

GONÇALO CASTANHO | ENSAIOS REFLEXIVOS



“Lifesaving” | 2017

**Gestão psicológica em contextos de stresse na
emergência e socorrismo**

A **ação de emergência médica pré-hospitalar** (ACMPH) encerra em si mesmo, contornos e similitudes a outros tantos contextos tidos cientificamente como de “Alta Performance”, os quais têm vindo a ser estudados e mapeados de forma científica originando um novo enquadramento teórico e conceptual emergente, a **Psicologia da Performance**, que tem vindo a ser recebido com elevado otimismo, relevo e interesse, pelos contextos organizacionais no seu geral, face às demandas profissionais e sociais atuais.

Um dos aspetos psicológicos presentes amiúde nestes contextos é o famoso “**stresse**”, sentido e considerado recorrente no quotidiano dos seres humanos espalhados pelos quatro cantos do mundo. Em termos conceptuais, **estamos perante uma situação propiciadora de stresse quando a avaliação que fazemos dos nossos recursos para a realização de uma determinada tarefa, é colocada em questão** (Samulski, 2002). Ora, a **intervenso de emergência médica**, é realizada num **espaço temporal limitado**, (tão reduzido quanto possível) onde **recursos**, têm de ser mobilizados **sob pena de as consequências serem penosas**.

O “**stresse**” desempenha um papel mediador na nossa regulação emocional pessoal e profissional, podendo, situacionalmente, inibir-nos de

revelar o nosso melhor, tornando-nos eventualmente mais permeáveis e frágeis à ansiedade; a estados emocionais mais desfavoráveis para a performance; aumentando assim, a probabilidade de desconcentração; ao auto-boicote, minando a nossa autoconfiança e aumentando a propensão ao erro (Pina e Cunha; Rego; Cunha; Cabral-Cardoso, 2004).

É igualmente passível de considerar que **após uma ACMPH, segue-se outra, deixando as implicações psicológicas da intervenção anterior para trás** (em termos emocionais, por exemplo, podemos experienciar estados emocionais tão amplos e passíveis de desregular o profissional como a **euforia e depressão** (Abele & Brehm, 1993)), e avançando vertiginosamente para um novo contexto real de ação.

Situacionalmente, a questão adquire contornos dramáticos, se tivermos em consideração que uma **ACMPH**, ocorre num **limbo temporal dicotómico. Estamos perante a vida e a morte** e a assunção de estar entre a vida e a morte (indevidamente regulada), poderá funcionar como **“gatilho” psicológico, originando descompensação psicológica do Profissional** (no momento ou a posteriori), das mais variadas ordens, maximizando ainda mais as implicações já de si exigentes, de uma situação de performance que implique stresse.

Estar entre o acaso e a esperança de mais uma oportunidade de vida, é um “contrarrelógio” digno das mais elevadas aferições à capacidade técnica do profissional, à leitura estratégica da situação, à homeostasia psicológica e capacidade de análise, bem como, aos recursos físicos pessoais. Todo este elevado grau de exigência acarreta implicações, nomeadamente, a perceção de competência pessoal para a execução da função, com tantos requisitos e tão amplos.

As múltiplas funções que um profissional de ACMPH (nomeadamente a condução de veículos de porte elevado em condições de risco), tem de desempenhar, **acarretam um gasto energético e atencional adicional que podem “desgastar” a melhor preparação da intervenção.**

O incorreto entendimento destes aspetos, poderá facilitar a desconcentração, ou a indução de estados energéticos de cariz negativo, que podem conduzir o profissional à **irritabilidade ou frustração**, de forma “silenciosa”. Isto é, de forma que o próprio possa não evidenciar consciência do mesmo, **mitigando a sua performance**.

Um Profissional de Alta Performance é um especialista na arte do ilusionismo. É alguém que faz parecer ao comum dos mortais, fácil o difícil, num ato de altruísmo egóico e social. **O segredo por detrás do pano do “mágico”, está na antecâmara, na preparação fora do palco.** Na assunção, compreensão e tomada de consciência das limitações tanto a nível pessoal, como a nível profissional, de uma forma devida e cuidada, visando o aprimorar de estratégias, propiciando desenvolvimento humano e profissional de uma forma sustentada e integrada, **tendo por base processos de aprendizagem contínua, considerando saberes multidisciplinares.**

Referências Bibliográficas:

Salmulski, D. (2002). *Psicologia do Esporte*. Brasil: Editora Manole, Lda.

Pina e Cunha, M.; Rego, A.; Cunha, R.C. & Cabral-Cardoso, C. (2004). *Manual do comportamento organizacional e gestão*. Lisboa: Editora RH.

Especialista em Psicologia da Performance Humana | OPP:5297