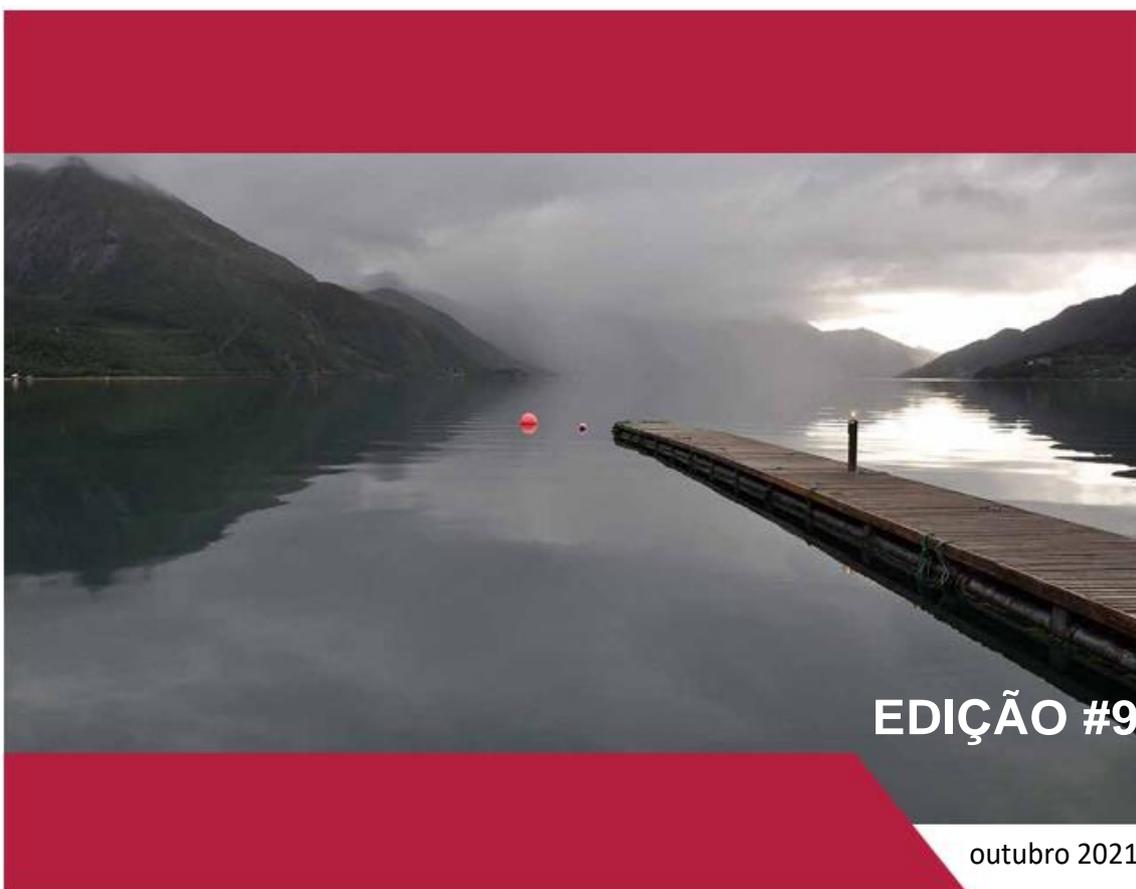


# infOTRAUMA

NEWSLETTER DO **OBSERVATÓRIO DO TRAUMA**



Publicação do **Observatório do Trauma** do Centro de Estudos Sociais (CES) da Universidade de Coimbra.

[www.ces.uc.pt/observatoriodotrauma](http://www.ces.uc.pt/observatoriodotrauma)

**OBSERVATÓRIO DO TRAUMA**



# ÍNDICE

<b>EDITORIAL</b> .....	<b>3</b>
<b>ACONTECEU</b>	
<b>PUBLICAÇÕES</b> .....	<b>4</b>
<b>PRÉMIO</b>	
DIANA ANDRINGA .....	6
<b>APRESENTAÇÕES</b>	
CONFERÊNCIA VIRTUAL ESTSS .....	6
<b>HOMENAGEM</b>	
ANTÓNIO COIMBRA DE MATOS .....	8
ANÁLISE DA RELAÇÃO ÍNTIMA: UM SOBREVOO .....	9
<b>VAI ACONTECER</b>	
<b>IV CURSO GERAL DE PSICOTRAUMATOLOGIA DO OT</b> .....	<b>15</b>
<b>PARCEIROS</b> .....	<b>17</b>
<b>PONTOS DE VISTA</b>	
DULCE MARIA CARDOSO .....	19
JÚLIA GARRAIO .....	22
ELSA PERALTA .....	26
DAVID LUNA DE CARVALHO .....	31
SUSANA MOREIRA MARQUES .....	35
MIGUEL COELHO .....	39
O CRSCM E O OBSERVATÓRIO DO TRAUMA – 2ª PARTE .....	45
<b>PUBLICAÇÕES</b>	
TOP4TRAUMA .....	49
TRAUMA E MEDIA .....	50

Em 1961 teve início a Guerra Colonial. Destaca-se, em geral, o arrastado sofrimento traumático de quem viveu diretamente essa guerra e a sua relevância no desenvolvimento da Psicotraumatologia em Portugal. Mas procura-se manter como não-ditos, logo, não existentes, tantas outras feridas emocionais, ainda hoje não cicatrizadas, resultantes de estilhaços menos diretos da guerra. Entre essas, as feridas pessoais e coletivas da descolonização. As memórias individuais, traumáticas, da rutura. O Trauma coletivo do Retorno.

Por isso, os artigos de opinião das newsletters InfoTRAUMA, neste ano de 2021, mantêm o propósito de expor, discutir e assumir múltiplos cambiantes da nossa memória (traumática?) da Guerra Colonial.

Da experiência clínica de lidar com vivências traumáticas resulta a convicção imperativa da necessidade de prevenir o Trauma, de intervir atempadamente e “de transformar experiências sofridas em estratégias de resiliência individual”.

Também por isso, o Observatório do Trauma vai iniciar, a 30 de outubro, o IV Curso de Formação em Psicotraumatologia pela primeira vez em formato online e utilizando, como veículo predominante de comunicação comum, a língua portuguesa. Procuramos dar resposta à necessidade de promover, num contexto de diálogo interdisciplinar, o conhecimento sobre a prevenção e intervenção em Trauma Psicológico decorrente de situações de crise, desastre ou catástrofe, conhecimento especialmente urgente ante a realidade pandémica que vivemos.

Contamos com o vosso apoio, as vossas sugestões, a vossa colaboração. A prevenção do adoecer traumático pertence-nos a todos – às comunidades e a cada um de nós, individualmente.

**Luísa Sales** | 26 de outubro de 2021

Psiquiatra e Coordenadora do Observatório do Trauma/CES

## ACONTECEU

### Publicações: **ADJUST Covid Study Group**

EUROPEAN JOURNAL OF PSYCHOTRAUMATOLOGY  
2021, VOL. 12, 1964197  
<https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1964197>



EUROPEAN JOURNAL OF  
PSYCHO-  
TRAUMATOLOGY  
AN OFFICIAL JOURNAL OF THE INTERNATIONAL SOCIETY FOR TRAUMATOLOGY



Taylor & Francis  
Taylor & Francis Group

CLINICAL RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS Check for updates

#### **Risk and protective factors, stressors, and symptoms of adjustment disorder during the COVID-19 pandemic – First results of the ESTSS COVID-19 pan-European ADJUST study**

Annett Lotzin <sup>a</sup>, Linda Krause<sup>b</sup>, Elena Acquarini<sup>c</sup>, Dean Ajdukovic<sup>d</sup>, Vittoria Ardino<sup>e</sup>, Filip Arnberg <sup>f</sup>, Maria Böttche<sup>g</sup>, Maria Bragesjö <sup>g</sup>, Małgorzata Dragan <sup>h</sup>, Margarida Figueiredo-Braga<sup>ij</sup>, Odeta Gelezelyte<sup>k</sup>, Piotr Grajewski<sup>h</sup>, Xenia Anastassiou-Hadjicharalambous<sup>l</sup>, Jana Darejan Javakhishvili<sup>m</sup>, Evaldas Kazlauskas <sup>k</sup>, Lonneke Lenferink <sup>n</sup>, Chrysanthi Lioupi<sup>l</sup>, Brigitte Lueger-Schuster <sup>o</sup>, Lela Tsiskarishvili<sup>p</sup>, Trudy Mooren<sup>q</sup>, Luisa Sales<sup>jr</sup>, Aleksandra Stevanovic<sup>s</sup>, Irina Zrnica<sup>o</sup>, Ingo Schäfer <sup>a</sup> and ADJUST Study Consortium\*

No início de outubro, saiu o primeiro artigo do consórcio ADJUST, um grupo de trabalho, promovido pela Sociedade Europeia para os Estudos do Stress Traumático (ESTSS) e constituído por entidades europeias ligadas ao estudo e investigação do Trauma Psicológico (entre os quais o Observatório do Trauma/CES) com vista a avaliar as respostas dadas por mais de 15 000 participantes, de onze países europeus, aos primeiros meses de pandemia de Covid-19.

Publicado no *European Journal of Psychotraumatology*, o artigo “*Risk and protective factors, stressors, and symptoms of adjustment disorder during the COVID-19 pandemic – First results of the ESTSS COVID-19 pan-European ADJUST study*” reflete a primeira fase da aplicação do questionário *COVID-19: Stress, Adaptação e Trauma*, durante a primavera e o verão de 2020. Os resultados obtidos mostram que existem fatores de risco (*risk factors*) que influenciam diretamente a capacidade de adaptação a esta nova realidade pandémica - género, elevada exposição mediática, idade avançada, fazer parte de um grupo de saúde de risco, exposição a situações traumáticas, estado de saúde debilitado e histórico de diagnóstico de doença mental. Ao mesmo tempo, foram identificados fatores que tiveram uma influência positiva (*protective factors*) na vivência dos primeiros meses de pandemia entre os participantes destes onze países – rendimento elevado, estar reformado/a e o aumento do contacto presencial com familiares e amigos.

O trabalho do consórcio ADJUST continua em desenvolvimento, com a aplicação do questionário *COVID-19: Stress, Adaptação e Trauma* em várias fases da pandemia

nos países participantes. Este tipo de metodologia longitudinal permitirá perceber quais são os fatores de stress identificados pelos participantes, quais as estratégias de adaptação desenvolvidas e quais os fatores de resiliência identificados.

Ao longo do último ano, o Observatório do Trauma, como membro do consórcio ADJUST, tem vindo a recolher dados reveladores de como a população portuguesa tem reagido e se tem adaptado à pandemia da Covid-19. Atualmente, encontra-se a decorrer, em Portugal, a terceira fase de recolha de respostas, planeada exatamente um ano após o primeiro momento do questionário. Em breve, serão publicados novos resultados que analisam os dados recolhidos nas várias fases do questionário, quer em Portugal, quer nos restantes países do consórcio.

## Publicações: **Global Collaboration on Traumatic Stress**

EUROPEAN JOURNAL OF PSYCHOTRAUMATOLOGY  
2021, VOL. 12, 1929754  
<https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1929754>



BASIC RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS 

### Mental health responses to COVID-19 around the world

Miranda Olff <sup>a,b</sup>, Indira Primasari <sup>a,c,\*</sup>, Yulan Qing <sup>a,\*</sup>, Bruno M. Coimbra <sup>d</sup>, Ani Hovnanyan <sup>e</sup>,  
Emma Grace <sup>f</sup>, Rachel E. Williamson <sup>g</sup>, Chris M. Hoeboer <sup>a</sup> and the GPS-CCC Consortium<sup>†</sup>

<sup>a</sup>Department of Psychiatry, Amsterdam University Medical Centers Location AMC, Amsterdam Public Health, Amsterdam, The Netherlands; <sup>b</sup>ARQ National Psychotrauma Centre, Diemen, The Netherlands; <sup>c</sup>Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Indonesia, Depok, Indonesia; <sup>d</sup>Department of Psychiatry, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), São Paulo, Brazil; <sup>e</sup>Department of Developmental Psychology and Socialisation, University of Padua (Università degli Studi di Padova, UNIPD), Padua, Italy; <sup>f</sup>Department of International Psychology, The Chicago School of Professional Psychology, Washington, DC, USA; <sup>g</sup>School of Community Service, St. Lawrence College, Kingston, Ontario, Canada

Foi publicado o artigo "**Mental health responses to COVID-19 around the world**", promovido pela *Global Collaboration on Traumatic Stress*, com o resultado dos dados recolhidos entre cerca de 7000 participantes de vários países, entre os quais Portugal, que responderam a questões para avaliar o potencial traumático da pandemia da Covid-19, quais os fatores de risco verificados e os principais sintomas reportados em diferentes regiões do mundo. O artigo, publicado no *European Journal of Psychotraumatology*, descreve que eventos ligados à experiência da pandemia têm maior probabilidade de afetar a saúde mental dos participantes mesmo quando comparados a outras situações stressantes. Foi também apurado que, quanto maior é o impacto da pandemia em cada país, maior é a incidência de problemas ligados à saúde mental como posterior consequência.

O artigo tem a co-autoria do consórcio GPS-CCC, no qual o OT está representado através da sua Coordenadora, a Dr.ª Luísa Sales.

O artigo está disponível para leitura integral [aqui](#).

## Prémio: **Diana Andringa**



No passado mês de junho, foi atribuído o **Prémio Gazeta de Mérito** (Prémios Gazeta 2019-2020) a **Diana Andringa**, jornalista e investigadora do OT. A iniciativa do Clube de Jornalistas, apoiada pela Câmara Municipal de Lisboa, é considerada a mais alta distinção do jornalismo nacional e foi concedida tendo em conta a longa e multifacetada carreira de Diana Andringa, iniciada na imprensa escrita, na década de 60, e consolidada pelo seu

trabalho em televisão, como jornalista na RTP.

## Apresentações: **Conferência Virtual da ESTSS**



The burden of adverse childhood experiences when coping and adjust to COVID 19 pandemic

Margarida Figueiredo-Braga, Aida Dias, Joana Becker, João Veloso, Luísa Sales, Annett Lotzin, Elena Acquarini, Dean Ajdukovic, Vittoria Ardino, Filip Arnberg, Maria Böttche, Maria Bragešć, Malgorzata Dragan, Orsola Gelezelte, Piotr Grajewski, Jana Dorežan Javakhišvili, Eviada Katsoulas, Brigitte Luegen-Schuster, Nino Makhashvili, Trudy Mooren, Aleksandra Stevanovic, Inna Zmic, and Ingo Schäfer

Nos passados dias 17 e 18 de junho, realizou-se a **Conferência Virtual 2021 da ESTSS**. Durante os dois dias em que decorreu o evento foram apresentadas comunicações sobre "Trauma e Saúde Mental durante uma Pandemia Global", entre as quais salientamos as intervenções de Margarida Figueiredo-Braga, psiquiatra e

investigadora-colaboradora do OT, que esteve em representação do Observatório do Trauma/CES e de Miguel Xavier, diretor do Programa Nacional para a Saúde Mental.

**Exposure to media pandemic coverage, psychological burden, and perception of health services efficiency**

Diana Andringa, Margarida Figueiredo-Braga, Aida Dias, Camila Borges, Joana Becker, João Veloso, Guida Manuel, Annett Lotzin and Luísa Sales

OBSERVATORIO DO TRAUMA

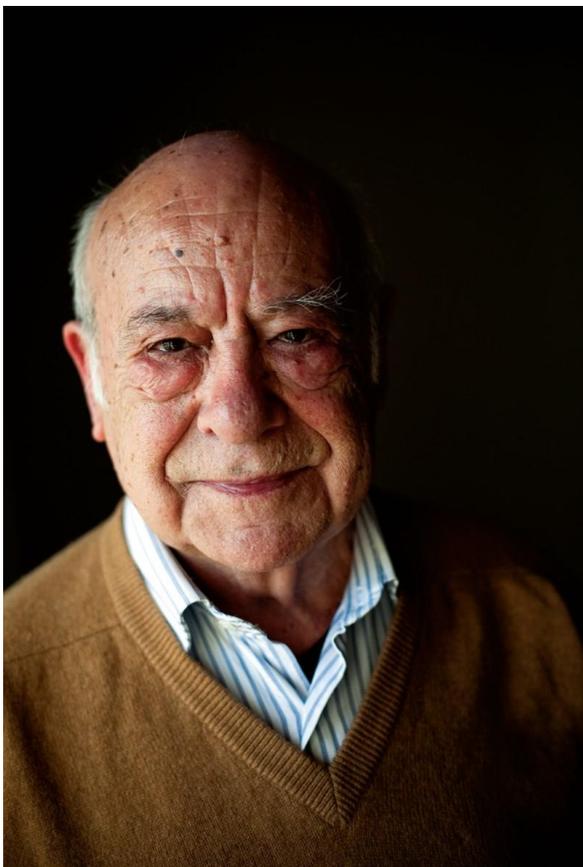
Trauma Centre, Centre for Social Studies (CES) of the University of Coimbra, Portugal  
Faculty of Medicine, University of Porto, Portugal  
Department of Psychiatry and Psychotherapy, University Medical Center Hamburg-Eppendorf, Hamburg, Germany  
Military Hospital, Coimbra, Portugal

ESTSS ADJUST Study

No dia 17 de junho foi apresentada a comunicação "***The burden of adverse childhood experiences when coping and adjust to COVID 19 pandemic***", um trabalho que agregou dados de dez países que compõem o grupo ADJUST, com vista a identificar possíveis dificuldades na adaptação e resiliência à pandemia da Covid-19 entre os participantes que sinalizassem situações de adversidades na infância.

Para o dia 18 ficou agendada a comunicação "***Exposure to media pandemic coverage, psychological burden, and perception (confidence) of health services efficiency***", baseada nos dados recolhidos em Portugal através do questionário *COVID-19: Stress, Adaptação e Trauma*, com vista a analisar se o consumo de notícias relacionadas com a pandemia e uma elevada exposição mediática às mesmas se traduz em impactos na saúde mental dos participantes e se condiciona a perceção que estes têm da eficácia dos serviços de saúde nacionais.

## Homenagem: **António Coimbra de Matos**



António Coimbra de Matos, morreu, aos 92 anos, no passado dia 1 de Julho. Psiquiatra e psicanalista, é um nome incontornável no contexto *Psí* português tendo sido fundador da Associação Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica. Já nonagenário, mantinha competente atividade psicoterapêutica.

Foi referência, terapeuta, formador de muitos de nós; foi exemplo, modelo, estímulo para tantos outros.

Mas, sobretudo foi o seu pensamento heterodoxo, sem amarras, sempre resistente, sempre esperançoso que tocou de forma generalizada todos os que tiveram a oportunidade de o ouvir, de o ler, de o conhecer.

É por isso acrescida a responsabilidade do Observatório do Trauma - o Dr. Coimbra de Matos foi formador dos I e II cursos de Psicotraumatologia. No âmbito do tema "*Trauma diferentes olhares, o mesmo conceito?*" falava-nos do trauma psicológico na sua visão de psicanalista, na sua visão de homem livre e generoso.

A homenagem que lhe podemos prestar, o agradecimento que lhe podemos fazer passa pela divulgação dos seus escritos. É nesse sentido que aqui disponibilizamos o último texto que o Dr. Coimbra de Matos partilhou entre os alunos do nosso II Curso de Psicotraumatologia.

## **Análise da Relação Íntima: um sobrevoo<sup>1</sup>**

**António Coimbra de Matos**

**Psiquiatra e Psicanalista**

O relacionamento íntimo com alguém responde à necessidade de segurança, partilha de ideias e emoções e comunhão de interesses e projectos do ser humano no seu percurso existencial. O Homem é um animal eminentemente social (“político”, no dizer de Aristóteles – integrado na *pólis*); só se desenvolve, realiza e transcende – cria – em relação com os outros humanos. É, efectivamente, na relação profunda e sustentada com o outro – e os outros – que constrói o seu Universo de Cultura, seu *habitat* natural e essencial à sua sobrevivência e vivência como ser inteligente, sensível e poético – precisamente, o criador da civilização de que desfruta.

Construtor e construído da e na relação inter-humana, agente e reagente nessa relação interpessoal e intersubjectiva, nela (no seu seio) ele (o Homem) sente, pensa e age espontânea e responsivamente (por iniciativa própria ou em resposta ao meio, sobretudo o humano). De outro modo dizendo, bicho-Homem adapta-se ao meio modificando-se (adaptação autoplástica – por acomodação e assimilação – fina e persistente, dada a sua condição de neotenia) e adapta o meio a si próprio, intervindo para o alterar (adaptação heteroplástica ou intervenção transformadora, particularmente desenvolvida na espécie humana, não fora o filho do Homem um explorador nato e o mais prodigioso dos inventores – tão criativo que até criou o próprio Criador).

Bem certo, o sujeito faz-se e faz o outro enquanto é feito pelo outro e dá azo a que este se faça, potenciando mutuamente os talentos individuais de cada um – se e quando a relação é e se mantem sã e sanígena.

No contexto desta relação desenvolvutiva há expansão das mentes individuais e criação do novo, se e sempre que houver compatibilidade complementar insaturada na conjugação das consciências pessoais; quer dizer, se houver espaços vazios e valências livres, isto é, a relação não for fechada nem todas as valências saturadas. Então, mas só então, o indivíduo é *livre estando ligado*. Mas é livre e responsável porque está liberto e é reconhecido, e vice-versa. Só numa relação humanamente

---

<sup>1</sup> Apresentação na 23ª Conferência Interdisciplinar Anual da IFPE, 2-4 de Novembro, 2012. Portland, Oregon, U.S.A.

simétrica liberdade, intimidade e ligação são simultaneamente possíveis e, para além de tal, reciprocamente reforçadas.

Este é o modelo da relação desenvolvimentista, que promove o desenvolvimento. A relação de confiança – segura e fiável, responsiva e previsível –, de intimidade afectiva – que toca o âmago dos parceiros e por isso perdura para além dos encontros presenciais, deixa rasto, e cria expectativas, constrói futuro –, de partilha e cumplicidade, de reconhecimento e valorização bi-unívocos, significado especial e específico, de legitimação dos direitos de cada um, de empenho no relacionamento do par e na vida independente (pessoal) e autónoma (com regras próprias) de um e do outro, sobremaneira, uma relação criadora – que não se contenta com o existente e quer produzir o novo, diferente e melhor – e ainda uma relação em que se pensa no mundo para lá da existência real de cada sujeito e da própria relação, se pensa nas novas gerações e no que está por vir, preocupando-se com a obra a deixar, designadamente, o legado cultural a transmitir. Para o transmissor, fica o benefício do acesso à imortalidade simbólica: “Aqueles que por obras valerosas / Se vão da lei da morte libertando” (Camões, *Os Lusíadas*) – permanecem na memória dos sobreviventes e na admiração dos vindouros.

É este o principal vector da cura analítica: a transformação identitária e a mudança no estilo relacional por via da internalização da *nova relação* – sã e sanígena, expansiva e desenvolvutiva – e com o *novo objecto* analista – catalisador por excelência do processo de mudança. Nova relação, essa, a transferir para o exterior – *transferência da nova relação* –, ou seja, a generalizar na vida diária; ao mesmo tempo que a repetição transferencial, na análise e fora da análise, vai sendo analisada, interpretada e liquidada.

A análise e interpretação *da* transferência (e não “na” transferência, como se ensinava classicamente) cria espaço e disponibiliza tempo para o movimento paralelo mas de sentido inverso do desenvolvimento e internalização da nova relação. O novo objecto é introjectado (em introjecção orbital, remodelando o objecto interno, e em introjecção nuclear, modificando a identidade – de acordo com a concepção de Wisdom), mudando o padrão interno de funcionamento, ou seja, a relação de objecto interna.

Entretanto, o analista como objecto transferencial vai-se sumindo, já que deixa de ter/desempenhar qualquer função, uma vez que a relação mudou.

É um processo longo mas eficiente, de resultado real e duradouro; e não apenas eficaz, com remissões e recaídas – como na análise “na” transferência.

O tratamento é demorado, pois as revoluções não se fazem do dia para a noite; só as revoltas são rápidas, pese embora tudo voltar ao mesmo. Porém, não exige elevada frequência de sessões, porque estas são mais activas e produtivas, estimulando o processo auto-analítico no decorrer do quotidiano. Promove-se, outrossim, a agentividade do analisando – a sua iniciativa, determinância e vontade.

A nova relação é uma relação real, no plano explícito e implícito; uma relação autêntica, empenhada e emocionalmente vivida – e não uma relação *como se*, de desempenho de um papel. O analista é uma pessoa genuína e não um simulacro. De facto, só uma relação autêntica produz efeitos; não se depõe o ditador apeando a sua estátua, apenas um louco se apaixona pela sombra da pessoa amada.

Por outro lado, a nova relação nada tem a ver com a “experiência emocional correctiva” de Thomas French e Franz Alexander, que não passa de uma infrutífera tentativa de modelagem do carácter, quase à maneira das técnicas de reeducação socio-política ou de domesticação animal.

Em toda e qualquer relação que se estreia, o parceiro que a solicita ou a ela comparece utiliza aleatória e sequencialmente duas técnicas, dependendo da resposta do interlocutor a predominância, persistência ou reiteração de uma ou outra: (1) transferência de uma relação conhecida; e (2) encetamento de uma relação original ditada pela impressão colhida sobre a atitude e intencionalidade do outro. Há, contudo, uma distinção a fazer: quanto mais doente for o proposto analisando, mais vai transferir; quanto mais saudável, mais vai inovar. E este determinante de fundo vai-se manter no seguimento da relação.

Compete, todavia, ao analista – este é o segredo da sua arte e o talento do seu engenho –, e desde o princípio da análise, recolher e alimentar a **nova relação** e desligar da e dissolver a *transferência*. Esta é regra de ouro durante toda a análise: interpretar a transferência, para a desmontar; colher a nova relação, para a cultivar. A transferência é a principal resistência à mudança – processo nuclear do tratamento psicanalítico; a nova relação é o mais importante motor da cura.

No entanto, caminhamos em cima do muro: o paciente ora pende para a transferência, ora para a nova relação; ora resvala para a queda no declive da transferência, ora palmilha com segurança pela encosta da nova relação. O analista leva o foco que ilumina o território – função de farol – e o analisando vai percebendo onde há buracos, silvas e urtigas e onde se vêem papoilas e laranjeiras; onde sufoca e onde respira ar fresco.

E assim se vai dismantelando a relação patológica e patogénica e construindo a relação sã e sanígena.

De igual modo, se deixa a fixação ou regressão e se retoma a progressão. E não é preciso voltar ao início (o *new beginning* e a regressão dita “terapêutica”); basta retomar o desenvolvimento a partir do seu ponto de paragem ou desvio.

A relação sadia e saudável tem horizonte, está aberta ao futuro, produz sonhos e fabrica projectos: o *sonho-projecto* e o *objecto concebido* – a Estrela Polar que nos indica o nosso norte, a Terra Prometida do leite e do mel da nossa desejada felicidade. A relação doente e doentia está virada para o passado, alimenta-se de nostalgia.

O doente preocupa-se com “o que não foi mas poderia ter sido”; o são, com “o que ainda não é mas poderá vir a ser”.

Perante o novo, diferente e desconhecido, o deprimido e ansioso tem principalmente medo; o feliz e entusiasta, fascínio. O entusiasmo (etimologicamente, “deus dentro de mim”) é o melhor sinal de saúde mental (*Greenacre dixit*).

Na análise clássica o analista fixa-se no retrovisor; na contemporânea, olha em frente.

Mas pior que isso é o revisionismo e mesmo o branqueamento do passado, quer no sentido narcísico (“não cometi erros, se voltasse atrás faria o mesmo”) quer no objectal – a reconciliação forçada com educadores indiferentes ou controladores, rejeitantes ou abusadores. O importante é, isso sim, a reconciliação consigo próprio: “fiz o que pude com os recursos de que dispunha, nas circunstâncias em que vivi e dadas as oportunidades que surgiram”.

A história foi o que foi. Não é para ser chorada nem vingada. O que interessa é aprender com a experiência e não repetir erros. É da natureza do homem enganar-se (*errare humanum est*), aprende-se por tentativa e erro. Estúpido é o erro sistemático; tanto como a repetição transferencial. Estúpida, masoquista, inoperante e iatrogénica.

A orientação (re-orientação) do foco da cura analítica para a relação autêntica, real e actual e sua expansão no futuro tem uma longa história – pese embora com avanços, recuos e estacionamentos de indecisão e perplexidade – no percurso do movimento psicanalítico. Enceta-se com Sandor Ferenczi e seus discípulos, nomeadamente Michael Balint; continua com a escola britânica do *Midle Group*, em que se destacam Winnicott, Fairbairn e o discípulo de ambos Harry Guntrip. Recebe

um importante contributo da teoria interpessoal da psiquiatria de Harry Stack Sullivan nos Estados Unidos; aqui, Ralph Greenson e Heinz Kohut – aliança de trabalho e psicologia do self – reforçam o movimento para uma teoria e uma prática relacionais da psicanálise, caminho esse também trilhado por Elizabeth Zetzel com o conceito de aliança terapêutica. Stephen Michell, Jay Greenberg, Stolorow e muitos outros convergem para a construção de um modelo relacional do desenvolvimento e da cura; o Grupo de Boston para o estudo do processo de mudança (com Edward Tronick, Karlen Ruth-Lyons, Daniel Stern, Trevarthen *et alia*) fornecem aos relacionistas um importante acervo de conhecimento baseado na evidência. É-me impossível citar todos os que contribuíram para o erguer do já importante edifício da *Psicanálise Relacional Contemporânea* e terei por ventura esquecido ou ignorado alguns dos mais notáveis e influentes. Gostaria, no entanto, de nomear ainda Hans Loewald, na América, e Sacha Nacht, em França. Este último, com a sua crítica à neurose de transferência e o seu lema de que “o psicanalista vale mais por aquilo que é do que por aquilo que diz”, expresso no seu livro *La Présence du Psychanaliste* – e com quem tive a honra, o prazer e o benefício de trabalhar. Uma referência também à valiosa e significativa obra de John Bowlby, pelo seu cunho de investigação científica e não cedência à especulação mental, mantendo, não obstante, um elevado apreço pela validade da imaginação criadora – como o atesta a sua última conferência no Canadá *A Psicanálise, Ciência e Arte*; e James Strachey, o tradutor (para inglês) das obras de Freud, com o seu conceito operacional de interpretação mutativa.

Por último mas não menos importante, Frank Philips, psicanalista inglês analisado por Wilfred Bion e trabalhando nos últimos anos no Brasil, em São Paulo – outro dos meus mestres.

Para terminar:

A doença mental – se doença é – bem como a perturbação da personalidade – se distúrbio se pode considerar (não serão antes grito de alarme e adaptação forçada?) – a psicopatologia, digamos, é a sujeição necessária e possível ao ambiente humano tóxico e/ou rarefeito (o deserto com espinhos, a simples aridez afectiva, vinho do Porto com arsénico ou cicuta). O melhor modelo é o das intoxicações crónicas: se o gás é tóxico mas tem cheiro desagradável, o indivíduo afasta-se (é o caso de pais com sintomas ruidosos: alucinações, delírio, comportamentos bizarros); se tóxico mas inodoro, o paciente inala sem se dar conta (o objecto com perturbação psíquica inaparente para o leigo); mais gravoso é o tóxico perfumado – o sujeito respira fundo (objecto enlouquecedor, mecanismo do *double bind*).

Ou, como quer Fairbairn, a psicopatologia é a relação com os maus objectos interiorizados e recalcados (com a finalidade de os controlar e silenciar) e a psicologia a relação com os bons objectos externos (os quais, sendo inócuos, não precisam de ser aprisionados dentro do self). Logo, o tratamento passa, tem de passar pelo “retorno dos maus objectos recalcados” (Fairbairn), seu reconhecimento e da sua malevolência, libertação da sua esfera de acção e influência; e, concomitantemente, estabelecimento e desenvolvimento de uma nova e diferente relação, sã e sanígena, em substituição da antiga e sempre igual relação patológica e patogénica, de antanho mas ainda vigente. Logo, insisto, se o mal vem da relação, a cura virá da transformação da relação. É a *Teoria das Relações de Objecto Internalizadas* (que suporta e explica a doença como a saúde) e o princípio terapêutico do *Processo de Mudança*, identitária e relacional (“estou diferente, relaciono-me de outro modo”). Destarte, a análise é um itinerário da relação (passada e dolente), pela relação (actual vivificante), para a relação (futura e da promessa).

E concludo, como o fiz na Última Aula da Faculdade de Psicologia, com Cervantes: “*A estrada é sempre melhor que a estalagem*”.

Na minha palavra: *Inovar é melhor que repetir*.

Acrescento: inovar com amor, empenho, garra e determinação. Dos fracos, não reza a História. Ser psicanalista é ter a coragem de enfrentar a derrota do analisando e tudo fazer para que ele *se levante* do chão (aludindo ao romance *Levantados do Chão*, do Prémio Nobel da Literatura José Saramago).

No limite, não existem analisandos impossíveis; existem, sim, psicanalistas indolentes – parafraseando Wilhem Stekel: “não há mulheres frígidas, o que há são homens impotentes”.

**VAI ACONTECER**

## Formação: **IV Curso Geral de Psicotraumatologia do OT**

Estão abertas as inscrições para a quarta edição do **Curso Geral de Psicotraumatologia do Observatório do Trauma**, a primeira edição num formato online. O curso terá início a **30 de outubro de 2021** e estender-se-á até **7 de maio de 2022**.

**IV CURSO DE FORMAÇÃO** **ONLINE**

# PSIC IV TRAUMATOLOGIA

OBSEVATÓRIO DO TRAUMA | UNIVERSIDADE DE COIMBRA

**30 de outubro de 2021 a 7 de maio de 2022**

[ces.uc.pt/observatoriodotrauma](http://ces.uc.pt/observatoriodotrauma)

Certificado Europeu em Psicotraumatologia da ESTSS (European Society for Traumatic Stress Studies)

**TRAUMA: DIFERENTES OLHARES, O MESMO CONCEITO?**

**Sessão Inaugural**  
António de Sousa Ribeiro (Professor Catedrático FLUC, Diretor CES)

**Trauma: mitos e factos. Introdução ao Curso de Psicotraumatologia**  
Lúisa Sales (Psiquiatra, Coordenadora do Observatório do Trauma/CES)

**Questões atuais e desenvolvimentos em Psicotraumatologia**  
Evaldas Kazlauskas (Psicólogo Clínico, Presidente ESTSS)

**Depois do trauma físico – experiências da pandemia**  
Paula Coutinho (Intensivista, Serviço de Medicina Intensiva do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra – CHUC)

+351 926 562 085  
[observatoriodotrauma@ces.uc.pt](mailto:observatoriodotrauma@ces.uc.pt)

**MÓDULO 1 (1ª PARTE)**

**30 outubro 2021**  
14h-18h (GMT+1)

**ONLINE**  
ZOOM & CES-Sofia

[ces.uc.pt/observatoriodotrauma](http://ces.uc.pt/observatoriodotrauma)

**TRAUMA: DIFERENTES OLHARES, O MESMO CONCEITO?**

**Abordagens em populações específicas**  
Trauma, Perda e Luto

**Cérebro, memória e trauma: neurobiologia do trauma**

**Trauma: reações normais e patológicas & estratégias preventivas e terapêuticas**

**Gestão de desastres e intervenção em comunidades de risco**

**Intervenção precoce e primeiros socorros psicológicos**

**Aspetos Forenses do Trauma**

**O Trauma dos Profissionais**

**As experiências traumáticas à luz de diferentes enfoques culturais**

+351 926 562 085  
[observatoriodotrauma@ces.uc.pt](mailto:observatoriodotrauma@ces.uc.pt)

OBSEVATÓRIO DO TRAUMA | CES | COMPETE 2020 | FCT | Produção para a Ciência e a Tecnologia | COIMBRA

A idealização desta quarta edição do Curso, surge do interesse sistemático manifestado, por profissionais de várias áreas, em assuntos relacionados com a psicotraumatologia e pela carência, em Portugal, de ofertas formativas nesta área. Destinado a estudantes e profissionais de diferentes áreas da Saúde e Ciências, bem como a outros profissionais que atuam em situações potencialmente traumáticas, o Curso é composto por dez módulos que abordam vários temas ligados ao Trauma Psicológico e suas implicações, das estratégias preventivas aos mecanismos de intervenção, passando pela abordagem a populações específicas.

Os desastres naturais, os acidentes rodoviários, as generalizadas situações de conflitos bélicos e perseguições políticas e, acrescidamente, a realidade pandémica tornam evidente a necessidade de mobilização das comunidades como parceiros ativos no elaborar de respostas em cenários potencialmente traumáticos e, portanto, evidenciam a necessidade de promover, num contexto de diálogo interdisciplinar, o conhecimento sobre prevenção e intervenção em Trauma Psicológico nas situações de crise, desastre ou catástrofe.

O currículo será dividido em 10 módulos programáticos, num total de 15 sessões de formação. Adaptando-se às novas exigências sociais e facilitando o acesso a participantes dos vários países de língua portuguesa, o Curso será ministrado de forma **online**, através da plataforma Zoom, com exceção das sessões de abertura e encerramento, que terão a possibilidade de um regime híbrido de participação. As aulas terão lugar quinzenalmente aos sábados, entre as 14 e as 18h, horário de Lisboa. As sessões serão compostas por duas intervenções de 1h30/cada, seguidas de um debate com os alunos.

A formação arranca com a primeira sessão, a 30 de outubro, com a temática "*Trauma: diferentes olhares, o mesmo conceito?*". António Sousa Ribeiro (Diretor do CES) e Evaldas Kazlauskas (Presidente da ESTSS) juntam-se a Luísa Sales (Coordenadora do Observatório do Trauma/CES) e a Paula Coutinho (Intensivista CHUC). Nesta sessão inaugural, os conteúdos passarão pela construção do conceito de psicotraumatologia, os estudos e as sociedades de Psicotraumatologia, a ESTSS, os mitos e verdades acerca do Trauma Psicológico, as diferentes leituras do conceito de Trauma Psicológico, o Trauma médico cirúrgico, o Trauma nas Unidades de Cuidados intensivos, Covid e Trauma Psicológico e os fatores socioculturais no Trauma Psicológico.

À semelhança das edições anteriores, o currículo do Curso Geral de Psicotraumatologia do OT é validado cientificamente e certificado pela ESTSS, através do **Certificação Europeu em Psicotraumatologia**.

Para mais informações sobre o Curso, basta aceder à página oficial do Observatório do Trauma:

[https://www.ces.uc.pt/observatoriodotrauma/?id\\_lingua=1&pag=35122&tipo=atividade](https://www.ces.uc.pt/observatoriodotrauma/?id_lingua=1&pag=35122&tipo=atividade).

## PARCEIROS

Neste espaço, convidamos os nossos **parceiros** a divulgar as suas atividades, relacionadas com a temática do trauma psicológico.



### DESTACAMOS:

**Associação EMDR Portugal** – formação complementar [Assessment of Attachment in Phase 1](#): 30 de outubro 2021 (online).

**Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV)** – seminário-debate [25 anos da APAV em Vila Real ao Serviço da Comunidade](#): 11 de novembro 2021 (Teatro Municipal de Vila Real).

**Sociedade Portuguesa de Psicanálise (SPP)** – colóquio [XXX Colóquio SPP – “A Criança e a Psicanálise”](#): 3 e 4 de dezembro 2021 (Fundação Calouste Gulbenkian – Auditório 2).

**Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias (ANAFS)** – formação [Curso de Operações de Socorro](#): 3 dezembro de 2021 a janeiro de 2022.

## PONTOS DE VISTA

Propomo-nos acolher e divulgar, nesta área da **InfoTRAUMA**, depoimentos, opiniões e comentários acerca de acontecimentos (já ocorridos ou apenas previsíveis) relacionados com o **Trauma Psicológico**.

Todas as colaborações serão bem-vindas.



Nesta nona edição da InfoTRAUMA, continuamos a assinalar os sessenta anos passados sobre o início da Guerra Colonial. Mantivemos a temática para procurar novas perspetivas sobre o conflito e dar voz a quem teve a sua vida irremediavelmente transformada pelo envolvimento direto ou pelo contacto íntimo com vítimas e sobreviventes. Resgatamos um texto (2019) de **Dulce Maria Cardoso** (escritora), partilhamos as reflexões das investigadoras **Júlia Garraio** (CES) e **Elsa Peralta** (Centro de Estudos Comparatistas FLUL), e as experiências pessoais e memórias familiares de **David Luna de Carvalho** (professor), **Susana Moreira Marques** (jornalista e escritora) e **Miguel Coelho** (cineasta).

Nesta edição, concluímos a retrospectiva sobre o trabalho do OT no Centro de Recursos de Stress em Contexto Militar (CRSCM), com a publicação da segunda parte do texto "**O CRSCM e o Observatório do Trauma**".

## opinião

**Faxismo nunca +<sup>2</sup>****Dulce Maria Cardoso****Escritora**

O desejo de mudarmos era antigo, mas demorou muito até conseguirmos trocar a modesta casa térrea pelo primeiro andar quase a estrear que – palavras dos meus pais – mandava ventarolas. Um morador dos bairros acima da linha dos caminhos de ferro que cortava Luanda em duas não encontraria diferenças significativas entre a casa velha e a nova, nas ruas de terra batida por que ambas eram servidas nada podia merecer atenção, mas para nós a casa nova era o prenúncio de que a partir dali tudo nos iria correr bem.

Mudáramos há menos de um ano, eu saltava à corda perto da igreja que se ia construindo com as contribuições dos fiéis, quando a Editinha magricelas apareceu afogueada com a notícia, houve uma revolução na metrópole. Nem eu nem os meus amigos nos distraímos da brincadeira, a capital do Império era, para nós, tão irreal quanto o céu que, mesmo baixo de nuvens escuras, continuava lá longe. Aos sábados de manhã, cantávamos hinos ao Império com o mesmo despreendimento com que entoávamos os cânticos da missa de domingo. Dali a menos de três meses, eu faria dez anos.

Nesse meu aniversário, enchi-me de alegria infantil com os dois dígitos que desenhariam a minha idade para o resto da vida. Forrámos o quintal com folhas de palmeira, comprámos um barril de cerveja para acompanhar o churrasco, pusemos merengues a tocar, a festa durou até de manhã. Ter-se-ão ouvido tiros também nessa noite, a revolução da metrópole, que não parara as nossas brincadeiras, trouxera já os movimentos independentistas para Luanda, os soldados portugueses desleixavam-se com canhangulos e liamba, os novos donos da cidade patrulhavam

---

<sup>2</sup> Esta crónica de Dulce Maria Cardoso foi originalmente publicada na Revista Visão #1364, a 25 de abril de 2019, e a sua reprodução nesta edição da InfoTRAUMA foi autorizada pela autora.

as ruas armados até aos dentes, mas a nossa vida parecia poder seguir quase igual, o meu pai continuava a transportar café para os navios que atracavam no porto, a minha mãe tomava conta de nós e da casa, íamos à escola, almoçávamos no Vilela aos domingos. E eu continuava a brincar na rua.

No dia em que a revolução fez um ano, corriam já, há muito, boatos de que os comunistas da metrópole queriam deixar os colonos morrer às mãos dos soldados independentistas, não interessava se homens, mulheres ou crianças, eram todos fascistas, colonialistas e imperialistas, ia haver maca da grossa. O martelar de caixotes tornou-se ensurdecador, os mais previdentes encafuavam dentro deles os seus haveres, despachando apressadamente as suas vidas para fora dali, o ouro esgotou-se nas ourivesarias, a modista Clotilde ofereceu à lavadeira as peças de bordado inglês que guardava para o enxoval da filha, as escolas fecharam, deixou de haver quem fizesse pão, o carpinteiro António queimou a oficina para que ninguém se ficasse a rir dele, a lista dos desaparecidos lida na rádio antes e depois do Simplesmente Maria era cada vez maior, o recolher obrigatório não era suficiente para nos proteger. Mesmo assim eu rezava todas as noites para que o meu pai não nos conseguisse arranjar lugar na ponte aérea de que todos falavam, cheguei até a ajoelhar-me em frente ao altar da igreja nova, para sempre inacabada, pedindo a Deus que nos deixasse ficar no único chão que eu conhecia e de que era pertença. Deus não me ouviu, a mitificada capital do Império revelou-se uma desilusão que me deixou sem palavras e recebi um nome que nunca mais me largou: retornada. O Império apodrecido de cinco séculos ruía, finalmente, mas apanhava-me na queda.

Quando fiz onze anos já não tinha casa nem infância. Os sítios onde depois fui vivendo, quinze semanas com uns avós desconhecidos, em Trás-os-Montes, dezassete meses no quarto 315 do Hotel Paris, onde os meus pais desesperavam com a falta de futuro e a minha irmã estudava Introdução à Política para se envergonhar deles e dos outros retornados, onze anos num T1 do sétimo andar do Lote 11 do J. Pimenta, um bairro de retornados tão mal afamado que os taxistas se recusavam a fazer serviços para lá, nunca foram a minha casa. E quando a História deixou de me ferir, já não havia infância a que regressar.

Ainda éramos retornados quando a revolução celebrou o seu décimo segundo aniversário. Eu era das poucas moradoras do desalentado Lote 11 que continuavam os estudos. Teria, nas palavras dos meus pais, uma enxada para a vida. Nesse ano, o 25 de Abril calhou num dia quente, Cascais encheu-se de veraneantes e eu passei a tarde encostada ao muro da praia dos Pescadores, a fingir que estudava as maçadoras lições de Direito. Ao regressar a casa, parei no café do Bento para

comprar tabaco. Sendo o único café do bairro, estava sempre cheio de retornados que ali matavam a amargura do desemprego ou da velhice empobrecida, bebendo cervejas e comendo petiscos à moda de lá. Lá era sempre África. Nesse, como em todos os outros feriados do 25 de Abril, alguns velhos retornados exibiam um fumo no braço, em sinal de luto por si próprios, em luto por aqueles que tinham deixado de ser quando foram arrancados de lá. Nunca soube de onde vinha nem para onde ia a Nampula, a cadela que andava por ali quase todos os dias e cuja cauda fazia de chicote sempre que alguém chamava pelo nome da cidade em honra da qual fora batizada. O mais certo era ser uma cadela vadia, alimentada de restos por todos. Também nunca soube quem, naquela tarde, a envenenou e a fez morrer ali, à nossa frente.

Dali a dois anos, os meus pais conseguiram mudar-se, por fim, do J. Pimenta, mas eu era já adulta. Tornara-se impossível pertencer a outra casa que não uma que eu própria criasse, e pouco depois vim para Lisboa. Por essa altura, alguém escreveu em letras enormes, no prédio que ainda hoje continua a desdentar o primeiro quarteirão da Avenida da República, junto ao Saldanha, 25 de abril sempre, faxismo nunca mais. Faltavam mais de vinte anos para que a economia de caracteres dos contactos virtuais com que passámos a estar ligados ditasse um novo acordo ortográfico, ainda achávamos sem x e não dispensávamos a sílaba inicial ao conjugarmos o verbo estar. Mas talvez já tivéssemos começado a esquecer.

## opinião



**Para memórias culturais mais plurais do  
"retorno"**

**Júlia Garraio**

**Investigadora CES**

Tenho medo de deixarmos de ser uma família entre famílias de retornados no hotel e passarmos a ser uma família de retornados entre as famílias de cá. Acho que nunca mais vou ser capaz de pensar e sentir uma coisa de cada vez. Com o tempo devo habituar-me e deixar de me incomodar com isso. Não posso evitar que umas coisas tragam outras ou façam perder outras. Não deve ter mal. E também não deve fazer mal. Como não faz mal eu não saber o que aconteceu ao pai na prisão, aos demónios da mãe, à Silvana ou ao tio Zé. Nada disso tem mal desde que ainda haja coisas de que eu tenha a certeza. (Cardoso 2011: 267)

Após a Revolução dos Cravos e no seguimento da independência das colónias portuguesas no continente africano, mais de meio milhão de pessoas com direito à cidadania portuguesa veio para Portugal, num processo histórico que seria recordado como o "retorno". Uma das suas primeiras ficcionalizações literárias encontra-se no conto de José Cardoso Pires "Celeste & Lãlinha. Por cima de toda a folha", escrito em 1978 e publicado no volume *O Burro-em-Pé* (1979). O enredo tem como foco o apego de uma criança, Celeste, à sua boneca negra trazida de Angola, Lãlinha, e a animosidade que tal suscita entre as famílias de "retornados" alojadas de forma precária nas imediações de Lisboa. Ainda que seja uma história sobre crianças e a adaptação difícil a um lar imposto, o texto inscreve o "retorno" no passado de Portugal. (Re)Produz a imagem dos "retornados" como "restos de África" empobrecidos, emblemas do fim de um Império que, a par de uma parafernália de objetos exóticos para decoração, trouxeram para Portugal apenas racismo e ressentimento. Desta maneira, o conto partilha da construção dos "retornados" como

personificação de um ciclo da história de Portugal que chegava ao fim, o colonialismo. Ovalle-Bahamón, na senda de Eduardo Lourenço, argumenta que esta tendência do Portugal pós-1974 para tornar os “retornados” signos do projeto colonial permitiria a reinvenção de Portugal e dos Portugueses como parte do sistema de nações europeias, distanciando a nação do colonialismo (2002: 159). Uma parte significativa destas pessoas ter-se-ia sentido marginalizada por uma esquerda que negociara as independências no período revolucionário e por uma direita que não abraçara as suas reivindicações relativamente aos seus bens nos países africanos (David 2015). Para além disso, os apoios económicos recebidos pelos “retornados” com vista à reconstrução das suas vidas terão igualmente contribuído para alguma hostilidade de parte da população no contexto das dificuldades económicas que a jovem democracia enfrentava (Ferreira 2015). É assim que os “retornados” se tornam recordações vivas de uma história ilegítima (Peralta 2019: n.p.) com as suas memórias de perda e desterritorialização a funcionarem como elemento disruptivo na narrativa celebratória do 25 de abril como fim da ditadura e derrota do colonialismo.

Esta imagem estereotipada dos “retornados” como emblemas de um passado do qual a nação se tentava dissociar não favoreceu uma reflexão aprofundada sobre o papel do colonialismo na sociedade metropolitana e a adesão e acomodação de partes significativas da população aos valores do regime. Para além disso, os estereótipos associados à imagem não dão conta da heterogeneidade de pessoas que protagonizou este importante fluxo migratório em termos de classe, perfil étnico-racial, estatuto económico, educação, raízes nos países africanos e laços familiares em Portugal (Lubkemann 2003: 76). Não permite vislumbrar as suas diversas tensões identitárias e subjetividades, nem as teias de contradições que perpassam os sentimentos de desenraizamento e (re)integração que marcam as suas vivências no Portugal pós-1974. Os estereótipos dominantes tão pouco permitem perceber o contributo destas pessoas para o Portugal pós-ditadura.

Cerca de um terço destas pessoas não tinha nascido em Portugal, não se revendo na designação “retornado”. A vinda para Portugal fora vivida, em grande parte, como um processo doloroso de perda e desterritorialização para um lugar triste, pobre, subdesenvolvido e não menos racista do que as colónias onde tinham vivido. Desde os anos 90 é perceptível um maior interesse mediático pelas suas vidas, que se traduz não apenas num discurso da nostalgia, expresso em numerosas publicações sobre a “África perdida”, mas também em investigação e produção literário-cultural sobre as vivências “não-militares” da população branca nas colónias a partir de abordagens críticas ao imperialismo português. É, porém, com a literatura produzida por quem vivenciara o “retorno” como criança ou adolescente que as experiências traumáticas

de desenraizamento e renegociação identitária ganham maior projeção mediática, fomentando debates mais aprofundados sobre a complexidade deste evento histórico e os seus efeitos a longo termo na sociedade portuguesa. Destacam-se aqui, como sabemos, o *Caderno de Memórias Coloniais* (2009) de Isabela Figueiredo (nascida em 1963) e o romance *O Retorno* (2011) de Dulce Maria Cardoso (nascida em 1964), textos onde o confronto com o passado e os seus fantasmas surge indissociável da articulação do trauma da perda e da reconstrução do eu numa terra estranha. Para o protagonista adolescente do romance de Dulce Maria Cardoso, o “retorno” foi não só um momento de violência, medo, despossessão, perda e desterritorialização, mas também, e sobretudo, um começo, um habituar-se a um espaço hostil que se irá reclamar como lugar de pertença, numa época em que esse eu em construção e num corpo em transformação desperta para a sexualidade, cria novas amizades, inicia um processo de autonomização em relação à família e experimenta novas formas de socialização.

Enquanto os textos de Figueiredo e Cardoso gozaram de ampla projeção mediática, contribuindo para acesos debates sobre o “retorno”, o romance de Aida Gomes *Os Pretos de Pousaflores* (2011), sensivelmente da mesma altura, não teve a atenção mediática merecida. É provavelmente aquele que desafia de forma mais profunda e abrangente os imaginários nacionais relativos ao “retorno”. Este romance polifónico que abrange várias décadas conta-nos a história de Silvério, um português pobre de uma aldeia do interior que, após 40 anos em Angola, regressa com três filhos mestiços à aldeia natal, onde estes irão crescer enfrentando diversas formas de racismo quotidiano que reforçam neles sentimentos de desenraizamento e alienação. O romance destaca assim um setor que tende a ser inviabilizado nas memórias hegemónicas do “retorno”. Enquanto a animosidade inicial enfrentada pelos “retornados” brancos tendeu a esvaír-se com o passar do tempo, os “retornados” negros e mestiços ficaram não só ausentes da memória cultural do evento, como também permanecerem alterizados como imigrantes em conceções racializadas de nação (Lubkemann 2005: 266). O romance reforça a compreensão do “retorno” como migração e contacto intercultural em contextos de identidades híbridas e multiétnicas, sinalizando como o imaginário de Portugal como nação branca católica foi determinante a impedir a integração na nação imaginada dos “retornados” não-brancos. Este foco é essencial para perceber a originalidade do texto e as suas implicações nos debates atuais sobre identidade portuguesa e os legados do colonialismo. No romance de Aida Gomes, o “retorno” abre para uma das questões mais prementes na Europa contemporânea: a necessidade de esta se imaginar e aceitar multiétnica e multicultural. Os jovens protagonistas do romance são

certamente um produto do passado colonial, mas não são representados como ícones do passado; pelo contrário, personificam as lutas e os desafios identitários da Europa no século XXI, obrigado o/a leitor/a a olhar para o futuro.

Obras citadas:

Cardoso, Dulce Maria (2011). *O Retorno*. Lisboa: Tinta da China.

David, Isabel (2015). The retornados: trauma and displacement in post-revolution Portugal. *Ethnicity Studies* 2, 114–130.

Ferreira, Patrícia Martinho (2015). O conceito de 'retornado' e a representação da ex-metrópole em *O Retorno e Os Pretos de Pousaflores*. *Ellipsis* 13, 95–120.

Gomes, Aida (2011). *Os Pretos de Pousaflores*. Alfragide: Dom Quixote.

Lubkemann, Stephen C. (2003). Race, Class, and Kin in the Negotiation of 'Internal Strangerhood' among Portuguese Retornados, 1975–2000. In Andrea Smith (ed.) *Europe's Invisible Migrants*. Amsterdam: Amsterdam UP, 75–93.

Ovalle-Bahamón, Ricardo (2003). The Wrinkles of Decolonization and Nationness: White Angolans as Retornados in Portugal. In Andrea Smith (ed.) *Europe's Invisible Migrants*. Amsterdam: Amsterdam UP, 147–168.

Peralta, Elsa (2019). The return from Africa: Illegitimacy, concealment, and the non-memory of Portugal's imperial collapse. *Memory Studies*.

Pires, José Cardoso (1979). *O Burro-em-Pé*. Lisboa: Moraes Editores.

O presente texto contém resultados parciais de investigação apresentada em: Garraio J. (2019). Framing Sexual Violence in Portuguese Colonialism: On Some Practices of Contemporary Cultural Representation and Remembrance. *Violence Against Women* 25 (13), 1558-1577; Garraio J. (2021). The Returnees in Portuguese Literature Before the Literature of the Return. In A. Juvonen & V. Lindemann Lino (eds.) *Negotiations of Migration: Reexamining the Past and Present in Contemporary Europe*. Berlin, Boston: De Gruyter, 201-222.

## opinião



***A Guerra foi depois...: os “retornados” e as reverberações traumáticas do colonialismo e da descolonização***

**Elsa Peralta**

**Investigadora principal do Centro de Estudos Comparatistas, Faculdade de Letras, Universidade de Lisboa**

A conversa já vai longa. Durante duas horas seguidas, a Maria José contou-me como os seus avós tinham ido da ilha da Madeira para o sul de Angola, ainda em finais do século XIX, como era a sua vida na Cáala, Huambo, como lá casou com 14 anos e teve nove filhos e reproduziu o modo de vida que recebera dos seus pais e avós. Pergunto-lhe agora sobre a guerra. Responde-me com uma descrição dos horrores que viveu naqueles meses em que a guerra civil angolana subitamente se precipita, devido à disputa pelo poder entre os vários movimentos de libertação nas vésperas da independência do país. Insisto. Queria que me falasse sobre a outra guerra, a “Guerra”, iniciada em Angola em 1961 e que havia antecedido os acontecimentos que me narrava. Maria José corrige-me: *Não... A guerra foi depois... Antes não havia guerra...*

Esta foi uma das maiores perplexidades com que tive de me deparar no decurso da investigação que venho desenvolvendo desde 2014 junto das populações designadas pelos mecanismos de integração do estado português como “retornados” das ex-colónias. Para a esmagadora maioria das pessoas com quem falei,<sup>3</sup> o conflito que ficou consagrado na historiografia portuguesa e na memória coletiva nacional como “Guerras Coloniais” resumia-se à notícia de umas quantas incursões “terroristas” que aconteciam *lá longe, no mato*, longe dos meios urbanos onde grande parte das populações colonas vivia. Reproduzem, assim, a propaganda do Estado Novo, que caracterizava as lutas pela independência que se tratavam nos territórios africanos colonizados pelos portugueses como “terrorismo”, raramente reconhecendo o

<sup>3</sup> 57 entrevistas foram conduzidas em diversas regiões de Portugal Continental e na Região Autónoma da Madeira, entre 2015 e 2019, cobrindo diferentes áreas residenciais e diferentes perfis socioeconómicos e trajetórias pessoais de antigos colonos de Angola e Moçambique. A descrição efetuada reporta-se, portanto, a estas duas colónias e contextos de guerra.

nacionalismo africano como um movimento legítimo de resistência anticolonial. Nem mesmo a presença militar constante e próxima, composta por largos contingentes oriundos da metrópole e por um número progressivamente crescente de africanos recrutados para o Exército Português,<sup>4</sup> parece fornecer evidência de que, de facto, uma guerra se desenrolava nos territórios colonizados.

Contudo, por mais que os colonos europeus tivessem interiorizado a propaganda estado-novista, ou por mais desinteressados que estivessem da realidade da guerra, a verdade é que o seu alheamento tem também razões objetivas. De facto, quer em Angola quer em Moçambique, os conflitos desenrolaram-se em zonas caracterizadas por uma fraca presença de europeus, que se concentravam sobretudo nas cidades. Depois, e apesar do alarme provocado pelos massacres de 1961, não só continuaram a haver, como até aumentaram os incentivos às populações metropolitanas para empreenderem um movimento migratório rumo às colónias africanas, movimento este que foi concomitante com o crescimento espetacular das economias coloniais, sobretudo da Angolana. Por fim, o recrutamento local fazia-se preferencialmente com contingentes africanos, e poupava os colonos, que geralmente cumpriam o serviço militar em unidades locais ou em zonas de retaguarda.<sup>5</sup> Estes fatores contribuem para explicar não só porque a guerra é desvalorizada nos relatos dos antigos colonos, como também porque não é um evento assinalável do ponto de vista dos seus processos de memorialização.

Em contraste, assinalam a outra guerra, *a que veio depois*, como um evento traumático e disruptor, tanto a nível pessoal como a nível coletivo. *O que veio depois* é contado como uma confluência de acontecimentos em relação aos quais se revela difícil aplicar uma cronologia linear. Essa narrativa fragmentária inclui o recebimento da notícia do 25 de Abril em Portugal e a indefinição em relação ao futuro das colónias, o estalar da guerra civil em todo o território de Angola, ou o 7 de Setembro de 1974 em Moçambique, a fuga em massa dos colonos, o fechar da porta de casa e deixar tudo para trás, a chegada a Portugal e o frio, do clima e das pessoas, que encontraram na metrópole. Contam-me o medo do fogo cruzado das guerrilhas e das balas perdidas que lhes cravejavam as casas, o choque com a subida ao poder de governos de maioria negra e de feição marxista, a desilusão com a descoberta de

---

<sup>4</sup> Fátima da Cruz Rodrigues, *Antigos Combatentes Africanos das Forças Armadas Portuguesas: A Guerra Colonial como Território de (Re)conciliação*, Tese de Doutoramento apresentada à Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra para obtenção do grau de Doutor, Coimbra, 2012.

<sup>5</sup> Carlos de Matos Gomes e Aniceto Afonso, “Guerra Colonial: Teorias e Práticas da Contra-Subversão”, *Revista de História das Ideias* 30: 435-452, 2009.

Portugal, onde afinal muitos nunca tinham estado, e que se lhes apresentava como em tudo inferior à modernidade e desenvolvimento do mundo colonial que até então habitavam. E contam-me ainda o desapontamento pela realização de uma cidadania inferior. Ainda que a nova Lei da Nacionalidade de 1975 tenha garantido a cidadania a todos aqueles que pudessem provar a ascendência europeia, todos aqueles que não o pudessem fazer – ou seja, as populações exclusivamente africanas – foram excluídos da nacionalidade portuguesa.<sup>6</sup> Assim, embora a Lei da Nacionalidade Portuguesa de 1959<sup>7</sup> declarasse inequivocamente que todos os nascidos em Portugal eram portugueses – numa época em que as províncias ultramarinas eram consideradas parte integrante de Portugal – a sua revogação em 1975 veio evidenciar que a unidade harmónica de povos, raças e culturas que a propaganda colonial dizia ser Portugal pluricontinental, era afinal uma entidade política excludente e intrínseca à própria relação colonial. Além disso, e mesmo quando havendo garantia de cidadania, a verdade é que os cidadãos portugueses das colónias tinham leis, direitos de propriedade e moeda diferentes dos de Portugal, os quais não foram passíveis de conversão integral após as descolonizações. Apesar da situação de privilégio que detinham no mundo colonial, realizam então que o seu estatuto de portugueses era afinal inferior ao dos portugueses metropolitanos. Realizam, enfim, que o território ultramarino que a ordem política, social e cultural em que se inseriam considerava ser Portugal, não era realmente Portugal, mas um território ocupado que conquistou a sua autodeterminação.

Esta realização, juntamente com o tratamento negativo que se queixam de ter recebido dos portugueses metropolitanos, que os acusavam de serem colonialistas e coniventes com regime de depósito, além de se manifestarem ressentidos pelo facto dos expatriados receberem auxílios especiais por parte do estado e terem acesso privilegiado à habitação e trabalho, são fatores que contribuiriam para que no seio desta população crescesse um sentimento de ilegitimidade no que concerne à sua posição no estado-nação.<sup>8</sup> Apesar do consenso relativamente à narrativa da boa integração dos ditos “retornados” na sociedade portuguesa,<sup>9</sup> a verdade é que o

---

<sup>6</sup> Após as independências dos novos estados africanos ex-colonizados por Portugal, o Decreto-Lei n.º 308-A/75, de 24 de Junho retirou a cidadania à maioria das pessoas naturais das antigas colónias. Sem fazer referência à condição social ou à cor da pele, o decreto-lei excluiu da cidadania portuguesa, sem qualquer direito de opção, a esmagadora maioria da população não-branca.

<sup>7</sup> Lei 2098 de 29 de Julho de 1959.

<sup>8</sup> Elsa Peralta, “The return from Africa: Illegitimacy, concealment, and the non-memory of Portugal’s imperial collapse”, *Memory Studies*, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1177/1750698019849704>

<sup>9</sup> Christoph Kalter, “Traumatic Loss, Successful Integration. The Agitated and the Soothing Memory of the Return from Portugal’s African Empire”, in *The Returnees from the Portuguese Colonies in Africa: Memory, Narrative, and History*, ed. Elsa Peralta. Abingdon e Nova Iorque: Routledge, 2021, pp. 35-60.

sentimento de ilegitimidade que revelam ter faz questionar os parâmetros dessa avaliação. Sendo verdade que a integração se fez sem motivos de conflitualidade duradouros, e que houve uma boa integração económica e social desta população, o que é evidenciado pelo facto de não terem surgido franjas de marginalidade social relevantes, também é verdade que uma análise mais fina das subjetividades dos antigos colonos portugueses evidencia não só ressentimento, mas sobretudo uma profunda dificuldade é fazer sentido da experiência da descolonização e do retorno. As suas falas são relatos fragmentários, hesitantes e confusos, revelando uma incapacidade em estruturar a memória destes acontecimentos. Esta fragmentação narrativa estará certamente relacionada com a violência das experiências recordadas. A epistemologia do trauma tem dado provas mais do que suficientes de que as experiências violentas, devido à sua intensidade e imprevisibilidade, são impressas na memória de forma diferente de outros domínios experienciais. Além do mais, a descolonização e o retorno provocaram uma rutura abrupta na vida quotidiana destas pessoas, a qual foi acompanhada do súbito colapso do sistema de referências mental, social e político que enquadrava a sua posição enquanto colonos numa sociedade e num estado coloniais.<sup>10</sup> Em vários casos, estas ruturas foram sucedidas de muitas outras, incitadas pelas dificuldades materiais e de adaptação sentidas à chegada, mas também por estados psicológicos depressivos de longa duração. O retorno terá certamente sido, para muitas destas pessoas, um acontecimento traumático. A narrativa da boa integração dos "retornados" mais não fará, neste sentido, do que ocultar a extensão deste trauma individual e coletivo. Como Ron Eyerman adverte, para que um evento seja considerado um trauma, o seu significado traumático deve ser socialmente estabelecido e aceite.<sup>11</sup> Não o sendo, permanece ocultado na intimidade psicológica daqueles que o viveram.

Com efeito, os fatores políticos, sociais e culturais que enquadraram a mediação da memória da descolonização e do retorno na sociedade portuguesa durante e após a consolidação da democracia dificultaram esta operação. Esta transição foi acompanhada da afirmação de duas narrativas da identidade nacional portuguesa: por um lado, a afirmação da narrativa da "Revolução dos Cravos", que não só assegurou a transição democrática, como também abriu o caminho para as próprias descolonizações; por outro, a perpetuação da narrativa da excecionalidade do colonialismo português, herdada do Estado Novo. Esta dualidade narrativa revela

---

<sup>10</sup> Elsa Peralta, "Remembering the Return: Personal narratives of paradox and bewilderment", in *The Retornados from the Portuguese Colonies in Africa: Memory, Narrative, and History*, ed. Elsa Peralta. Abigdon e Nova Iorque: Routledge, 2021, pp. 78-100.

<sup>11</sup> Ron Eyerman. *Cultural Trauma: Slavery and the Formation of African American Identity*. Cambridge: Cambridge University Press, 2001.

várias incoerências fundamentais: se o colonialismo português foi excepcional, porque foi necessário descolonizar? Se a descolonização foi exemplar, como em várias esferas sociais e políticas se considerou ter sido, porque tiveram os “retornados” de “retornar”? Estas perguntas, que tantas vezes ouvi de antigos colonos, revelam uma profunda incompreensão relativamente à experiência pessoal e histórica da descolonização e do retorno, a qual é resultante da inexistência de um repertório coletivo de que possam fazer uso para dar sentido à sua experiência pessoal e a partir daí fazer um julgamento crítico sobre a sua própria condição de ex-colonos. Perante essa incompreensão, defendem as suas biografias pessoais, continuando a reproduzir os mesmos tópoi explicativos que mediavam a sua experiência enquanto colonos em África: a sua pertença a uma sociedade social e racialmente integrada; a sua auto-indigenização por via da conflagração da categoria nacional com o elo com a terra africana; e a sua dificuldade em reconhecerem a posição de poder que ocupavam na sociedade colonial ou o privilégio de que gozavam.

Jeffrey Alexander considera que estamos perante um trauma cultural quando os membros de uma coletividade sentem que foram sujeitos a um evento horrendo que deixou marcas indeléveis na sua memória e na sua identidade.<sup>12</sup> Considera, ademais, que é necessário partilhar a responsabilidade social e moral sobre tais eventos, e reconhecer o sofrimento das pessoas e grupos que o experienciaram. Falando sobre os *Pieds-noirs* da Argélia, Éric Savarèse defende que é preciso alcançar uma posição balanceada entre duas posições hegemónicas: uma que apenas celebra os feitos coloniais franceses, e outra que se estreita às acusações de colonialismo.<sup>13</sup> Tal como em relação ao *Pieds-noirs* de que fala Savarèse, em vez de se responsabilizarem os “retornados” por *toda* a extensão da violência e exploração coloniais, e em vez de uma recusa em se reconhecer o seu sofrimento – *apesar* do facto de serem parte integrante de um sistema opressor –, seria mais útil entender a colonização, a guerra, a descolonização e o retorno como um complexo trauma cultural que abrange *todos* os portugueses, não só os que foram diretamente implicados nestes eventos, mas também todos os demais que herdaram as suas reverberações traumáticas. Ao se atuar desta maneira, talvez seja possível estabelecer relações de solidariedade suficientes que permitam esbater as fronteiras entre o “nós” e o “outro” e, assim, prevenir que semelhantes traumas voltem a acontecer. Caso contrário, a guerra virá sempre depois, e será uma guerra sem fim.

---

<sup>12</sup> Jeffrey C Alexander, “Culture trauma, morality and solidarity: The social construction of ‘Holocaust’ and other mass murders”, *Thesis Eleven*, 132 (1): 3-16.

<sup>13</sup> Éric Savarèse, *L’Invention des Pieds Noirs*, Paris: Séguier, 2002.

## opinião

**Eu, O Dundo e a Guerra****David Luna de Carvalho****Professor**

“Dundo” é nome de localidade do Nordeste de Angola, Lunda, onde nasci e cresci até pouco depois de ter iniciado os dezassete anos. Em 1957, ano em que nasci, o Dundo já não se erguia no contexto da produção de borracha, que lhe deu o nome, mas no da extração diamantífera. O Dundo era a capital administrativa duma área comparável à de Portugal Continental, espaço concessionado à Companhia Diamantes de Angola (Diamang). Situava-se a 8 Km da fronteira do então Congo Belga e estrategicamente afastado quase 100 Km da zona mineira mais próxima.

Quando falo no Dundo como localidade devo esclarecer que lembrava as pequenas cidades americanas, com casas térreas e respectivos jardins, apenas separados dos outros por sebes. No Dundo havia ainda edifícios, térreos, para fins administrativos; para fins de manutenção dos mais variados equipamentos e espaços, para fins médicos e sanitários: o hospital dos europeus e o dos indígenas, contíguos, porém separados. Para fins escolares (escolas primárias e, no meu tempo, também liceu); para fins comemorativos (estatuária e monumentos afins); para fins culturais e científicos (Museu etnográfico e biológico, Laboratório de Biologia, Serviço de Geologia; Estação Meteorológica e Sismológica. Para fins de lazer (jardim botânico com espécies locais e exóticas, onde existia também um coreto em que uma pequena banda filarmónica tocava todos os fins de semana. Além de espaços para comunicações para o interior e para o exterior, como ruas e estradas (antes da asfaltagem, polvilhadas de ágatas e outras pedras semi-preciosas), o Dundo tinha também um aeródromo privativo com aviões próprios, sobretudo para transportarem a produção diamantífera. aeródromo esse que coexistia com o aeroporto do Chitato, este pertencente ao Estado e de onde se faziam as deslocações aéreas até Luanda, sobretudo para as idas e vindas à “metrópole”. Finalmente, o Dundo tinha dispositivos e espaços de segurança (polícia privada nomeada de Segurança Interna

da Diamang, com a sigla de SID, protagonizada pelos sentinelas africanos ("capitas" ou "senteros" na linguagem comum) e regulamentos que impediam a generalidade dos africanos de residir e até percorrer o povoado a partir de certas horas da noite).

Durante os meus primeiros três a cinco anos os dispositivos de segurança não incluíam soldados e quartéis. No diário de meu pai, pude saber que esporadicamente, em ocasiões solenes, com a presença de figuras do Estado (Paulo Cunha no Dundo em 18 de Setembro de 1960) podiam aparecer um punhado de soldados portugueses, com "capacetes metálicos", mas sem nunca constituírem um grande corpo, como o de uma companhia aquartelada no local e apenas para sinalizarem a possibilidade de utilização de força repressiva mais intensa. Por esse Diário fico também a saber que no Dundo, nos finais de Março de 1961, se começou a organizar um corpo de milícias com base nos próprios empregados brancos, com o objectivo de exercer vigilância nocturna. Seria o embrião de um futuro corpo de milícias profissionais, a que me voltarei a referir.

Consigno lembrar-me, por estar acompanhado de uma das minhas "amas-secas", a Elisa, que deveria ter entre 4 e 5 anos e estava junto aos "Macacos" (pequeno jardim zoológico local) quando assisti à chegada, de algo que nunca tinha visto: uma enorme fila de carros verdes (jipes e camiões verdes) com "brancos" que desconhecia, vestidos de verde e com "espingardas". Creio que foi a primeira vez que vi soldados no Dundo e lembro-me que eu e a Elisa ficámos espantados, inquietos e receosos, no meu caso, provavelmente porque já teria ouvido a palavra "guerra" e "terrorismo".

Pelo Diário do meu pai sei que ainda antes da independência do Congo, na última metade de 1959, se falava dos "pretos" querem tomar o poder aí e se ameaçava os da Diamang, mais chegados à fronteira, com represálias caso fugissem para o Congo. Era como se o conflito pela independência do Congo, depois, pela secessão do Katanga, finalmente, pelo início da luta armada anti-colonial, fossem um único caso devido à proximidade da fronteira. Sei também pela mesma fonte que choviam cartas dos familiares da minha mãe com relatos aterrorizados do que se passava no Congo e, a partir de 1961 em Angola. Neste último caso seria difícil, mesmo sendo muito criança, não ter dado conta de conversas e, sobretudo, do facto da minha mãe em Março de 1961 ter ficado "apavorada" com várias situações, como a de uma sua amiga e vizinha se deslocar com o filho, meu primeiro amigo, durante uns meses para uma zona de Angola considerada mais calma e tal não acontecer connosco. Não poderia também ter deixado de dar conta do êxodo de belgas do Katanga para o Dundo, a primeira vaga ocorreu, logo no mesmo dia em que o Katanga proclamou a sua independência do Congo, às 0 horas de 12 de Julho de 1960.

Não poderia também ter deixado de sentir a tensão do muito propalado avião "inimigo" do Congo que, a 18 de Abril de 1961 aterrou perto do Dundo por avaria e cujos ocupantes foram detidos, não sem que antes fossem alvo duma grande manifestação de gente do Dundo, também com "mulatos" e "pretos" mobilizados para o efeito, demonstrando a "multirraciedade lusitana", cuspiendo-lhes, atirando-lhes ovos, proferindo improperios e cantando o hino nacional.

A pouco e pouco fui dando conta da existência de mais "homens vestidos de verde", mas com fardas algo diferentes e num outro quartel. A este novo tipo de soldados (dando continuidade às milícias civis referidos no Diário de meu pai) chamava-se "Voluntários ou Milícias" e até tinham outro tipo de carros verdes, como um ou outro blindado. Progressivamente vim a perceber que estes eram ex-soldados do exército contratados pela Diamang para um corpo militar interno.

A existência dos dois tipos de soldados referidos, principalmente do primeiro, constituiu o meu contacto mais concreto com o ambiente de guerra, pois, embora no espaço da concessão da Diamang nunca se tenham verificado actos de guerra, estes soldados vinham das frentes de combate e estacionavam cerca de seis meses junto ao Dundo. Esta permanência aí era considerada um tempo de recuperação psicológica antes de embarcarem para a "metrópole".

Durante as estadias de sucessivas companhias de militares, quanto mais eu crescia, mais me apercebia de comportamentos estranhos e de relatos de horrores, sempre justificados pela afirmação de que "...ou eram eles, ou éramos nós!". Acresce que alguns irmãos mais velhos de amigos meus já estavam na tropa. Através das suas vindas ao Dundo, em curtas licenças, dei comigo a pegar num insólito colar que demorei a perceber ser o vestígio concreto de um dos tais horrores ... era constituído por orelhas humanas já encarquilhadas. Era um troféu de guerra do irmão mais velho de um meu amigo ("...ou eram eles, ou éramos nós!"). Este caso macabro sucedeu escassos dias antes de 25 de Abril de 1974 quando, a 16, sucedeu o meu décimo sétimo aniversário. Aniversário que, pela primeira vez, não festejei com amigos. Foi, aliás, o único aniversário que não comemorei, por saber que estava mais perto de ser incorporado. A idade para a incorporação militar obrigatória aproximava-se e não sabia ainda que daí a nove dias aquela guerra teria os dias contados. Finalmente ir-se-ia cumprir a resposta que o meu padrinho laico dava sempre à inquietação da minha mãe por eu ser "menino" e ter de ir para a guerra. Dizia-lhe ele: -Dona Branca, qualquer dia esta guerra acaba!

Em Junho de 1974, antes do êxodo de europeus para Portugal, e porque não havia continuidade de estudos no Dundo para além do antigo 5º ano do liceu (actual 9º ano), vim para Oeiras estudar. Com a Revolução de Abril a decorrer quotidianamente, deparei-me com a situação, paradoxal, de tomar consciência de que apesar de ter vivido num espaço, não o conhecia senão numa dimensão que viria a considerar como a de um mito. A guerra, que nunca presenciara directamente, mas de que via consequências e me causava medo, só a partir do meu distanciamento físico do Dundo e numa situação de mudança política, começava a ganhar um sentido racional. Afinal a usual expressão, "Turras" (abreviatura de terroristas), não nomeava seres que eram naturalmente maus porque sempre teriam pecado mais que os brancos, como a maior pigmentação da sua pele denunciaria, mas apenas seres humanos que queriam a libertação da sua terra! Os "brancos", afinal, também não seriam os "bons" e não estariam ali propriamente para ajudar e "civilizar" os "pretos". Mesmo que se alegasse que teriam pecado menos, como a alvura da sua pele demonstraria!

A Revolução do 25 de Abril, talvez por ter contactado com ela sem ter vindo para a "metrópole" num êxodo de temor e por ter tido contacto com gente crítica, nomeadamente o meu pai e meus padrinhos laicos, libertando-me também do peso da futura participação na guerra, fez com que a minha vinda para o Puto acabasse por ser um renascimento e não um trauma, mesmo sem os saudosos luz e perfume daquele planalto africano a que fui dado 17 anos antes.

## opinião

**IR À TERRA QUE NÃO EXISTE,**

***Frases para pensar quem sou ou um relato de viagem***

**Susana Moreira Marques**  
**Jornalista e escritora**

Poucas pessoas podem dizer que a terra dos seus pais não existe.

Reformulo: poucas pessoas podem dizer *com orgulho* que a terra dos seus pais não existe.

Eu sou uma dessas pessoas.

*Tudo mudou*, dizem-me. E é verdade. Mas também é verdade que as coisas se mantêm surpreendentemente inalteradas. Como se alguém tivesse querido manter um cenário para um filme sobre o passado. Encontro a escola primária da minha mãe igual ao que era. E o liceu do meu pai. E a praça onde ficava a casa dos meus avós. A mangueira está ainda no pátio porque as árvores duram muito. Outras pessoas me relatam encontrar as mesmas árvores que os pais abraçaram. Não sou a única. Muitas outras pessoas percebem que o lugar que não existe é estranhamente parecido ao lugar que existiu.

*Você é portuguesa ou angolana?*, pergunta a hospedeira de formulário na mão no avião que faz o percurso Lisboa-Luanda, e é uma frase que vou ouvir várias vezes na minha viagem.

É uma pergunta realmente inocente e, no entanto, ter que responder, com convicção, *sou portuguesa*, custa-me ao ponto de levar a mal que me façam a pergunta.

De cada vez, tenho que pensar de que maneira é que cheguei ali para dar aquela resposta.

*Quando percebes que te enganaste no machimbombo o melhor é sair logo na próxima*

*paragem*, é a frase que o meu pai me disse várias vezes ao longo da vida para que eu não persistisse num erro: um namorado que já tinha percebido que não ia dar certo, um trabalho que me deixava infeliz.

Chegando a Luanda não há machimbombos mas apenas candongueiros e não há paragens sinalizadas. Cada um improvisa o seu percurso a cada momento.

E eu, que nunca fui boa a seguir conselhos parentais, tenho curiosidade sempre de ir até ao fim, mesmo já tendo percebido que também não era ali – na terra dos machimbombos – que me ia encontrar a mim própria.

*Um morto não é nada*, diz um homem, mais ou menos da minha idade, que é mais ou menos a idade de toda a guerra civil. O tom é cínico, provocador, leve, quase divertido – a meio de uma festa, depois de uma feijoada, antes da música começar – mas é inteiramente sincero. Porquê terminar uma festa, ficarmos tristes, questionarmos toda a vida, por causa de um morto e da falta de justiça em relação a uma só pessoa morta? É uma história comum, talvez a história mais comum de toda a humanidade.

Os pregões das vendedeiras são me familiares e estrangeiros, como quase tudo aqui. São o primeiro que ouço de manhã quando acordo durante o mês da minha estadia.

*Já pensaste que essa podia ser a nossa vida?*, pergunta a minha prima. A viagem podia ser a minha vida. A minha vida em Portugal podia ser uma breve viagem. Por incrível que pareça nunca tinha seriamente pensado nisso. Nessa vida paralela em que os meus pais e os tios ficaram em Angola muito depois da independência. Essa vida, continua a minha prima, em que muito provavelmente seríamos brancas privilegiadas e sabê-lo-íamos todos os dias.

*Um cego sabe ver*, digo para mim própria, observando o cego que caminha agarrado ao ombro do neto, ou um rapaz com idade de neto, pelo meio de um mercado acidentado.

Repito uma ideia tantas vezes propagada, não só de que em certas situações os cegos são felizardos por serem poupados a certas imagens, mas também de que são eles que, sem estarem atormentados pelas imagens sucessivas da História, guardam alguma clareza.

Não falo com o cego embora gostasse, embora achasse que talvez ele fosse o único capaz de me elucidar, um vidente que em vez de adivinhar o futuro, vê o passado como ainda ninguém foi capaz.

As palavras que eram ditas na minha infância em línguas que eu não entendia, frases curtas, que pareciam códigos de brincar entre os adultos, são agora uma memória preciosa, algo que acho que é tão importante preservar como peças de museu de civilizações antigas e desaparecidas, que pereceram mas serviram de exemplo.

*Antigamente, era melhor.* Ouço isto mais do que uma vez – num musseque, num café, numa estrada no meio do nada – e intuo que a frase é pronunciada para que eu a ouça, quase como uma cortesia, como se fosse uma maneira de bem receber gente como eu ali.

Também há as canções que o meu tio cantava. Um em quimbundo, outras em português. Algumas sobre a dor, outras sobre a esperança. Essas canções que não se modificaram porque, no exílio, nada se modifica, tudo se mantém. Só no exílio o tempo não faz o seu trabalho.

*Não é igual ao Alentejo?*, pergunta-me um angolano a meio de uma viagem de carro a apontar para uma planície. É um homem de meia idade que combateu na guerra civil, que foi capturado, que fugiu, que regressou. Gosta de bacalhau. E sonha com o Alentejo.

Isto é quando saio de Luanda. A guerra acabou há cinco anos. Ainda não se pode viajar muito pelo país. Quando se chega a outras cidades, vêem-se prédios rendilhados por balas. Por todo o lado, a guerra pode ser apreciada enquanto paisagem.

*Quem são aqueles por quem se espera quando não se espera nada?* Um trocadilho possível que me vem à cabeça a partir do famoso verso do primeiro presidente do país, quando leio o verso original, três décadas depois do poeta ter declarado a independência, num livro acabado de comprar na última livraria da cidade, num bar – chique, cheio de europeus, a servir gelo feito com água engarrafada – que não estava, então, previsto.

Tenho a ideia de que toca uma música no momento em que a girafa cai. Numa única imagem do filme *Sans Soleil*, de Chris Marker, – a girafa abatida a meio da corrida, a cair, primeiro as pernas, depois o corpo e, por fim, o pescoço e a cabeça – parece-me estar contida toda a tragédia da segunda metade do século XX.

Penso nisso quando vejo, então, uma girafa. Corre, e parece correr em câmara lenta, ou, de todas as formas, num ritmo tão diferente do meu século que é incompreensível. É esse desacerto que as põe em risco.

É de manhã cedo, mas não tão cedo que não tenhamos já perdido a oportunidade de ver outros animais. Vou num jipe. O homem ao meu lado tem uma arma.

Reconheço os cheiros por descrições que me foram feitas muitas vezes há muitos anos. Mas sinto, a cada pedaço de terreno que avançamos à procura dos poucos animais que ainda sobrevivem à violência da História dos homens, que não devia estar ali. A mais bela imagem – uma das mais belas que vi – das girafas a correrem, uma atrás de outra, é uma imagem interdita, profana, e eu tento logo esquecê-la.

À noite, num bar ao ar livre, um rapaz canta sobre famílias que se perdem e se reencontram, um tema popular aqui logo a seguir, claro, ao amor.

*Mas* – cláusula que aprendi muito cedo para falar dos meus pais. Os meus pais vieram de Angola *mas* (completar com *eram a favor da independência*, ou *tinham amigos negros* ou *eram contra o colonialismo*). Esses pais de esquerda, que acreditavam na revolução, que acreditavam num mundo melhor, numa África que seria a luz do mundo, e que tiveram que viver como se nunca tivessem amado o seu país e um continente. Também esses pais já não existem, agora sendo os mesmos são outros.

*Era a minha casa*, diz-me a minha avó, um dia, a falar de Angola. Na minha memória, ela está na cozinha, voltada para a banca, de costas para mim. Não vejo se está triste ou contente quando diz a frase, provavelmente as duas coisas.

E o silêncio? Há um silêncio imperceptível nos meus diálogos sobre a história dos meus pais. É o silêncio da hesitação. O silêncio da dúvida. O silêncio de quem sabe que nunca será dito tudo. Nesse silêncio, vive o trauma e o tabu, mas também a grande aventura de ter que se redescobrir, de começar do zero, de não se ser ninguém e poder ser qualquer um.

*Estou a gostar muito de estar aqui*. Coisas banais e até pouco sinceras que se escrevem em postais. *Quem me dera que pudessem rever isto*. Coisas que se escrevem à família em vez de lhes dizer que a casa deles não existe. Que, na verdade, nunca existiu.

## opinião



**Os Invisíveis**

**Miguel Coelho**

**Cineasta**

### **Histórias de África**

A minha avó fazia muitos relatos dos vinte anos passados em África, a maior parte em Moçambique, uns poucos em Angola. Morávamos juntos na mesma casa com os meus pais e a minha tia. Quando estava a ler, impecavelmente vestida, de saltos altos, numa das poltronas de veludo verde da sala, um trecho da obra bastava para desencadear associações que acabariam por transportá-la de novo a África, levando-me pelo braço. Por partes de magia, escapávamos a essa casa repleta de móveis, serviços de porcelana e livros, que eu sentia serem os despojos de um naufrágio.

Havia vários relatos, que me foram interessando de forma diferente ao longo dos anos:

- As histórias que me cativaram desde criança e que narravam as “aventuras” de África, onde leões e cobras cruzavam o mundo dos humanos. Gostava também de a ouvir descrever as paisagens dos lugares onde o meu avô foi nomeado administrador colonial. Ela repetia nomes de terras, Zavala, Macomia, Inhambane, Massinga, que eu não memorizava, pois eram para mim como portas que não se abriam.

- Histórias que fui identificando como polémicas, por vezes relacionadas com o mundo masculino. Falavam do gosto dos homens pela caça grossa, que era vista como um desporto. Tinha observado noutras casas patas de elefante transformadas em cinzeiros, ou presas de marfim expostas na sala. Ainda criança intuía o carácter transgressivo desses “troféus”. Havia também relatos que continham referências a “criados”, descritos com pouco relevo. A designação “pretos” atribuída a todos os que eram originários de África não ajudava a identificar ninguém. Ambas as palavras pareciam eclipsar essas pessoas.

- Episódios que contava raramente e que não coincidiam com a opulência descrita noutras ocasiões. Como o relato do parto do meu pai em Montepuez, uma terra longínqua e pobre, onde os dois estiveram à beira da morte.

- As histórias que mais contava e que se centravam nas casas que foi ocupando, no estilo de vida que tinham adoptado e no papel que aí desempenhava. As casas de África eram simultaneamente um espaço de representação e de ócio. A minha avó empenhava-se em receber os militares, funcionários administrativos ou homens de negócios, de passagem pelas terras onde o meu avô estava destacado. Naqueles lugares isolados recreava a vida da Europa deixada para trás. Investia grande parte da sua energia na culinária, que lhe dava a possibilidade de expressar uma síntese particular da sua concepção das tradições europeias. Nessas mesas servia-se o rosbife de Inglaterra, os suflês de França, o ossobuco de Itália, para além das lagostas e peixes cozinhados com molhos sofisticados. Reinterpretava também receitas às quais dava nomes relacionados com a "excelência ocidental": Pudim Rolls Royce, Bolo Atómico. Considerava a doçaria uma arte e especializara-se na tradição conventual portuguesa. Essas receitas podiam necessitar de vários dias de preparação e exigiam enormes quantidades de ingredientes, que chegavam regularmente em grandes remessas. Tinha formado vários cozinheiros que eram os únicos moçambicanos que apareciam nas suas histórias com um nome, uma personalidade e a quem dava protagonismo. A minha avó dispunha de muito tempo para estas actividades. Por vezes era mesmo necessário "matar o tempo". Outras remessas salvíficas, desta vez de livros, ajudaram a família a sobreviver dentro dessas casas.

Desde muito pequeno escutava-a atentamente, talvez para lhe agradar. A morte prematura do meu avô tinha-a deixado inconsolável. Uma perda afectiva amplificada por uma despromoção social, associada à perda de um estilo de vida confortável. A coincidência trágica entre o drama familiar e o processo de Descolonização, fez com que para mim, ambos os traumas ficassem indissociáveis.

À medida que fui crescendo e comecei a fazer perguntas sobre Moçambique, tomei consciência de que a morte do meu avô me impediria aceder a um ponto de vista masculino sobre esse período. O relato do quotidiano de um administrador colonial fazia-se de forma lacunar, da perspectiva da minha avó. A frase de L. P. Hartley "O passado é um país estrangeiro, lá fazem-se as coisas de forma diferente" descreve o que sentia em relação a este avô, que tinha ficado para trás, em Moçambique, levando consigo peças de um puzzle da vida colonial, agora impossível de completar.

Restava aliar-me à minha avó na celebração da felicidade dos anos africanos. Quando contava histórias, o que eu mais apreciava era o seu entusiasmo. E no entanto sentia-me por vezes excluído daquela felicidade. Ela tranquilizava-me dizendo que eu era agora o seu motivo de alegria, mas eu não sentia que a minha Lisboa estivesse à altura das cores de África.

Talvez por isso tenha vindo a preferir as histórias do ócio e do mundo das casas. Apesar da mudança de cenário, a leitura e a culinária podiam ser reproduzidas em Lisboa. Os dias de Natal eram uma porta que se abria para esses requintes conventuais que voltavam a inundar as mesas. A culinária era sinónimo de festa. Eu participava nas operações logísticas e assistia às manobras na cozinha, num estado de efervescência. A minha avó oficiava esses rituais, que eu podia finalmente partilhar.

Apesar das relações próximas com primos que tinham vivido em Moçambique, fora desses círculos sentia dificuldades em reconhecer-me nos que me rodeavam. O imaginário que se abria entre as quatro paredes de casa era dificilmente partilhável. Observava como estas histórias excêntricas geravam nos outros surpresa, muitas vezes um certo desconforto e até ressentimento. Os relatos associados ao período colonial pareciam estar a mais.

Havia uma pressão para esquecer. Para a minha avó foi um período difícil. A vida contemporânea prescindia do seu universo requintado. Fazia cada vez menos cozinhados e doces. Apesar de ainda elogiados, caía agora sobre eles a suspeita de serem pouco saudáveis. “Estes doces fazem bem à alma”, respondia. Já adolescente entendi o quanto a figura da minha avó se tinha tornado subversiva. Furando as redes de uma normalidade forjada no esquecimento, ela surgia para contar as suas memórias de um tempo excessivo. Consoante as perspectivas, era apelidada de frágil, snobe, saudosista. Eu virava essas palavras do avesso e via personalidade, estilo, memória. Mas nada parou essa dinâmica do esquecimento e ao longo dos anos noventa, esta avó que gostava de contar, foi-se tornando progressivamente invisível.

### **Um olho para ver, o outro para sentir - Avó**

No filme *Um olho para ver, o outro para sentir* (2001), que co-realizei com Susana Marques, Rita Forjaz e Madalena Miranda, escolhi filmar a minha avó e fazer do documentário uma ocasião para completar esse retrato inacabado de uma vida em África. Tendo sido tão fiel na escuta e conhecendo bem as histórias de glamour e

aventura, achava que ela me poderia revelar a outra metade da história. Apesar da sua idade e das preocupações com a aparência, aceitou generosamente apresentar-se sob uma luz que ela sabia já não ser a melhor. A minha posição era também frágil. Embora não a quisesse julgar e não pondo em causa a nossa cumplicidade, sabia que o meu olhar não podia ser complacente. Ao tocar no tema da colonização necessitava de algum recuo. Apoiei-me numa certeza: a admiração por esta avó que contava, quando muitos outros se calavam. No filme propus-lhe atravessarmos o outro lado do espelho, de mãos dadas, comigo a sussurrar "Vamos! Confie em mim! Vamos contar um pouco mais!".

Durante a rodagem surgiram momentos de verdade que me surpreenderam. A minha avó retomou as histórias que raramente apareciam. Memórias menos brilhantes de isolamento e solidão: o embate da chegada a Moçambique, as dificuldades para comunicar com as pessoas dessas terras, a vontade de regressar à Europa, o tédio, uma vida burguesa que foi afinal bem mais limitada do que ela teria gostado. Começava a desenhar-se na minha cabeça um retrato mais sombrio do grande isolamento em que se encontravam estes funcionários e as suas famílias no interior de Moçambique. Se o impulso de ir para África tinha vindo do desejo de aventura e de escapar a um Portugal amordaçado, em que medida a sua história pessoal tinha sido fundada sobre um logro? Que faziam ali aquelas pessoas perdidas?

O filme regista vários lutos que ambos tivemos de fazer, mas hoje penso que nesse momento ela os concluíra antes de mim. Muitas coisas eram ditas que já não se repetiam com a câmara ligada. Seja porque evitava as polémicas ou porque, de facto, estava cansada de falar de África. A mim faltavam-me respostas. Quem eram aquelas pessoas? As que chamavam de "pretos"? Porque nunca se lhes dá a palavra nestas histórias? Num dos momentos à margem da rodagem, contou-me um episódio significativo. Os seus empregados e as pessoas que viviam em redor de uma das suas casas tinham-lhe dado um nome cuja tradução em português seria "Aquela-que-não-se-sente". Perguntei-lhe porquê. Respondeu que nunca davam por ela. Que não sentiam a sua presença. Muitas interpretações me passaram pela cabeça, mas a minha avó não fez mais comentários. Ainda assim, pensei que tinha encontrado a evidência do olhar dos outros sobre nós. Por uma vez tínhamos o seu ponto de vista.

No filme necessitava do contraste entre o presente modesto da minha avó e o passado. E no entanto, durante a montagem, as filmagens da sua vida quotidiana e os relatos de Moçambique já não pareciam distinguir-se. A comunicação com África estava rompida e não havia traços dos anos dourados: Estávamos encahados no

presente. Com a montagem bloqueada comecei a perguntar-me o que haveria de mistificação nas narrativas da minha avó.

A descoberta de bobinas de filme 8mm veio quebrar o bloqueio. O meu avô vivo, as casas burguesas, a época do fausto, a minha avó jovem, tudo estava aí milagrosamente preservado. Até Pedro, o cozinheiro de que ela tanto falava, a repreender o meu pai pequenino por ele se aproximar de forma desajeitada de um grande bolo em exposição. Finalmente tinha um contraste com o presente e podia concluir o filme. Eram sobretudo imagens de felicidade. Através desses flashes entendia melhor como a sofisticação, a culinária, a família, o amor, tinham sido as grandes armas de que dispôs, para se proteger do isolamento dessa vida colonial.

O filme poderia ter-se chamado "Memórias de uma Vencida". Uma história de naufragos atingidos em cheio por uma grande vaga da História, mas também pelo infortúnio. Um título irónico pois esta é também uma história de resistência. Da arte de viver desta avó que guardou até ao fim os saltos altos, mesmo passando o dia em casa, e continuou a ir ao seu cabeleireiro da Lapa, ainda que morasse longe. Poucas pessoas a entendiam. Eu sim, pois ambos sabíamos que não tinham sido encaixadas apenas derrotas. O falhanço da máquina colonial, pouco densa, exigindo aos seus funcionários mudanças de residência regulares por terras isoladas, tinha-lhes permitido escapar ao controlo social do Estado Novo. Apesar de o meu avô estar ao serviço de um desígnio obscuro, tiveram liberdade de pensamento e de palavra. A tradição familiar republicana, anti-clerical, que a minha avó e a sua mãe tinham levado de Portugal pôde manter-se em África. Essa abertura marcou a minha infância. Lembro-me de ficar perplexo quando ao repetir fora o que ouvia em casa, muitas pessoas me contrapunham essa frase repetida em Portugal: "Não se fala de política!". Provavelmente estariam embrenhados na luta quotidiana do pós-25 de Abril, querendo deixar para trás os tempos da Revolução.

*Um olho para ver, o outro para sentir* foi uma tentativa de resgatar a história recente dos actores do período colonial e das suas famílias. Ignorando quem dizia que não vale a pena falar, por ser doloroso, ou polémico. Sentia-me depositário de memórias e quis responder à invisibilidade a que muitas destas pessoas foram sujeitas. No caso da minha avó, a sua condição feminina terá contribuído para que ninguém a escutasse. A história que se conta é sempre a dos homens e talvez o meu avô tivesse sido ouvido de outra forma. No entanto, sabia que ela tinha o seu lugar no retrato complexo do Portugal do século XX. Um país com uma História rasgada em dois.

## **Aqueles-que-não-se-sentem**

A curiosidade sobre as pessoas que já viviam em Moçambique antes de os portugueses lá se instalarem manteve-se para além do filme. Quais as suas religiões, conhecimentos e visões do mundo? Como se transformaram as suas vidas? Que violências sofreram às mãos dos portugueses durante o século XX? Mas também questões básicas: O que comiam? Havia livros, filmes e informações a que podia aceder, mas sentia a tentação de ver essas terras com os meus olhos. E no entanto fui retido por uma forma de pudor. Sei que outros deram esse passo, pois cada um responde ao desafio deste passado à sua maneira. Eu pensei: Mas não será que devo deixá-los em paz? Não creio que haja uma resposta certa. Trata-se de um sentimento limitado a um período da minha vida e talvez agora pudesse reformular essa questão.

Reconheço hoje que os efeitos desta história pessoal e colectiva determinaram o meu percurso. A ideia de conhecer as culturas dos outros permaneceu em mim e estimulou-me a viver um largo período noutros países. Assim vivi quatro anos no México onde encontrei essa oportunidade de me interessar por visões do mundo radicalmente diferentes da europeia. Realizei *El tren de los pies ligeros* (2019), um filme sobre "indígenas" do Noroeste de México, pessoas esquecidas neste mundo globalizado. São aqueles que não tendo construído grandes cidades, edificaram um modo de vida e uma cosmovisão mais perenes do que as pedras. Mulheres e homens que inventaram uma relação harmoniosa com o que os rodeava. Sei que em África há muitos povos semelhantes. Apesar das diferenças entre este filme solar e a melancolia do filme sobre a minha avó, em ambos procurei responder a essa urgência de dar visibilidade a quem se viu reduzido à insignificância. Em Portugal os tempos mudaram e hoje os moçambicanos, angolanos, cabo-verdianos, guineenses, são-tomenses e portugueses de origem africana que cá vivem reclamam também uma voz para contar esta história colectiva. Deixaram de ser "aqueles-que-não-se-sentem", os figurantes de uma narrativa com outros protagonistas. Que bom seria se todos os que ainda hoje lhes negam a palavra pudessem juntar-se a eles para os olhar nos olhos e dizer-lhes "eu vejo-te, eu compreendo-te, eu sei que estás aqui".

Outubro 2021

## O CRSCM E O OBSERVATÓRIO DO TRAUMA – 2ª PARTE



RECURSOS  
DA DEFESA

Centro de Recursos de Stress em Contexto Militar

**PARTE 2** *Conhecer e propor práticas de prevenção, tratamento e reabilitação de quadros patológicos decorrentes do impacto de fatores de stress durante a vida*

Quase duas décadas após o reconhecimento da perturbação psicológica crónica resultante da exposição a fatores de stress durante a vida militar em ex-combatentes portugueses na Guerra Colonial, foi criado o Centro de Recursos de Stress em Contexto Militar (CRSCM), um projeto financiado pelo Ministério da Defesa Nacional que, em 20 de agosto de 2020, foi consagrado no Estatuto do Antigo Combatente pelo Decreto-Lei nº 46/2020.

O percurso histórico e a explicitação da justeza do conceito do CRSCM foram apresentados na edição #8 da InfoTRAUMA, destacando a sua perspetiva multidisciplinar - abrange as áreas médica, psicológica, social e político-jurídica - e a participação do Observatório do Trauma/CES desde a sua criação, *em 2018*.

A equipa do Observatório do Trauma propôs-se realizar uma série de atividades com o objetivo de reconhecer e validar práticas de prevenção, tratamento e reabilitação de quadros patológicos decorrentes do impacto de fatores de stress durante a vida militar. Nos primeiros três anos, as atividades foram centradas em conhecer o material produzido em Portugal, bem como as práticas clínicas de profissionais das áreas médica e psicológica que lidaram com militares expostos a vivências de guerras, quer durante o período do Serviço Militar, quer em posteriores avaliações de peritagem e/ou de intervenções terapêuticas. Para este fim, o trabalho foi dividido em três etapas:

### **ETAPA 1 - Revisão bibliográfica**

Foi feito o levantamento de artigos científicos, livros, documentos e referências audiovisuais sobre trauma de guerra, o impacto do PTSD na vida de ex-militares e de seus familiares e as principais intervenções psicossociais existentes em Portugal.

*"Após a conclusão da pesquisa sistemática em bases de dados disponibilizadas online, na Biblioteca Geral da Universidade de Coimbra, no Centro de Documentação 25 de Abril, e nos arquivos do Clube da Marinha, foi elaborada uma grelha de análise bibliográfica a qual subdividiu a informação recolhida em categorias (saúde mental; saúde física; família; agentes de stress; peritagem; processos psicossociais; programas de intervenção psicossociais; e outras fontes)" (CRSCM, 2021, p. 25).*

Através do levantamento bibliográfico, que teve como objetivo conhecer a realidade portuguesa no que se refere às consequências para a saúde mental da exposição a fatores de stress durante a vida militar e, de forma mais acentuada, durante a Guerra Colonial, percebeu-se que não se encontram facilmente documentos científicos sobre a manifestação de sintomas psicopatológicos resultantes da exposição à guerra, escritos no período de 1961-1974 nem nos primeiros anos do pós-guerra. Na realidade, como mencionado na edição anterior da InfoTRAUMA, as publicações científicas portuguesas sobre o tema desenvolveram-se na década de 1990. Felizmente, a partir do reconhecimento do stress de guerra como causa legítima de atribuição do estatuto de DFA no país (2000), as publicações nessa área cresceram exponencialmente.

## **ETAPA 2 – Entrevistas com clínicos**

Em conjunto com a equipa da Universidade do Minho, foi desenvolvido o estudo "Práticas da Medicina e Psiquiatria em Contexto da Guerra Colonial: Memórias do Terreno", que inclui entrevistas com profissionais de saúde responsáveis pela avaliação clínica e de peritagem de militares e ex-militares, durante e no pós-guerra. Esta etapa teve como objetivo conhecer os sinais, sintomas e diagnósticos resultantes da experiência militar e as especificidades da prática clínica. Desde o início da pandemia da Covid19, a recolha de dados foi suspensa, dada a idade avançada e vulnerabilidade acrescida dos potenciais participantes.

As entrevistas até então realizadas apontam para uma evolução no modo de encarar e reconhecer as expressões de stress em contexto militar, bem como para constatação da necessidade de uma rede de apoio psicológico para militares, ex-militares e suas famílias. Nas últimas décadas, tem sido significativo o aumento da preocupação com a saúde mental dos militares, com estruturas de avaliação e apoio psicológico antes, durante e após as operações militares.

É evidente que continua a existir algum estigma em relação às doenças mentais, nomeadamente no contexto militar. Mas, a realidade dos militares que atuaram na Guerra Colonial não pode ser comparada aos militares que têm participado, ao longo das últimas décadas, em operações de manutenção de paz, no exterior do país. Os clínicos entrevistados que atenderam militares durante e no pós-Guerra Colonial relataram que pouco ou nada se falava em sofrimento psicológico. Já os relatos dos profissionais que trabalham com militares e ex-militares nos últimos anos, sobretudo daqueles que presenciaram a mudança de perspetiva, apontam que o trabalho de sensibilização tem apresentado resultados, com maior atenção à saúde mental por parte das hierarquias militares e da sociedade em geral. Entretanto, ainda se mostra imprescindível reforçar a atenção aos militares após as operações e oferecer-lhes serviços de apoio médico, psicológico e social, de acordo com as especificidades de cada caso.

### **ETAPA 3 - Análise dos processos clínicos e de peritagem**

Por limitações inerentes ao estado de pandemia e por ausência de autorização para acesso aos arquivos necessários para a realização desta etapa, o trabalho ficou em suspenso.

A pandemia SARS-Cov-2, que tem afetado a saúde física e mental de pessoas por todo o mundo, teve impacto marcante no desenvolvimento das atividades do Observatório do Trauma no âmbito do CRSCM. Entretanto, no meio dos obstáculos impostos, 2020 foi o ano em que o CRSCM passou a integrar a legislação referente ao Estatuto do Antigo Combatente, reconhecimento que consolida o trabalho que tem sido desenvolvido e motiva a continuidade das investigações. Mais do que isso, a oficialização do CRSCM torna possível juntar esforços para a produção de conhecimento sobre o stress pós-traumático em contexto militar, o que pode contribuir para melhorar as intervenções preventivas e os serviços de apoio médico, psicológico e social prestados aos militares, ex-militares e às suas famílias.

O Observatório do Trauma tem, no âmbito do CRSCM, como objetivo futuro, para além de concluir os trabalhos interrompidos pelas restrições impostas pela pandemia, investigar as melhores práticas clínicas e mais eficazes intervenções terapêuticas no âmbito do trauma, *“alargando a pesquisa à clínica e investigação internacionais, de modo a elaborar recomendações e propostas que melhorem a abordagem do stress pós-traumático em contexto militar”* (CRSCM, 2021, p. 31).

Tendo em conta o papel precursor das vivências dos militares como desencadeante da atenção à psicotraumatologia, não apenas nos campos académico e clínico, mas na sociedade civil, o Observatório do Trauma tem destacado a importância de divulgar os dados obtidos. Assim, além de contribuir para avanços científicos na área da psicotraumatologia, mantém a população geral informada e sensibilizada para os cuidados da saúde mental.

*Outubro de 2021*

Joana P. Becker, Camila Borges, Luísa Sales

**N** - Este texto assenta em dados presentes no Relatório Final de Atividades do OT no CRSCM (março/2021), relatório elaborado pelas mesmas autoras do presente texto.

## PUBLICAÇÕES

Propomos neste espaço a consulta de alguns artigos científicos/livros recentes sobre a especialidade (**Top4Trauma**) e destacamos notícias, reportagens e vídeos sobre a temática do trauma psicológico na secção “**Trauma e Media**”.

## TOP4 TRAUMA

### Artigos

1. Lotzin, A.; Krause, L.; Acquarini, E.; Ajdukovic, D.; Ardino, V.; Arnberg, F.; Böttche, M.; Bragesjö, M.; Dragan, M.; Figueiredo-Braga, M.; Gelezelyte, O.; Grajewski, P.; Anastassiou-Hadjicharalambous, X.; Javakhishvili, J.; Kazlauskas, E.; Lenferink, L.; Lioupi, C.; Lueger-Schuster, B.; Tsiskarishvili, L.; Mooren, T.; Sales, L.; Stevanovic, A.; Zrnica, I.; Schäfer I.; & ADJUST Study Consortium. (2021). **Risk and protective factors, stressors, and symptoms of adjustment disorder during the COVID-19 pandemic – First results of the ESTSS COVID-19 pan-European ADJUST study.** *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1).  
<https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1964197>
2. Gelezelyte, O.; Dragan, M.; Grajewski, P.; Kvedaraite, M.; Lotzin, A.; Skrodzka, M.; Nomeikaite, A.; & Kazlauskas E. (2021). **Factors Associated with Suicide Ideation in Lithuania and Poland Amid the COVID-19 Pandemic.** *Crisis*. doi: <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000814>
3. D' Ettore, G.; Ceccarelli, G.; Santinelli, L.; Vassalini, P.; Innocenti, G. P.; Alessandri, F.; Koukopoulos, A. E.; Russo, A.; d' Ettore, G.; & Tarsitani, L. (2021). **Post-Traumatic Stress Symptoms in Healthcare Workers Dealing with the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review.** *Int J Environ Res Public Health*, 18(2), 601. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph18020601>
4. Ferreira, V. (2020). **Cartografias da zona cinzenta: do herói à vítima, da vítima ao perpetrador nas narrativas de ex-combatentes**

**portugueses da guerra colonial.** *Cabo dos Trabalhos 21*. Disponível em:  
<https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/95708>

## Livros

1. (2021) **Novo Mundo: Arte Contemporânea no tempo da pós-memória** - António Pinto Ribeiro, Lisboa: Edições Afrontamento.
2. (2021) **Visões do Império** - Miguel Bandeira Jerónimo e Joana Pontes (coordenação), Lisboa: Tinta da China
3. (2012) **O Retorno** - Dulce Maria Cardoso, Lisboa: Tinta da China.

## TRAUMA E MEDIA

### Reflexões

1. **Psicólogo João Veloso defende a vacinação a maiores de 12. "É um momento em que elas se sentem incluídas na solução"** (declarações de João Veloso, psicólogo clínico e investigador - colaborador do OT/CES, à Rádio Observador) - disponível em:  
<https://observador.pt/programas/resposta-pronta/vacinacao-a-maiores-de-12-e-importante/>
2. **Restrições e medo reavivaram memórias da guerra colonial** (declarações de Luísa Sales, psiquiatra e coordenadora do OT/CES, ao Jornal de Notícias) - disponível em: [https://www.jn.pt/nacional/restricoes-e-medo-reavivaram-memorias-da-guerra-colonial-13950427.html?fbclid=IwAR0rIIJuCC5f3MGcMIXyX9zKhXE\\_XO\\_GuAiC\\_49GqqrBk7GhKPavbTleU](https://www.jn.pt/nacional/restricoes-e-medo-reavivaram-memorias-da-guerra-colonial-13950427.html?fbclid=IwAR0rIIJuCC5f3MGcMIXyX9zKhXE_XO_GuAiC_49GqqrBk7GhKPavbTleU)
3. **Especialistas alertam para possíveis manifestações do trauma em criança** (declarações de João Veloso, psicólogo clínico e investigador-colaborador do OT/CES, à Agência Lusa) - disponível em:  
[https://www.noticiasaminuto.com/pais/1778074/especialistas-alertam-para-possiveis-manifestacoes-do-trauma-em-crianca?fbclid=IwAR3FqQIPOcAMbxCW5LFP0mBsHFQ7LTim\\_Zh2KNxQkcC1Vx3WvSJZYty251Y](https://www.noticiasaminuto.com/pais/1778074/especialistas-alertam-para-possiveis-manifestacoes-do-trauma-em-crianca?fbclid=IwAR3FqQIPOcAMbxCW5LFP0mBsHFQ7LTim_Zh2KNxQkcC1Vx3WvSJZYty251Y)

- 4. Maria Paula Meneses: “Portugal não fez descolonização”** (entrevista de Maria Paula Meneses, coordenadora e vice-presidente do Conselho Científico do Centro de Estudos Sociais (CES) da Universidade de Coimbra, ao Fumaça) - disponível em:  
<https://omny.fm/shows/eapenasfumaca/maria-paula-meneses-sobre-os-movimentos-de-liberta>

## Vídeos e Reportagens

- 1. Comandos africanos nas Forças Armadas Portuguesas. Histórias de abandono e traição** | Diário de Notícias | 29 de setembro de 2021 – A reportagem de Valentina Marcelino sobre o documentário “Portugal, por ti, eu juro!” sobre ex-comandos africanos que serviram Portugal na Guerra Colonial – disponível em: <https://www.dn.pt/sociedade/comandos-africanos-nas-forcas-armadas-portuguesas-historias-de-abandono-e-traicao-14170942.html>
- 2. Video Abstract - Mental health responses to COVID-19 around the world** | Taylor & Francis | 2 de julho de 2021 - Miranda Olff fala sobre os resultados obtidos com o estudo *Global Psychotrauma Screen - Cross-Cultural responses to COVID-19 study (GPS-CCC)* promovido pela Global Collaboration on Traumatic Stress - disponível em:  
[https://vimeo.com/570300203?fbclid=IwAR3IeOhrw\\_Nvsi\\_DQ80tT8-8voEn5QHPRqusxwzf05xss0LoZjgffIkaXHE](https://vimeo.com/570300203?fbclid=IwAR3IeOhrw_Nvsi_DQ80tT8-8voEn5QHPRqusxwzf05xss0LoZjgffIkaXHE)
- 3. Pedrógão Grande. Trauma psicológico permanece ao fim de quatro anos** | RTP | 17 junho de 2021 - declarações de Ana Araújo, psiquiatra e colaboradora com o OT/CES, sobre o trauma ainda sentido pelas vítimas do grande incêndio de 2017 - disponível em:  
[https://www.rtp.pt/noticias/pais/pedrogao-grande-trauma-psicologico-permanece-ao-fim-de-quatro-anos\\_v1328619](https://www.rtp.pt/noticias/pais/pedrogao-grande-trauma-psicologico-permanece-ao-fim-de-quatro-anos_v1328619)
- 4. COVID-19. Como a pandemia continua a afetar o nosso psicológico 15 meses depois** | Sapo | 16 junho de 2021 - artigo com o apanhado dos vários estudos nacionais e internacionais para avaliar o impacto na saúde mental da pandemia da Covid-19 - disponível em:  
<https://lifestyle.sapo.pt/saude/saude-e-medicina/artigos/covid-19-como-a-pandemia-continua-a-afetar-o-nosso-psicologico-15-meses-depois>

## MORADA

### Observatório do Trauma

Centro de Estudos Sociais (CES), Colégio da Graça  
Rua da Sofia nº 136-138  
3000-389 Coimbra  
Portugal

## CONTACTOS

Coordenação

Luísa Sales

E-mail: [luisasales@ces.uc.pt](mailto:luisasales@ces.uc.pt)

Secretariado

Camila Borges

Telefone: +351 239 853 646

Telemóvel: + +351 926 562 085

E-mail: [observatoriodotrauma@ces.uc.pt](mailto:observatoriodotrauma@ces.uc.pt)

[www.ces.uc.pt/observatoriodotrauma](http://www.ces.uc.pt/observatoriodotrauma)

[www.facebook.com/observatoriodotrauma](https://www.facebook.com/observatoriodotrauma)

**OBSERVATÓRIO  
DO TRAUMA**  
CENTRO DE TRAUMA/CES  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

  
**ces**  
Centro de Estudos Sociais  
Universidade de Coimbra



Organização  
das Nações Unidas  
para a Educação,  
a Ciência e a Cultura

Universidade de  
Coimbra - Alta e Sofia  
Inscrita na Lista do Património  
Mundial em 2013