre o corpo. Mesmo perto do fim, alguns alunos foram desligados. Desligados por motivo de saúde. Companheiros bons com o perfil de comandos. O fator sorte também contribuiu para estarmos aqui. Há que continuar na escalada, mesmo com toda a dificuldade. O importante é o objetivo. O importante é a missão. O importante é a satisfação pessoal e profissional de concluir um curso como este. Há muitos obstáculos, muitos quilômetros de subidas e descidas, sem que se deixe ninguém para trás... Pensar no curso é sempre pensar nos seus desafios e obstáculos. Uma conquista dura que exige muito sacrifício e determinação. O fim do curso não é tudo, é apenas o início de uma nova fase profissional e novas missões! Por mais que você se limpe, tem sempre algo preso em você, algo que fica, que não lhe abandona e nem nunca*

*lhe abandonará. Talvez por isso seja necessária a desmobilização. Este desenho retrata o curso e a vida pós-curso com várias situações operacionais que estamos aptos a realizar. Falta pouco, um pouco que é dolorido... Um pouco que nos leva ao nosso limite. Muitas dificuldades, sempre dificuldades, mas permanecemos... Por vontade, por garra e satisfação. O curso é como uma construção em que colocamos um tijolo a cada dia. O ânimo se renova quando percebemos que está acabando, que já chegamos até aqui... No início estávamos em desvantagem. Mas, com objetivo, paciência, superação, persistência enfrentamos nossas decepções, o medo do desconhecido e nossas frustrações. Conhecendo o inimigo dentro de nós nos tornamos fortes! Nada é certo no curso. As dúvidas, o que aconteceu na piscina, as lutas; tudo isso marcou muito. Porém, são etapas que foram superadas! Todos nós visamos um objetivo. Assim, nos distanciamos da vida anterior com tal propósito. No CAC temos uma vida quase confinada, com problemas de toda ordem, até mesmo problemas de saúde, que são superados em nome do foco. Emesmo com o chão aparentemente infértil e o terreno impróprio, com todas as dificuldades, nascem COMANDOS!"*

## Resultados

### Estresse Clínico

No que se refere ao estresse clínico, o nível de estresse do participante foi codificado como: 0 = sem estresse; 1 = estágio de alarme; 2 = estágio de resistência; 3 = de quase exaustão; 4 = exaustão, com base no ISSL. Na terceira semana do curso, participaram da primeira Avaliação de Estresse com o ISSL 41 militares, sendo a maioria de oficiais: 63,41%. Os resultados do ISSL indicaram que a maioria dos participantes não apresentava estresse clínico: 73,17%, n = 30. Onze militares (26,83%) relataram estresse clínico, dez deles se encontravam na fase de resistência e um na fase de quase exaustão.

Logo após o TRL participaram da segunda Avaliação de Estresse 38 militares, sendo a maioria de oficiais: 60,52%. Os resultados indicaram que a maioria dos participantes (n = 24 - 63,15%) apresentou estresse clínico: dois militares estavam na fase de alerta, 21 na fase de resistência e um na fase de quase exaustão.

Durante a desmobilização, após três meses de curso, participaram da terceira Avaliação de Estresse Clínico os militares que iriam se formar em comandos, sendo a maioria de oficiais (64,4%). Os resultados indicaram que 43% dos participantes do CAC se encontravam no estágio de resistência. A homeostasia dos organismos desses militares, quebrada pelos desafios e desgastes provocados pelas variáveis e condições relacionadas ao CAC, ainda não havia sido restaurada.

### Estressores

O IECAC foi administrado pela primeira vez durante a nona semana do curso, na fase do Exercício na Montanha, cobrindo os estressores vivenciados desde o início do CAC. Os estressores relacionados à sobrevivência e condições físicas/fisiológicas foram considerados os mais intensos, tais como: *Apresentar problemas de saúde: ferimentos, dor e mal estar; Carregar carga pesada (peso na mochila); Sofrer privação de sono; entre outros.* Com relação aos estressores de natureza psicossocial ou organizacional, *Sentir falta de pequenos intervalos administrativos para organizar sua vida* foi considerado o quinto mais intenso estressor. Além disso, *Sofrer falta de tempo para desenvolver as atividades do CAC; Sentir impacto ao rever a família e Receber punições injustas* ocuparam o décimo primeiro, décimo segundo e décimo terceiro lugar, respectivamente. Quanto aos estressores de menor intensidade, em sua maioria, eles foram de natureza psicossocial, na primeira administração do IECAC. Os cinco menos estressantes, em ordem crescente de intensidade foram: *Pressão na coesão do grupo pela saída de companheiro; Estar ciente de problemas na família; Estar confinado ou isolado; Receber castigo físico; Sofrer pressão para se desligar.* Os dados indicaram que os estressores mais ligados à sobrevivência do militar e a sua permanência no CAC foram os considerados de maior intensidade nessa primeira avaliação. Os dois estressores mais intensos foram relacionados pelos participantes ao TRL: 1) *Problemas de saúde: ferimentos, dor e mal estar, entre outros;* 2) *Carregar carga pesada (peso na mochila).*

Na segunda administração do IECAC, responderam ao instrumento 34 participantes, o que ocorreu durante a fase de Exercício em Ambiente Urbano. Novamente os dados indicaram que os estressores mais elevados eram de natureza fisiológica e diziam respeito à sobrevivência e/ou ao risco de ser retirado do CAC: *Vivenciar problemas de saúde* (média  $\pm$  DP = 7,56  $\pm$  2,58); *Sofrer privação de sono* (média  $\pm$  DP = 7,38  $\pm$  1,88); *Sentir frio* (média  $\pm$  DP = 7,12  $\pm$  2,11). Todavia, questões de família sofreram um incremento. Percebeu-se que um estressor relativo à família (*Estar ciente de problema com a família*), que apresentou uma média baixa com alta variabilidade

Assim, esses estressores de natureza psicossocial passam a ganhar maior intensidade.

Os dados da terceira administração do IECAC foram coletados durante os Exercícios na Caatinga. Um estressor de natureza fisiológica foi o mais intenso (*Experimentar cansaço/desgaste físico*), nessa terceira administração do IECAC. O estressor *Vivenciar problemas de saúde* que foi considerado o mais intenso nas duas administrações anteriores passou a ocupar o sexto lugar. Os dados indicaram que o estressor *Estar ciente de problema com a família* ganhou sucessivamente destaque nos três momentos

	Estressor	Média	DP
1º	Experimentar cansaço/desgaste físico	7,88	1,80
2º	Estar ciente de problema com a família	7,43	3,41
3º	Carregar carga pesada	7,35	2,08
4º	Desgaste físico/mental	7,12	2,03
5º	Sofrer privação de sono	6,96	1,84
6º	Vivenciar problemas de saúde	6,87	2,87
7º	Ser exposto a reações exageradas ou histéricas do instrutor	6,24	2,28
8º	Sentir frio	6,24	2,90
9º	Receber reforço negativo	6,08	2,55
10º	Ser exposto à imprevisibilidade	5,81	2,31

Tabela 1: Os dez mais intensos estressores na terceira aplicação: respectivas médias e desvios-padrão

na primeira administração do IECAC (média  $\pm$  DP = 3,27  $\pm$  3,06) ganhou destaque nesta segunda administração do instrumento com a média bem mais alta e a variabilidade mais baixa: média  $\pm$  DP = 6,89  $\pm$  2,93. O estressor *Afastamento/Saudades da família* também aumentou da primeira (média  $\pm$  DP = 5,29  $\pm$  2,99) para a segunda administração do IECAC (média  $\pm$  DP = 6,46  $\pm$  2,80). O estressor de natureza psicossocial *Ser exposto a reações exageradas ou pressão do instrutor* na primeira administração apresentou média  $\pm$  DP = 4,88  $\pm$  2,79; já nesta segunda administração o mesmo estressor apresentou média  $\pm$  DP = 6,61  $\pm$  2,40, o que denota um aumento.

de administração do IECAC : 1) média  $\pm$  DP = 3,27  $\pm$  3,06; 2) média  $\pm$  DP = 6,89  $\pm$  2,93; e 3) média  $\pm$  DP = 7,43  $\pm$  3,41, respectivamente. Conclui-se, então, que à medida que o curso se prolonga os fatores de família ganham importância. O estressor de natureza psicossocial *Ser exposto a reações exageradas ou pressão do instrutor* após ter aumentado da primeira para a segunda administração do IECAC, apresentou média  $\pm$  DP = 6,24  $\pm$  2,28, nesta terceira aplicação do instrumento, sem alteração significativa. Refletindo o exercício vivenciado pelos alunos, surgiram estressores típicos da caatinga, tais como: *Ser exposto ao calor intenso* e *Sofrer sede*.

## Representações Pictóricas

Após o exame intensivo dos desenhos, emergiram as categorias temáticas: *Representação Simbólica; Etapas e Progressão no Curso; Desafio Ascendente para a Meta; Percurso Militar até ao CAC; Representação da Vivência de Desafios; Processo Intenso e Contínuo de Exclusão; Tempo; Atividades da Rotina Militar; Percurso Militar até ao CAC; Natureza sem Ator; Pessoa em Primeiro Plano; Contraste da Vida de Comandos com a Civil.*

A categoria *Representação Simbólica* inclui desenhos com um nível de abstração elevado que vai além do

estados internos (por exemplo: sono, fome, frio, dor e etc) no percurso para atingir o objetivo.

No *Processo Intenso e Contínuo de Exclusão* o informante mostra a diminuição gradativa do grupo até próximo ao final do curso evidenciando contínuo processo de seleção no curso.

A categoria *Tempo* inclui desenhos com representação figurativa (relógios e ampulheta) destacando a relevância do tempo no cumprimento das tarefas do curso.

Em *Rotina Militar* são representadas atividades comuns no EB.

O *Percurso na Carreira Militar até ao CAC* é uma

Categoria temática	Frequência
Representação Simbólica	5
Representação de Vivência de Desafios	5
Desafio Ascendente para a Meta	4
Etapas e Progressão no Curso	3
Processo Intenso e Contínuo de Exclusão	2
Tempo	2
Atividades da Rotina Militar	1
Percurso Militar até ao CAC	1
Natureza sem Ator	1
Pessoa em Primeiro Plano	1
Contraste da Vida de Comandos com a Civil	1

Tabela 2: Categorias temáticas da análise pictórica e respectivas frequências

concreto, visível e palpável. Abarca sentidos ocultos e associados com aquilo que está representando, unindo diversos sentidos em uma só expressão.

Na classificação *Representação e Vivência de Desafios*, são retratados e destacados momento(s) desafiador(es) que exigem superação por parte do aluno do CAC.

Em *Desafio Ascendente para a Meta* os desenhos ilustram vertical e ascendentemente o processo extremamente desafiador do CAC.

Na categoria *Etapas e Progressão no Curso* o informante descreve figurativamente a sua passagem pelas diversas etapas do curso, podendo também indicar

categoria que descreve a experiência militar em diversas escolas/cursos até o informante chegar ao CAC, que é a grande meta.

A *Natureza Sem Ator* retrata uma paisagem de mar e montanha, apenas cenários com elementos básicos.

Na *Pessoa em Primeiro Plano* aparece uma figura humana ressaltada e atrás dela pequenas figuras com traço de baixa nitidez.

O *Contraste da Vida de Comandos com a Civil* marca a diferença entre a vida de comandos e a civil, dividindo-as em diferentes colunas.



As categorias mais frequentes foram: *Representação Simbólica*; *Representação da Vivência de Desafios*; *Desafio Ascendente para a Meta e Etapas e Progressão no Curso* (tabela 2).

## Conclusões

Quanto ao estresse clínico, os resultados mostraram que o nível mais alto ocorreu logo após ao TRL; o que é congruente com a visão de que o TRL é um dos três pontos de inflexão, ou seja, pontos de maior dificuldade no CAC, junto com o *Teste de Lutas* e o *Campo de Concentração*. Além disso, ao término do CAC um número significativo de alunos ainda apresentava um quadro clínico de estresse, o que é consequência dos grandes desafios do curso. Tais resultados apontam a necessidade do monitoramento da saúde física e mental desses militares.

Os dados também indicaram um aumento sucessivo da sintomatologia psicológica de estresse da primeira para a terceira administração do ISSL: 1ª administração = 48,78%; 2ª administração = 52,63%; e 3ª administração = 78,6%; o que está de acordo com o aumento dos estressores psicossociais no decorrer do CAC.

Cabe ressaltar que os alunos que relataram estar na fase de quase exaustão foram monitorados recebendo uma atenção especial da equipe.

Em relação aos resultados do IECAC, ficou evidenciado que nenhum estressor do CAC levantado no presente estudo se aproximou do extremo superior da escala de 1 (nada estressante) a 10 (extremamente estressante). Isso pode ser consequência da dosagem de estressor pela equipe de instrução nos procedimentos de simulação de estresse e/ou da resiliência própria do perfil dos comandos em formação. Embora os estressores de natureza fisiológica tenham se apresentado como os mais intensos, os estressores psicossociais se intensificaram e ganharam destaque no decorrer do curso, se aproximando bastante dos fisiológicos, principalmente, o estressor *Estar ciente de problema com a família* e o estressor *Ser exposto a reações exageradas ou pressão do instrutor*. Parece que uma vez que a resistência física foi testada e confirmada, os estressores psicossociais se projetam.

Possivelmente, estressores ligados à família e outras condições psicossociais tendem a se acentuar com o isolamento do militar e continuidade das missões durante o CAC. Estudos futuros são indicados para verificar se esses resultados se mantêm em outras turmas do CAC.

Cabe esclarecer que os estressores até agora levantados pelo CEP/FDC não cobrem todo o espectro de desafios do CAC. Ainda não foram identificados os estressores relativos às missões na selva. Recomenda-se o prosseguimento dos estudos para finalizar a construção do *Inventário de Estressores do Curso de Comandos*.

Com relação à análise dos desenhos representativos das experiências no CAC, foi verificado que expressam um universo simbólico demarcado por especificidades que se configuram em um radical afastamento dos dilemas cotidianos da vida. Trata-se de uma testagem e preparação operacionais de natureza altamente seletiva, de suporte técnico específico, condições e contextos especiais. Um processo que implica, para o aluno, em altos custos físicos, emocionais e sócio afetivos, devido às fortes demandas em relação ao desempenho.

Foi possível identificar na maioria dos desenhos (65,38%) a lógica regente que configura o sistema simbólico dos Comandos: extremo desafio, superação e o compromisso supremo com a missão. O objetivo de concluir o curso, o ímpeto para alcançá-lo e o sucesso na superação são representados pelo símbolo *Faca na Caveira*, presente em 40% dos desenhos. O relato dos desenhos confirma os resultados da análise pictórica; indica a importância da desmobilização e ressalta o famoso “foco no objetivo”. Assim, é plausível conjecturar que o sucesso no CAC pressupõe que o aluno tenha uma perspectiva de tempo orientada para o futuro, pré-requisito para a superação dos grandes desafios (ZIMBARDO & BOYD, 1999).

A *Faca na Caveira* é o símbolo da tropa de Comandos do EB. Amplamente falando, a caveira é um emblema da morte do homem. No entanto, ela é “o que sobrevive” do ser vivo após a destruição do corpo. Portanto, ela também adquire o significado de receptáculo da vida e do pensamento, sendo ainda representada como o receptáculo usado nos processos de transmutação

(CIRLOT, 1971). A simbologia da faca está relacionada à ideia de execução, ela é o instrumento essencial do sacrifício (CHEVALIER & GHEERBRANT, 1988).

Os próprios Comandos assim descrevem o seu símbolo:

*...A caveira simboliza a morte, que está sempre presente em uma ação de comandos. A faca com a lâmina vermelha significa o sigilo de uma missão dos comandos e o sangue derramado pelos combatentes. O fundo verde representa as matas do Brasil, e o negro é a noite escura, momento ideal para a execução de uma ação de comandos (BRASIL, 2012).*

Em suma, a *Faca na Caveira* representou com frequência o objetivo a ser atingido (assim localizada em vários desenhos). Ela também foi representada no centro e acima da folha do desenho impulsionando, movendo o aluno a superar os desafios do CAC. Para atingir a sua meta, o tão almejado brevê de Comandos, o aluno precisa romper com sua forma de vida anterior e renascer com a nova identidade. No exercício profissional como Comandos, a missão está acima de todas as pessoas e condições de vida.

## Referências

- AUGRAS, M. Testes psicológicos e técnicas projetivas: uma integração para um desenvolvimento da interação interpretativa indivíduo-psicólogo. *Psicologia Ciência e Profissão*, v. 20, n. 2, 12-19, 2000.
- BRASIL. Estado Maior do Exército. Processo de Transformação do Exército, Diretriz Nr002 do Chefe do Departamento de Educação e Cultura do Exército (DECEX), de 30 de julho de 2010.
- BRASIL. Presidência da República, Ministério da Defesa. Estratégia Nacional de Defesa, Decreto Nr6.703 de 18 de dezembro de 2008.
- CAMPIGLIA, H. *Psique e Medicina Tradicional Chinesa*. São Paulo: Roca, 2004.
- CIRLOT, J. E. *A Dictionary of Symbols*. New York: Philosophical Library, 1971.
- DANTAS, J. B., SZELBRACIKOWSKI, A. & MONTEIRO DA SILVA, A. M. Dossiê Comandos: Avaliação Psicológica do Curso de Ações de Comandos. Documento não publicado. Centro de Estudos de Pessoal e Forte Duque de Caxias, 2012.
- FLAMENT, M. *Les commandos*, Paris: Balland, 1972.
- GAL, R. Courage under stress. In: Breznitz S, (Ed) *Stress in Israel*. New York: Van Nostrand Reinhold Company; 1983: 65-91.
- GAL, R. & JONES, F. D. A Psychological model of combat stress. In Jones, F. D, Sparacino, L. R., Rothberg, J. M. & Stokes, J. M. (Eds). *War psychiatry*, 1995. Recovered from [http://www.bordeninstitute.army.mil/published\\_volumes/war psychiatry/ WarPsychChapter06.pdf](http://www.bordeninstitute.army.mil/published_volumes/war%20psychiatry/WarPsychChapter06.pdf), on 17th September 2011.
- GEERTZ, C. *A Interpretação das Culturas*, RJ Ed. Zahar, 1978.
- GUILLEMIN, M. Understanding illness: using drawings as a research method. *Qualitative Health Research*, v. 14, n. 2, 272-289, 2004
- LIPP, M. E. N. *Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.
- LIMA JUNIOR, L. de S. O baixo índice de aprovação no curso de ações de comandos do Exército Brasileiro. Monografia, Curso de Pós Graduação em Psicopedagogia Escolar, Centro de Estudos de Pessoal e Forte Duque de Caxias, 2010.
- MONTEIRO DA SILVA, A. M. & NEVES, L. C. R. Vivências de Forças Militares de Paz no Haiti: Um estudo pictórico. In Soares Filho, D.& Tostes, S. C. (Orgs). *Humanis*. Rio de Janeiro: Centro de Estudos de Pessoal, p. 105-126, 2013.
- VASS, Z. *A psychological interpretation of drawings and paintings. The SSCA method: A systems analysis approach*. Budapest: Alexandra, 2011.
- ZIMBARDO, P. G. & BOYD, J. N. Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 77, n. 6, 1271-1288, 1999.

## Autora



Angela Maria Monteiro da Silva