

## Saúde mental de Jornalistas: os impactos psicológicos da rotina de trabalho<sup>1</sup>

Arthur Gomes de Almeida<sup>2</sup>

Cilene Victor<sup>3</sup>

Faculdade Paulus de Tecnologia e Comunicação, São Paulo, SP

### RESUMO

O objetivo deste artigo é entender os efeitos da rotina de trabalho de alta demanda na saúde mental dos jornalistas, considerando, em especial, os impactos provocados pelas mudanças na rotina de trabalho desses profissionais. Para entender como o dia a dia dos jornalistas pode levá-los ao desenvolvimento de *moral injury*, o referencial teórico desta pesquisa está amparado no conceito de *moral injury*, na acepção de Anthony Feinstein. Será feito um panorama estudando a origem desse conceito ainda pouco divulgado e suas possíveis ocorrências em casos de estresse por conta da rotina de trabalho de jornalistas.

**PALAVRAS-CHAVE:** moral injury; jornalistas; rotina de trabalho; saúde mental

### 1 - INTRODUÇÃO

A necessidade da sociedade tecnológica do século XXI por informações confiáveis, de qualidade e com uma linguagem democratizada e objetiva, faz o jornalismo ser ainda mais essencial. No entanto, em todo o mundo os jornalistas ainda são desvalorizados com frequência e sofrem com o aumento de demandas e de rotina na área, sem que sejam correspondidos proporcionalmente com um retorno econômico ou social. Isso acaba por desencadear e potencializar o surgimento de quadros mentais em profissionais de uma área em que já se faz presente uma grande quantidade de estresse. Essas questões fazem com que o surgimento de *moral injury*, conceito estudado por Anthony Feinstein, ocorra mais facilmente em jornalistas. Segundo o artigo de Feinstein, “*Journalists covering the refugee and migration crisis are affected by moral injury not*

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado na DT 1 – Jornalismo do 26º Congresso de Ciências da Comunicação na Região Sudeste, realizado de 1º a 3 de junho de 2023.

<sup>2</sup> Aluno do 7º semestre de Jornalismo da Faculdade Paulus de Comunicação (FAPCOM). Email:

<sup>3</sup> Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Paulus de Comunicação (FAPCOM). Email: [cilene.victor@fapcom.edu.br](mailto:cilene.victor@fapcom.edu.br)

*PTSD*”, *moral injury* “ficou definida como ferida feita na consciência ou na bússola moral de uma pessoa que comete, testemunha ou falha em evitar atos que transgridem sua moral e seus valores éticos ou seu código de conduta” (2018, pg 1).

Assim, com base nos conceitos levantados sobre *moral injury*, e usando como inspiração para o tema da pesquisa e fonte de informação e contextualização o artigo de Olivia Messer, “The COVID Reporters Are Not Okay. Extremely Not Okay”, este trabalho tem como objetivo estudar a relação causal entre jornalistas e sua rotina de trabalho e o surgimento de *moral injury*.

## **2- METODOLOGIA**

Seguindo os caminhos metodológicos de Cleverson Tabajara Vianna, em *Classificação das Pesquisas Científicas* (2013, 2p.), será realizada pesquisa de natureza básica, com objetivos descritivos e exploratórios, buscando obter mais informações sobre as causas e possíveis efeitos de *moral injury* em jornalistas, um assunto pouco estudado ou citado no meio acadêmico quando dado o enfoque de rotina de trabalho. Dessa forma, será feita uma análise histórica do quadro de *moral injury*, observando como o conceito foi criado na observação de sobreviventes de guerra, até ser encontrado em outros casos ou grupos, decorrentes de quaisquer eventos que ferem os valores éticos de uma pessoa. A ideia é mostrar que também é possível uma pessoa sofrer de *moral injury* por causa de uma rotina de trabalho estressante. Assim, serão descritas as características do grupo “jornalista” e da sua rotina de trabalho, usando a coleta de dados estatísticos e de revisões bibliográficas e midiáticas com uma abordagem qualitativa e quantitativa. Finalmente, será realizada a conexão entre a rotina de trabalho de alta demanda de um jornalista e o aumento da chance de desenvolver *moral injury*. Dessa forma, não será abordado o transtorno do estresse pós-traumático, um quadro de saúde mental, mas essa ferida moral, segundo o conceito de Anthony Feinstein. Conectando as duas questões, será feita uma análise de mídia dos veículos internacionais, The Guardian e The New York Times, e os veículos nacionais, Folha de S.Paulo, O Estado de S. Paulo e O Globo, visando identificar matérias jornalísticas envolvendo o tema de *moral injury*, entre o período de 2020 até março de 2023. O recorte é para que seja possível observar o quanto esses temas estão sendo cobertos pelos próprios veículos midiáticos.

### 3- FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

#### 3.1 - MORAL INJURY

Esse conceito foi popularizado pelo psiquiatra e professor sul-africano Anthony Feinstein. Segundo ele, esse quadro se resume a uma “ferida na consciência ou na bússola moral de uma pessoa que comete, testemunha ou falha em evitar atos que transgridem sua moral e seus valores éticos ou seu código de conduta” (FEINSTEIN, 2018, pg 1). Dessa forma, essa ferida se desenvolve quando a pessoa tem um choque por conta da realidade em que está inserida, o que a leva a um sentimento de vergonha e culpa - sentimentos que definem a *moral injury*.

Inicialmente, o conceito foi observado principalmente em soldados em contextos de guerra, que vivenciavam situações de extrema violência e injustiça, porém, Anthony Feinstein percebeu, ao entrevistar diversos jornalistas, que o mesmo acontecia com esses profissionais que iam para os campos de batalha junto dos soldados. Feinstein seguiu com as pesquisas sobre o tema e identificou que essa condição não se limita apenas a pessoas vivendo sob conflitos, mas sim sobre variados tipos de crises humanitárias em que a moral de quem as testemunha é colocada sob tensão. Em *Journalists covering the refugee and migration crisis are affected by moral injury not PTSD* (2018, pg 5), Feinstein define os aspectos psiquiátricos da *moral injury*,

*Moral injury*, por outro lado, não tem uma base fisiológica e não é uma doença mental, mas, na verdade, está ligada ao conflito moral visto no comportamento do indivíduo ou de outros que é pensado a ir contra crenças morais da pessoa há muito tempo estabelecidas. Essa sustentação etiológica pode explicar a associação próxima entre *moral injury* e vergonha e culpa.

Observa-se um exemplo nessa linha nos relatos retratados por Olivia Messer, no artigo “The COVID Reporters Are Not Okay. Extremely Not Okay”, em que a jornalista fala sobre como a pandemia da covid-19 afetou gravemente sua saúde mental, criando a sensação de insuficiência, além de quadros de doenças mentais como depressão e *burnout*. Um ponto muito importante tratado pela jornalista é o da culpa e da vergonha

sentidas por causa das novas demandas e da criação de traumas que surgiram durante a pandemia, possíveis sintomas de uma “ferida moral”.

Alguns estudos revelaram uma possível má interpretação, ou diagnóstico incorreto, do quadro de saúde mental de pessoas que poderiam estar sofrendo de *moral injury*, mas foram diagnosticadas com síndrome de *burnout*. Esse tema é tratado no artigo "Physicians aren't 'burning out.' They're suffering from moral injury (2018, pg 3), de Simon G. Talbot e Wendy Dean, que tenta evidenciar que

Burnout é uma constelação de sintomas que incluem exaustão, cinismo e diminuição da produtividade. Mais da metade dos médicos relata pelo menos um deles. Mas o conceito de burnout ressoa mal com os médicos: sugere uma falha de desenvoltura e resiliência, características que a maioria dos médicos aprimorou durante décadas de treinamento intenso e trabalho exigente.

O que os escritores afirmam é que esses casos, na verdade, seriam de *moral injury*, em que os profissionais da área se chocam com a realidade, principalmente do sistema ao seu redor, e sua impotência na hora de tentar causar mudanças significativas no meio em que se situam.

### **3.2 - ROTINA DE TRABALHO E SAÚDE MENTAL DE JORNALISTAS**

As relações de trabalho passaram por grandes mudanças por causa dos avanços tecnológicos vivenciados no século XXI. Mais especificamente, foi criada uma nova realidade em que as pessoas são cada vez mais influenciadas a trabalhar mais horas, por menos dinheiro e menos benefícios, José Roberto Heloani e Cláudia Garcia Capitão, em “Saúde mental e psicologia do trabalho” (2003, pg 1), dizem que:

Atualmente, observa-se uma pressão constante contra a grande massa de trabalhadores existente em quase todo o mundo. Uma ameaça com objetivo certo faz com que milhares de pessoas sintam-se sobressaltadas, pois a única ferramenta de que dispõem, sua força de trabalho, pode ser dispensada a qualquer momento.

O jornalismo é uma das profissões mais impactadas por essas mudanças, de tal maneira que na obra Saúde e qualidade de vida de jornalistas: um estudo de revisão (2016, pg7), Penteadó e Gastaldello afirmam:

Em geral, os estudos com foco em saúde mental apontam condições de risco para estresse e transtornos mentais e/ou psiquiátricos, no contexto do trabalho do jornalista. Os estudos se encontram em conformidade com a literatura e confirmam que as precárias condições de trabalho geram sofrimentos e incidem negativamente sobre a saúde e qualidade de vida dos jornalistas.

Assim, os autores afirmam que a realidade da rotina de trabalho e das demandas exigidas dos jornalistas atualmente potencializa as chances de desenvolvimento de uma problemas psicológicos.

#### 4 - CONTRIBUIÇÕES DA PESQUISA

A pesquisa tem como objetivo trazer maior atenção para a importância da questão mental quando se fala da qualidade de vida de jornalistas e de sua segurança no contexto da profissão. Isso porque o assunto não tem sido discutido pela própria mídia e segue ignorado por outros setores da sociedade. Dessa forma, ao estudar o conceito de *moral injury*, que pode ser identificado não apenas em soldados, como em jornalistas ao cobrirem zonas de guerra e pautas como refúgio e pandemias, como aponta Victor (2023) espera-se provocar uma discussão mais ampla sobre os problemas vivenciados pelos jornalistas em um ambiente muito mais recorrente e normalizado do que os mencionados anteriormente.

#### REFERÊNCIAS

FEINSTEIN, Anthony; PAVISIAN, Bennis; STORM, Hannah. **Journalists covering the refugee and migration crisis are affected by moral injury not PTSD**. Sunnybrook Health Sciences Centre, Toronto, ON M4N 3M5, Canada, 2018

GIOVANNI, Janine di. **On Moral Injury**. Agosto de 2020.

HELOANI, José Roberto & CAPITÃO, Cláudio Garcia **Saúde mental e psicologia do trabalho**, junho de 2003.

MESSER, Olivia. **The COVID Reporters Are Not Okay. Extremely Not Okay**. Study Hall, 6 de maio de 2021.



PENTEADO, R. Z., & GASTALDELLO, L. M. . **Saúde e qualidade de vida de jornalistas: estudo de revisão.** *Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde*, 29(2), 295–304, 2016.

WILLIAMSON, Victoria; MURPHY, Dominic; PHELPS, Andrea; FORBES, David; GREENBERG, Neil. **Moral Injury: the effect on mental health and the implications for treatment.** Volume 8, Issue 6, P453-455, 1 de Junho de 2021.

TALBOT, Simon G & DEAN, Wendy **Physicians aren't 'burning out.' They're suffering from moral injury.** 26 de julho de 2018.

VIANNA, Cleverson Tabajara. **Classificação das Pesquisas Científicas** - Notas para os alunos. Florianópolis, 2013, 2p.

VICTOR, Cilene. Silêncio na redação - a saúde mental de jornalistas na abordagem da comunicação de riscos. *Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde*, 17(1), 112-133. Disponível em: <https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/3400>. Acesso em 10 de abril de 2023.

/