

VIOLÊNCIA E SAÚDE MENTAL: UMA ANÁLISE PSICOSSOCIAL A PARTIR DA PSICOLOGIA DA LIBERTAÇÃO⁽¹⁾

**Damiana Cristiana Alves Fernandes⁽²⁾; Brena Kezia Rodrigues Queiroz⁽³⁾; Ilza Mara
Medeiros da Silva⁽⁴⁾; Naysom Derlan de Amorim Alves⁽⁵⁾; Samélla Sara Saraiva Ferreira⁽⁶⁾;
Hudson Walker Simão Carneiro⁽⁷⁾**

⁽¹⁾ Trabalho desenvolvido na disciplina de Psicologia Social da Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar - FACEP;

⁽²⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte;
cris.20101901@gmail.com

⁽³⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte;
brenna.william123@gmail.com

⁽⁴⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte;
medeirosilza0@gmail.com

⁽⁵⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte;
nedotty@gmail.com

⁽⁶⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte;
samella17sara@gmail.com

⁽⁷⁾ Professor orientador, mestre (PLANDITES/UERN) e docente do curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar- FACEP.

PALAVRAS-CHAVE: Trauma Psicossocial; Desigualdade social; Subjetividade; Sofrimento coletivo.

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como intuito analisar a relação entre violência e saúde mental a partir da perspectiva da psicologia da libertação, proposta por Ignacio Martín-Baró (2017). Nessa abordagem, a violência não deve ser compreendida como um fenômeno isolado, mas como expressão de processos históricos e sociais, que estão diretamente associadas as estruturas de poder e às condições de vida da população (Martin-Baró, 2017).

Desse modo, a violência pode aparecer de diversas formas: físicas, psicológicas, sociais e estruturais, estando presente em diversos contextos, como desigualdades sociais, racismo, violência doméstica e eventos históricos marcantes, como a ditadura militar no Brasil e a pandemia de COVID-19. Essa compreensão conversa com a perspectiva de Johan Galtung (1969), que amplia a concepção de violência para além de suas formas diretas.

A importância de abordar a relação entre violência e saúde mental está no fato de que, em muitos casos, o sofrimento psicológico é tratado de forma isolada, não levando em conta as raízes históricas e sociais em que o indivíduo em sofrimento está inserido. Sob essa perspectiva, Martin-Baró (2017) defende que as demandas psicológicas não podem ser compreendidas de forma isolada da realidade social, pois estão profundamente atreladas as condições históricas e sociais dos indivíduos. Neste sentido, a psicologia da libertação enxerga além dessa camada superficial que reduz os fenômenos à esfera individual, e questiona o mundo como ele é, desafia práticas que só cuidam do um, ignorando o todo. Diante disso surge a seguinte questão: como

a violência, entendida a partir de seus determinantes históricos e sociais, impacta a saúde mental dos indivíduos?

Desse modo, o trabalho tem por objetivo: Analisar a relação entre violência e saúde mental sob a perspectiva da psicologia da libertação, procurando assimilar como diferentes formas de violência e seus aspectos históricos e sociais, impactam a vida e o bem-estar psicológico dos indivíduos. Para isso, toma-se como referência a realidade brasileira, especialmente contextos como a ditadura militar (1964–1985) e a pandemia de COVID-19, a fim de refletir como esses eventos contribuíram para a produção de sofrimento e para a intensificação das desigualdades sociais.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A presente pesquisa segue uma abordagem qualitativa, de natureza bibliográfica e exploratória. Segundo Lakatos e Marconi (2003), a pesquisa bibliográfica consiste no levantamento e análise de materiais já publicados, como livros, artigos e documentos, permitindo maior aprofundamento sobre a temática. Tendo como base a análise de referenciais teóricos no campo da psicologia da libertação. Fundamentada, principalmente na obra “Crítica e libertação na Psicologia: estudos psicossociais” de Ignacio Martin-Baró (2017), com ênfase no capítulo 14, intitulado “A violência política e a guerra como causas do trauma psicossocial em El Salvador” no qual o autor discute os impactos da violência estrutural e política na saúde mental coletiva.

Além do texto principal, foram utilizados outros referenciais teóricos que contribuíram para a compreensão mais ampla da violência, como Johan Galtung (1969), no que se refere as formas de violência direta, estrutural e cultural, Pierre Bourdieu (1998), com o conceito de violência simbólica. E também foram consultados documentos históricos e produções acadêmicas sobre a Ditadura Militar no Brasil, como o Relatório da Comissão Nacional da Verdade (CNV, 2014) e Boris Fausto (2013), além de matérias institucionais relacionados a pandemia de COVID-19, provenientes de órgãos oficiais, como o Ministério da saúde, bem como artigos publicados sobre a temática.

A análise foi realizada de forma interpretativa, articulando os conceitos teóricos com os contextos históricos acerca da temática. Como recurso ilustrativo complementar ainda foram utilizadas as obras cinematográficas “Ainda Estou Aqui” (2024) e “O Agente secreto” (2025).

DITADURA E PANDEMIA: EXPRESSÕES DA VIOLÊNCIA

Segundo Ignacio Martín-Baró (2017) a violência não deve ser entendida como um fenômeno isolado, mas como expressão de processos históricos e sociais. O autor destaca que situações de conflito são marcados por fatores como a polarização social, a institucionalização da mentira e a intensificação da violência, que produzem profundas alterações na vida coletiva. Nesse sentido, a guerra gera “um trauma psicossocial, isto é, a cristalização traumática nas pessoas e nos grupos de relações sociais desumanizadas” (Martín-Baró, 2017, p. 384). Esse entendimento permite compreender que os efeitos da violência ultrapassam o indivíduo, atingindo a organização social como um todo e transformando as formas de convivência.

Outros autores também ampliam a compreensão da violência. Johan Galtung (1969) sugere que a violência pode se manifestar em níveis diretos, estruturais e culturais, superando a agressão física imediata. Analogamente, Pierre Bourdieu (1989) aborda a violência simbólica como forma de dominação exercida de maneira sutil e naturalizada. Tais contribuições conversam com a perspectiva de Ignacio Martín-Baró (2017), especialmente ao demonstrar que contextos violentos influenciam diretamente na saúde mental coletiva. Ao analisar a realidade de El Salvador, o autor observa que, diante das operações militares, a população apresentava “tremores generalizados pelo corpo; fraqueza muscular, diarreia etc.” (Martín-Baró, 2017, p. 374).

Mais do que danos físicos imediatos, a violência produz marcas subjetivas duradouras. Nesse sentido, Martín-Baró destaca que o principal efeito da guerra não é apenas corporal, mas “a destruição psicossocial” (Martín-Baró, 2017, p. 377).

Considerando as afirmações sobre violência e seus efeitos psicossociais, embora situadas no contexto salvadorenho, se faz necessário formular uma questão: tais mecanismos permaneceram exclusivos à realidade de El Salvador ou também podem ser identificados em outros cenários latino-americanos? A resposta é afirmativa, uma vez que essas múltiplas formas de violência também se manifestaram de modo explícito durante a Ditadura Militar no Brasil e de pandemia COVID 19. Com base nisso, se torna possível observar a presença de vivências parecidas nesses dois acontecimentos marcantes da realidade brasileira.

A ditadura militar no Brasil (1964–1985) durou 21 anos sob controle rígido, iniciado por um golpe em 31 de março de 1964 (Comissão Nacional da Verdade, 2014; Fausto, 2013). Durante esse intervalo, práticas violentas foram mantidas com apoio do estado, a tortura aparecia junto à vigilância pesada e bloqueios contra opiniões divergentes. Tais métodos além dos ferimentos visíveis provocavam tensão sem fim, medo profundo, tristeza persistente, episódios paralisantes, bem como marcas duradouras nas famílias que sofreram com desaparecimentos forçados de familiares ou vigílias constantes (Fausto, 2013). Nesse contexto,

a realidade da ditadura militar converge com a perspectiva de Martín Baró (2017), ao afirmar que os seres humanos são produtos históricos, por isso eventos sociais repercutem diretamente sobre seus habitantes (Martín-Baró, 2017). Esses fatos são apresentados de maneira mais clara em obras cinematográficas como “Ainda estou aqui” (2024) que mostra o sofrimento familiar decorrente da repressão estatal, evidenciando os efeitos emocionais provocados pelo desaparecimento, pela incerteza e pelo medo constante. De modo semelhante, “O Agente secreto” (2025) retrata o ambiente de vigilância e tensão instaurado pela ditadura, demonstrando como a violência política produz efeitos prolongados na saúde mental e nas relações sociais. Sendo assim, a cinematografia expõe o que documentos oficiais da época tentaram esconder, as marcas e rastros da violência estrutural.

Essas marcas que afetam profundamente os sujeitos se constituem em vivências traumáticas. “Etimologicamente, trauma significa ferida. Em Psicologia pode-se falar de trauma para se referir a uma vivência ou experiência que afeta a pessoa que, de tal maneira, fica marcada, isto é, deixa nela um resíduo permanente” (Martín-Baró, 2017, p.386). Com base nessa definição de trauma como uma experiência que marca profundamente o sujeito, é possível analisar também a pandemia de COVID-19, como um cenário no qual se evidenciam impactos psicossociais significativos.

Para Martín-Baró (2017), existe uma violência invisível, estrutural, que ocorre quando as condições sociais barram determinados grupos de terem acesso a direitos básicos, evidenciando que o sofrimento social não é uma casualidade, mas fruto de escolhas políticas e da organização desigual da sociedade. Nesse sentido, a gestão da pandemia através do desgoverno Bolsonaro, evidenciou como decisões estatais podem intensificar vulnerabilidades, sobretudo entre populações já historicamente marginalizadas, uma vez que as estruturas sociais podem se converter em verdadeiras fontes de violência (Martín-Baró, 2017).

Durante a crise sanitária, a precarização dos sistemas de saúde, a desinformação e a implementação de políticas insuficientes contribuíram para aprofundar desigualdades sociais, definindo, na prática, quais vidas seriam mais expostas ao risco (Werneck, 2022). Esse processo mostra um tipo de domínio que age com menos força bruta, mas com distribuição desigual de chances (Gaudenzi, 2021). Como aponta Martín-Baró (2017), a realidade social é historicamente construída e atravessada por relações de poder que beneficiam determinados grupos em detrimento de outros.

Nessa lógica, a pandemia de COVID-19 também produziu impactos significativos na saúde mental dos sujeitos, afetada não apenas pelo medo do contágio, mas também pelos contextos sociais que atravessaram a experiência coletiva (Gaudenzi, 2021). O isolamento

social rompeu vínculos afetivos e redes de apoio, enquanto a insegurança econômica, intensificou o estresse, especialmente entre trabalhadores informais e populações em situação de vulnerabilidade (Bandeira Bezerra *et al.*, 2020). Além disso, o confinamento expôs muitas mulheres a situações de sobrecarga e violência doméstica, e evidenciou desigualdades raciais e de classe já existentes na sociedade (Marques *et al.*, 2020). O excesso de informações e a constante divulgação de mortes alimentou angustias, baixa energia e um peso constante aos sujeitos, nesse ambiente, o sofrimento psíquico precisa ser visto para além de questões isoladas e particulares do indivíduo, ele é também o resultado de condições sociais, históricas e estruturais que moldam a forma como cada pessoa reage a momentos de dificuldade (Werneck, 2022).

Porém, sob todas as luzes, fica clara a insuficiência da psicoterapia, individual ou grupal, mostrando que a atenção psicológica, embora fundamental, não é suficiente quando desvinculado de políticas públicas eficazes e de transformações nas condições sociais que produzem o sofrimento. Assim, fica claro o que Martín Baró quer dizer ao destacar que essas práticas não são isoladas, mas estruturadas por relações de poder que produzem e legitimam a violência como forma de gestão social (Martín-Baró, 2017).

Além disso, o adoecimento mental se liga muito a condições de pobreza e a decisões políticas que, por vezes, priorizam vantagens particulares acima do bem comum. Em cenários onde há desigualdade social, a falta de acesso a recursos básicos, como saúde, educação e moradia, aumentam sentimento de insegurança, estresse e desamparo, contribuindo para a intensificação do sofrimento psíquico (Souza Lima, 2025). Quando políticas públicas falham ou são direcionadas de forma desigual, determinados grupos acabam sendo mais expostos a situações de vulnerabilidade, o que evidencia que o adoecimento mental não pode ser compreendido apenas como uma questão individual, mas como resultado de estruturas sociais excludentes (Souza Lima, 2025).

Nesse sentido, a atuação de agentes políticos que priorizam interesses próprios reforça ainda mais essas desigualdades, ao negligenciar demandas sociais urgentes e limitar o acesso a direitos fundamentais. O resultado disso, é que o cuidado passa a ser privilégio de poucos (Souza Lima, 2025). Como propõe Martín-Baró (2017), o sofrimento psíquico está diretamente ligado às condições sociais e às relações de poder, sendo fundamental compreender que a promoção da saúde mental depende também de transformações estruturais que garantam maior equidade e justiça social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Enxergar a realidade brasileira pela perspectiva da psicologia da libertação expõe como a violência, seja no período da ditadura militar ou na crise da COVID-19, funciona como um agente de adoecimento coletivo. O trauma psicossocial discutido por Martín-Baró (2017) mostra que as cicatrizes deixadas por esses eventos superam o sofrimento individual, pois são resultados de políticas e estruturas que degradam a vida e enfraquecem as interações sociais.

Portanto, entender o contexto atrelado à saúde mental diz sobre a necessidade de aprofundamento para além dos sinais visíveis, é enxergar o peso das violências históricas que atravessam a subjetividade da população. Desse medo, o caminho para práticas sociais menos adoecedoras e mais libertadoras não é fácil ou linear, ela passa pelo enfrentamento dessas estruturas de repressão e pelo resgate da memória, garantindo que o cuidado psicológico esteja sempre conectado com a justiça social e a dignidade humana.

REFERÊNCIAS

BANDEIRA BEZERRA, C. *et al.* Impacto psicossocial do isolamento durante pandemia de COVID-19 na população brasileira: análise transversal preliminar. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 29, n. 4, e200412, 2020.

BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989.

COMISSÃO NACIONAL DA VERDADE. **Relatório final**. Brasília: CNV, 2014.

FAUSTO, B. **História do Brasil**. 14. ed. São Paulo: EDUSP, 2013.

GAUDENZI, P. Cenários brasileiros da saúde mental em tempos de COVID-19: uma reflexão. **Interface**, 2021.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARQUES, E. S. *et al.* A violência contra mulheres... **Cadernos de Saúde Pública**, 2020.

MARTÍN-BARÓ, I. **Crítica e libertação na psicologia**. Petrópolis: Vozes, 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). **Boletim epidemiológico especial: COVID-19**. Brasília, 2021.

WERNECK, G. L. A pandemia de COVID-19... **Cadernos de Saúde Pública**, 2022.