



# **Projeto Mário Travassos**

## **Artigo de Opinião**

**A importância da capacitação dos quadros na área da saúde mental, frente a uma juventude ansiosa.**

**Subtenente Luiz Rodrigues Borges**  
(Opinião de inteira responsabilidade do autor)

Como Subtenente de infantaria servi em diversas Organizações Militares. Incorporei no Exército em 1993, no Batalhão de Polícia do Exército de Brasília, em Brasília-DF. Em 1997 fui aprovado no concurso de admissão ao Curso de Sargento das Armas, sendo designado para participar do curso de formação em 1998, no 23º Batalhão de Caçadores, em Fortaleza-CE. Após o curso fui classificado para o então 33º Batalhão de Infantaria Motorizado, em Cascavel-PR. Em 2003, fui transferido para o 17º Batalhão de Selva, em Tefé-AM, em 2005, fui transferido para o 23º Batalhão de Infantaria, em Blumenau-SC e em 2008 fui transferido novamente para o então 33º Batalhão de Infantaria Motorizado, em Cascavel-PR, permanecendo até o presente momento.

Durante o meu tempo de caserna tive a oportunidade de realizar cursos e estágios, dentre eles, Curso de Formação de Sargentos das Armas, Curso de Operações na Selva, Curso de Aperfeiçoamento de Sargentos, Curso de Habilitação ao Quadro Auxiliar de Oficiais; Estágio de Caatinga, Estágio de Segurança de Autoridades, entre outros.

Com a experiência de quase trinta anos de caserna, acompanhei a evolução de uma parcela da história da Força Terrestre, bem como da sociedade, frente a uma evolução tecnológica espetacular. No entanto, este fator vem acarretando muitos problemas psicológicos que ocasionam muito desgaste para a Instituição.

Neste artigo gostaria de dividir um pouco da minha experiência quanto aos desafios que me deparei, principalmente na função de Sargento Brigada, função essa que desempenhei por quase quatro anos, sendo necessário muitas vezes assessorar o comando, através da busca da legislação pertinente aos diversos casos de doenças psicológicas que surgiam, cada vez mais frequentes, diretamente ligadas a uma juventude que se tornou ansiosa e imediatista.

A juventude ansiosa é um termo usado para descrever jovens que experimentam níveis anormalmente altos de ansiedade. Esta ansiedade pode ser causada por uma variedade de fatores, incluindo pressão social, pressão acadêmica, problemas familiares, problemas financeiros, problemas de saúde mental, adaptação à vida militar, entre outros. Os sintomas da ansiedade na juventude podem incluir preocupação excessiva, medo, irritabilidade, dificuldade de concentração, insônia, problemas de alimentação, entre outros. Os jovens ansiosos podem se beneficiar de terapia, medicamentos, exercícios, meditação, técnicas de relaxamento e outras formas de tratamento, porém é importante que esses jovens procurem ajuda profissional para gerenciar sua ansiedade e evitar complicações mais graves.

Quando falamos em ansiedade logo pensamos nos compromissos e afazeres do dia a dia, contas a pagar, prazos a cumprir, metas a alcançar, mas ansiedade não é só isso e não

atinge apenas os adultos. Engana-se quem acredita que as crianças não sofrem com o excesso e preocupação, inclusive ansiedade patológica. Consideramos a ansiedade patológica e falamos em Transtorno de Ansiedade quando ela é desproporcional e traz prejuízos à pessoa ansiosa. Crianças e adolescentes são muito afetados pela ansiedade, estima-se que pelo menos 10% deles sofrerá de algum transtorno de ansiedade nesta fase da vida e as pesquisas revelam que estes números parecem estar aumentando. Entre os transtornos mais comuns em crianças e adolescentes estão o Transtorno de Ansiedade Generalizada e o Transtorno de Ansiedade de Separação, sendo que este último é de extrema importância entre os pequenos devido à pressão escolar. No Transtorno de Ansiedade de Separação a criança experimenta grande ansiedade ao se afastar de suas figuras mais próximas, que são geralmente os pais, as manifestações dessa ansiedade podem variar, principalmente de acordo com o seu grau de desenvolvimento, nos menores, as tentativas de evitar a separação durante uma crise de ansiedade pode ser considerada “birra”, ou resultar até em agressividade contra professores ao tentarem mantê-lo ou levá-lo para a sala de aula. Crianças menores, que ainda não diferenciam todos os seus sentimentos, estão mais suscetíveis a apresentar sintomas somáticos, dores de barriga, dor de cabeça, náuseas e vômitos. Aqui vale ressaltar: os sintomas desaparecem no fim de semana e reaparecem no momento de retornar à escola.

A psicoterapia, com intervenções para auxílio no aumento da autonomia e da competências, quando indicado medicações. As crianças que sofrem com transtornos de ansiedade são mais propensas a apresentar outros transtornos ao longo da vida, merecendo atenção especializada, sendo que a tendência ao longo da vida é ocorrer um agravamento, principalmente ao atingir a maioridade, e junto dela a incerteza do futuro, os novos desafios, a responsabilidade financeira chegando, dentre outros.

O desenvolvimento de transtornos mentais em militares, dentre os quais a ansiedade se insere, pode estar associado ao perfil militar e mais especificamente à algumas características da profissão, tais como dedicação exclusiva ao serviço, disponibilidade permanente, risco de vida e consequências para a família. Para além disso, a ênfase em tais características e o exercício diário das atividades militares que, por um lado, objetivam elevar os padrões morais e físicos do profissional militar, por outro lado, podem também levar o indivíduo a uma interpretação equivocada da realidade dos transtornos mentais, escondendo sintomas ou desqualificando os de outrem.

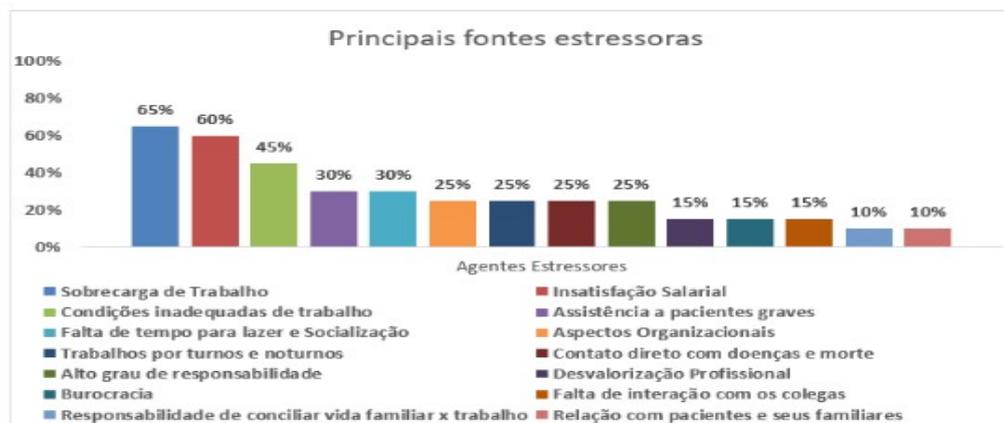
## ANEXO 2 – CENÁRIO DO ESTRESSE



Fonte: SECRETARIA DE EDUCAÇÃO (2020)

32

## ANEXO 3 – PRINCIPAIS FONTES ESTRESSORAS



Fonte: NÚCLEO DO CONHECIMENTO (2020)

Além do problema pessoal, não podemos esquecer do problema administrativo, causado devido a incorporação de um cidadão que não tem condições psicológicas para desempenhar esta função peculiar, sendo necessário muitas vezes o afastamento ou até mesmo o seu desligamento do serviço ativo, sobrecarregando os demais militares, pois as atividades não param, com a diminuição do efetivo da tropa.

O ambiente militar pode ser propício para o surgimento dessas enfermidades, uma vez que, constantemente, os integrantes são submetidos a pressões e cobranças. Contudo, de acordo com entendimento pacífico do STJ, mesmo que preexistente ao ingresso nas Forças Armadas, se a doença eclodiu durante o serviço prestado na Organização Militar, o praça não poderá ser desligado do serviço militar, devendo receber tratamento de saúde de forma adequada até a estabilização da moléstia. Por outro lado, na hipótese de as doenças implicarem na incapacidade permanente, o militar deverá ser reformado, porém é importante destacar, que é preciso analisar o caso concreto.

Diante do acima exposto é de crucial importância que os quadros estejam preparados, para observar os indicativos de uma possível alteração comportamental e saber conduzir a situação, evitando um mal maior, haja vista que este jovem, estará em muitas vezes portando um fuzil, com munição real, podendo em uma situação de crise por em risco a sua vida e de outras pessoas. Neste sentido, ao longo dos anos podemos observar a preocupação da força, incluindo palestras com profissionais da área mental, incentivando um olhar mais atento ao nosso companheiro, o diálogo e as atividades de descontração. Mas de qualquer forma, acredito que nós, os quadros como um todo, temos que nos preocupar em nos aprofundar neste tema, pois não podemos esquecer jamais que, apesar do equipamento cada vez mais tecnológico que recebemos, o bem maior sempre vai ser a vida do nosso subordinado.



### REFERÊNCIAS

Repercussões da depressão em militares do Exército Brasileiro. Disponível em: <[https://bdex.eb.mil.br/jspui/bitstream/123456789/9718/1/MONO\\_LET%C3%8DCIA%20BATISTA%20DA%20COSTA\\_CFO](https://bdex.eb.mil.br/jspui/bitstream/123456789/9718/1/MONO_LET%C3%8DCIA%20BATISTA%20DA%20COSTA_CFO)>

MICHENER, H.Andrew. Psicologia Social; Tradução Eliane Fittipaldi, Suely Sonoe Murai Cuccio. São Paulo: Pioneira,Thomson Learning, 2005

EXAME, Revista Eletrônica. BRASIL É O PAÍS MAIS ANSIOSO DO MUNDO. 2019. Disponível em <<https://exame.abril.com.br/> Acessado dia 22.05.2023>.