

ANSIEDADE-CLIMÁTICA E MAL-ESTAR NA ERA DAS MUDANÇAS CLIMÁTICAS: UMA PERSPECTIVA PSICANALÍTICA

ODS (3; 13)

Lucas Gabriel de Lima Serra (Faculdade Anhanguera de Jacareí)
Sarah Cristina da Silva Freire (Faculdade Anhanguera de Jacareí)
Aline Albuquerque Cirimbelli Souza (Faculdade Anhanguera de Jacareí)

Introdução

A crise climática antropogênica configura-se como a principal ameaça do século XXI, com profundas implicações ecológicas, políticas, econômicas e subjetivas (IPCC, 2022). Seus impactos físicos são amplamente documentados, mas suas repercussões sobre a saúde mental representam um desafio contemporâneo à pesquisa em psicologia (APA, 2017; Clayton, 2020). Nesse contexto, a ansiedade-climática, definida como ansiedade crônica ou medo exacerbado da destruição ambiental (Albrecht, 2005), se apresenta além da clínica tradicional, configurando-se um mal-estar social. A crise ecológica pode ser compreendida como um trauma real, no sentido lacaniano, que rompe o tecido do simbólico e desestabiliza os referenciais que garantem sentido e segurança à vida psíquica (Lacan, 1986), revelando uma condição subjetiva de angústia diante da vulnerabilidade humana frente à destruição do mundo.

Revisão da Literatura

A crise climática atua como catalisador de sofrimentos psíquicos, destacando-se a ansiedade-climática, resposta crônica de medo, impotência e preocupação com o futuro diante das mudanças ambientais (Clayton; Karazsia, 2020). Essa condição pode variar de preocupação adaptativa a desespero paralisante, estando associada a transtornos pós-traumáticos e depressão após eventos extremos (Berry et al., 2018), além de solastalgia e luto ecológico (Albrecht, 2005; Cunsolo; Ellis, 2018). No Brasil, essas vivências assumem caráter coletivo, e a psicanálise contribui para compreender a angústia-sinal como reação do ego diante de perigo real ou simbólico (Freud, 1926/1996).

A mudança climática configura-se como perigo real para a psique, assumindo forma de trauma que resiste à simbolização, cria um "furo no saber" (Lacan, 1973/1985) e desestabiliza referências simbólicas, sem que se trate de angústia patológica (Pihkala,

2020). O ego mobiliza mecanismos de defesa, como a renegação e a minimização, e a dissonância cognitiva alivia momentaneamente a ansiedade (Weintrobe, 2013; Festinger, 1957). Quando o luto pelo futuro seguro se torna impossível, a ansiedade pode evoluir para melancolia, especialmente diante da violência e injustiça ambiental (Freud, 1917/2010; Krenak, 2020).

A ansiedade-climática também se articula às condições histórico-políticas que moldam o imaginário contemporâneo. O realismo capitalista cria resignação e descrença política, bloqueando alternativas ao capitalismo neoliberal. Essa limitação reforça a paralisia diante da necessidade de transformar a lógica do crescimento infinito, privatiza o mal-estar e intensifica a ansiedade via *greenwashing*, impedindo a projeção de futuros sustentáveis e justos (Fisher, 2020).

Método

Para compreender de que maneira as mudanças climáticas afetam a saúde mental e como a ansiedade-climática pode ser entendida como uma expressão da relação do sujeito com a catástrofe ambiental, foi realizada uma revisão bibliográfica qualitativa (Gil, 2017). Para tanto, utilizou-se o aporte teórico da psicanálise com o objetivo de investigar as reverberações e implicações psíquicas, bem como os processos de elaboração e ressignificação frente à situação atual. Dessa forma, buscou-se contribuir para o debate interdisciplinar, articulando psicologia, psicanálise e ciências ambientais e sociais, ampliando a compreensão da crise climática como um fenômeno subjetivo e traumático, que desafia os meios conservadores de enfrentamento ao sofrimento no século XXI.

Resultados ou Resultados Esperados

A ansiedade-climática em jovens funciona como expressão subjetiva do encontro precoce com um perigo real, atuando como angústia-sinal diante da ameaça à sobrevivência e da incerteza sobre o futuro (Hickman et al., 2021). Mecanismos de defesa psíquicos protegem o sujeito de mudanças radicais de vida, refletindo um conflito moral sobre a participação no sistema (Dunker, 2023).

O realismo capitalista bloqueia a imaginação de alternativas, privatiza o mal-estar e transforma problemas globais em crises pessoais, reforçando a ansiedade e o cinismo via *greenwashing* (Fisher, 2020). Estratégias de *coping*, como ativismo e engajamento

comunitário, podem ser compreendidas pela psicanálise como atos de Eros, canalizando a ansiedade em ações coletivas reparadoras e promovendo ressignificação do trauma.

Fisher (2020, p. 21) sintetiza essa condição ao afirmar que "é mais fácil imaginar o fim do mundo do que o fim do capitalismo". Tal lógica produz a privatização do mal-estar, na qual problemas estruturais e globais são internalizados como crises pessoais ("o que eu posso fazer?"). Essa transferência de responsabilidade intensifica a ansiedade, ao mesmo tempo em que sustenta a inação.

Considerações finais

A ansiedade-climática, enquanto fenômeno complexo, deve ser compreendida tanto como um impacto mensurável na saúde pública quanto como a expressão de um mal-estar civilizatório. A visão psicanalítica, de Freud à Lacan articula com autores contemporâneos e mostra-se fundamental para legitimar essa angústia como sinal, e não como patologia, ampliando o cuidado clínico para além do manejo sintomático. Nesse sentido, a psicanálise oferece recursos para favorecer a elaboração simbólica da perda, enfrentar mecanismos de defesa e canalizar a angústia em ações coletivas, articulando sofrimento subjetivo, condições sociais e contextos políticos. Assim, conclui-se que integrar essa perspectiva às políticas públicas de saúde mental e justiça climática é essencial, sobretudo diante das vulnerabilidades socioambientais presentes no Brasil.

Referências

ALBRECHT, Glenn. Solastalgia: a new concept in health and identity. **Philosophy, Activism, Nature (PAN)**, n. 3, p. 41-55, 2005.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). **Mental health and our changing climate: impacts, implications, and guidance**. Washington, DC: APA, 2017.

BERRY, Helen L. et al. The case for systems thinking about climate change and mental health. **Nature Climate Change**, v. 8, p. 282-290, 2018.

CLAYTON, Susan. Climate anxiety: psychological responses to climate change. **Journal of Anxiety Disorders**, v. 74, 102263, 2020.

CLAYTON, Susan; KARAZSIA, Bryan T. Development and validation of a measure of climate change anxiety. **Journal of Environmental Psychology**, v. 69, 101434, 2020.

CUNSOLO, Ashlee; ELLIS, Neville R. Ecological grief as a mental-health response to climate-change-related loss. **Nature Climate Change**, v. 8, p. 275-281, 2018.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. **Mal-estar, sofrimento e sintoma: uma psicopatologia do Brasil entre muros**. São Paulo: Boitempo, 2015.

FESTINGER, Leon. **A teoria da dissonância cognitiva**. Rio de Janeiro: Zahar, 1975. [Original publicado em 1957].

FISHER, Mark. **Realismo capitalista: é mais fácil imaginar o fim do mundo do que o fim do capitalismo?** Tradução de Tônia Carrero. São Paulo: Autonomia Literária, 2020.

FREUD, Sigmund. Luto e melancolia (1917). In: **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. v. XIV. Rio de Janeiro: Imago, 2010.

FREUD, Sigmund. Inibição, sintoma e angústia (1926). In: **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. v. XX. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2017.

HICKMAN, Caroline et al. Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. **The Lancet Planetary Health**, v. 5, n. 12, p. e863-e873, 2021.

INTERGOVERNMENTAL PANEL ON CLIMATE CHANGE (IPCC). Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability. **Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change**. Cambridge: Cambridge University Press, 2022.

KRENAK, Ailton. **Ideias para adiar o fim do mundo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

LACAN, Jacques. **O seminário, livro 7: A ética da psicanálise (1959-1960)**. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1986.

LACAN, Jacques. **O seminário, livro 11: Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise (1973)**. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1985.

PIHKALA, Panu. Anxiety and the ecological crisis: an analysis of eco-anxiety and climate anxiety. **Sustainability**, v. 12, n. 19, 7836, 2020.

WEINTROBE, Sally (org.). **Engaging with climate change: psychoanalytic and interdisciplinary perspectives**. London: Routledge, 2013.