



FRONT DIGITAL: o trauma psicológico secundário nos editores de fotojornalismo

Paula Saviolli Nogueira¹, Leão Renato Pinto Serva².

Resumo: Este trabalho discute como a cobertura de conflitos pode ser psicologicamente prejudicial para os profissionais da imprensa também nos bastidores da notícia. A grande questão aqui é o que acontece com os editores de fotojornalismo, em aspectos psicológicos e circunstanciais, quando parte de seu trabalho diário é ver, rever e avaliar graficamente cenas de mortes, guerra e horror por horas, enquanto também são responsáveis hierarquicamente pela equipe que está em campo. No *front* digital, eles podem nunca ter pisado em uma zona perigosa, mas podem do mesmo jeito ser afetados e até desenvolver o Transtorno de Estresse Pós-Traumático em segunda mão por meio da lente de outros profissionais.

Palavras-chave: cobertura de conflitos; transtorno de estresse pós-traumático secundário; trauma psicológico vicário, editores de imagens; fotojornalismo.

¹ Jornalista formada e pós-graduada em Jornalismo Digital pela Escola Superior de Propaganda e Marketing (ESPM-SP). Teve passagem pela redação da Folha de S. Paulo, colaborou com reportagens para revistas e hoje atua como analista de conteúdo digital na Textual Comunicação. Coautora do livro “Depois do front: os traumas psicológicos dos jornalistas que cobrem conflitos” da Editora Reflexão. E-mail: paula.saviolli@gmail.com.

² Doutor em Comunicação e Semiótica, na PUC-SP, onde também se formou jornalista e fez mestrado. Completou MBA pela Business School São Paulo (BSP) em 2008. É autor de vários livros, entre eles: "Jornalismo e Desinformação" (Senac, 2001); “Como Viver em São Paulo sem Carro” (Santa Clara Ideias, 2012, 2013 e 2014) e “Um Tipógrafo na Colônia” (Publifolha, 2014). Foi coordenador de imprensa da Prefeitura de S. Paulo (2005-9). Tem passagens por várias redações (Folha de S.Paulo, Notícias Populares, Jornal da Tarde, Lance, Placar, Último Segundo-iG, Diário de S.Paulo). É colunista da Folha e professor de Ética Jornalística na ESPM-SP. E-mail: leao.serv@gmail.com.

1. Perigos psicológicos da cobertura de conflitos

Em todo o mundo, profissionais da imprensa envolvidos na cobertura de conflitos enfrentam um perigo extraordinário: vários são mortos, feridos e expostos ao fogo cruzado da violência, uma vez que vivenciam detalhes angustiantes e são também vítimas das consequências de acontecimentos catastróficos. A ameaça, porém, vai além de física, há também o risco de sofrimento mental, de sintomas mínimos e passageiros, como dores de cabeça e irritabilidade, a outros intensos que podem perdurar por anos, como pesadelos ininterruptos e um estado de alerta constante. Em diferentes níveis, todas as pessoas envolvidas em eventos traumáticos têm algum tipo de reação relacionada ao estresse: de repórteres que entrevistam vítimas para escrever sobre horrores mundo afora, fotojornalistas que se arriscam no *frontline*³ para registrar o que há de mais gráfico de tragédias, editores de imagens que fazem a curadoria de cenas espantosas uma após a outra, aos produtores e equipe de suporte que gerenciam os riscos enfrentados dos que estão em campo. A maioria não desenvolve qualquer quadro psiquiátrico formal (FEINSTEIN, 2004), entretanto, se as reações permanecerem por um tempo prolongado, podem vir a ser um Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

A Associação Psiquiátrica Americana caracteriza o TEPT como pelo menos um mês de recordações recorrentes e intrusivas de um evento traumático, entorpecimento emocional e a ação de evitar pessoas e lugares que são lembretes do evento. Sobreviventes de traumas, muitas vezes, ficam deprimidos e têm dificuldade em lidar com o trabalho e as relações familiares. Pessoas com o transtorno podem não entender o que está causando os sintomas, e o TEPT pode não ser diagnosticado (MCLAUGHLIN. s.d.apud HIGHT, SMYTH, 2003, p. 13, tradução livre).

O Transtorno de Estresse Pós-Traumático, de forma ampla, é definido como um conjunto de sensações físicas e emocionais que ocorre depois da vivência ou testemunho, direta ou indiretamente, a eventos traumáticos e que provoca alterações consideráveis no funcionamento psíquico, no comportamento e na saúde física de quem o sofre.

³ Abreviação de *frontline*, que significa linha de frente em inglês.

A recordação do acontecimento traumático vai causar no indivíduo um sentimento de insegurança perante às mais variadas situações, originando uma sensação de tarefa inacabada devido à rememoração constante do trauma [...], que é sentido e vivido como uma tarefa que não ficou no momento passado, mas que se desenrola no presente e no futuro (PEREIRA, 2012, p. 13-14).

Um dos primeiros especialistas a relacionar o trauma psicológico aos jornalistas foi o canadense Anthony Feinstein⁴, com o estudo *A hazardous profession: war, journalists, and psychopathology*⁵, publicado no periódico científico *American Journal of Psychiatry*, em 2002, em que ele comparou depoimentos de 140 correspondentes de guerra e 107 jornalistas que nunca pisaram em uma zona de conflito. Os resultados da pesquisa mostram que aqueles que cobriam guerra com uma certa frequência relataram maior consumo semanal de álcool, bem como maiores taxas de depressão aguda e TEPT, com uma prevalência destes quadros psicopatológicos ao longo da vida de 28,6% e 21,4%, respectivamente. Mesmo assim, eles eram menos propensos a procurar tratamento de saúde mental do que os colegas.

Ainda, em seu livro *Journalists Under Fire: The Psychological Hazards of Covering War*⁶, ele revelou que estes profissionais de imprensa são tão vulneráveis ao trauma psicológico quanto soldados, bombeiros e paramédicos – considerados os primeiros agentes de um conflito - e que o impacto emocional deles é comparável ao dos veteranos de combates militares. Estima-se que até 12% dos jornalistas, de qualquer especialidade, desenvolve TEPT e, para os que cobriram cinco ou mais conflitos, o número sobe para 29% (FEINSTEIN, 2006, p. 29-30). No entanto, ele afirma que não há diferença alguma na forma como os profissionais de mídia podem vir a ser afetados em relação a outros envolvidos nas zonas perigosas:

Quando um jornalista vai a lugares violentos, para cobrir guerras ou revoluções, está exposto a um risco maior de desenvolver sintomas de trauma. Se algum deles passa por uma situação de sequestro, ferimento ou algum colega é morto, o risco aumenta ainda mais. Porém, os sintomas ainda serão os mesmos (FEINSTEIN, 2014, em entrevista concedida por telefone em 13 de agosto de 2014).

⁴ Anthony Feinstein é professor de psiquiatria na Universidade de Toronto e estuda o impacto do trauma em jornalistas desde 2002, sendo a maior referência sobre o tema.

⁵ “Uma profissão perigosa: guerra, jornalismo e psicopatologia”, em tradução livre. Disponível em <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12202279>>.

⁶ “Jornalistas em risco: os perigos psicológicos da cobertura de guerra”, em tradução livre.

Sinais do trauma são geralmente sutis, não sendo relacionados a um distúrbio formal e nem sua origem é associada à ocupação profissional a princípio. Um jornalista pode parecer mais ansioso, irritável, retraído, entorpecido, deprimido, triste ou com raiva, e estas emoções podem ser constantes ou pontuais. Já os sintomas físicos incluem distúrbios do sono ou de alimentação, taquicardia, sudorese, ataques de pânico, dores de cabeça, náuseas e dores no peito. Também frequentemente comuns são relacionamentos pessoais e de trabalho mais tensionados, já que comportamentos impulsivos ou agressivos e, até mesmo, de desconforto ou desligamento emocional fazem parte deste quadro. Neste contexto, para muitos, o abuso de álcool ou drogas acaba sendo o escape, configurando o consumo exagerado de substâncias ilícitas como um fator a ser considerado no diagnóstico (ROSS, 2014).

Ainda, há uma característica central que distingue o TEPT de outros quadros de ansiedade ou depressão, que são os ecos inevitáveis do evento traumático, muitas vezes vívidos e ocasionalmente tão reais, que são os *flashbacks* - as memórias involuntárias da causa central do trauma - e/ou alucinações (OCHBERG, 2009). Entretanto, por mais que existam reações consideradas regulares, cada um responde às situações traumáticas de maneira individual, de acordo com suas experiências e vivências.

Para diagnosticar alguém com TEPT ou algum trauma mais simples é preciso analisar profundamente a forma como um evento possivelmente traumático afetou a particularidade do paciente. Portanto, não basta analisar o evento, já que as pessoas sempre respondem de forma diferente, sofrendo traumas em graus distintos ou até não sofrendo trauma algum (NOGUEIRA; DUARTE, 2016, p. 118).

Mesmo assim, de acordo com estudos anteriores⁷ dos quais fui coautora, há uma tendência por parte deles em não se atentarem ao sofrimento mental, muito por acharem que é uma falha profissional, ao não conseguirem manter o “muro emocional” entre eles, as pautas e os personagens. Isto porque, mesmo que não explicitamente, a alta resiliência – a capacidade de um indivíduo de processar situações estressantes - e o afastamento emocional são praticamente vistos como pré-requisitos para o trabalho da imprensa ser

⁷ NOGUEIRA, P. S.; DUARTE, G. T. Depois do Front: os traumas psicológicos dos jornalistas que cobrem conflitos. Editora Reflexão, 2016.

verídico e objetivo, como também para lidar com a rotina extenuante das redações. Os estereótipos jornalísticos sobre bravura e coragem podem, então, prejudicar o processo de reconhecimento de questões subjacentes de saúde mental, levando os jornalistas afetados a sofrerem em silêncio, apurando pauta atrás de pauta sem o devido acompanhamento por parte dos veículos de mídia ou sem ajuda médica. Foi o que a repórter norte-americana Mac McClelland⁸ sentiu na pele: ela desenvolveu o Transtorno de Estresse Pós-Traumático depois de um longo período cobrindo assuntos na área de Direitos Humanos, como violência contra as mulheres, genocídios e desastres por mais de seis anos, sem pausas e sem amparo psicológico.

As primeiras pessoas que acham que os jornalistas precisam ser robôs são os jornalistas, essa é uma ideia que eles mesmos propagam. [...] Essa atitude bem ‘macho’ que você supostamente tem que adotar como jornalista vem muito de que o foco do seu trabalho são as histórias e as pessoas, e ao repórter não é permitido ter sentimentos ou pensamentos sobre o que está acontecendo e tem que ser totalmente objetivo. Na verdade, o jornalista é um ser humano, que deve ter emoções, o tempo todo, sobre tudo o que vive (MCCLELLAND, em entrevista concedida por videoconferência em 15 de setembro de 2014).

O gatilho de seu TEPT foi em 2010 quando viajou ao Haiti para cobrir o desenlace do terremoto que afetou o país no mesmo ano e se aproximou de mulheres que foram vítimas de estupro coletivo e outras situações horrendas. O estresse de acompanhar essas histórias foi tão impactante que ela só conseguiu lidar com elas ao embriagar-se todos os dias que permaneceu lá, uma vez que lhe conferia um estado de entorpecimento emocional.

Eu ficava bêbada o tempo inteiro e, neste estado, você consegue fazer um monte de coisas, já que não tem nenhum sentimento que te atrapalhe. Para mim - e acho que muitos jornalistas pensam assim - se está anestesiado, você está fazendo um ótimo trabalho. Quando voltei, todo aquele efeito anestésico sumiu e se transformou em um colapso nervoso ainda maior. Estas experiências mudaram completamente minha vida. Eu fui diagnosticada com Transtorno de Estresse Pós-Traumático quando voltei para os Estados Unidos. Na verdade, nada na minha vida, do jeito que a levo, ou meu estado emocional tem sido o mesmo desde que fui diagnosticada. Mudei minha existência por completo - e tive que fazer isso, se não, honestamente, eu teria me matado (MCCLELLAND, em entrevista concedida por videoconferência em 15 de setembro de 2014).

⁸ Jornalista premiada e autora do livro “Irritable Hearts: A PTSD Love Story”. Ela colaborou com publicações como Reuters, Rolling Stone, Mother Jones, The New York Times, entre outras.

Neste caso, ela desenvolveu Transtorno de Estresse Pós-Traumático Secundário, isto é, ela não necessariamente viveu um evento traumático em si, mas ouviu e conviveu com muitas pessoas que sim – e sofreu os mesmos efeitos em sua psique. Experiências como a da Mac expõe como o perigo psicológico, mesmo evidente, ainda é um tabu na indústria jornalística, que, em geral não expressa a preocupação devida quando a equipe vai, está ou retorna dos conflitos, nem mesmo com quem permanece nas redações -, salvo exceções como a BBC, por exemplo, que mantém profissionais de saúde mental disponíveis a seu quadro de funcionários (NOGUEIRA; DUARTE, 2016, p. 136). Evidencia também que não é preciso nem estarem presentes no conflito ou participarem da cobertura *in loco* para serem impactados com o estresse e um potencial trauma psicológico. Diversos especialistas dizem que o cérebro humano tem a capacidade de processar sintomas de estresse da mesma forma que se a pessoa estivesse presente na situação conflituosa:

Os critérios estressores do TEPT não se limitam à exposição direta. Outros critérios diagnósticos incluem o testemunho de eventos traumáticos à medida que ocorrem a outros ou a exposição extrema e/ ou repetida a detalhes aversivos de eventos traumáticos. Assim, a exposição secundária ou indireta ao trauma também pode ser considerada um gatilho do TEPT (SEELY, 2017, p. 12, tradução livre).

O trauma secundário, também conhecido como trauma vicário ou ainda “fadiga da compaixão”, refere-se a um quadro de sintomas psicológicos e físicos que remetem ao Transtorno de Estresse Pós-Traumático, mas que são adquiridos por meio da interação com pessoas que sofrem os efeitos do trauma ou como resultado da exposição a materiais gráficos ou textuais potencialmente traumatizantes. Assim como o profissional que em campo testemunha eventos horríveis, quem está nas redações pode sofrer o trauma que causa TEPT indiretamente por meio da tela de um computador, um arquivo de áudio ou palavras de um texto. É o que conclui a edição mais recente do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, o DSM-V: o TEPT pode também ser trazido indiretamente através da visualização de vídeos ou imagens de um evento traumático se esta está relacionada ao trabalho (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2013). Incontestável, então, afirmar que a linha de frente de uma notícia não é encontrada apenas

na localização geográfica real, e os bastidores da notícia são parte integral deste contexto (DUBBERLEY; GRIFFIN; BALMAKING, 2015, p. 16).

2. O lado do editor

Como visto, essa traumatização “em segunda mão”, que, no caso do jornalismo vem da exposição a filmagens, fotos ou entrevistas, é referida como trauma psicológico vicário, e os editores de fotojornalismo são um grande exemplo neste contexto. No capítulo 5 do livro *Depois do Front: os traumas psicológicos dos jornalistas que cobrem conflitos*, de minha coautoria, encontra-se:

Eles não estavam fisicamente nos locais e nem testemunharam em primeira mão os eventos traumáticos capturados por seus colegas, entretanto, estão sujeitos a um intenso sofrimento psicológico e a desenvolverem o Transtorno de Estresse Pós-Traumático. [...] O trabalho imersivo com imagens de eventos traumáticos é um fator de risco específico para jornalistas, policiais e outros que testemunham [estes agentes estressores] em uma base regular em seus empregos (NOGUEIRA; DUARTE, 2016, p 18).

Grande parte do trabalho diário deles é visualizar repetidamente imagens perturbadoras de zonas de guerra, desastres naturais, crimes, acidentes e outros acontecimentos terríveis do cotidiano para verificar a veracidade e filtrar imagens consideradas muito extremas para serem vistas pelo público em geral. Mas eles veem. Veem imagens traumáticas de morte, destruição, sangue e horrores inimagináveis o dia inteiro, todos os dias, muitas vezes por anos a fio. Por sua capacidade gráfica, as fotos e vídeos têm mais impacto na memória de quem as visualiza do que as palavras, pois funcionam como espelho do mundo e passam a noção ao espectador de “ter estado lá” e, de alguma forma, ter vivenciado o que está sendo retratado (FERREIRA, 2015, p. 251).

O fotojornalismo é uma atividade singular que usa a fotografia como um veículo de observação, de informação, de análise e de opinião sobre a vida humana e as consequências que ela traz ao planeta. A fotografia jornalística mostra, revela, expõe, denuncia, opina. Dá informação e ajuda a dar credibilidade à informação textual. [...] Esta circunstância leva a que se deva enfatizar a importância do debate ético e deontológico no campo do fotojornalismo (SOUSA, 2002, p. 5).

No entanto, pesquisas mínimas foram feitas sobre os editores que ajudam jornalistas a elaborarem a narrativa da notícia e como eles podem ser afetados por reviverem traumas através dos olhos do fotojornalista ou cinegrafista. Mais do que isso, os editores ainda são responsáveis por manter a integridade das imagens e da equipe, atuando como os “guardiões” dos colegas na redação e na linha de frente, consultor em tempos difíceis e árbitro quando há um desentendimento ou problema com a publicação para a qual estão trabalhando (GARRET, 2017, p.14). Em última análise, o editor de fotos é visto como o líder natural dos fotógrafos e ele ou ela muitas vezes atua como um confidente quando sentem dificuldade ou apreensão ao embarcarem em mais uma pauta emocionalmente desgastante.

Para uma editora da Associated Press (AP) - uma das maiores agências de notícias do mundo - que preferiu não ser identificada⁹, os editores costumam ter um relacionamento próximo, tanto em âmbitos profissionais quanto pessoais, com os fotojornalistas, ainda mais que a maioria trabalha com a mesma equipe ou rede de *freelancers* conhecidos por um tempo considerável. Para ela, todos que estão em campo sob sua supervisão precisam de uma pessoa que lhes tragam respostas e que seja acessível quando pedem por suporte. “E eles sabem que esta pessoa vai ser eu”, diz.

Aliada à preocupação, senso de compromisso e até culpa em relação aos colegas que estão na linha de frente, esta aproximação pode levar a um maior sentimento de responsabilidade pela segurança e pelo bem-estar deles durante o trabalho, o que poderia ser visto como uma fonte adicional de estresse. Não ter a possibilidade de uma atuação direta e de gerenciamento efetivo dos incidentes traumáticos podem proporcionar aos editores complexos dilemas éticos, que podem resultar em um sentimento de estar violando seus “padrões morais”, isto é, o que eles consideram moralmente adequados. (BROWNE; EVANGELI; GREENBERG, 2012). E, da mesma forma, que há uma cultura predominante de que correspondentes de guerra permaneçam emocionalmente intactos depois do *front*, essa tendência também afeta o lado dos editores.

⁹ O depoimento completo foi base do estudo contido na dissertação da pesquisadora Amber Garret para a University of Missouri, em 2017, sob nome de “The last line of defense: Journalism photo editors and mental health during times of trauma”.

Você não pode deixar isso te impactar, caso contrário nunca conseguiria sobreviver a um dia de trabalho. É realmente difícil de ‘cortar’, uma vez que você está meio conectada com tudo o que está acontecendo. [...] Ainda mais que a Associated Press tem um alcance tão grande, e mais da metade da população mundial vê o nosso conteúdo todos os dias – e é o meu trabalho garantir que as pessoas vejam e obtenham as fotos certas [...] Então, sinto constantemente que eu não posso parar. Eu estou querendo saber que histórias nós perdemos. Eu estou querendo saber quais fotos nós perdemos (Disponível em <<https://mospace.umsystem.edu/xmlui/bitstream/handle/10355/63517/research.pdf?sequence=2&isAllowed=y>>, tradução livre. Acesso em 20 de julho de 2018)

Sua responsabilidade na editoria de *hard news* é dar a manchete do dia nos Estados Unidos, tendo como exemplos o atentado de Las Vegas, em outubro de 2017 - o mais letal da cidade norte-americana, em que 59 pessoas foram mortas e outras 527 feridas depois que um atirador disparou contra o público de espectadores de um show musical -, e o massacre nas mãos de um homem armado na boate Pulse, em Orlando, um ano antes, que contabilizou, pelo menos, 50 mortos e cerca de 53 feridos. Esta última cobertura foi particularmente difícil para ela.

Integrantes de nossa equipe sobrevoavam a cena, pois estávamos lá em cima procurando por corpos, apurando o quão horrível era toda a situação e, ao mesmo tempo, analisando o quanto disso podia ser mostrado aos Estados Unidos [...], um dos públicos mais sensíveis do mundo. No dia a dia, nós [editores de fotos] vemos muito disso e, então, temos que decidir o que todo mundo pode ver (Disponível em <<https://mospace.umsystem.edu/xmlui/bitstream/handle/10355/63517/research.pdf?sequence=2&isAllowed=y>>, tradução livre. Acesso em 20 de julho de 2018).

A rotina diária de seu trabalho é lidar com esse tipo de pauta, vendo repetidamente imagens de destruição, crime, acidentes, cadáveres e todo tipo de cena trágica, sendo que os acontecimentos com mais vítimas tendem a afetá-la mais intensamente. Ela ainda sente a pressão de dar visibilidade ao trabalho que os fotógrafos estão fazendo em campo, pois, sem o aval e acompanhamento do responsável pelo setor, as imagens geralmente não são publicadas. Os editores, então, são responsáveis também pela efetividade de todas as etapas do processo de produção jornalística de sua editoria, o que evidencia como o estresse

também atua sobre os profissionais que não vivem o conflito, mas os acompanham nos bastidores jornalísticos e, mesmo assim, vivem parte do problema.

Eu tive pesadelos e percebi que sonhei com uma foto, e isso é horripilante. Tudo começou quando comecei a trabalhar aqui [na AP]. Eu notei que é uma das coisas mais estranhas que já me aconteceu. Mas eu sei que é um efeito do que eu vi e do que estou vendo. Eu não sei, talvez isso aconteça com outras pessoas que estão bem informadas nas notícias. Eu realmente acredito que é porque eu estou olhando todas essas fotos o dia todo. Isso ainda acontece? Sim, não com frequência, mas já tive algumas vezes (Disponível em <<https://mospace.umsystem.edu/xmlui/bitstream/handle/10355/63517/research.pdf?sequence=2&isAllowed=y>>, tradução livre. Acesso em 20 de julho de 2018).

O editor Aaron. I. Butler, que produziu o documentário *Cries From Syria*¹⁰, que conta os horrores do conflito civil que assola a Síria há mais de cinco anos, também sofreu consequências emocionais a partir da sua mesa de edição. Em 11 semanas, ele junto do diretor russo Evgeny Afineevsky¹¹ e mais dois assistentes visualizaram cerca de 20 terabytes de metragem - o que daria provavelmente centenas de horas - para produzir o filme, que tem cerca de duas horas.

A filmagem bruta vinda da Síria estava cheia de situações muito perturbadoras para serem incluídas no filme. Queríamos dar ao público uma visão honesta do que estava acontecendo lá, mas sabíamos que muitas dessas imagens seriam demais para as pessoas. Então, foi uma linha muito tênue que nós constantemente lutávamos contra (BUTLER, 2018. Disponível em <<https://filmmaker-magazine.com/101251-my-heart-continues-to-break-editor-aaron-i-butler-on-cries-from-syria/#.W1eFi2BKgdU>>. Acesso em 23 de julho de 2018).

Segundo ele, a situação mais desafiadora de editar em toda a sua carreira foi o bombardeio de armas químicas em civis no leste de Ghouta Oriental, região próxima à capital, Damasco. Para construir a narrativa do documentário, ele teve que assistir a toda a filmagem do massacre para cortar e juntar as imagens, as quais mostravam o interior de hospitais no local logo após o ataque e focavam em crianças tendo convulsões e perdendo suas vidas. Ele conta que teve que parar várias vezes durante esta etapa.

¹⁰ Ainda sem tradução formal no Brasil.

¹¹ Diretor de documentários, como o “Winter on Fire”, disponível na Netflix, que trata dos conflitos instalados na Ucrânia entre 2013 e 2014. Já foi nomeado ao Oscar e ao Emmy pelos seus trabalhos.

Eu sabia que a única maneira de editar honestamente essa cena era vivenciar todas as emoções que nosso público estaria sentindo. Então, durante a edição, eu chorei repetidamente. Eu me deixei sentir por todas as emoções, reconhecendo e sentindo a morte de todas as crianças que vi nas imagens. E, então, com o melhor de minha capacidade, deixei tudo passar por mim e continuei seguindo em frente. Concentrei-me em fazer minha parte para ajudá-los, sabendo que, acima de tudo, os sírios queriam que o mundo soubesse o que estava acontecendo com eles. Eles queriam que as pessoas vissem as ações bárbaras de seu governo. E eu sabia que as emoções que eu sentia assistindo à filmagem não eram nada comparadas com aquelas que mostravam as atrocidades em primeira mão (BUTLER, 2018. Disponível em <<https://filmmakermagazine.com/101251-my-heart-continues-to-break-editor-aaron-i-butler-on-cries-from-syria/#.W1eFi2BKgdU>>. Acesso em 23 de julho de 2018).

Um artigo da revista *Psychology Today*¹² conta que Butler e Afineevsky sofrem de TEPT, sendo o primeiro de maneira secundária e o segundo em primeira mão, uma vez que o russo esteve muitas vezes na linha de frente das cidades das quais filmou o conflito que ali se instalava - e atualmente buscam apoio psicológico. Mesmo que as origens de seus quadros tenham sido diferentes, ambos afirmam que não conseguem mais assistir ao documentário que eles mesmos produziram e têm em comum o mesmo agente estressor, que é o filme em si (GOLDSMITH, 2018).

3. Trabalhando com imagens traumáticas

De acordo com o guia *Working With Traumatic Imagery*¹³ do Dart Center For Journalism and Trauma, há algumas medidas que o próprio editor pode incluir na rotina para tentar reduzir o impacto das imagens com as quais trabalha. A primeira é evitar a exposição desnecessária, avaliando a frequência e repetição de visualização, garantindo intervalos entre uma tarefa e outra. Depois, concentrar-se em certos detalhes, como em roupas e no cenário mais amplo, por exemplo, e não olhar diretamente para os rostos e outras partes do corpo das pessoas retratadas, bem como considerar aplicar uma máscara temporária nos detalhes mais angustiantes. Outra dica é reduzir o tamanho da janela do

¹² Disponível em < <https://www.psychologytoday.com/au/blog/emotional-fitness/201805/documentary-films-can-make-difference?amp>>. Acesso em 23 de julho de 2018.

¹³ “Trabalhando com imagens traumatizantes”, em tradução livre.

computador, ajustar o brilho ou a resolução da tela, bem como desligar o som quando puder. Também, é importante evitar visualizar estas imagens pouco antes de dormir, pois é no sono que o cérebro processa de forma mais profunda as informações adquiridas momentos antes, o que pode acarretar em pesadelos e memórias diurnas, por exemplo. Por último, ter uma rotina de autocuidado, lembrando que é importante dedicar tempo para atividades fora do trabalho e que garantam o bem-estar pessoal:

O tempo para cuidar de si emocionalmente deveria ser uma preocupação antes do trauma corroer gradualmente a sua capacidade de pensar com clareza e de entregar o seu melhor trabalho. Você [jornalista] vai ser tentado a aguentar emocionalmente, porque isso tem sido uma expectativa no jornalismo (SCHMICKLE, 2007, p 10).

É dentro deste contexto que uma maior instrução sobre traumas psicológicos é considerada imperativa. Como visto, o trauma, quando sustentado e grave, não só afeta o desempenho destes profissionais, como pode exigir que tirem licença médica indeterminada, encurtar suas carreiras e até mudar suas vidas por completo, em casos individuais. Particularmente para os envolvidos na indústria jornalística, é preciso enfrentar a cultura de silêncio de esconderem e oprimirem o sofrimento psicológico, esta que, por já ser enraizada, propaga-se quase espontaneamente entre os próprios profissionais e empresas, como também reconhecer que as respostas emocionais aos eventos do trauma, sejam diretos ou indiretos, são instintivas do corpo humano e não são, em nenhuma hipótese, sinais de fraqueza e de incapacidade profissional. Afinal, assumiu-se que os jornalistas não são permanentemente afetados pelos eventos que cobrem e que são, de alguma forma, imunes ao impacto que visualizam, mas isto é uma irrealidade. No caso dos editores, a questão é ainda mais latente, por fazer parte de seu escopo de trabalho supervisionar outros profissionais e prestar contas ao veículo de mídia, quase assumindo para si a administração dos próprios dilemas e também os da equipe.

Ainda que a maioria não irá desenvolver o Transtorno de Estresse Pós-Traumático, o distúrbio e os efeitos neurofisiológicos decorrentes, mesmo que não configurem um quadro formal, são uma realidade para os editores, fotógrafos, cinegrafistas e todos os profissionais que entram em contato com a cobertura noticiosa do cotidiano da violên-

cia, de conflitos e de sofrimento humano. Por isso, é tão importante disseminar conhecimento e treinamento sobre a relação do trauma e o trabalho jornalístico, garantir espaço para o diálogo e acesso a aconselhamento psicológico durante o trabalho, permitir tratamentos individualizados – até afastamento temporário em caso de necessidade – e, de maneira mais ampla, assimilar que a objetividade jornalística não necessariamente apaga a humanidade – e nem deveria.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)**. Arlington: American Psychiatric Publishing, 2013.

BROWNE, T.; EVANGELI, M.; GREENBERG, N. **Trauma-Related Guilt and Posttraumatic Stress Among Journalists**. *Journal of Traumatic Stress*, 2012.

CPJ. **Journalist Security Guide: Covering the News in a Dangerous and Changing World**. Disponível em <<https://cpj.org/x/4ac4>>. Acesso em 24 de junho de 2018.

DUBBERLEY, S.; GRIFFIN, E.; BALMAKING, H. M. **Secondary Trauma a Primary Issue: A Study of Eyewitness Media and Vicarious Trauma on the Digital Frontline**. Disponível em <<http://eyewitnessmediahub.com/>>. Acesso em 20 de julho de 2018.

FEINSTEIN, A; OWEN, J.; BLAIR, N. **A hazardous profession: War, journalists, and psychopathology**. *American Journal of Psychiatry*, 2002.

FEINSTEIN, A. **Journalists under fire: The psychological hazards of covering war**. JHU Press, 2006.

FERREIRA, J. **Narrar a guerra: produção de sentido no fotojornalismo**. In: *Media&Jornalismo*, 2015, p. 249-267.

GARRET, A. **The last line of defense: Journalism photo editors and mental health during times of trauma**. Thesis: University of Missouri, Columbia, 2017.

GOLDSMITH, B. **Documentary Films Can Make a Difference**. *Psychology Today*, 2018. Disponível em <<https://www.psychologytoday.com/au/blog/emotional-fitness/201805/documentary-films-can-make-difference?amp>>. Acesso em 23 de julho de 2018.

HIGHT, J.; SMYTH, F. **Tragedies and journalists: a guide for more effective coverage**. Dart Center for Journalism and Trauma, 2003. Disponível em: <http://dartcenter.org/files/en_tnj_0.pdf>. Acesso em: 3 mai. 2014.

NOGUEIRA, P. S.; DUARTE, G. T. **Depois do Front: os traumas psicológicos dos jornalistas que cobrem conflitos**. Editora Reflexão, 2016.

OCHBERG, F. **PTSD 101 for Journalists**. Dart Center of Journalism and Trauma, 2015. Disponível em <https://dartcenter.org/content/ptsd-101>. Acesso em 20 de julho de 2018.

PEREIRA, A. **Trauma e Perturbação de Stress PósTraumático**. Thesis: ISPA, 2012.

ROSS, Gina. **Do Trauma à Cura: Um guia para você**. São Paulo: Summus, 2014.

SCHMICKLE, S. **Reporting war**. Dart Center for Journalism & Trauma and the Dart Society, 2007. Disponível em <https://dartcenter.org/sites/default/files/reporting_war.pdf>. Acesso em 23 de julho de 2018.

SEELY, K., N. **Reporting on trauma: the psychological effects of covering tragedy and violence**. University of North Carolina, 2017.

TAIBI, C. **It's Not Just War Reporters: How Viewing Graphic Content Secondhand Can Lead To Mental Health Issues In Journalists**. Huffington Post, 2015. Disponível em <https://www.huffpostbrasil.com/entry/secondhand-trauma-journalists_n_7305992>. Acesso em 12 de junho de 2018.

Working with Traumatic Imagery. Dart Center of Journalism and Trauma, 2014. Disponível em <<https://dartcenter.org/content/working-with-traumatic-imagery>>. Acesso em 12 de junho de 2018.