

2

PERCEPÇÃO DE ESTRESSE E RESILIÊNCIA EM MILITARES EM MISSÃO NO HAITI

Juliana Reis de Alcântara Barros
Universidade Ibirapuera

Carlos Eduardo Neves Girard
Universidade Ibirapuera

Jecilene Rosana Costa Frutuoso
Universidade Ibirapuera

Michel Silva Barros
Exército Brasileiro

RESUMO:

A Missão das Nações Unidas para a Estabilização no Haiti (MINUSTAH) iniciou em 2004 e permaneceu em atividade até 2017. Diversos contingentes de militares brasileiros foram enviados a essa missão. Os militares são uma classe profissional que atua em estado de prontidão em um contexto de responsabilidade e obediência, sendo caracterizada como uma profissão desgastante e causadora de elevados níveis de estresse. Os efeitos do estresse no cumprimento das tarefas e funções militares é um assunto que sempre mereceu a atenção dos profissionais de saúde psicólogos. Desta forma, o presente trabalho consiste em avaliar, de forma comparativa, a Escala do Estresse Percebido e a Escala de Resiliência entre Militares advindos da Missão de Paz no Haiti (MINUSTAH) e militares em missões dentro dos seus quartéis e verificar

se a resiliência pode funcionar como um fator protetivo para a diminuição da percepção do estresse. O estudo trata de uma pesquisa quantitativa, que tem procedimento uma análise documental retrospectiva. O local de estudo foi dois quartéis distintos do Exército Brasileiro, localizados na cidade de Barueri - SP. A amostra foi composta por militares e os instrumentos avaliativos foram a Escala de Resiliência (Cid RISC 25) e a Escala do Estresse Percebido - versão em língua portuguesa - do Perceived Stress Scale (PSS de 10 itens), que estavam armazenados nos prontuários da psicologia do Posto de Médico da Guarnição de Osasco/Barueri. Os participantes foram distribuídos em dois grupos: Grupo 1 (de militares recém-chegados da missão de paz do Haiti - MINUSTAH) e Grupo 2 (de militares que não estavam envolvidos em nenhuma missão externa). Para os critérios de inclusão do Grupo 1 foram selecionados todos os militares recém-chegados da Missão, como critério de exclusão foram retirados militares que foram em pelotões anteriores. A amostra que compôs o Grupo 2 foi obtida forma aleatória do banco de dados, por militares com os mesmos postos ou graduações dos militares envolvidos no Grupo 1 e como critério de exclusão foram retirados militares que estavam cumprindo missão externa ou afastados das atividades do quartel. O tamanho total da amostra foi de 50 militares, 25 em cada grupo, entre oficiais, sargentos, cabos e soldados. Os militares eram todos do sexo masculino e tinham idade entre 20 e 41 anos e estavam no exército Brasileiro há mais de 2 anos. Como resultado: os militares envolvidos em missões especiais não perceberam uma realidade estressora maior do que os militares que estão em situação de atividades internas; os militares envolvidos em missões especiais não têm maior índice de resiliência.

PALAVRAS-CHAVE:

Forças Armadas; Missões Especiais; Estresse; Resiliência.

ABSTRACT:

The United Nations Stabilization Mission in Haiti (MINUSTAH) began in 2004 and

remained in operation until 2017. Several contingents of Brazilian military personnel were sent to this mission. The military is a professional class that acts in a state of readiness in a context of responsibility and obedience, being characterized as an exhausting profession and causing high levels of stress. The effects of stress on the fulfillment of military tasks and functions is a subject that has always received the attention of psychologists. In this regard, the present work consists in assess, in a comparative manner, the Perceived Stress Scale and the Resilience Scale between Military Personnel from the Haitian Peace Mission (MINUSTAH) and the military in missions inside headquarters and to verify if the resilience acts as a protective factor to reduce the perception of stress. The study deals with a quantitative research, which has a procedure retrospective documentary analysis. The study site was located two distinct quarters of the Brazilian Army, located in the city of Barueri - SP. The sample consisted of military personnel and the evaluation instruments were the Resilience Scale (Cid RISC 25) and the Perceived Stress Scale (PSS of 10 items), which were stored in the psychology records of the Medical Office of the Garrison of Osasco / Barueri. Participants were divided into two groups, Group 1 (of military members newly arrived from the Haitian peace mission - MINUSTAH) and Group 2 (of military personnel who were not involved in any external missions). For the inclusion criteria of Group 1, all newly arrived military from the Mission were selected. The sample that composed Group 2 was obtained randomly from the database, by military personnel with the same posts or graduations of the military involved in group 1. Military either involved in external mission or away from internal activities were not involved in this group. The total sample size was 50 soldiers, 25 in each group, among male officers, sergeants, cables and soldiers, aged between 20 and 41 years old that had been in the Brazilian army for at least 2 years. The military involved in special missions did not perceive a greater stressing reality than the military that are in the situation of internal activities; the military involved in special missions does not have a

higher resilience index.

KEYWORDS:

Armed Forces; Special Missions; Stress; Resilience.

Introdução

Tradicionalmente, os militares são chamados a cumprir missões diversas, em território nacional ou no exterior, para as quais devem estar totalmente preparados. Trata-se de uma classe que devido à especificidade do seu trabalho, está exposta a diversos tipos de pressões, tendo em vista que atuam sempre em estado de prontidão e exercem suas atividades a partir de um contexto organizacional de extrema responsabilidade e obediência ao quadro hierárquico (Gomes et al., 2014). São vários os estudos que designam a profissão militar como desgastante e causadora de elevados níveis de estresse (Vilhena, 2005).

Essas condições podem levar a uma série de problemas de saúde e de desempenho e é possível observar que as taxas de suicídio cresceram entre os soldados americanos desde o início das Guerras do Iraque e do Afeganistão. O número de suicídios cometidos após a missão no Afeganistão já superou o número total de militares dos Estados Unidos que morreram em combate nesse mesmo país (Kessler et al., 2015). No entanto, não só o aumento na ocorrência de suicídio é fator preocupante às Forças Armadas Americanas, como também o desenvolvimento de outras desordens psicológicas como o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e Depressão (Cotian et al., 2014).

Porém, nem todos reagem de forma negativa ao estresse ambiental, a maioria das pessoas permanece saudável, mesmo em face de altos níveis de estresse (Ursano et al., 2015). O autor realizou um estudo no exército em membros da Army STARRS para avaliar Risco que esses militares estavam submetidos e a Resiliência, e observou que a resiliência é um componente que pode reduzir o suicídio.

No que diz respeito à realidade brasileira quanto aos estudos relacionados ao estresse e resiliência, Cotian et al. (2014) afirmam que os efeitos do estresse no cumprimento das tarefas e funções militares é um assunto que sempre mereceu a atenção dos psicólogos a trabalhar em contexto militar, no Brasil não muito diferente da realidade norte-americana. As principais áreas de estudo têm

sido as reações de estresse em combate, o estresse pós-traumático, o estresse e a qualidade do desempenho e, nos últimos anos, o estresse nas Missões de Apoio à paz (Mendes, 2013).

Este tipo de participação militar tem sido relacionado a um conjunto de consequências para a saúde e o bem-estar de seus participantes, Bartone descreve seis elementos estressores de militares envolvidos nessas missões: isolamento, ambiguidade, impotência, tédio, perigo e carga de trabalho (Bartone, 2012). Estudos realizados após conflitos militares mostram que a exposição a combate resulta em considerável risco de problemas mentais incluindo o (Transtorno de Estresse Pós-Traumático) TEPT, depressão, abuso de substâncias, problemas sociais, na aptidão ao trabalho e aumento do uso de serviços de saúde (Hoge et al., 2011).

Souza (Souza, 2011) realizou estudo sobre as consequências das experiências traumáticas em vítimas de desastres e situações de guerra, mas a literatura sobre o impacto dessa exposição nos indivíduos envolvidos em missões de paz ainda é pequena (Souza, 2011). Segundo avaliação realizada por Gomes (Gomes et al., 2014), observou que os profissionais militares ainda pertencem a uma categoria pouco investigada, com o número reduzido de publicações, podendo perceber que a distribuição de pesquisas ainda não é equivalente entre os diversos profissionais que compõem este campo de estudo

De acordo com Lima (Lima et al, 2017) nenhum trabalho empírico foi encontrado sobre os fatores de personalidade que podem funcionar como protetores de nossos militares que são submetidos a essas missões, por exemplo a resiliência, as pesquisas acerca das forças militares de paz têm se concentrando em identificar e tratar falhas relacionadas ao estresse, como o TEPT ou alguns possíveis fatores de proteção e de risco para o desenvolvimento de psicopatologias.

Desde o século XIX são realizados estudos científicos sobre os mecanismos adaptativos e homeostáticos dos organismos vivos, segundo Trigo (Trigo et al., 2010), gradualmente foi possível observar o

surgimento de alguns desdobramentos dessas pesquisas como na área do estresse, com a perspectiva biológica a focando nas respostas psicofisiológicas, a psicologista concentrando os estudos na forma como o indivíduo avalia as pressões e a perspectiva do ambiente com ênfase nas condições estressoras.

Filgueiras e Hippert (Filgueiras & Hippert, 1999) afirmam que um dos primeiros estudiosos a definir o conceito de estresse foi Hans Selye atendo-se à sua dimensão biológica. De acordo com este autor, o estresse seria um elemento inerente a toda doença, que produz certas modificações na estrutura e na composição química do corpo, as quais podem ser observadas e mensuradas.

Numa abordagem cognitivo-comportamental, é possível definir o estresse como uma reação psicológica, com componentes emocionais físicos, mentais e químicos, a determinados estímulos que podem excitar e/ou confundir uma pessoa (Lipp & Guevara, 1994). Conceitua-se o estresse como o estado de ativação em que se coloca o organismo diante da mudança geradora de instabilidade: ele se dá no corpo e é anterior e independente do significado atribuído à ocorrência que o desencadeou (Oliveira, 2006).

A atividade exercida por militares tem sido diretamente relacionada a uma grande variedade de sintomas físicos e psicológicos e um dos mais estudados desfechos relacionados à saúde mental nessa população é o desenvolvimento de sintomas de estresse pós-traumático (Souza, 2011). Alguns dos traumas agudos ou prolongados, ou situações adversas a qual essa população é submetida podem ser percebidas pelo indivíduo como situações estressantes (Trigo, Branco & Silva, 2010). Dentro desta perspectiva, o estresse pode ser avaliado de três formas: a partir agentes estressores específicos que os causaram, dos sintomas físicos e psicológicos desencadeados e da percepção de estresse individual de forma global (Antonietti, 2012).

Quanto a perspectiva da resiliência só começou a ser utilizada pelas Ciências da Saúde a partir da década de 1970, com estudos sobre pessoas que não adoecem

como seria o esperado, apesar de terem sido submetidas a traumas agudos ou prolongados. Podendo ser entendida como um fator de proteção dos indivíduos contra transtornos mentais, pessoas "resilientes" tendem a manifestar comportamentos adaptativos (Baasch, Amorim, & Cruz, 2015).

A resiliência pode ser entendida de três formas: em primeiro, como uma constelação de características que a pessoa tem, apesar de ter nascido e crescido em circunstâncias desfavoráveis. Nesse sentido, a resiliência refere-se a resultados de desenvolvimento melhor que o esperado. Em segundo, a resiliência pode se referir à competência quando sob estresse. O resiliente pode demonstrar competência em lidar com ameaças ao seu bem-estar. E terceiro, a resiliência pode ser um funcionamento positivo, indicando recuperação do trauma (Ungar, 2008).

Desta forma, a resiliência é considerada um resultado de desenvolvimento, um conjunto de competências ou estratégias de enfrentamento e todas as perspectivas estão relacionadas a superação de condições adversas (Ungar, 2008).

A resiliência é um construto associado às características pessoais que permitem a um indivíduo adaptar-se e superar situações adversas. Uma pessoa resiliente é aquela com maiores habilidades de se adaptar sob estresse, a despeito da carga de dificuldades enfrentadas e de um contexto desfavorável no entorno. Ainda segundo o autor, a resiliência é tanto uma capacidade inata como também uma aquisição que pode ser modulada ao longo da vida por fatores ambientais, ou seja, a resiliência de uma dada pessoa é o que contempla a interação entre fatores disposicionais e ambientais (Solano, 2016).

Na literatura encontram-se escalas sendo produzidas e adaptadas no intuito de poder mensurar índices de resiliência, como exemplo: Resilience Scale for Adults (RSA) de Friberg (FRIBORG et al., 2005), Brief Resilience Scale (BRS) (SMITH et al., 2008), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) que leva o nome dos autores Connor e Davidson (Connor & Davidson, 2003)., Sabbag Resilience Scale (ERS) (SABBAG,

2012), Dispositional Resilience Scale (DRS) (BARTONE et al., 2008).

As principais críticas às escalas de resiliência, de acordo com estudo realizado por Baasch et al. (Baasch, Amorim, & Cruz, 2015) diz respeito ao fato de que a resiliência não é absoluta, estática ou imutável, devendo a medição da resiliência ser feita de forma cautelosa, para que seus resultados não impliquem em segregação entre pessoas resilientes e não resilientes. Indicando assim que, uma pessoa não é resiliente, mas está resiliente.

A resiliência pode ser entendida como um fator de proteção dos indivíduos contra transtornos mentais, estando presente como uma função da autoestima, dos sentimentos de auto eficácia e das habilidades de resolução de problemas dos indivíduos. As pessoas com resiliência bem desenvolvida tendem a manifestar comportamentos adaptativos, especialmente nas áreas de práticas sociais e morais, e em casos de doenças somáticas, não sucumbir a ela (Friborg, Barlaug, Martinussen, & Rosenvinge, 2005).

A carreira militar apresenta-se como uma escolha laboral singular. As adaptações exigidas englobam aspectos cognitivos, físicos, técnicos e sociais. Segundo Lima (Lima et al, 2017) aqueles que escolhem as carreiras das armas são obrigados a afastarem-se da convivência dos familiares e dos amigos de infância, adaptarem o corpo ao exaustivo exercício físico, a privação do sono, ao regime de internato, além do respeito à hierarquia e disciplina militares, ou seja, independentemente de estarem inseridos em missões de paz ou em missões internas, Vilhena (Vilhena, 2005) também nos mostrar que Uma das situações que também pode ser causadora de perturbação, é a elevada mobilidade profissional que se caracteriza pela possibilidade de deslocamentos, por períodos de dois anos, para qualquer órgão ou unidade militar no país, onde os militares são colocados de acordo com as necessidades da instituição e sua especialidade. Além da destas transferências, muitos destes militares encontram-se a cumprir serviço em unidades ou órgãos militares que são distantes da sua residência (como é o caso das missões de

paz, mas também missões em outros estados ou áreas remotas). Alguns destes militares, quando em atividades interna têm de assegurar serviços relacionados com a segurança das unidades que os faz permanecer 24 horas em atividade armado. Esta situação, pela sua exigência e frequência, é causadora de cansaço e desgaste pessoal.

A participação do Brasil em operações de paz teve início em 1948, ao enviar militares para a Comissão Especial das Nações Unidas para os Bálcãs (UNSCOB), que operou na Grécia de 1947 até 1951, a inauguração nesse tipo de missão foi feita através do envio de dois oficiais da Marinha e do Exército que lá permaneceram entre 1948 e 1949 (Aguilar, 2015).

Desde então, o país participou de 53 operações de paz e missões políticas especiais sob gestão da ONU, com um contingente total de mais de 24 mil homens (Mendes, 2013). Diante de um período de instabilidade no Haiti, a ONU decide em 2004 estabelecer a Missão das Nações Unidas para a Estabilização no Haiti (MINUSTAH) que permaneceu em atividade até 2017. A participação das tropas brasileiras foi feita através de contingentes de aproximadamente 1.200 militares que foram renovados a cada seis meses. Todos os militares voluntários a participar da missão exerceram atividades que variam de ajuda humanitária e suporte às eleições locais, até ao trabalho de força policial (Souza, 2011).

O Haiti faz parte de uma pequena ilha no Caribe, que faz fronteira com a República Dominicana a leste do seu território (Aguilar, 2015).

A situação de violência no país faz parte do longo histórico de instabilidade política que existiu desde sua origem. A independência do Haiti não trouxe estabilidade ao país sua história política sempre foi repleta de atos de violência e instabilidade. Uma série de governos sob acusação de corrupção e escândalos administrativos se sucedeu no país. Desde o início dos anos 90, uma série de operações entrou em ação no Haiti na forma de diferentes missões enviadas após o golpe militar sofrido pelo presidente Jean Bertrand Aristide (Souza, 2011). Entretanto, em

fevereiro de 2004, um conflito armado se formou na cidade de Gonaives fazendo com que o Presidente Jean Bertrand Aristide fosse deposto pela segunda vez. Assim em 2004 foi criada a missão de paz da ONU - MINUSTAH e permaneceu em atividade até outubro de 2017. (Magalhães, 2017)

Desta forma, o presente trabalho consiste em avaliar, de forma comparativa, a Escala do Stress Percepcionado e a Escala de Resiliência em militares brasileiros advindos da Missão de Paz no Haiti (MINUSTAH) e militares brasileiros em missões dentro dos seus quartéis, de forma a compreender se existe diferença no resultado desses fatores a depender do tipo de missão que o militar provém.

E de acordo com avaliação do tema são levantadas três hipóteses:

Hipótese 1: Os militares envolvidos em missões especiais percebem uma realidade estressora diferente dos militares que estão em situação de atividades internas.

Hipótese 2: Os militares envolvidos em missões especiais têm um índice diferente de resiliência para vivenciar situações adversas

Hipótese 3: Existe correlação entre resiliência e estresse percebido.

Método

O presente estudo trata de uma pesquisa de abordagem quantitativa, que tem por objetivo uma pesquisa descritiva e por procedimento uma análise documental, utilizando-se o estudo retrospectivo, que de acordo Rodrigues (Rodrigues et al., 2008) são estudos realizados para sustentar a busca de informação em documentos e registros de eventos já acontecidos no passado, de forma sistematizada para obtenção de dados fidedignos num período, local e amostra determinada.

A amostra selecionada para coleta de dados foram os testes de militares que realizaram Escala do Estresse Percepcionado (PSS 10 itens) (Trigo et al., 2010) e Escala de Resiliência (Cid RISC 25) Adaptação e

Validação de escalas de resiliência para o contexto cultural brasileiro (Solano, 2016) ambas estavam armazenadas nos prontuários da psicologia no Posto Médico da Guarnição de Osasco/Barueri – SP.

O total da amostra foi de 50 militares, sendo 25 de cada grupo, entre oficiais, sargentos, cabos e soldados, de acordo com a distribuição da tabela abaixo. **(TABELA 1).** Os militares tinham idade de 20 a 30 anos, eram do sexo masculino e estavam incorporados no exército brasileiro a mais de 2 anos. Todos os testes apurados são de aplicação do ano de 2017 e obedeceram ao critério de inclusão e exclusão definido.

	GRUPO INTERNA	GRUPO PAZ
Oficiais	2	2
Praças	6	6
Não Graduados	17	17
TOTAL	25	25

Tabela 1: Distribuição da amostra entre os grupos

O grupo denominado INTERNA de militares que não estavam envolvidos em nenhuma missão externa e o grupo denominado PAZ composto por militares recém-chegados da missão de paz do Haiti – MINUSTAH.

Vale salientar que as Escalas de Estresse Percepcionado dos militares que estavam em missão de paz foram aplicados no momento em que os militares retornaram da missão enquanto ainda estavam aquartelados (período de quarentena). Este contingente foi o ultimo enviado ao país, que teve seu tempo de permanência estendido em função da passagem do Furacão Irma em setembro de 2017. Todas as informações foram manuseadas de acordo com o previsto no termo de confidencialidade e sigilo, mantendo os princípios éticos da pesquisa. O presente termo também está assinado e anexado no setor de onde as informações foram retiradas. Vale salientar que de acordo com a resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, parágrafo único, inciso V, resolve que não serão registradas nem avaliadas pelo sistema CEP/CONEP, pesquisa com bancos de dados, cujas informações são agregadas,

sem possibilidade de identificação individual. Na presente pesquisa o nome dos militares não foi identificado e os mesmo antes de serem atendidos pela psicologia assinam um termo em que concordam ou não, com ato de disponibilizar as informações oriundas da avaliação para fins de estudos com a preservação de sua identidade. Só foram utilizados para essa pesquisa os formulários dos militares que concordaram com a disponibilização dessas informações.

Quanto aos instrumentos a Escala do Estresse Percepcionado é a versão em língua portuguesa de *Perceived Stress Scale* (PSS), a versão original da escala Cohen, Kamarck & Mermelstein (1983), tradução e adaptação para população portuguesa (Trigo, Branco, & Silva, 2010), o mesmo instrumento foi adaptado para população brasileira por Luft (Luft et al., 2007). Foi utilizado a versão portuguesa em função da instituição já fazer o uso deste material e não existir discrepância na linguagem das duas escalas. Considerando que o estresse percebido é influenciado por eventos cotidianos, relações interpessoais e alterações na disposição pessoal, o valor preditivo da PSS pode diminuir acentuadamente nas quatro a seis semanas após a sua aplicação. Assim, a instrução da PSS refere-se à frequência com que um contexto geral de vida ocorreu durante o último mês (Trigo, Branco, & Silva, 2010).

A PSS é uma escala geral, que pode ser usada em diversos grupos etários, pois não contém questões específicas do contexto. Para a realização de estudos em uma perspectiva epidemiológica, é necessário um instrumento que demande pouco tempo para o seu preenchimento, mas que tenha características psicométricas satisfatórias e esse instrumento deve avaliar o estresse dentro de uma perspectiva internacional, característica importante na comparação de dados de pesquisa. (Luft et al., 2007). Esta escala possui 10 itens, seis são negativos (1, 2, 3, 6, 9, 10) e quatro são positivos (4, 5, 7, 8). Os elementos negativos destinam-se a avaliar a falta de controle e as reações afetivas negativas, enquanto os positivos medem o grau de habilidade para lidar com os estressores existentes. As respostas são assinaladas mediante uma escala de Likert

com cinco pontos (0 - nunca, 1 - quase nunca, 2 - algumas vezes, 3 - frequentemente e 4 - muito frequente). Para calcular a pontuação final é necessário inverter a cotação das respostas aos itens 4, 5, 7 e 8. Os resultados totais oscilam 0-40 e a pontuação média de referência avaliativa é mínimo 9 e máximo 27 com média 22,35 e desvio padrão 5,26, lembrando que quanto mais alto o escore significa maior estresse percebido pelo indivíduo, de acordo com estudos em indivíduos do estado de São Paulo realizados por Antonietti (Antonietti, 2012).

A Escala de Resiliência CD RISC (The Connor-Davidson Resilience Scale) foi proposta em 2003 é um instrumento que teve sua origem a partir de um programa norte-americano de pesquisa sobre transtorno de estresse pós-traumático. Cada item é pontuado em uma escala ordinal de 5 pontos, que quantifica a resiliência no contexto da exposição ao trauma. Essa medida apresentou boas propriedades psicométricas (confiabilidade e indicadores de validade de conteúdo) e distinguiu indivíduos com resiliência elevada e baixa.

A escala foi traduzida e adaptada à amostra de brasileiros em 2013 por João Paulo Solano e em 2017 foi validada para contextos militares, podendo ser reaplicada nas demais Forças para fins de pesquisa e diagnóstico, contribuindo para a compreensão da resiliência como fator de proteção para o desempenho de atividades em tais contextos (Lima et al., 2017).

A escala é composta de 25 itens para os quais o indivíduo deve escolher uma resposta em uma escala que varia de "Não Observado" (zero) a "quase sempre observado" (quatro), somando um total de 100 pontos. Os itens engendram 5 fatores: (1) Competência pessoal, padrões elevados, e tenacidade (itens 10,11,12, 16, 17, 23, 24, 25); (2) Confiança nos próprios instintos, tolerância a afeto negativo e efeitos de fortalecimento do estresse (itens 6, 7, 14, 15, 18, 19, 20); (3) Aceitação positiva da mudança, e as relações seguras (itens 1, 2, 4, 5, 8); (4) Controle (itens 1, 3, 21, 22); e (5) Influências espirituais (itens 3, 9). Os resultados oferecidos por essa escala são "alta resiliência" para as pontuações mais

altas e "baixa resiliência" para as pontuações mais baixas (Solano, 2016).

Os testes dos militares foram separados em dois grupos: Grupo 1 (de militares recém-chegados da missão de paz do Haiti – Minustah – denominado PAZ) e Grupo 2 (de militares que não estavam envolvidos em nenhuma missão externa – denominado INTERNA).

Quanto aos critérios de inclusão e exclusão, para os critérios de inclusão do Grupo 1 foram selecionados todos os testes dos militares recém-chegados da Missão, como critério de exclusão foram retirados militares que foram em pelotões anteriores. Para os critérios de inclusão do Grupo 2, foi selecionado de forma aleatória do banco de dados militares com os mesmos postos ou graduação dos militares envolvidos no Grupo 1 e como critério de exclusão foram retirados militares que estivessem cumprindo missão externa ou afastado das atividades do quartel.

Após a coleta de dados e a categorização das variáveis, estes foram tabulados no Microsoft Excel e foram transportados para o Programa GraphPad Prism 5 para tratamento estatístico. Foram realizados testes de normalidade pelo método D'Agostino & Pearson omnibus normality test, para calcular a probabilidade da variável aleatória subjacente estar normalmente distribuída. Análise de Variância (anova), e por meio do teste de T e o coeficiente de correlação avaliado por Pearson. Considerar-se-á o nível de significância de 5%. O GraphPad Prism 5 é um software comercial científico de gráficos e estatísticas disponível para computadores Windows e Macintosh, este software realiza testes estatísticos básicos, ajuste de curvas e gráficos científicos de forma abrangente.

Resultados

A idade dos participantes do Grupo INTERNA foi de 20 a 40 anos, com média de 25,64, desvio padrão de 5,09 com erro padrão da média de 1,02. O Grupo PAZ tinha idade mínima de 21 anos e máxima de 41 anos, com média de 25,48, desvio padrão de 5,18 com erro padrão de da média de 1,03 (v.

Gráfico 1).

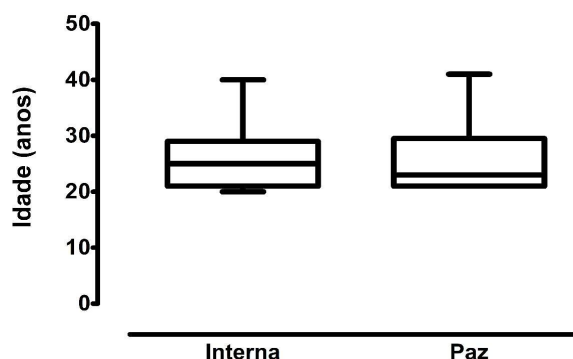


Gráfico 1: Idade média nos dois grupos: INTERNA e PAZ, em anos. (Mediana do grupo INTERNA 25, PAZ 23)

Na avaliação da Escala do Estresse Percebido dos participantes do Grupo Interno foi encontrado um resultado médio de 19,76, desvio padrão de 4,85 com erro padrão da média de 0,97. Com relação ao Grupo PAZ foi encontrado um resultado médio de 19,36, desvio padrão de 1,8 com erro padrão de 0,36. A pontuação média encontrada nos dois grupos é considerada baixa de acordo com a classificação de ANTONIETTI, 2012, que analisou um estudo com indivíduos do estado de São Paulo (Antonietti, 2012) (v. Gráfico 2).

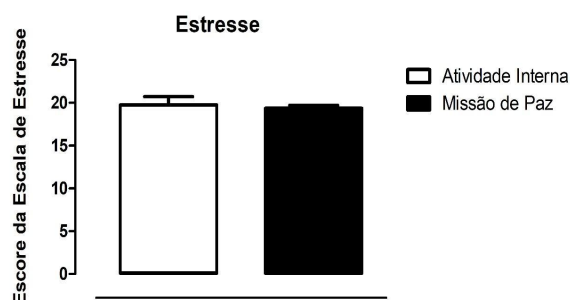


Gráfico 2: Comparativo da escala de Estresse Percebido (Mediana INTERNA 19 PAZ 19)

Quanto à escala de resiliência, para os participantes do grupo INTERNA, foi encontrado um resultado médio de 70,76, desvio padrão de 6,918 com erro padrão da média de 1,38. Com relação ao Grupo PAZ foi encontrado um resultado médio de 69,24, desvio padrão de 9,82 com erro padrão de

1,96. A pontuação média encontrada nos dois grupos é considerada alta, considerando o fato de que a escala varia de 0 a 100 pontos e os resultados oferecidos por essa escala serem de "alta resiliência" para as pontuações mais altas e "baixa resiliência" para as pontuações mais baixas, de acordo com a classificação de (Solano, 2016) (v. Gráfico 3).

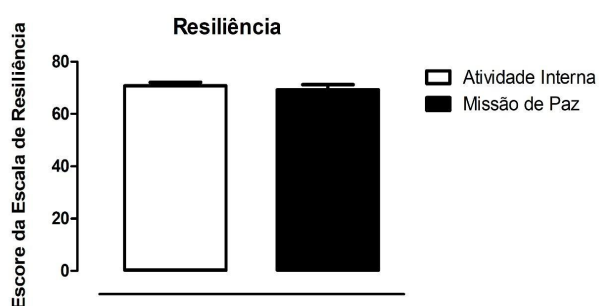


Gráfico 3: Comparativo da escala de Resiliência (Mediana INTERNA 72 PAZ 69)

Quanto a correlação entre a Escala de Estresse Percebido e a Escala de Resiliência foi possível observar que para os participantes do grupo INTERNO não existiu correlação direta entre as duas variáveis. (v. Gráfico 4).

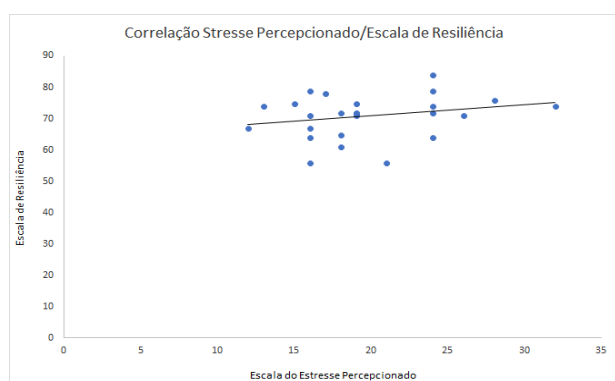


Gráfico 4: Correlação Escala de Estresse Percebido e Escala de Resiliência grupo INTERNA.

Quanto à correlação entre a Escala de Estresse Percebido e a Escala de Resiliência foi possível observar que para os participantes do grupo PAZ não existiu

correlação direta entre as duas variáveis (v. Gráfico 5).

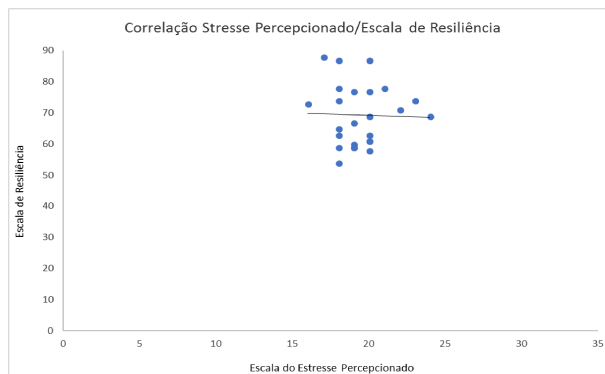


Gráfico 5: Correlação Escala de Estresse Percebido e Escala de Resiliência grupo PAZ.

Quanto ao teste de normalidade avaliado pelo método D'Agostino & Pearson *omnibus normality test*, foi possível observar os resultados da tabela abaixo (TABELA 2).

	GRUPO 1 -INTERNA	GRUPO 2 - PAZ
IDADES		
Teste de Normalidade (alpha=0.05)?	No (p=0,0482)	No (p=0,0105)
ESCALA DE ESTRESSE		
Teste de Normalidade (alpha=0.05)?	Yes (p=0,2606)	Yes (p=0,1023)
ESCALA DE RESILIÊNCIA		
Teste de Normalidade (alpha=0.05)?	Yes (p=0,4231)	Yes (p=0,3914)

Tabela 2: Teste de Normalidade

Na distribuição aleatória subjacente das idades entre os Grupos a variável não está normalmente distribuída. Quanto a

distribuição das escalas de estresse percebido e da escala de resiliência a variável está normalmente distribuída.

Quanto ao teste T, avaliado pelo método não pareado, foi possível observar os resultados da tabela abaixo (Tabela 3).

	TESTE T NÃO PAREADO
IDADES	
São significativamente diferentes? (P < 0.05)	No (p=0,9129)
ESCALA DE ESTRESSE	
São significativamente diferentes? (P < 0.05)	No (p=0,7012)
ESCALA DE RESILIÊNCIA	
São significativamente diferentes? (P < 0.05)	No (p=0,5299)

Tabela 3: Teste T

De acordo com a tabela é possível observar que não existe diferença significativa entre os grupos no que diz respeito às escalas avaliadas.

Quanto à análise dos coeficientes de correlação que foram utilizados para medir o grau da correlação entre duas variáveis de escala métrica, observa-se os resultados da tabela abaixo, para os dados de correlação de Pearson (Tabela 4)

COEFICIENTE DE CORRELAÇÃO DE PEARSON			
	Idade	Estresse	Resiliência
Idade		-0,1387	-0,09353
Estresse	-0,1387		0,128468
Resiliência	-0,09353	0,128468	
VALORES DE P			
	Idade	Estresse	Resiliência
Idade		0,336741	0,518228
Estresse	0,336741		0,373936
Resiliência	0,518228	0,373936	

Tabela 4: Análise do Coeficiente de correlação de Pearson

Discussão

Ao avaliarmos a literatura, observamos estudos em que os militares envolvidos em missões de paz não percebem a realidade vivida como estressora ou como mais estressora que os militares que estão em atividades interna, resultado esse semelhante ao observado por Souza (Souza, 2011) em seu estudo que descreve apenas uma minoria dos participantes relatou ter sido exposto a situações de estresse moderadamente intensos. Em seu trabalho também relata a baixa exposição a situações de risco, aliada a uma amostra motivada e bem treinada podem ser os responsáveis por tais resultados. Diferente das atividades em situações de guerra, a participação em tropas de paz é um trabalho voluntário que traz vinculado a si tanto uma oportunidade de crescimento profissional quanto a chance de fazer um trabalho significativo. O aspecto humanitário do trabalho em tropas de paz permite que seus participantes consigam contextualizar os riscos envolvidos, ajudando a lidar com as situações de estresse.

No estudo realizado por Mendes (Mendes, 2013) chama a atenção para o fato de que níveis moderados de estresse podem contribuir para o aumento da atenção e melhor desempenho em determinadas tarefas. Os militares estão constantemente face a face com estressores, pois os mesmos fazem parte de suas responsabilidades e capacitações para bem cumprir os seus deveres militares que por isso mostraram-se altamente adaptáveis às circunstâncias incertas e mutáveis, requisitos indispensáveis tanto para operações de manutenção da paz ou de combate. O treinamento é um moderador que pode ser controlado e contribui para o desempenho e eficácia militar, preparar os indivíduos para lidar com o estresse, tanto a nível individual quanto em grupo. Promove a integração e a coordenação mais eficaz do grupo e previne as possíveis reações às situações estressantes. Em seu estudo Bartone (Bartone, 2008) também vai apontar os programas de treinamento e educação como influenciadores na construção de conhecimentos, condicionamento físico e habilidades, habilidades essas incluindo a resiliência.

A resiliência também é um fator que pode contribuir para adaptação em situações estressoras, de acordo com estudo realizado por Emílio em Policiais Militares do Interior de São Paulo (Emílio, 2012) pode-se perceber que os policiais militares que participaram do estudo possuem bons níveis de resiliência, sendo, portanto, capazes de enfrentar as adversidades e aprendendo com elas, o que é bastante saudável dadas as características de extrema dificuldade, violência e ameaça pelas quais passam nessa atividade. Saber enfrentar situações difíceis pode ser a diferença entre desempenho adequado e inadequado nesta profissão e entre manter-se saudável. E no presente estudo foi possível observar que o valor da Escala de Resiliência dos dois grupos de militares estudados foi alto. Segundo Bartone (Bartone, 2012), o poder da resiliência para diminuir os efeitos nocivos das experiências estressantes está relacionado às interpretações particulares de tais experiências que são tipicamente feitas pelas pessoas. Se uma experiência estressante ou dolorosa pode ser cognitivamente enquadrada e compreendida dentro de uma perspectiva mais ampla que sustenta que toda a existência é essencialmente interessante, uma questão de escolha pessoal, proporcionando oportunidades para aprender e crescer, então a experiência estressante pode ter efeitos psicológicos benéficos em vez de efeitos prejudiciais.

Ao comparar população a cerca da resiliência o estudo não tem como objetivo legitimar a separação de resilientes como aptos e não resilientes como inaptos, como analisa Boltanski e Chiampello (Boltanski & Chiampello, 2009) ao analisarem exclusão no trabalho pelas seleções psicológicas, mas como propõe Unger (Unger, 2008) estudar resiliência é um desafio para os profissionais de saúde mental desenvolverem modelos de tratamento e serviço que seja mais amplos, propondo intervenções que busquem desenvolver ou reforçar aspectos de resiliência nas populações de um modo geral.

Apesar de não ser evidenciado pelo estudo uma correlação direta entre Escala de Estresse Percebido e Escala de Resiliência é evidente a influência desses fatores entre esse correlatos psicossociais e a

resiliência, como mostra o estudo de Cotian et al. (Cotian et al., 2014). Sua revisão reuniu dados que confirmam o potencial papel protetivo da resiliência/hardiness quanto ao TEPT, assim como a associação direta entre resiliência e saúde, seja ela mental, física e/ou psicológica.

O presente estudo almejou colaborar para a ampliação do conhecimento sobre estresse e resiliência no âmbito do Exército Brasileiro. Destaca-se que as conclusões se referem apenas aos participantes deste estudo e que não podem ser estendidas a outros grupos das forças armadas sendo necessário uma testagem em outros grupos. Quanto as limitações do estudo dizem respeito ao tamanho da amostra relativamente pequeno, em função de ser sido avaliado apenas o último contingente e quanto ao desdobramento dos subitens avaliados pelas respectivas escalas estudadas pode representar uma perspectiva de estudos futuros. Apesar dessas limitações, os resultados relatados aqui fornecem informações preliminares úteis sobre os dados referente a realidade de Estresse e Resiliência do Exército e nos abrem alternativas para ampliação e aprofundamento do tema.

Vale ressaltar que, a pessoa de alta resiliência não é impermeável ao estresse, mas responde melhor ao estresse e consegue se manter saudável.

Esses resultados preparam o cenário para análises mais aprofundadas, com o objetivo de ajudar o Exército a eleger políticas de gestão que incluam o aumento dos níveis de resiliência em seus programas para que os militares estejam protegidos em função da realidade vivida cotidianamente de forma a adoecerem menos e para que possam prestar cada dia melhor serviços à sociedade.

Considerações Finais

De acordo com o estudo foi possível observar que os militares envolvidos em missões especiais de Paz não perceberam uma realidade estressora maior do que os militares que estão em situação de atividades internas. Os militares envolvidos em missões especiais de Paz não têm maior índice de

resiliência do que os militares em atividades internas. Assim, o estudo nos ajuda a desmistificar a concepção de que mesmo estando submetido a condições adversas, o militar perceberia estas condições como estressoras, ou seja, sugere que nem toda situação adversa necessariamente altera a percepção do estresse pelo indivíduo, valendo ressaltar que, a pessoa de alta resiliência não é impermeável ao estresse, mas responde melhor ao estresse e consegue se manter saudável.

Bibliografia:

- AGUILAR, S. A Participação do Brasil nas Operações de Paz: passado, presente e futuro. *BRASILIANA- Journal for Brazilian Studies.*, 3, 113–141, 2015. Recuperado de <https://doi.org/https://doi.org/10.25160/v3.i2/d5>
- ANTONIETTI, C. C. *Percepção de estresse e estilo de coping dos pacientes no período pré-procedimento colonoscópico*. (Doctoral dissertation). Universidade de São Paulo, 2012. Recuperado de <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7139/tde-16032013-132310/pt-br.php>
- BAASCH, D., AMORIM, L., & CRUZ, R. M. Qualidades psicométricas de instrumentos de resiliência para adultos. *Revista Borges*, 5, 38–53, 2015. Recuperado de <https://www.revistaborges.com.br/index.php/borges/article/view/85/151>
- CONNOR, K. M., & DAVIDSON, J. R. T. Research article development of a new resilience scale: *depression and anxiety*, 82(April), 76–82, 2003. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- COTIAN, M. D. S. et alii. Revisão sistemática dos aspectos psicossociais, neurobiológicos, preditores e promotores de resiliência em militares. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 63, 72–85, 2014. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000009>
- EMILIO, E. V. & MARTINS, M. C. F. Resiliência e autoconceito profissional em policiais militares: um estudo descritivo. *Mudanças – Psicologia da Saúde*, 20(Jan-Dez), 23–29, 2012. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.15603/2176-1019/mud.v20n1-2p23-29>
- FILGUEIRAS, J. C., & HIPPERT, M. I. A Polêmica em Torno do Conceito de Estresse. *Psicologia Ciência e Profissão*, 19, 40–45, 1999. Recuperado de <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98931999000300005>
- FRIBORG, O. et alii. Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 2005, 14(1). Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.608.5986&rep=rep1&type=pdf>
- GOMES, D. F. S., e BELÉM, A. O. Saúde mental de militares: uma revisão integrativa do cenário brasileiro. *Rev. Saúde Públ. Santa Cat.*, 7(3), 88–102, 2014. Recuperado de <http://revista.saude.sc.gov.br/index.php/inicio/article/view/266>
- HOGUE, C. W. et alii. Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems and barriers to care. *US Army Med Dep J.*, 351, 13–22, 2008. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15229303>
- LIPP, M. e GUEVARA, A. J. H. Validação Empírica do Inventário de Sintomas de Estresse. *Estudos de Psicologia*, 11(3), 43–49, 1994. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/313768075_Stress_e_suas_implicacoes
- KESSLER, R. C. et alii. Predicting Suicides After Psychiatric Hospitalization in US Army Soldiers The Army Study to Assess Risk and Resilience in Service members (Army STARRS). *JAMA Psychiatry*, 72(1), 49–57, 2015. Recuperado de <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2014.1754>
- LIMA, T. C. et alii. Resiliência Militar: Adaptação da Escala CD-RISC 25 para Mensuração em Cadetes da Academia das Agulhas Negras- Aman. *Association, International Stress Management*, 3, 12–22, 2017. Recuperado de

- <http://www.ismabrasil.com.br/trabalho/61>
- LUFT, C. D. Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos Brazilian version of the Perceived Stress Scale: translation and. *Rev Saúde Pública*, 41(4), 606–615, 2007. Recuperado de <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102007000400015>
- OLIVEIRA, E. A. Delimitando o conceito de stress. *Ensaio e Ciência*, 1(1), 11–18, 2006. Recuperado de www.esalq.usp.br
- RODRIGUES, D. S. et alii. Characterization of nursing diagnoses identified in records of the elderly: a retrospective study. *Texto Contexto Enfermagem*, 17(Jan-Mar), 141–9, 2008. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71417116>.
- MAGALHÃES, L. F. A. (2017). *A imigração haitiana em santa catarina : perfil sociodemográfico do fluxo , contradições da inserção laboral e dependência de remessas no Haiti*. UNiversidade Estadual de Campinas. Recuperado de http://repositorio.unicamp.br/bitstream/R_EPOSIP/322136/1/Magalhaes_LuisFelipeAires_D.pdf
- MENDES, D. M. C. *O estresse e os militares em missão de paz: a política de suporte social e psicofísico aos militares brasileiros*. (Doctoral dissertation). Escola Superior de Guerra (ESG), 2013. Recuperado de <http://www.esg.br/images/Monografias/2013/MENDESD.pdf>
- SABBAG, P. Y., et alii. Validação de Escala para Mensurar Resiliência por Meio da Teoria de Resposta ao Item (TRI). In: *XXXIV Encontro da ANPAD*, 2010. Resumos XXXIV Encontro da ANPAD. Rio de Janeiro: ANPAD, 2010.
- SMITH, B. W., et al. The Brief Resilience Scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, V. 15, p. 194-200, 2008. Recuperado de: <http://homepages.uwp.edu/crooker/745-Resile/articles/Smith-et-al-2008-BRS-indiv.pdf>
- SOLANO, J. P. C. *Adaptação e validação de escalas de resiliência para o contexto cultural brasileiro: escala de resiliência disposicional e escala de Connor-Davidson*. USP, 2016. Recuperado de <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5152/tde-23082016-092756/en.php>
- SOUZA, W. F. *Estudo prospectivo do impacto da violência na saúde mental das tropas de paz brasileiras no Haiti*. (Doctoral dissertation) Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, 2011. Recuperado de <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/20947/1/1084.pdf>
- _____. *Sintomas de estresse pós-traumático em militares brasileiros em missão de paz no Haiti*. (Master's thesis). Escola nacional de saúde pública ENSP/Fiocruz, 2007. Recuperado de <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/5335>
- TRIGO, M., BRANCO, F., & SILVA, D. (2010). Estudo das propriedades psicométricas da Perceived Stress Scale (PSS) na população portuguesa. *Psychologica*, 10, 353–378, 2010. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71417116>
- UNGAR, M. Resilience across Cultures. *British Journal of Social Work*, 38(July 2018), 218–235, 2008. Recuperado de <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcl343>
- URSANO, R. J. et alii. Suicide Attempts in the US Army During the Wars in Afghanistan and Iraq, 2004 to 2009. *JAMA Psychiatry*, 72(9), 917–926, 2015. Recuperado de <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2015.0987>
- VILHENA, C. P. *Resiliência em contexto militar* (Doctoral dissertation). Universidade do Porto, 2005. Recuperado de <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/23689/2/29793.pdf>