

Guerra e pandemia: O que sonham os profissionais da linha de frente?

Helena Oliveira Coelho¹

Resumo

O presente artigo tem como objetivo discorrer sobre em que medida é possível fazer uma análise comparativa entre sonhos de profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19 e de soldados durante uma guerra, ambos os grupos atuando na linha de frente em suas respectivas realidades. Embora sejam contextos essencialmente diferentes, o foco será no que apresentam de comum: a necessidade de lidar com a morte.

Palavras-chave: Sonhos; Psicanálise; Guerra; Pandemia.

War and pandemic: What do frontline professionals dream of?

Abstract

This article aims to discuss the extent to which it is possible to carry out a comparative analysis between the dreams of health professionals during the COVID-19 pandemic and of soldiers during a war, both groups acting on the frontline in their respective realities. Although they are essentially different contexts, the focus will be on what they have in common: the need to deal with death.

Keywords: Dreams; Psychoanalysis; War; Pandemic.

¹ Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

Introdução

Os sonhos, para a psicanálise, são um meio de acesso ao inconsciente do sujeito. Durante o sono, há um trabalho daquilo que não é processado conscientemente pela pessoa durante a vigília e isso, por sua vez, aparece nos sonhos de forma elaborada e com menos censuras. Levando em consideração que o sonho é algo íntimo do sujeito, mas também é histórica e socialmente influenciado, o presente artigo tem como objetivo discorrer sobre em que medida é possível fazer uma análise comparativa entre sonhos de profissionais de saúde durante a pandemia de covid-19 e de soldados durante uma guerra, ambos os grupos atuando na linha de frente em suas respectivas realidades.

Frequentemente, pensamos que os sonhos são reflexos do inconsciente de quem sonha, mas ao reunir e analisar relatos de uma sociedade que passa por algum evento em comum, são notáveis os efeitos de alguns períodos críticos da humanidade sobre a psique. Um dos estudos mais importantes que, até hoje, contribui para essa percepção é o livro “Sonhos no Terceiro Reich” (1966/2017), da jornalista alemã judia Charlotte Beradt. Nessa obra, foram coletados diversos relatos de sonhos de alemães que vivenciaram a ascensão do nazifascismo na Alemanha, de modo que posteriormente foram analisados para entendermos o impacto da vida política e social nos sonhos dos sujeitos. Por muitas vezes, depois disso, estudos semelhantes foram reproduzidos, analisando relatos de sonhos de sociedades com governos autoritários, de combatentes de guerra, e, recentemente, da população geral e de grupos específicos – como médicos e professores – durante a pandemia de covid-19.

Utilizando dados principalmente de duas pesquisas atuais – uma brasileira conduzida por pesquisadores das instituições UFMG, USP e UFRGS (Dunker et al., 2021), e uma estadunidense dirigida por uma pesquisadora de Harvard (Barrett, 2020) – serão abordados pontos relevantes para a discussão aqui proposta. No contexto da pandemia de covid-19, tem-se um cenário completamente novo, estranho e ameaçador. Para Freud (1923/2011), o inconsciente não consegue conceber a ideia da morte, o que, nesse cenário, é uma realidade inevitável a ser enfrentada. Nosso aparelho psíquico não é preparado e não consegue lidar com esse excesso de energia, de forma que há um intenso trabalho nos sonhos. Segundo o psicanalista Christian Dunker (2020), um dos profissionais envolvidos na pesquisa nacional intitulada “Sonhos Confinados”, em tempos de isolamento e incerteza, os sonhos têm função restaurativa, uma vez que dão forma para a angústia vivenciada nesse contexto, ajudando a elaborar a realidade.

Aspectos Teóricos e Pesquisas Empíricas

Na pandemia, pesquisadores (Dunker et al., 2021; Barrett, 2020) perceberam que profissionais de saúde, que trabalham na linha de frente e se expõem diariamente ao vírus, fazem parte de um grupo que, em especial, está com a saúde mental fragilizada – o que é manifestado, também, em seus sonhos. Evidenciou-se que muitos desses profissionais têm tido sonhos muito diretos e muito literais em relação ao que está acontecendo ao seu redor. Essa percepção vai ao encontro da ideia de que o sujeito é tanto agente em seu mundo, quanto sujeito a ele, de modo que os conteúdos vivenciados em vigília podem também aparecer no trabalho dos sonhos. Essa ideia pode remeter ao que Freud (1900/1980) denomina “restos diurnos”, que seriam as experiências não processadas do sujeito, conectadas aos nossos desejos recalcados ou reprimidos (além da nossa história individual) sobre os quais seriam elaboradas as narrativas dos sonhos. Ao se afirmar que os sonhos realizam o que é recalcado, o sentido da palavra “realizar” não tem apenas a conotação popular de “satisfazer”, mas também, e concomitantemente, de “tornar real”, dando lugar à narrativa que o sujeito, em vigília, não é capaz de processar. Dessa forma, os sonhos diretamente ligados ao contexto da pandemia, muito relatados pelos profissionais de linha de frente no combate à covid-19, poderiam se justificar por essa tentativa de “tornar real” e dar sentido às histórias vivenciadas por eles.

Um trecho da obra “Além do princípio do prazer” (Freud, 1920/2010) pode ser importante para esclarecer os significados de termos que serão utilizados ao longo deste artigo e que podem levar a uma reflexão mais aprofundada de seu uso em cada uma das situações apresentadas:

“Terror”, “medo” e “angústia” são empregados erradamente como sinônimos; mas podem se diferenciar de modo claro na sua relação com o perigo. “Angústia” designa um estado como de expectativa do perigo e preparação para ele, ainda que seja desconhecido; “medo” requer um determinado objeto, ante o qual nos amedrontamos; mas “terror” se denomina o estado em que ficamos ao correr um perigo sem estarmos para ele preparados, enfatiza o fator da surpresa. (Freud, 1920/2010, p. 126)

Voltando às pesquisas atuais, o estudo internacional, referido anteriormente, foi relatado no livro “Pandemic Dreams” (2020) da autora e pesquisadora Deirdre Barrett. Nessa pesquisa, ela afirma que um ponto em comum dos relatos de sonhos analisados é a grande carga de ansiedade, muito maior do que em períodos tidos como “normais”. Entretanto, aponta que só são comuns pesadelos terríveis no recorte que avalia profissionais de saúde que lidam diretamente com pacientes de covid-19. Para Barrett (2020), a pandemia só será um trauma para esses profissionais, para pacientes acometidos pela doença, ou para pessoas que perderam entes próximos e queridos,

enquanto para os demais é apenas um “fator estressante” que gera “sonhos ansiosos”, não necessariamente traumáticos. Isso pode explicar por que, em 2021, os relatos coletados por ambas as pesquisas analisadas estão mais próximos dos sonhos pré-pandemia do que daqueles vivenciados nos primeiros meses dessa. Barrett (2021), em entrevista à CNN, menciona que as pessoas passaram a declarar sonhos mais positivos e otimistas. No mesmo caminho, Dunker et al. (2021) afirmam que, após um ano, os sonhos parecem já ter cumprido a função de elaborar cenários possíveis, que no início eram impensáveis devido à novidade da realidade. Além disso, passaram a receber consideravelmente menos relatos em suas coletas de dados, como se as pessoas estivessem menos interessadas no tema atualmente. Entretanto, o fato de os sonhos da população geral estarem retornando ao que eram antes da pandemia da covid-19 pode não ser representativo do recorte proposto para este artigo, uma vez que, na concepção de Barrett (2020), o evento só seria traumático para algumas pessoas, dentre elas os profissionais da linha de frente.

Pensando na relação de traumas e sonhos, muitas pesquisas de diferentes áreas já foram feitas analisando sonhos de combatentes de guerra. Uma experiência evidentemente traumática, que gera sequelas físicas e mentais em soldados, impacta profundamente os sonhos desses sujeitos. A psicanálise defende que o inconsciente não se organiza temporalmente, mas a partir de investimentos libidinais. Assim, situações traumáticas, que contam com um excesso de energia, fixam o sujeito naquele local. Em uma analogia, tais situações são como uma ferida aberta, em que o primeiro corte machuca a pele e outros posteriores podem rompê-la novamente, muito mais facilmente. No texto “Psicanálise e as neuroses de guerra” (Freud, 1919/1996), é trazida a ideia de que o excesso pulsional do acontecimento traumático rompe o “escudo protetor”, uma vez que o aparelho psíquico não consegue trabalhar tal conteúdo, já que faltam formas simbólicas para criar a narração.

Estudos de outras áreas do conhecimento, que não a psicanálise, podem ser úteis ao trazer dados empíricos da relação entre soldados de guerras e pesadelos crônicos. Um artigo publicado pelo site da U.S. Department of Veterans Affairs (2019) indica que sobreviventes que apresentam transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) têm muita tendência a ter pesadelos. Um estudo apontado no artigo comparou veteranos da guerra do Vietnã com civis e mostrou que 52% dos combatentes tinham pesadelos com frequência, contra apenas 3% do segundo grupo. Outra pesquisa, também mencionada nessa fonte, indicou que, dentre os sobreviventes, estima-se que de 71% a 96% daqueles com TEPT devem apresentar esse sintoma.

Reflexões Críticas

A partir da exposição feita até aqui e levando-se em consideração esses dois contextos específicos – o de ser um profissional que atua na linha de frente no combate à covid-19 e de ser um combatente na linha de frente em uma guerra – propõe-se, na medida do possível, estabelecer uma comparação entre os dois. Primeiramente, cabe fazer uma diferenciação entre as funções, que apesar de aparentemente semelhantes, visto que ambos os grupos atuam em combates e temem perder a própria vida em função da atividade de trabalho, têm um ponto essencialmente divergente: o profissional de saúde atua com objetivo de salvar vidas e o soldado em guerra, frequentemente, precisa sacrificá-las. Além disso, diferenciam-se no ponto de que a grande maioria dos estudos com combatentes de guerra coleta relatos de sonhos que aconteceram depois do evento traumático e não durante, como está sendo o caso das pesquisas sobre a pandemia de covid-19, mesmo as mais recentes em um momento de “volta à normalidade” de alguns países. Desse modo, e considerando que são questões relevantes que podem impedir a comparação em certos aspectos, mas sendo neste momento ainda impossível analisar os casos de outra forma, o foco será no que apresentam de comum e enfatizando o ponto principal: a necessidade de lidar com a morte.

Como já apontado, experiências traumáticas podem afetar intensamente os sonhos, de modo que sentimentos de medo, perda, isolamento e tristeza ganhem narrativas. Barrett (2020) afirma que os sonhos dos profissionais de saúde norte-americanos que lidam com o coronavírus diariamente são semelhantes aos de pessoas que passaram por algum trauma. Essa afirmação é baseada na comparação com outros estudos feitos anteriormente, inclusive pela própria pesquisadora (Barrett & Behbehani, 2003; Barrett et al., 2013), com veteranos e prisioneiros de guerra, com sobreviventes de atentados terroristas, entre outras situações consideradas traumáticas. Os dados coletados em cada estudo convergem para o mesmo resultado: pessoas têm sonhos muito mais angustiantes quando vivem períodos de estresse extremo. Charlotte Brontë, poetisa inglesa, já falava disso no século XIX: “uma mente confusa faz um travesseiro inquieto” (Brontë, 1837, p. 258). No mesmo caminho, Christian Dunker escreveu no prefácio da versão brasileira do livro *Sonhos no Terceiro Reich* (Beradt, 1966/2017) que “a falta de sentido experimentada na vida social ordinária era tratada pela falta de sentido dos sonhos”.

Comparando diretamente relatos de sonhos de profissionais da linha de frente no combate à covid-19 com os de sobreviventes de guerra, é possível perceber as semelhanças. Barrett (2020) diz que profissionais da saúde sonham com pessoas que estão “prestes a morrer, e que dependem deles para salvá-las, mas que não há nada que possam fazer” (conforme citado em Hummel, 2020,

parágrafo 4), e sonham também com situações muito reais, como tubos de ventilação que não funcionam e máquinas com defeito. A pesquisa brasileira “Sonhos Confinados” coletou um relato de sonho menos explícito, mas que exemplifica bem o trazido por Barrett:

“Sonho constantemente que preciso chegar a algum lugar com muita urgência, mas nunca consigo chegar. Tento de várias formas, mas sempre há obstáculos. Tentativas sem fim e frustradas de atingir o destino final, como se não houvesse saídas e vias mais simples. Talvez seja essa a sensação diária de estar na linha de frente em momento de pandemia” – Trecho de um relato de sonho de uma profissional de saúde publicado por Shin Suzuki (G1, 2020).

A seguir, um outro relato de sonho, desta vez feito pelo veterano de guerra David Langness (2015) em seu texto intitulado “War, Nightmares, PTSD—and the Power of Dreaming”, demonstra ainda estar impactado por sua experiência traumática:

“Por muitos anos depois, eu acordava suando e apavorado após me encontrar de volta à guerra . . . apesar de cumprir meu tempo, eu tinha que voltar para o Exército e voltar ao combate, para sempre . . . Eu percebi que tinha deixado a guerra, mas a guerra não me deixou” – Trecho de um relato de sonho de veterano da guerra do Vietnã [traduzido pela autora deste artigo].

Em ambos os casos, é perceptível a repetição: a busca pelo “destino final” é infundável, de modo que a sensação desprazerosa do sujeito não cessa. A profissional de saúde do sonho relatado anteriormente tenta de várias formas atingir seu objetivo, o de “chegar a algum lugar” – o de vencer a covid-19 e salvar vidas; da mesma forma, o soldado não consegue se livrar da guerra, por mais que tenha cumprido seus anos de serviço, continua a ser convocado e não pode sair daquela situação. Os relatos refletem a angústia do sujeito que se vê na linha de frente do combate.

O tema da morte, irrepresentável para o nosso inconsciente, aparece também de forma mais direta em outros relatos. Assim como nos últimos exemplos os sujeitos estavam presos nas situações que geraram o trauma, sem conseguir concluir suas missões, há também aqueles sonhos em que há não tanto uma angústia, mas a realização de seus medos. Um veterano da guerra civil estadunidense, por exemplo, relatou ter sonhos não naturais e que terminavam de forma muito desagradável, como estar em uma batalha e ser explodido em pedaços em um ataque de canhão (Carroll, 2020). Flávia Mantovani conta no episódio de Podcast “Como os sonhos refletem os efeitos da pandemia sobre a nossa mente” (Flores & Meireles, 2020, 10:01) o relato de uma angolana que tem função administrativa em uma clínica que trata de pacientes de covid-19, e apesar de não ser profissional de saúde, compartilha um de seus maiores medos: o de ser contaminada e contaminar seus parentes. E é exatamente o que aparece em seu sonho, que torna real seu medo e a faz despertar. Lidar com a morte é algo para o qual não estamos preparados, mas processar a ideia

da própria morte é inconcebível para o aparelho psíquico, de modo que a pessoa não tem como, conscientemente, pensar nisso. Dessa forma, ao vivenciar situações que põem em risco a vida, como a guerra ou uma pandemia, o sujeito não tem outra saída senão trabalhar esse tema nos sonhos.

Considerações Finais

Após as reflexões acerca de aspectos teóricos e empíricos analisados neste artigo, é prudente retomar as classificações de “terror”, “medo” e “angústia” propostos por Freud (1920/2010). Apesar de ter utilizado os três termos no decorrer do texto, é possível associar cada um deles aos principais exemplos dados. Nos relatos coletados em *Sonhos no Terceiro Reich* (Beradt, 1966/2017), os sonhos são majoritariamente de angústia. Como a própria autora aponta, havia uma antecipação das coisas que viriam: deportações, câmaras de gás. Nos relatos dos profissionais de saúde, tem-se principalmente o medo, cujo objeto ante o qual se amedrontam é o coronavírus. Já nos relatos dos soldados de guerra, há um terror, uma vez que estão a todo momento correndo risco de morte, sem saber ao certo quando podem ser atacados. É importante ressaltar, entretanto, que apesar de o sentimento na pandemia ser predominantemente o medo do vírus, o fator da surpresa, especialmente nos primeiros meses, foi e é muito relevante, de modo que há, também, uma faceta de terror.

Por fim, embora haja atualmente uma limitação de estudos para coletar dados de pesquisas já realizadas sobre os sonhos nesse contexto, foi possível fazer esta breve análise comparativa entre sonhos de profissionais de saúde na pandemia de covid-19 e de soldados durante uma guerra. Apesar das realidades notadamente diversas e das variáveis que diferem as duas situações, elas se assemelham em alguns aspectos. Comparações mais conclusivas poderão ser feitas após o fim da pandemia, quando for possível, de fato, comparar os traumas deixados por essa calamidade mundial aos traumas trazidos pela guerra e ainda presentes nos sonhos dos veteranos.

Referências

- Academia Brasileira de Neurologia. (2020, maio 12). *Coronavírus: pesquisa diz que estamos sonhando parecido durante pandemia*. <https://www.abneuro.org.br/post/coronav%C3%ADrus-pesquisa-diz-que-estamos-sonhando-parecido-durante-pandemia>
- Barrett, D., & Behbehani, J. (2003). Post-traumatic nightmares in Kuwait following the Iraqi invasion. In S. Krippner & T. McIntyre (Eds.), *Psychological Effects of War on Civilians: An International Perspective (Psychological Dimensions to War and Peace)*, 135-144.

- Barrett, D., Sogolow, Z., Angela, O. H., Panton, J., Grayson, M., & Justiniano, M. (2013). Content of dreams from WWII POWs. *Imagination, Cognition and Personality*, 33(1), 193-204. <https://doi.org/10.2190%2FIC.33.1-2.g>
- Beradt, C. (2017). *Sonhos no Terceiro Reich*. Três Estrelas. (Trabalho original publicado em 1966)
- Brontë, C., (1837). *The professor: a tale*. Harper & brothers.
- Carroll, D. J. (2020). Civil war soldiers and dreams of war. *Civil War History*, 66(2), 103-124.
- Dunker, C., Perrone, C., Iannini, G., Debieux Rosa, M., & Gurski, R. (2021). *Sonhos confinados: O que sonham os brasileiros em tempos de pandemia*. Autêntica Editora.
- Flores, M. & Meireles, M. (Locutores). (2020, junho 2020). Como os sonhos refletem os efeitos da pandemia sobre a nossa mente. [Episódio de Podcast]. Em *Café da manhã*. Folha de S.Paulo & Spotify Studios. <https://open.spotify.com/episode/13GpdtscIIgMiM7KYKe8Yu?si=p6TeuFJbSY2XSON9w6BjkA&nd=1>
- Freud, S. (1980). A Interpretação dos Sonhos. *Obras Completas*, vol. IV. (Trabalho original publicado em 1900)
- Freud, S. (1996). Introdução à psicanálise e às neuroses de guerra. *Obras Completas*, vol. XVII. (Trabalho original publicado em 1919)
- Freud, S. (2010). Além do princípio do prazer. *Obras Completas*, vol. 14. Companhia das Letras, 161-239. (Trabalho original publicado em 1920)
- Freud, S. (2011). O eu e o id. *Obras Completas*, vol. 16. Companhia das Letras, 9-64. (Trabalho original publicado em 1923)
- Hummel, G. (2020, setembro 11). *Covid cancela o sono, os sonhos virtuosos e até os carneirinhos*. Saúde Business. <https://www.saudebusiness.com/eventos/covid-cancela-o-sono-os-sonhos-virtuosos-e-os-carneirinhos>
- Iannini, G. (2019). Sonhos confinados—uma pesquisa sobre a vida onírica no contexto de uma pandemia. *Mosaico: Estudos em Psicologia*, 7(1), 103-113.
- Iannini, G., Rodrigues, G. H., Gontijo Moreira, I., & Werneck, J. (2020, maio 1). *Sonhos confinados*. Folha de S. Paulo. <https://quatrocincoum.folha.uol.com.br/br/artigos/i/sonhos-confinados>
- LaMotte, S. (2021, julho 18). *Saiba como os sonhos têm sido influenciados pela pandemia de Covid-19*. CNN Brasil. <https://www.cnnbrasil.com.br/amp/saude/2021/07/18/saiba-como-os-sonhos-tem-sido-influenciados-pela-pandemia-de-covid-19>
- Langness, D. (2015, janeiro 28). *War, Nightmares, PTSD—and the Power of Dreaming*. Baha’i teachings. <https://bahaiteachings.org/war-nightmares-ptsd-and-the-power-of-dreaming/>
- Mantovani, F., Benevides, B., Perassolo, J., Alonso, L., & Ferraro, M. (2020, junho 13). *Monstros, fuga para a Lua, pazes com o ex: sonhos revelam efeito da pandemia sobre mente humana*. Folha de S. Paulo. <https://www1.folha.uol.com.br/mundo/2020/06/monstros-fuga-para-a-lua-pazes-com-o-ex-sonhos-revelam-efeito-da-pandemia-sobre-mente-humana.shtml>
- Universidade Federal do Rio Grande do Sul. (2020, maio 7). *O que você está sonhando durante a pandemia?* <https://www.ufrgs.br/coronavirus/base/o-que-voce-esta-sonhando-durante-a-pandemia/>

- U.S. Department of Veterans Affairs. (2019). *PTSD: National Center for PTSD*. PTSD. <https://www.ptsd.va.gov/understand/related/nightmares.asp>
- Ribeiro, F. (2020, abril 25). *Tem tido sonhos estranhos na quarentena? Especialistas explicam o porquê*. VivaBem. <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2020/04/25/tem-tido-sonhos-estranhos-na-quarentena-especialistas-explicam-o-porque.htm>
- Suzuki, S. (2020, maio 15). *Como o estresse da pandemia da Covid-19 tem se refletido no que sonham os profissionais de saúde no Brasil*. G1. <https://g1.globo.com/bemestar/viva-voce/noticia/2020/05/15/como-o-estresse-da-pandemia-da-covid-19-tem-se-refletido-no-que-sonham-os-profissionais-de-saude-no-brasil.ghtml>

Sobre a autora

¹**Helena Oliveira Coelho** | helena.oliveira.coelho@gmail.com | Graduanda em Psicologia na Universidade Federal de Minas Gerais, com ênfase em Processos de Desenvolvimento e Avaliação Psicológica. Aluna de iniciação científica no Laboratório de Estudos sobre Comportamento, Cognição e Aprendizagem. Monitora bolsista da disciplina de Técnicas de Exame Psicológico. Experiência nas áreas de psicologia organizacional e orientação profissional e de carreira.

Recebido em: 30/07/2021
Aceito em: 07/11/2021