

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE COMUNICAÇÕES E ARTES
CENTRO DE ESTUDOS LATINO-AMERICANOS SOBRE CULTURA E
COMUNICAÇÃO

LUAN HENRIQUE DE CARVALHO

**Impacto da pandemia de COVID-19 à saúde mental dos artistas
de teatro de São Paulo**

São Paulo

2023

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE COMUNICAÇÕES E ARTES
CENTRO DE ESTUDOS LATINO-AMERICANOS SOBRE CULTURA E
COMUNICAÇÃO

**Impacto da pandemia de COVID-19 à saúde mental dos artistas
de teatro de São Paulo**

Luan Henrique de Carvalho

Trabalho de conclusão de curso apresentado
como requisito parcial para obtenção do título
de Especialista em Gestão de Projetos
Culturais.

Orientador: Prof^a. Dr^a. Karina Poli Lima da Cunha

São Paulo

2023

IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 À SAÚDE MENTAL DOS ARTISTAS DE TEATRO DE SÃO PAULO¹

Luan Henrique de Carvalho²

Resumo: Este trabalho investiga os impactos da pandemia de COVID-19 à saúde mental de artistas de teatro de São Paulo. Trata-se de um estudo qualitativo realizado a partir de entrevistas semidirigidas a 8 artistas de teatro integrantes de coletivos da cidade de São Paulo a partir do método conhecido como *snowball sampling* dividido em duas fases para alcance da amostra. Para subsidiar a análise dos resultados, o estudo apresenta brevemente o contexto sociopolítico do setor cultural no Brasil durante a pandemia de COVID-19. Os dados coletados foram analisados à luz da teoria dos domínios do eu - físico, cognitivo e psicossocial - na perspectiva dos estudos do desenvolvimento humano aplicados à psicologia a partir da obra de Papalia, Olds e Feldman.

Palavras-chave: Pandemia. COVID-19. Artistas de teatro. Saúde Mental. Biopsicossocial.

Abstract: This work investigates the impacts of the COVID-19 pandemic on the mental health of theater artists in São Paulo. This is a qualitative study based on semi-structured interviews with 8 theater artists from collectives in the city of São Paulo, based on the method known as snowball sampling, divided into two phases to reach the sample. To support the analysis of the results, the study briefly presents the sociopolitical context of the cultural sector in Brazil during the COVID-19 pandemic. The collected data were analyzed in the light of the theory of the domains of the self - physical, cognitive, and psychosocial - in the perspective of studies of human development applied to psychology from the work of Papalia, Olds, and Feldman.

Key words: Pandemic. COVID-19. Theater artists. Mental health. Biopsychosocial.

Resumen: Este trabajo investiga los impactos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los artistas de teatro en São Paulo. Se trata de un estudio cualitativo basado en entrevistas semiestructuradas con 8 artistas de teatro de colectivos de la ciudad de São Paulo, a partir del método conocido como muestreo snowball sampling, dividido en dos fases para llegar a la muestra. Para apoyar el análisis de los resultados, el estudio presenta brevemente el contexto sociopolítico del sector cultural en Brasil durante la pandemia de COVID-19. Los datos recolectados fueron analizados a la luz de la teoría de los dominios del yo -físico, cognitivo y psicossocial- en la perspectiva de los estudios de desarrollo humano aplicados a la psicología del trabajo de Papalia, Olds y Feldman.

Palabras clave: Pandemia. COVID-19. Artistas de teatro. Salud mental. Biopsicossocial.

¹ Trabalho de conclusão de curso apresentado como condição para obtenção do título de Especialista em Gestão de Projetos Culturais.

² Bacharel em Teatro pela Escola Superior de Artes Célia Helena (ESCH-SP) e pós-graduando em Gestão de Projetos Culturais (CELACC/ECA/USP).

1 INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 estreitou ainda mais as dificuldades sociais e econômicas já enfrentadas pela sociedade brasileira, sobretudo, para os trabalhadores do setor cultural. Com as políticas de isolamento social impostas como medida de enfrentamento à pandemia, o setor cultural sofreu impacto direto: espetáculos, shows, exposições foram cancelados, museus e teatros fecharam suas portas e produções artísticas adaptadas ao universo digital passaram a inundar as redes sociais.

A presença partilhada entre atores e público é uma das ideias mais centrais no desenvolvimento do Teatro enquanto linguagem artística. Seja pela hiperbolização das possibilidades desse encontro, por exemplo experiências teatrais em que atuantes e público se confundem em seus papéis, seja pela ruptura a essa ideia central, como, por exemplo, em espetáculos em que objetos constroem dramaturgias de cena; fato é que o ofício teatral moderno se desenvolveu a partir de uma práxis intrinsecamente relacionada à ideia do encontro como força motriz.

Nesse sentido, os artistas de teatro foram obrigados a rever e reinventar estratégias e ferramentas de seu ofício para viabilização de projetos culturais durante a pandemia. A própria ideia de presença representou um desafio para esses artistas em um momento em que estar juntos, convivendo no mesmo espaço, poderia representar um risco à saúde global. As mudanças na rotina com a impossibilidade de sair de casa, o medo iminente da morte, as incertezas do cenário sociopolítico, a falta de coesão das políticas estaduais, federais e globais de enfrentamento à pandemia foram alguns dos desafios que a sociedade brasileira vivenciou durante o período de março de 2020 a dezembro de 2021.

Para o setor cultural, a ausência de políticas públicas de assistência a artistas e trabalhadores da cultura agravou a situação da classe que enfrentou dificuldades no acesso à direitos básicos como o direito à dignidade, ao trabalho, à alimentação, à moradia e à vida. No âmbito da saúde, para além das medidas de enfrentamento adotadas, os cuidados com a saúde mental diante de longos períodos de isolamento tornou-se uma demanda social urgente. Cada vez mais estudos demonstram que a experiência vivida na pandemia alterou significativamente as relações sociais e afetivas e, conseqüentemente, a maneira como as pessoas percebem e se relacionam com sua saúde mental.

Muitas iniciativas buscaram fortalecer as demandas de cuidado à saúde mental para a classe artística durante a pandemia, seja por meio de divulgação de programas para atendimento psicológico gratuito, seja por meio de divulgação de serviços sociais voltados

para saúde mental. Mas diante de tantos desafios enfrentados pelos artistas, especificamente, os artistas de Teatro da cidade de São Paulo, de que maneira a experiência da pandemia impactou à sua saúde mental?

Como principal objetivo, o estudo busca identificar os possíveis impactos da pandemia de COVID-19 à saúde mental, especificamente, de artistas de Teatro da cidade de São Paulo. Com vistas ao objetivo proposto, entrevistou-se oito artistas de teatro integrantes de distintos grupos e/ou coletivos teatrais da cidade de São Paulo de modo a investigar a partir de instrumento semidirigido de que maneira suas vivências relacionadas ao trabalho e à percepção sobre sua saúde mental foram impactadas pelo cenário mais crítico da pandemia (março de 2020 a dezembro de 2021). A coleta de dados foi realizada em duas fases e a amostra foi desenvolvida a partir do método de *snowball sampling*. Os dados coletados foram sistematizados e analisados à luz dos estudos do desenvolvimento humano, campo de pesquisa estabelecido dentro da Psicologia Contemporânea, que estabelece a compreensão do indivíduo enquanto ser biopsicossocial.

O presente estudo contextualiza brevemente os impactos globais ao setor cultural decorridos da pandemia, bem como as principais estratégias adotadas pelos artistas de Teatro para manutenção de seus projetos; apresenta as especificidades da dimensão sociológica do artista enquanto trabalhador para delineamento de uma perspectiva dialética sobre o estudo empreendido e apresenta a teoria dos domínios do eu na perspectiva dos estudos do desenvolvimento humano enquanto categoria de análise dos dados coletados com objetivo de identificar os impactos, específicos, à saúde mental do artistas.

Por fim, apresenta-se os procedimentos, a delimitação da amostragem e metodologia que caracterizam o presente estudo, seguidos da apresentação dos resultados sistematizados e analisados a partir dos domínios físico, cognitivo e psicossocial do eu. As considerações finais apresentam o panorama geral dos impactos observáveis que a pandemia causou à saúde mental de artistas participantes do estudo.

2 OS ARTISTAS ENFRENTAM A PANDEMIA: CONTEXTO E ESTRATÉGIAS

Há anos o setor cultural sofre com o enfraquecimento da atuação do governo federal, bem como com perdas orçamentárias em série e descontinuidade de políticas públicas culturais. Nos últimos dez anos, o orçamento federal destinado à cultura caiu pela metade. Se em 2011, a pasta contava com 3,3 bilhões de reais aprovados pela Lei Orçamentária Anual, em 2021, esse valor caiu para aproximadamente 1,8 bilhões. (ANTUNES, 2021, n.p.)

Com a pandemia de COVID-19, portanto, um novo e mais violento capítulo de acirramento das dificuldades já enfrentadas pelo setor cultural foi inaugurado. O setor cultural sofreu impacto significativo na geração de receitas. Segundo a “Pesquisa de Percepção dos Impactos da COVID-19 nos setores Cultural e Criativo do Brasil”, realizada pela UNESCO entre junho e setembro de 2020, 41% dos respondentes perdeu a totalidade de suas receitas entre os meses de março e abril de 2020 e essa proporção aumenta para 48,8% se considerarmos os meses de maio e julho do mesmo ano (AMARAL; FRANCO; LIRA, 2020, p. 10).

O dado se mostra ainda mais alarmante, se considerarmos que dentre os 2.667 respondentes que participaram da pesquisa, 18,41% compõem entre 40% e 50% da renda familiar com receita oriunda do setores cultural e criativo, e para outros 18,34% ela representa a única fonte de renda familiar (AMARAL; FRANCO; LIRA, 2020, p. 8). O mesmo relatório aponta ainda que 63% de indivíduos e coletivos brasileiros que tinham as artes cênicas como principal fonte de renda sofreram com a perda total de receita entre março e julho de 2020. Também o setor de Artes Cênicas, segundo o mesmo relatório, registrou o maior ceticismo com a recuperação: 44% esperavam perder a totalidade das receitas entre novembro de 2020 e janeiro de 2021 (AMARAL; FRANCO; LIRA, 2020, p. 10).

As Artes Cênicas, compreendidas como atuação, produção e direção de espetáculos teatrais, de circo e de dança, portanto, foram um dos subcampos do setor cultural mais impactados pela crise sociopolítica e econômica causada pela pandemia de COVID-19 como mostram os dados apresentados. Com eventos, espetáculos e shows cancelados e festivais adiados, muitos artistas perderam suas fontes de renda, ou seja, a crise intensificada pela pandemia de COVID-19 não se limitou a uma crise institucional e executiva quanto às políticas públicas de cultura tão somente. A crise vivenciada pelos artistas durante a pandemia foi, de modo mais amplo, humanitária e denota a situação de extrema vulnerabilidade social a que trabalhadoras e trabalhadores da cultura se encontram ainda hoje, mesmo após a chamada retomada do setor.

Para os artistas da cena, por exemplo, a virtualização de projetos culturais foi uma das alternativas para manutenção das atividades de coletivos e grupos de teatro, dança e performance (AGUIAR; AGUIAR, 2021, p.3-4). No entanto, o formato digital de peças e espetáculos gravados e *lives* denota uma série de limitações tanto para viabilização, exigindo dos artistas o domínio de novas ferramentas e uma revisão ampla das técnicas de produção e criação, como também para a monetização das produções. Além disso, podemos destacar a substituição da sala de ensaio por videoconferências e aplicativos de mensagens que desafiou

ainda mais o modelo de trabalho adotado por grupos e coletivos teatrais. A temporada nos espaços teatrais que exigia de toda equipe de produção e criação presença massiva de 3 a 4 horas antes do início do espetáculo, durante a pandemia deu lugar a temporadas virtuais: espetáculos previamente gravados e que ficavam disponíveis ao público numa espécie de streaming cultural. A interação com o público, tão fundamental nas artes da cena, buscava se efetivar nesse novo cenário através de interações via chat e vídeo.

Se o trabalho, como afirma Antunes (2009, p. 141) “é a forma fundamental, mais simples e elementar daqueles complexos cuja interação dinâmica constitui-se na especificidade do ser social”, a impossibilidade de viabilizar seus projetos diante do cenário de incertezas que pandemia instaurou representou não só perda material, mas também simbólica em seus sistemas de representação vida-trabalho. O setor cultural, por especificidade, é marcado por um alto grau de complexidade quanto às relações de trabalho e essa complexidade se reflete também nesse sistema de representação.

Os principais dados levantados sobre o impacto da pandemia de COVID-19 aos artistas brasileiros limitam-se, especificamente, a uma perspectiva sobre a geração de receitas e impacto econômico do setor, ignorando aspectos mais amplos como por exemplo, a saúde mental e emocional dessa população. Quando se trata, especificamente, da realidade dos artistas e trabalhadores da cultura, poucos são os dados que apontam para um panorama consistente dos efeitos da pandemia, se é que podemos dizer que ocorreram, sobre a saúde mental dessa população, bem como inexistentes estudos que investiguem as mudanças de paradigma sobre seu próprio ofício a partir dessa perspectiva, sobretudo, ao que diz respeito a experiência única e histórica que representou a pandemia de COVID-19 no contexto global.

Os resultados alcançados e apresentados nesse estudo não se pretendem definitivos e nem buscam encerrar as questões levantadas, mas pretendem inaugurar um novo olhar sobre o sujeito trabalhador do setor cultural, especificamente, o artista de Teatro, em que a saúde mental seja vista como prioridade no alcance de uma melhor qualidade vida e na realização do trabalho artístico cultural. Acreditamos que haja no estudo delineado subsídios para fortalecer a agenda sobre saúde mental para o setor cultural ainda muito tímida no contexto nacional. De fato, uma das maiores necessidades desse campo de estudo é a promoção de diretrizes que relacionem a saúde mental ao ofício de artistas de modo a considerar as especificidades do campo cultural, sobretudo, àquelas que direcionam e definem as dinâmicas sociais do trabalho cultural.

3 O ARTISTA ENQUANTO TRABALHADOR E OS DOMÍNIOS DO DESENVOLVIMENTO HUMANO

Mesmo diante do cenário de interrupção de espetáculos teatrais, o que impactou diretamente a geração de renda dos artistas de Teatro, poucas foram as medidas de assistência imediata ao setor cultural. Em nível federativo tais ações restringiram-se à prorrogação de prazos de captação, execução e prestação de contas para projetos incentivados (AGUIAR, 2020, p.10-11), agravando ainda mais a situação de vulnerabilidade social dos artistas e trabalhadores da cultura.

Ainda que o sancionamento da Lei Aldir Blanc (PL nº 1075), em 29 de junho de 2020, tenha concedido benefício no valor de R\$ 600,00 para artistas e trabalhadores da cultura (BRASIL, 2020e), a iniciativa não representou melhora significativa no cenário, muitos artistas sofreram, por exemplo, com dificuldades no acesso a informações quanto a lei e elegibilidade para o benefício (AGUIAR; AGUIAR; 2020, p.21). Não obstante, o cenário de retomada da agenda cultural no país se afirmou, naquele momento, como um processo lento e gradativo, sobretudo, com o agravamento da pandemia de COVID-19 no Brasil.

Esse estudo dedica-se a investigação sobre os possíveis impactos à saúde mental dos artistas de Teatro da cidade de São Paulo diante de tais instabilidades políticas e vulnerabilidades sociais decorridas do contexto e enfrentamento à pandemia de COVID-19 em nosso país e, para isso, se faz necessário delinear as especificidades que diferenciam o trabalho artístico cultural de outras formas de trabalho em nossa sociedade contemporânea. Essa diferenciação, se assim podemos definir, caracteriza-se como um empreendimento complexo, tema de diversos estudos culturais, econômicos e sociológicos. Tendo em vista o recorte ao qual se propõe essa pesquisa, nos limitamos a oferecer um panorama sociológico do trabalho artístico com base nos esforços de Pierre-Michel Menger na composição de um retrato do artista diante das “metamorfozes do capitalismo”.

Para Menger (2005, p.8), a arte não está alheia à divisão social do trabalho, pois, afinal se caracteriza como um atividade humana e “como toda actividade, obedece a regras, a constrangimentos”, dessa forma estruturando-se também “em organizações, profissões, relações de emprego, carreiras profissionais”. Tal reconhecimento é fundamental para que possamos mensurar que o impacto da perda total de receitas para um artista representa também a desestabilização de sua inserção dentro da divisão social do trabalho enquanto sujeito social.

As formas e relações de trabalho no campo cultural se diferenciam significativamente de outros segmentos marcados por relativa estabilidade na relação empregado e empregador. Se em setores, como o industrial, o trabalho caracteriza-se como formal em papéis sociais delimitados e mediados pela Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT, Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943) garantindo ampla proteção e seguridade social ao trabalhador dentro de um mercado regulado por uma dinâmica convergente entre oferta e procura, o campo cultural é marcado por formas de trabalho descontínuas, informais e atípicas, muitas vezes, socialmente precarizadas.

Como nos aponta Menger (2005, p.18), as formas dominantes da organização do trabalho nas artes se dá através do “auto-emprego, o *freelancing*, e as diversas formas atípicas de trabalho”, como o “trabalho intermitente, trabalho a tempo parcial, multi-assalariado”. Essas especificidades na organização do trabalho nas artes possuem como efeito a descontinuidade nas atividades, geralmente delimitadas pela duração de projetos, a alternância entre trabalho e desemprego, causadas pela descontinuidade e por um mercado profissional que não se regula através da convergência entre oferta e procura, e pela “gestão de rede de inter-conhecimento e de sociabilidade fornecedoras de informações e compromissos, e de multi-atividade na e/ou fora da esfera artística“ (MENGER, 2005, p.18, grifo do autor), como, por exemplo, a conciliação com atividades remuneradas no setor criativo, no setor da educação e/ou no setor social.

Diante desse contexto, a investigação dos possíveis impactos à saúde mental desses artistas, proposta pelo presente estudo, realizou-se a partir de uma perspectiva de superação das relações sociológicas entre sujeito e trabalho. As significativas contribuições de Menger nos auxiliaram na compreensão das especificidades de organização do trabalho nas artes inserido na divisão social do trabalho contemporâneo, mas limitados à esfera sociológica do trabalho, insuficiente para a investigação empreendida.

Nesse sentido, a partir de uma abordagem fundamentada nos estudos do desenvolvimento humano, analisamos os dados coletados neste estudo com o objetivo de aproximar a relação entre sujeito e trabalho, não apenas superando a esfera sociológica, mas somando tal esfera à dos processos biológicos, fisiológicos e físicos e à dos processos cognitivos no desenvolvimento humano. Tal ampliação se deve, sobretudo, pelo fato de que o ser humano enquanto ser social não se limita a apenas a sua relação com o trabalho exercido. Seria um erro supor que, caso fossem identificados, os impactos à saúde mental de artistas decorridos da pandemia estariam limitados tão somente aos efeitos da subjetivação das instabilidades e alterações na relação do sujeito com trabalho artístico cultural desenvolvido

por ele. A exposição a longos períodos de isolamento social, por exemplo, como ocorreu durante a pandemia, podem ocasionar suscetibilidade a transtornos de saúde mental relacionados ao estresse, ansiedade e depressão devido à privação e contenção social (PEREIRA et al, 2020, p. 15-17).

O campo do desenvolvimento humano na Psicologia, adotado como referencial para o presente estudo, é definido pelo “estudo científico dos processos de transformação e estabilidade ao longo de todo o ciclo de vida humano”. (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.36). Como campo estabelecido dentro da Psicologia Contemporânea, os estudos voltados ao desenvolvimento humano tem como foco a investigação de mudanças quantitativas e qualitativas ao longo da vida.

Enquanto as mudanças quantitativas se caracterizam pelas alterações quantificáveis, como por exemplo aumento ou diminuição na frequência de determinado comportamento ou fenômeno, as mudanças qualitativas estão mais ligadas à alteração no tipo, na estrutura ou na organização de tais comportamentos e fenômenos. Segundo Papalia; Olds; Feldman (2013, p.10), as mudanças qualitativas são “marcadas por emergência de novos fenômenos que não podem ser facilmente antecipados com base no funcionamento anterior”, ou seja, dizem respeito à mudanças que nem sempre convertem-se em comportamentos manifestos. Ao debruçar-se sobre tais mudanças, sejam elas quantitativas ou qualitativas, é importante destacar que “as pessoas demonstram uma estabilidade subjacente, ou constância, da personalidade e do comportamento” (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.10, grifo do autor.). A investigação de tais mudanças, quantitativas e qualitativas, permitem aos estudos em desenvolvimento humano identificar supostas mudanças e estabilidades nos domínios físico, cognitivo e psicossocial do eu.

Os domínios do eu são, pela ótica da Psicologia do Desenvolvimento, inter-relacionados e caracterizam o indivíduo enquanto ser biopsicossocial (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.37-38). O desenvolvimento físico, por exemplo, está relacionado ao domínio físico e compreende “o crescimento do corpo e do cérebro, as capacidades sensoriais, as habilidades motoras e saúde” (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.10). Para compreensão desse domínio deve se considerar como as mudanças e estabilidades no desenvolvimento físico da pessoa podem impactar o seu desenvolvimento cognitivo e psicossocial.

Já o domínio cognitivo está relacionado ao desenvolvimento de “capacidades mentais como aprendizagem, atenção, memória, linguagem, pensamento, raciocínio e criatividade”(PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.10). O desenvolvimento cognitivo é

fundamental para o desenvolvimento humano e está intimamente ligado a fatores físicos, emocionais e sociais.

Outros aspectos importantes do desenvolvimento humano dizem respeito a como as relações interações sociais são constituídas e de que modo podem representar um impacto positivo ou negativo em determinada situação. Contar com apoio social durante um período sensível da vida pode contribuir muito para saúde mental e física de um indivíduo e garantir um melhor desenvolvimento psicossocial. O domínio psicossocial do sujeito relaciona-se com a “mudança e estabilidade nas emoções, na personalidade e nos relacionamentos sociais” (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.10).

Como salientam Papalia, Olds e Feldman (2013, p.10 -19), a abordagem dos domínios físico, cognitivo e social não se pretende a redução do ser humano enquanto conjunto de partes isoladas. O desenvolvimento humano deve ser considerado como um processo unificado influenciado pelos contextos de desenvolvimento que incluem o papel e a interação familiar, as condições socioeconômicas, os aspectos culturais e étnicos e o contexto histórico.

Além disso, o estudos sobre o desenvolvimento humano a partir dos três principais domínios exige especial atenção às influências normativas, como aquelas reguladas pela idade (puberdade, menopausa, dentre outros) e pela História (como por exemplo, a própria pandemia), e às influências não normativas que podem ser definidas como “eventos incomuns que causam grande impacto nas vidas individuais” (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p.19, grifo do autor), como a morte de um ente querido num momento sensível da vida da pessoa.

4. O ESTUDO

Seja qual for o objetivo da pesquisa, para sua realização torna-se fundamental utilizar métodos e procedimentos concretos e que possibilitem a produção de um conhecimento mais próximo possível da realidade do objeto de estudo do pesquisador (FERREIRA, 2006, p.109). Como alternativa metodológica à pesquisa desenvolvida, adotou-se a abordagem dialética que se caracteriza por romper com idealismos e determinismos na relação entre sujeito e objeto de modo que admita a contradição e compreenda que “o conhecimento não pode ser concebido fora de um processo no qual o objeto e o sujeito se transformam mutuamente” (FERREIRA, 2006, p.109).

O estudo caracteriza-se enquanto qualitativo por compreender “a interpretação de dados não numéricos, como a natureza ou qualidade das experiências subjetivas, sentimentos ou crenças dos participantes” (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p. 44). Para realização

das entrevistas, utilizou-se instrumento semidirigido composto por questões norteadoras com objetivo de atender o caráter aberto e exploratório do estudo. As questões norteadoras foram estruturadas com objetivo de investigar mudanças e permanências qualitativas nos domínios físico, cognitivo e psicossocial dos participantes durante o período da pandemia de COVID-19 e, durante a realização das entrevistas, foram objeto de avaliação contínua de modo a atender os objetivos específicos do estudo e facilitar o manejo com os participantes na coleta de dados.

As entrevistas foram realizadas por meio de videoconferências por permitirem sua realização de qualquer lugar possibilitando maior adesão dos participantes à pesquisa. Além disso, a realização da entrevista por videoconferência permitiu o registro audiovisual das entrevistas, conforme aceite dos participantes expressos nos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido assinados, que subsidiaram a transcrição do conteúdo analisado neste estudo. As entrevistas tiveram duração média entre 45 a 55 minutos e foram realizadas por meio da plataforma Google Meet, resguardados todos compromissos de segurança e sigilo assumidos pelo pesquisador.

Os entrevistados caracterizam-se por artistas de Teatro integrantes de coletivos teatrais da cidade de São Paulo. Como artistas de Teatro compreende-se a diversidade de profissionais envolvidos na concepção, produção e realização de espetáculos teatrais, como produtores, diretores, dramaturgos, atores, performers, sonoplastas, iluminadores, cenógrafos, figurinistas, dentre tantos outros.

No campo teatral, os coletivos teatrais representam, ao mesmo tempo, estratégia sociopolítica de resistência às formas socialmente precarizadas de trabalho e oportunidade de atuarem “propositalmente de forma conjunta, criativa, autoconsciente e não hierárquica” (PAIM, 2009, p.11) com o objetivo de realizarem, com visibilidade de alcance, seus projetos e proposições. Por possibilitarem o desenvolvimento de um modelo de autogestão horizontalizada e colaborativa, os coletivos teatrais são potenciais formadores de redes dentro do setor cultural no território da cidade de São Paulo.

Para alcançar os artistas de teatro que compõem essa rede de atuação e que integram os coletivos na cidade de São Paulo para delineamento do presente estudo, o pesquisador optou pela utilização do método *snowball sampling*. O método *snowball sampling*, ou método bola de neve de amostragem, caracteriza-se pelo desenvolvimento da totalidade da amostra através das redes de relacionamentos dos integrantes (COLEMAN, 1958; GOODMAN, 1961). Considerando o potencial de formação de redes que coletivos teatrais carregam, o método bola de neve justifica-se por oferecer uma cadeia de referências a partir da indicação

dos próprios participantes desde que atendam os critérios estabelecidos para caracterização de amostragem: artistas de Teatro, integrantes de coletivos Teatrais, da cidade de São Paulo.

O estudo se deu em duas fases quanto à aplicação das entrevistas e coleta de dados. A primeira fase diz respeito à realização de entrevistas com quatro participantes escolhidos a partir do sistema de referências do próprio pesquisador, desde que elegíveis ao perfil estabelecido: artistas de Teatro integrantes de coletivos da cidade de São Paulo. Na fase 1, cada participante foi incumbido de indicar dois potenciais participantes dentro do perfil estabelecido para a amostragem, conforme seu próprio sistema de referências e critérios. A segunda fase, portanto, diz respeito ao grupo indicado pelos participantes da fase 1.

5 ANÁLISE DAS ENTREVISTAS

Ao todo, foram entrevistados nove artistas de teatro integrantes de coletivos da cidade de São Paulo, sendo quatro participantes entrevistados na fase 1 e cinco participantes na fase 2 do estudo, indicados pelos participantes da primeira fase. Todas as entrevistas foram registradas em áudio e vídeo para subsídio das transcrições para análise dos dados coletados. No entanto, ao longo da realização do estudo, um dos registros audiovisuais apresentou falhas técnicas na captação do áudio do entrevistado, participante da fase 2 do estudo, impossibilitando a análise de seu conteúdo. Portanto, serão considerados como elegíveis ao estudo, oito dos relatos coletados pelo pesquisador. Os entrevistados serão, ao longo da análise dos resultados, identificados a partir de iniciais de seus nomes (AL, AX, FP, LR, LC, SS, PO, CV) de modo que suas identificações permaneçam em sigilo.

Dentre os entrevistados foram ao todo 2 homens e 6 mulheres, com idades entre 32 e 64 anos e em relação à raça/etnia autodeclarada caracterizam-se por 62,5% branca; 25,0% parda e 12,5% negra. Em relação à escolaridade dos entrevistados, todos os entrevistados possuem nível superior completo, dentre os quais 2 com nível de especialização completa, 1 com nível de mestrado incompleto, em andamento; 1 com nível de doutorado incompleto, em andamento e 1 com nível de doutorado completo.

Todos os entrevistados são atores e atrizes de Teatro que integram coletivos teatrais na cidade de São Paulo. No campo das artes, especificamente, no campo do Teatro frente aos desafios da realidade da produção teatral no país, muitos artistas acumulam distintas funções dentro dos processos de criação junto aos seus coletivos. Dentre os entrevistados, todos apontaram, além de ator/atriz, outras profissões, em sua grande maioria relacionadas, de forma complementar, ao ofício teatral: três das entrevistadas dividem-se entre atuação teatral

e de produção cultural; uma exerce o ofício de atriz e dramaturga; um divide-se em trabalhar como ator e dar aulas de teatro e um transita entre direção, dramaturgia e atuação, além de ser professor teatral. No entanto, dois dos entrevistados, sendo um deles ator e dramaturgo e outra atriz, declararam trabalhar também, ambos, como professores, respectivamente, de inglês e de artes.

Segundo Menger (2005, p.18), “multi-atividade na e/ou fora da esfera artística” é uma das formas de emprego pelos quais os artistas oferecem seu trabalho em um cenário marcado por desigualdades na distribuição do trabalho que se dá “entre sequências de trabalho e sequências de inatividade (...) ou entre trabalho artístico de ‘vocação’ e trabalho remunerador nos empregos ligados às artes ou exteriores à esfera artística” (2005, p.19). Essa dinâmica de conciliação entre a profissão no campo das artes com uma profissão exterior ao campo artístico caracteriza-se enquanto estratégia de enfrentamento da precarização e instabilidades do trabalho do artista.

Os dados coletados foram analisados à luz da perspectiva do Desenvolvimento Humano aplicado ao campo da Psicologia, especificamente, a partir da compreensão do sujeito como ser biopsicossocial calcada na teoria dos domínios físico, cognitivo e psicossocial utilizadas no presente estudo como categorias de sistematização na apresentação dos resultados. A sistematização dos resultados, a seguir apresentada, tem como objetivo oferecer um panorama geral sobre os aspectos gerais que compreendem a investigação do presente estudo quanto aos possíveis impactos da pandemia de COVID-19 à saúde mental de artista de Teatro da cidade de São Paulo.

5.1. DOMÍNIO FÍSICO

Para esse estudo buscou-se identificar quais foram as mudanças qualitativas no domínio físico decorrentes da experiência vivida pelos entrevistados durante a pandemia de COVID-19. Os entrevistados, para coleta de dados referentes ao domínio físico, foram questionados se perceberam mudanças físicas significativas durante a pandemia na execução das atividades de rotina e/ou nos processos de criação artística em que estiveram envolvidos.

Todos os entrevistados, que são atores e atrizes, relataram que tentaram manter uma rotina de cuidado e preparo físico com foco em sua consciência e expressão corporal voltada à atuação. Durante o momento inicial do isolamento, alguns dos entrevistados empreenderam esforços, inclusive, em atividades físicas adaptadas ao contexto, exercícios físicos em casa, ou ainda direcionados a novas práticas alternativas, como dança, pilates e yoga:

Meu corpo mudou totalmente. Eu tentei manter uma rotina, ali, de exercícios, mas, assim, totalmente outra proposta: eu fazia musculação e corrida e, de repente, eu estava dentro do apartamento fazendo yoga, eu gosto muito de yoga mas não era a mesma coisa (...) eu comecei fazer aula de dança (LR, 2023).

Então, em 2020 eu consegui ter uma disciplina ainda com meu trabalho físico como ator. Mas 2021, bagunçou muita coisa (...) Mas eu tentei fazer algumas coisas, eu fiz por exemplo alguns cursos online, eu fiz um curso de palhaçaria online, eu fiz o curso de, como é que é o nome mesmo, de algumas técnicas de dança apropriadas para o teatro (FP, 2023).

No entanto, dentre os entrevistados apenas um, SS, conseguiu manter essa rotina de forma consistente:

Eu sempre utilizei, na medida... mesmo de máscara, eu saia andando, fazendo a minha caminhada. Alguns quilômetros, né, assim. Então, eu saia da minha casa, descia a Brigadeiro Luís Antônio e ia até a Praça da Sé (...) subia a Liberdade, ia até Paulista, depois descia a Brigadeiro e chegava em casa. Eu fazia grandes percursos e continuo fazendo. Exercícios eu faço aqui em casa mesmo (...) Porque eu acho que esse é nosso material de trabalho, inclusive a cabeça, mas esse, se você não cuida do seu corpo, é problema (SS, 2023).

Para aqueles que não conseguiram se manter ativos, a rotina de exercícios representou um esforço muito grande frente aos outros desafios que já estavam enfrentando:

Eu lembro desse período, assim, como um período de muita dureza, muita aridez mesmo, assim, de ter que, assim, enfrentar um bicho que era muito grande. E eu sinto que a maneira que eu encontrei de fazer foi meio que relaxando um pouco para poder lidar com as coisas assim. Então, foi um momento bem difícil de fisicamente falando, assim, em termos de corpo mesmo, de matéria (AX, 2023).

Como consequência, os entrevistados perceberam alterações no seu desempenho físico nos trabalhos artísticos realizados, como habilidades regredidas ou estagnadas.

De tempos em tempos, eu fico pensando se eu desaprendi alguma coisa. Não sei também se isso não é uma autocrítica excessiva que eu tenho e que, né, muitos artistas, a gente sofre isso. Mas eu fico pensando: "Putz, será que eu não tinha isso melhor dominado?" (FP, 2023).

(...) enquanto atriz foi difícil quando eu fui fazer as atividades, as gravações aqui em casa, tinha uma certa resistência. Parece que o corpo estava um pouco meio travado (LC, 2023).

Dentre os entrevistados, alguns apontaram o sedentarismo como principal causa da percepção negativa sobre o desempenho de seu próprio corpo:

Menos disposição, né. Porque como a gente ficou muito tempo parado, sem praticar exercício, sem praticar atividade e sem sequer sair do nosso quarto para poder... Por que eu fiz mesmo, eu fiquei isolada seis meses diretos assim só ia na padaria para comprar um pão e voltava. Às vezes, tomar um sol na praça. Mas bem longe de todo mundo e voltava para o quarto, mas... Então, tinha mais atividade física, né, constante, ou seja, musculatura zero, corpo, despreparo físico zero (AL, 2023).

Ficar presa em casa todo o tempo que nós ficamos, né. Eu sai muito pouco de casa, trava a gente um pouco. (...) você tem uma certa rotina de locomoção, de atividades diárias, que te ajudam mesmo que você não siga uma rotina muito intensa de preparação corporal. Isso com certeza foi alterado na pandemia, porque a gente dentro de casa, sofá, cadeira, anda pelo um apartamento que é muito pequeno, né, perto da vida, do mundo lá fora. Então eu me senti muito presa neste instrumento corporal que é o nosso(...) (LC, 2023).

Dentre os outros fatores apontados pelos entrevistados, com menor prevalência, estão o aumento do peso e o tabagismo:

[trabalho com o corpo] Alterou para o mal, alterou muito fortemente. Eu tinha uma vida mais ativa, antes da pandemia começar, fisicamente falando mesmo e parei completamente. Tive em alguns momentos algumas práticas mais de caminhada e mais sozinho também e não tinha muito como fazer isso com as pessoas. Então foi muito negativa. Eu era fumante antes, aí tinha parado, voltei a fumar durante a pandemia. Então tudo isso... Aí engordei, várias mudanças negativas, nesse sentido (AX, 2023).

(...) não sair; não ter minha rotina e isso refletiu consideravelmente na questão física Então aumento de peso, dor nas costas, que aí eu pegava e dava um alongada. Eu percebi que aqui aumentou um pouquinho, né, esse calombinho, sabe, que a gente tem? (PO, 2023).

A ausência de atividades físicas regulares e alimentação equilibrada são fatores de grande impacto para o aumento do peso (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013 p. 476-477). Durante a pandemia, as saídas a centros comerciais e mercados tornou-se fator de risco para contágio e, por isso, para aqueles que seguiram as recomendações, como é o caso de todos os entrevistados, as saídas aconteceram de forma controlada o que exigiu uma reorganização do planejamento nutricional das famílias. A preferência pela realização de refeições rápidas e a grande oferta de fast-food, bem como uso excessivo das tecnologias e ocupações recreativas sedentárias contribuem para o aumento dos índices de obesidade na população (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013 p. 476-477). Com a pandemia, essa situação se agravou tendo em vista o cenário de diminuição de atividades de integração social, mudanças na modalidade do trabalho para sua forma remota e aumento do tempo dedicado a mídias sociais e consumo de serviços de streaming.

Somado a esse contexto, o tabagismo representa um grande risco à saúde, dentre os principais impactos negativos à saúde estão fatores associados ao câncer de pulmão, maior risco de doenças cardíacas, acidentes vasculares cerebrais e doenças crônicas dos pulmões (NCHS, 2004 apud PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p. 478). Nesse sentido, o retorno ao tabagismo relatado pelo entrevistado AX, por exemplo, representa fator de risco no desenvolvimento de doenças respiratórias graves e crônicas.

Outro fator fundamental para a manutenção da saúde física e do bem-estar é a garantia de sono adequado. A privação do sono não afeta apenas o domínio físico do desenvolvimento humano, mas pode impactar negativamente também o funcionamento cognitivo e as esferas emocional e social dos indivíduos (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p. 477). Dentre os entrevistados, não houve relatos que indicassem episódios de privação crônica do sono. No entanto, algumas alterações na rotina do sono foram relatadas como, por exemplo, para LC que relatou dormir mais tarde e acordar mais tarde ainda o que alterou, inclusive, seu desempenho em manter o foco³. Tanto PO quanto CV relatam episódios de distúrbios no sono:

(...)às vezes, ficar acordada até mais tarde que eu não ficava, porque eu sempre fui uma pessoa que acordei muito cedinho, né, porque eu tenho que estar na escola cedo, então, às cinco e vinte já tenho que levantar. E aí como a gente trabalhava em casa, então, aí, eu acordava assim, cinco minutos antes das sete, sabe? Para ligar o computador e às sete já tô ali para responder os alunos, né? Demorava para dormir, ficava muito tempo na internet, sabe, assim, às vezes eu acordava no meio da noite, coisa que eu nunca tive (PO, 2023).

Não, sono bastante alterado. É, é de ter insônia, muitas vezes, porque é isso, né. Eu acho que juntou, na verdade, essa... a insônia veio porque junta a questão da pandemia com a questão do trabalho mesmo.(...)muitas vezes dormir era difícil, acordava a noite, sono agitado (CV, 2023).

O sono adequado melhora capacidades motoras e contribui para consolidação do aprendizado, enquanto a privação e os distúrbios do sono podem prejudicar a memória, à fala, à realização de tarefas, sobretudo à consideradas tediosas, e à tomada de decisões, podendo, inclusive aumentar a possibilidade de distração (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.477-478).

A partir da análise de conteúdo identificou-se, de maneira geral, a percepção de impactos negativos dos entrevistados quanto ao seu desempenho físico geral em decorrência do longo período de isolamento durante a pandemia que inclui aumento do sedentarismo, retorno ao tabagismo, diminuição na mobilidade física, aumento de peso e episódios de privação do sono. Segundo Papalia, Olds e Feldman (2013, p. 475), o estresse “pode ativar reações hormonais e do sistema nervoso e induzir a comportamentos prejudiciais [à saúde]”. Outros fatores influenciam na relação dos sujeitos com sua própria saúde e, conseqüentemente, no desenvolvimento físico, como predisposições ou alterações genéticas, influências comportamentais e influências indiretas no âmbito socioeconômico, a partir de

³ A rotina que a gente mantinha de horários começou a ficar meio espaçada, meio confusa. Então, você dormia mais tarde, mas acordava mais tarde também. E os horários ficaram bagunçados e o foco foi pro beleléu (LC, 2023).

marcadores raciais, étnicos e de gênero, bem como das relações sociais (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2013, p. 474-484).

O medo da morte, a incerteza com o futuro e o longo período de isolamento em casa, bem como os desafios de adaptar a sua atuação profissional teatral para um cenário virtualizado, a restrição do espaço físico delimitado ao perímetro das casas e apartamentos, bem como a impossibilidade da interação social em espaços de convivência e da experiência da cidade podem ser apontados como alguns dos estressores que dificultaram a manutenção da rotina de atividades físicas durante a pandemia pelo entrevistados.

5.2. DOMÍNIO COGNITIVO

Enquanto domínio do eu, a cognição humana se caracteriza pelo desenvolvimento de ampla gama de “processos internos envolvidos em extrair sentido do ambiente e decidir que ação deve ser apropriada” (EYSENCK; KEANE; 2017, p.1). Dentre esses processos, incluem-se os processos atencionais e perceptivos, de aprendizagem e de memória, de linguagem e de pensamento, de resolução de problemas e raciocínio lógico (EYSENCK; KEANE; 2017, p.1).

Com vistas ao objetivo geral do estudo e pela brevidade com a qual ele se intenta, buscou-se identificar os impactos ao domínio cognitivo dos artistas entrevistados a partir de alterações qualitativas significativas, quando observáveis, apenas nos processos de atenção, de memória e de aprendizagem. Para isso, os entrevistados foram questionados se perceberam mudanças significativas na qualidade da execução de suas tarefas durante a pandemia, sobretudo, no que diz respeito à capacidade de concentração e à capacidade de aprendizagem.

Para os artistas de teatro, durante a pandemia frente a impossibilidade de realização de espetáculos, tornou-se necessário a implementação de ferramentas digitais para viabilização de projetos culturais com a utilização de aplicações voltadas a videoconferências e mensagens instantâneas para comunicação entre os membros dos coletivos e para processo de criação em diálogo com a linguagem audiovisual que exigiram muito tempo para gravação e edição das imagens e som. Alguns dos relatos apresentam esse contexto de adaptação:

Até que a gente resolveu adaptar. Mas, primeiro a gente adaptou como um documentário, a gente fez um documentário: do trabalho, da peça, do grupo. Ai depois que veio a transformação dessa peça em filme no ano seguinte. Mas, foi muito complicado, né, porque a gente teve que adaptar tudo, a gente teve que estudar o audiovisual, chamar pessoas que trabalhavam com audiovisual, a gente teve que pesquisar esse universo da rede social (...) (PO, 2023).

Olha, foi tão... Olha, foi realmente muito muito difícil, porque eu vinha num crescente com as produções (...) E veio. Quando veio tudo à tona, né, de fecha tudo e a gente ficou naquele cenário meio sem entender como as coisas iam seguir iam continuar (...) Porque na pandemia a gente se reinventou. Então na pandemia eu aprendi a editar vídeos, eu não sabia editar(...) (AL, 2023).

Esse processo de adaptação do trabalho exige a mobilização dos mais variados recursos cognitivos exigindo dos indivíduos abertura para processo de aprendizagem de novas habilidades, bem como profunda reflexão-ação sobre o trabalho no modelo que até então se conhecia e dominava. Na relação com o trabalho de maneira geral, as pessoas desenvolvem no âmbito cognitivo o que podemos denominar como complexidade substantiva do trabalho, ou seja, “grau no qual o trabalho de uma pessoa exige reflexão e julgamento independente” (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.503).

A complexidade substantiva do trabalho estabelece uma relação recíproca com a capacidade do indivíduo de lidar com suas demandas cognitivas. Nesse sentido, quanto mais desafiador se mostra o contexto para realização de determinada tarefa, maior é a possibilidade de desenvolvimento da complexidade substantiva do trabalho (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.503). Os dados coletados, como veremos a seguir, indicam impactos negativos no domínio cognitivo dos entrevistados, mas é importante ressaltar que os relatos também apresentam evidências de reinvenção sobre o próprio trabalho desenvolvido durante o período:

A gente precisou... a gente aprendeu com esse espetáculo, com esse texto, fazer o vídeo, fazer a versão da peça gravada, então entender qual é o relacionamento das atrizes e desse lugar de vídeo arte, que a gente chamou de vídeo arte, não exatamente de teatro, mas esse campo de atuação para a câmera, mas tem coisas ali que foram muito interessantes, como projeções que a gente utilizou, referências que a gente utilizou na câmera, de foco. E a gente vai pegar isso e vai levar para o palco agora. (AL, 2023).

Nesse sentido, podemos afirmar que ainda que os expedientes adaptativos adotados tenham representado grandes desafios aos artistas para manutenção de seu ofício, representaram na mesma medida um processo de desenvolvimento de suas competências técnicas e criativas e, conseqüentemente, um processo de substantiva complexização de seu ofício que se estendia, em um processo de retroalimentação, para as atividades de lazer. Como, por exemplo, para LR que relata que durante a pandemia assistia muitos filmes e que, para ela, era uma forma de estudo também⁴. Para SS, que também passou a assistir mais filmes na pandemia, essa atividade teve papel importante para repensar aspectos sobre as artes em geral:

⁴ Eu assistia muito filme, sou muito cinéfila, mas para mim é estudo também (LR, 2023).

Eu comecei a ver muito filmes coreanos, filmes japoneses, chineses e indianos. eu comecei a ter uma relação com essas outras culturas e perceber o tempo e perceber a intensidade da representação que eu já tinha estudado mas que eu comecei a ver de perceber a genialidade de alguns roteiros, da não utilização da palavra, porque o corpo está dizendo tudo. Claro que eu vi mais séries na TV, algumas até pra falar 'Que merda, como é que eles fazem essa bosta?' Porque é muito ruim (SS, 2023).

Segundo a hipótese do transbordamento os ganhos cognitivos do desenvolvimento da complexidade substantiva do trabalho estendem-se para o lazer em um movimento de intelectualidade aplicada também às atividades que se supõe recreativas (KOHN, 1980; K. MILLER & KOHN, 1983 apud PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.504), como assistir a uma série de televisão ou ouvir músicas. Para os artistas entrevistados, ao mesmo tempo em que as atividades de lazer serviam como alternativa para o distanciamento da realidade objetiva, na tentativa de lidar com o estresse, também eram fonte de nutrição criativa para seu ofício nas artes.

No entanto, tais ganhos identificados são resultados de um processo adaptativo intenso e que, inerentemente, demanda intensamente recursos atencionais, de memória e de aprendizagem, ou seja, com alterações negativas significativas na qualidade de execução desses processos cognitivos. Frente à esse contexto, é necessário pontuar que a excessiva exposição à telas de celulares, TV's e computadores impostas pelo momento somado às dinâmicas de interação restritamente via videoconferências contribuíram negativamente para a sobrecarga mental relatada nas entrevistas:

Você até poderia tentar fazer alguma coisa, mas, normalmente, também estava todo mundo até muito cansado, dado o tempo de tela. Então, tipo, você fica o dia inteiro na frente da tela, você vai chamar e conversar com seus amigos de novo mais tempo de tela, sabe? Acho que tem um desgaste muito grande (FP, 2023).

Por isso que eu digo que eu fiquei muito mais cansado, a energia e a atenção... eu terminava a aula [de teatro], eu tava de quatro, assim, eu não queria comer, não queria beber, não queria fazer nada, eu queria ir pra cama, porque exigia muito mais da gente (SS, 2023).

Essa sobrecarga mental relatada pode estar relacionada às diferentes demandas atencionais que o uso da tecnologia nos exige. A leitura de um livro ou a escrita de um texto são exemplos de tarefas que nos exigem atenção sustentada que é a “capacidade de o indivíduo manter o foco atencional em determinado estímulo ou seqüência de estímulos durante um período de tempo para o desempenho de uma tarefa” (DALGALARRONDO, 2000; SARTER, GIVENS & BRUNO, 2001 apud LIMA, 2005).

Com o advento da tecnologia, a possibilidade de realizar múltiplas tarefas ao mesmo tempo transformou a maneira como organizamos e gerimos nossa atenção. Enquanto lemos

um livro na tela de um computador, estamos conectados e suscetíveis a diversos estímulos que possibilitam dividir a atenção em muitos focos distintos, como ouvir música, interagir nas redes sociais e escrever um texto, tudo ao mesmo tempo. Do mesmo modo, lidar com interações via videoconferências podem representar um grande desafio atencional, já que não há controle quanto às inúmeras intercorrências que podem acontecer durante a interação, em comparação com ensaios dirigidos, por exemplo, em que todos os envolvidos estão atentos e imersos na mesma atividade, como foco total na cena ou ação.

Diante de tantos estímulos, podemos selecionar apenas uma fonte de informação e estímulo para direcionar nossa atenção, ao que podemos denominar atenção seletiva, ou podemos nos dedicar a suprir a necessidade de atenção a todas as informações e estímulos simultaneamente, em um processo de atenção dividida, que exige grande capacidade concentração e energia para efetivação (EYSENCK, KEANE, 2017, p.5).

Outro fator que contribui para divisão dos processos atencionais está ligado ao fato de que a casa, antes reduto de descanso, metamorfoseou-se, no contexto da pandemia, conforme as necessidades em escritório, sala de ensaio, academia, espaço para descanso e atividade, espaço para convivência e isolamento. Como afirma SS, um dos artistas entrevistado, “tudo é dispersivo na casa”, ou ainda, como relata FP:

Eu acho que quando você está na pandemia, você transforma a sua casa em tudo. A sua casa é seu local de trabalho, é seu escritório ou a sua sala de aula se você é professor, sua sala de ensaio de você é ator. É tudo. Tem suas vantagens e desvantagens com toda certeza (FP, 2023).

A infraestrutura de um escritório é muito diferente de uma academia, sendo que cada espaço físico, geralmente, se organiza para atender as demandas específicas de cada atividade. Uma sala de ensaio, geralmente, costuma oferecer espaço para ampla movimentação com acústica favorável para a cena, chão com proteção para quedas e ventilação adequada considerando o trabalho coletivo de intensa movimentação física. A casa, nesse sentido, não se configura enquanto espaço multiuso, não congrega em sua delimitação física e infraestrutural todas as necessidades conjuntas que as diferentes atividades exercidas exigem demandando uma mobilização intensa de recursos cognitivos.

A maioria dos artistas entrevistados, em alguma medida, relacionaram as dificuldades de concentração e foco nas atividades às demandas emocionais de lidar com o medo da morte, as incertezas e frustrações acarretadas pelo contexto de isolamento social durante a pandemia:

(...) mas era uma coisa muito angustiante no começo, porque a gente estava preocupada, a cabeça ficava pilhada, não só pilhada com a pandemia, mas ‘E agora? Como é que a gente vai trabalhar? será que vai dar certo os projetos? como é

que vão se manter? a gente vai conseguir se manter em casa? como é que a gente trabalha? Então, assim, a cabeça dava uma mexida com isso. Então, a gente trabalhava mas a concentração, o foco era bem difícil (LC, 2023).

Segundo Papalia, Olds, Feldman (2013, p.10), “avanços e declínios cognitivos estão intimamente relacionados a fatores físicos, emocionais e sociais”. Nesse sentido, a percepção compartilhada pela maioria dos entrevistados de alteração na qualidade de sustentação da atenção e da concentração na execução de tarefas decorrem de diversos fatores como o excessivo tempo de tela, estressores ligados ao contexto social e a fatores emocionais em decorrência do isolamento.

A memória é um dos processos cognitivos fundamentais do desenvolvimento humano, sem ela seríamos incapazes de desenvolver nossa linguagem através da leitura e da escrita, bem como “teríamos personalidades extremamente limitadas, porque não teríamos lembrança dos eventos de nossas vidas e, por isso, não teríamos percepção de *self*” (EYSENCK, KEANE, 2017, p.207, grifo do autor). A memória e a aprendizagem são processos intimamente relacionados, ambos se estruturam a partir de uma arquitetura cognitiva em três estágios que envolve a codificação, o armazenamento e a recuperação de informações (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p. 258; EYSENCK, KEANE, 2017, p. 209).

A partir da análise do conteúdo das entrevistas realizadas não foram identificadas alterações qualitativas significativas e observáveis no desempenho da memória na execução de tarefas. Todos os entrevistados relataram que durante a pandemia realizaram ao menos um curso de aprimoramento de suas habilidades profissionais, seja voltado à atuação no teatro ou na educação. Podemos supor, ainda que não haja evidências mais profundas nos relatos coletados, que os processos de aprendizagem empreendidos pelos artistas entrevistados tenham atuado de forma positiva na manutenção da função cognitiva relacionada à memória.

5.3. DOMÍNIO PSICOSSOCIAL

Sob a perspectiva do ser humano enquanto ser biopsicossocial, o domínio psicossocial será aquele definido pelas relações sociais estabelecidas pelo indivíduo entrelaçadas aos aspectos de sua personalidade, “combinação relativamente coerente de emoções, temperamento, pensamento e comportamento que torna cada pessoa única” (EISENBERG, FABES, GUTHRIE & REISER, 2000 apud PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.193). Nesse sentido, a dimensão psicossocial é aquela que diz respeito não apenas ao papel social dos sujeitos na construção da realidade objetiva, mas considera também os aspectos

psicológicos envolvidos nesse processo refletidos em “modos de sentir, pensar e agir que refletem influências tanto inatas quanto ambientais”(PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.193).

Para alcançar tal dimensão na investigação proposta, buscou-se questionar os artistas participantes quanto às alterações observáveis a seus comportamentos e atitudes na relação com os outros, bem como aspectos relacionados à interação e apoio social na dimensão familiar e do círculo de convivência mais próximo, amigos e companheiros de trabalho nos coletivos em que integram. De modo geral, os impactos psicossociais identificados a partir dos relatos demonstraram que as experiências se diferenciam significativamente de um entrevistado para outro. Isso porque o desenvolvimento humano é um processo “complexo e os fatores que o afetam nem sempre podem ser medidos com precisão” (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p. 14), sendo necessário considerar nesse processo de investigação que os artistas entrevistados possuem histórias de vidas distintas em que as influências dos contextos familiar, socioeconômico, cultural, de gênero, raça e classe incidem de forma única para cada um deles.

Diante de tais desafios na investigação proposta, a análise dos conteúdos possibilitou identificar dentre as vivências relatadas aspectos psicossociais compartilhados, em alguma medida, por todos os entrevistados o que demonstra o alto grau de impacto que tais aspectos tiveram na dimensão relacional e social durante o período de enfrentamento da pandemia. Importante salientar, que “o desenvolvimento é um processo unificado” (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, p.10) e que, portanto, os impactos físicos e cognitivos já analisados precisam ser considerados como influentes na definição dos impactos psicossociais descritos a seguir e vice-versa.

Ao que diz respeito à esfera familiar, apenas uma das artistas entrevistadas, AL, vivenciou o período da pandemia integralmente morando sozinha, enquanto para os outros entrevistados o período foi vivenciado junto a família nuclear⁵ formada pelos pais e cônjuge ou companheiro(a) nos casos de união estável ou relacionamento de longo prazo. Ainda que dois dos entrevistados tenham vivenciado momentos de transição entre morar com a família e sozinhos, a maior parte do tempo dividiram a convivência com seus pais, no caso de FP, e namorado, no caso de AX.

⁵ “A família nuclear é uma unidade econômica e doméstica que compreende laços de parentesco envolvendo duas gerações e que consiste em um ou dois genitores e seu filhos biológicos, adotados e enteados” (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.15). Atualmente deve se considerar que “há um número cada vez maior de adultos solteiros e sem filhos, pais não-casados e lares de gays e lésbicas” (HERNANDES, 1997, 2004, TEDROW & CROWDER, 2002 apud PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p,15) caracterizados enquanto modelo nuclear de família.

Em termos gerais, para aqueles que moravam com a família ou com cônjuges os relatos denotam impactos de qualidades distintas nos vínculos e na convivência cotidiana. Para AX, por exemplo, o período da pandemia representou um grande desafio de convivência com seu namorado:

Foi horrível, péssimo. Péssimo para mim, para ele. Assim, foi muito difícil a gente estar isolado junto. Não, não foi difícil. Foi bom, porque estávamos juntos. Estávamos numa casa grande. Eu morava numa casa muito pequena antes. Então, foi muita sorte ter mudado para essa casa, ter um quintal, nananã. Então foi bom nesse aspecto. Mas, foi muito difícil. A pandemia impactou bastante na nossa relação, minha e dele, e na relação que a gente tinha com a casa. Impactou negativamente, assim. (...) A gente separou. Foi um caos. Tamo de volta agora, mas foi horrível nesse momento (AX, 2023).

No entanto, ainda que o relato de AX evidencie os conflitos na convivência com seu namorado durante o isolamento, reconhece também que estar junto com alguém foi algo positivo para enfrentar o momento: “Foi bom, porque estávamos juntos”(AX). Dentre os entrevistados que vivenciaram a pandemia com sua família nuclear muitos são os relatos de fortalecimento dos vínculos afetivos frente os desafios enfrentados, como o de LR:

Nos uniu. Acho que muita gente tem uma história um pouco diferente, assim. Mas no nosso caso nos uniu, porque era uma contenção, né, era uma emergência e o coletivo foi fundado por nós dois. Nós somos um casal também que já dividia a vida antes, buscando até outros espaços, outras formas de trabalhar. Hoje a gente trabalha diferente, eu continuo no coletivo, ele está em outro grupo, enfim. Mas foi um período de união porque a gente precisava não só resolver a crise profissional como segura nossa onda, né, pessoal (LR, 2023).

Dentre os entrevistados, AL foi a única que enfrentou todo o período da pandemia morando sozinha o que representou um grande desafio, “porque sozinho você bota um monte de caraminhola na cabeça”(AL). Para minimizar essa sensação de preocupação com os amigos e familiares e até mesmo pelo fato de estar sozinho, alternativas como reuniões virtuais e constante contato telefônico ou por mensagens foram adotadas pela maior parte dos entrevistados, até mesmo para garantir maior interação social no isolamento, como relata AX:

Tenho uma característica que as pessoas que eu trabalho no teatro são meus amigos pessoais, assim, de fato são os meus amigos. Então, também era uma maneira de estar com eles, assim, né, de conversar e tudo. Então era uma maneira, era muito triste o que estava acontecendo, mas era a única forma. Às vezes a gente terminava o ensaio, eu terminava o ensaio e já marcava um Zoom dez minutos depois pra gente falar de outras coisas, sabe, tomar uma cerveja, falar de outras coisas (AX, 2023).

Ainda em relação à esfera familiar, a pandemia suscitou preocupações com a saúde aos familiares de idade mais avançada, incluindo representantes da família extensa⁶, sobretudo, diante da impossibilidade de realizar visitas à essas pessoas devido ao alto risco de contágio de COVID-19 e por integrarem um dos principais grupos de risco para a doença⁷.

Na dimensão socioeconômica, a diminuição da renda foi um fator agravante da situação dos artistas entrevistados, ainda que nenhum deles tenha vivido situações de privação às necessidades básicas, a unidade familiar teve papel fundamental para enfrentamento dessas questões. Mesmo diante da inviabilização dos projetos, alguns dos artistas entrevistados não tiveram impacto na renda familiar devido a atividades profissionais secundárias conciliadas com sua atuação no teatro, como atividades no campo da educação:

Eu ainda tive a sorte de estar trabalhando. Como eu sou professor de inglês, por mais que até goste da ideia, em alguns momentos eu fiquei mais envolvido com teatro do que com outras coisas, mas o fato é que foi bem conveniente. A pandemia mostrou que existe uma conveniência em ter uma outra ocupação, além do teatro, infelizmente. Então, as minhas aulas de inglês acabaram sendo, por um lado, o meu sustento(...) (FP, 2023).

Ou ainda por conta de uma atuação dirigida a um campo mais amplo dentro do setor cultural:

Então a gente começou a fazer algumas reuniões para saber o que que a gente poderia executar nesse tempo, já que os projetos estavam sendo parados, né. Como a gente trabalha mais no setor mais administrativo na V. [produtora], a nossa função é nos bastidores dos bastidores, né, atrás do computador mesmo controlando os projetos. E eles parando, a gente estava bem preocupado com o que fazer. Mas, nós tínhamos um cliente fixo já algum tempo, que ele não trabalhava só com projetos em circulação, em campo. A gente estava fazendo uma preparação naquele ano pra apresentar alguns projetos para eles de como a gente poderia impulsioná-los, enfim. Com o advento da internet e a pandemia, a gente começou a pensar em projetos que nós pudéssemos desenvolver de maneira online com eles. Apresentar isso para eles para que a gente conseguisse desenvolver o nosso trabalho e foi isso que a gente fez. E eles aceitaram e durante o ano de 2020 até meados de 2021 foi bem importante esse cliente fundamental, porque eles nos mantiveram como parceiros durante a pandemia (LC, 2023).

A partir dos relatos, ainda que se verifique em alguns casos a diminuição da renda familiar, o impacto socioeconômico vivenciado não ocasionou situação de vulnerabilidade social. Segundo Papalia, Olds, Feldman (2013, p.16), “ a pobreza pode ser prejudicial para o bem estar físico, cognitivo e psicossocial das crianças e das famílias”, ainda que não de modo determinante, a falta de acesso a condições dignas de vida, como alimentação, moradia,

⁶ Caracteriza-se por “uma rede de parentesco multigeracional que inclui avós, pai e mãe, tios, primos e outros parentes mais distantes”(PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p. 15).

⁷ Conforme nota informativa do Ministério da Saúde, de 08 de abril de 2021, atualizada em 17 de abril de 2023, sobre atendimento e fatores de riscos, ter idade igual ou superior a 60 anos é uma das condições e fatores de risco a serem considerados para possíveis complicações da COVID-19 (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

acesso à saneamento básico, atendimento médico e oportunidade educacional podem representar fatores de risco que ameaçam o bem-estar e impactam diretamente no desenvolvimento humano.

De maneira universal, no presente estudo, os relatos apontam que a privação de interação social foi um dos maiores estressores enfrentados:

Depois de um tempo eu comecei a achar bastante triste, na verdade, isso tudo. E muito triste assim, por mim, de... Ah de não estar com meus colegas, de não estar próximo, de não estar; assim téte a téte. Mas é um pouco contraditório, sabia... porque assim, ao mesmo tempo que isso era um saco tá aqui, sabe? Tipo, sentar, ficar aqui duas horas, eu não tenho muita paciência para estar sentado, né, então, era muito difícil estar aqui durante um tempo. Mas ao mesmo tempo era a única maneira de ver as pessoas, né, de conversar com as pessoas (AX, 2023).

Acho que talvez, inevitavelmente, uma das coisas que eu mais senti falta era o momento de poder chegar e sair com os amigos para, sei lá, reclamar da vida, para poder desabafar, para poder tipo...Sabe, de alguma maneira formular essas coisas de um outro jeito que não é aquele jeito de você sozinho tendo que lidar com essas questões (FP, 2023).

Segundo Cohen (2004 apud PAPALIA, OLDS; FELDMAN, 2013, p. 483) “as relações sociais parecem ser vitais para a saúde e bem-estar” sendo a integração e o apoio social fatores fundamentais para promoção da saúde. Enquanto integração social podemos compreender a “ampla faixa de relacionamentos, atividades e papéis sociais” (COHEN, 2004 apud PAPALIA, OLDS; FELDMAN, 2013, p. 483) em que os indivíduos estão ativamente envolvidos, já apoio social diz respeito à “recursos materiais, informativos e psicológicos derivados da rede social ao qual a pessoa pode recorrer em busca de ajuda para lidar com o estresse”(COHEN, 2004 apud PAPALIA, OLDS; FELDMAN, 2013, p. 483).

Ainda que estivessem isolados, sem poder vivenciar espaços públicos e experiências coletivas de interação, a convivência familiar e o constante movimento de buscar alternativas para integração com amigos por meio das ferramentas digitais representou, ao mesmo tempo, fonte de integração e apoio social, sendo fundamentais para minimizar os impactos do isolamento à dimensão psicossocial. Contudo, considerando que todos os entrevistados aderiram de maneira rígida, conforme suas distintas realidades, ao isolamento social recomendado pelos órgãos de saúde para enfrentamento ao vírus da COVID-19, podemos afirmar que suas dinâmicas de integração social e suas redes de apoio social foram impactadas, e conseqüentemente, sua saúde e bem-estar. Nesse sentido, reitera-se o fator interrelacional entre os domínios físico, cognitivo e psicossocial: quando um dos domínios é afetado, conseqüentemente, os demais também o são.

5.4. TRANSTORNOS DEPRESSIVOS E DE ANSIEDADE

Através do relatos foi possível identificar demandas psicológicas específicas que impactam de maneira transversal os domínios físico, cognitivo e psicossocial dos entrevistados e que se apresentam como fortes evidências dos impactos à saúde mental dos artistas por se tratarem de quadro com complexa mobilização de recursos emocionais e psíquicos.

O presente estudo não se pretende enquanto investigação clínica, mas para garantir a consistência dos resultados apresentados faz-se necessário apresentar tais demandas, mesmo que de forma breve, objetiva e generalista. Dentre as principais demandas identificadas, nesse contexto, estão o agravamento do transtorno de ansiedade generalizada e depressão de LR e a ocorrência de episódios de ataque de pânico relacionados às crises de ansiedade vivenciados por AL e por CV.

Em relação ao transtorno de ansiedade generalizada⁸ e depressão⁹ de LR é importante contextualizar que a entrevistada realiza acompanhamento e tratamento desde 2012, quando recebeu o diagnóstico. Especificamente, sobre o agravamento durante a pandemia, ela relata que:

Durante um tempo eu tratei o transtorno de ansiedade generalizada com um remédio chamado frontal, mas eu fiquei só seis meses com essa medicação e depois a depressão ela atingiu o auge mesmo na pandemia, mais ou menos em... no final, né, que foi quando eu comecei a sentir a necessidade de fazer um acompanhamento psiquiátrico com medicação. E aí eu comecei a tomar sertralina mas eu não me adaptei. O remédio para depressão, eu não me adaptei. Então, com o psiquiatra mesmo a gente decidiu uma outra abordagem mais comportamental, com alimentação e exercício físico (LR, 2023).

Durante todo o relato de LR é possível perceber um alto grau de consciência quanto à sua condição e suas necessidades para minimização dos sintomas¹⁰, mas o acompanhamento profissional de psicólogo e psiquiatra, em seu caso, foi fundamental para o enfrentamento às

⁸ “As características principais do transtorno de ansiedade generalizada são ansiedade e preocupação persistentes e excessivas acerca de vários domínios, incluindo o desempenho no trabalho e escolar, que o indivíduo encontra dificuldade em controlar. Além disso, são experimentados sintomas físicos, incluindo inquietação ou sensação de “nervos à flor da pele”; fadigabilidade; dificuldade de concentração ou “ter brancos”; irritabilidade; tensão muscular; e perturbação do sono.” (APA, 2014, p. 190)

⁹ A partir do relato de LR é possível supor que se trata de transtorno depressivo persistente ou distímia que “pode ser diagnosticada quando a perturbação do humor continua por pelo menos dois anos em adultos e um ano em crianças” (APA, 2014, p.155).

¹⁰ Em outros momentos da entrevista LR (2023) cita a depressão como aspecto marcante de sua vivência na pandemia, como quando questionada sobre atividades recreativas adotadas ao que ela responde: “Eu assistia muito filme, sou muito cinéfila, mas para mim é um estudo também e é importante situar minha cabeça, porque, enfim, eu já comentei, né que eu sou depressiva. Então eu preciso...tem alguns limites que o depressivo já tem, já percebe, então eu precisava sempre deixar minha cabeça sempre ativa”(NOTA DO AUTOR).

demandas emocionais surgidas na pandemia, inclusive na definição de uma abordagem terapêutica centrada na alimentação e na realização de atividades físicas.

Ainda que não tenha desenvolvido quadro clínico observável de transtorno de ansiedade, CV vivenciou um ataque de pânico no período de maior restrição da pandemia em que o acesso aos locais estava sendo controlado. Ao sair para comprar legumes, ela foi abordada por uma pessoa em situação de rua de forma agressiva desencadeando crise de ansiedade severa, segundo seu relato:

Aí nesse momento, eu travei, assim. Eu não conseguia me mexer, eu não conseguia respirar, eu não conseguia nada. Me deu um ataque de pânico. Ai eu entrei na loja mesmo sem poder. Fiquei lá, assim, um pouco. Ai depois demorei para sair(...). Ai cheguei em casa, eu só chorava assim, só chorava, só chorava. Falei: “Gente!?”. Eu não sei o que eu tive, assim. Eu fiquei chorando muito tempo. E aí foi um pouco, nesse momento que eu falei assim: “Gente, eu preciso fazer alguma coisa!”. Porque isso não é normal, você travar, não conseguir respirar, chorar, por conta de uma coisa assim, uma coisa que acontece várias vezes, acontecia né. Porque daí juntou esse fato de eu ter, de um medo, com a pessoa estar sem máscara, e aí nossa, sei lá (CV, 2023).

O ataque de pânico caracteriza-se como “surto abrupto de medo intenso ou desconforto intenso que alcança um pico em minutos” (APA, 2014, p. 208) e durante o qual podem ocorrer, de forma simultânea, quatro ou mais sintomas como palpitações, sensação de falta de ar, parestesias, desrealização, medo de morrer, dentre outros (APA, 2014, p.208). Ainda que CV não tenha relatado todos esses sintomas, é possível perceber em seu relato a intensidade do ataque de pânico vivenciado pelo fato de não conseguir respirar e “travar” diante da situação.

Também AL vivenciou um contexto similar de ataque de pânico quando foi diagnosticada com COVID-19:

Então, eu tive covid e fiquei com síndrome do pânico em casa, trancada sozinha, porque sozinho você bota um monte de caraminhola na cabeça. Porque eu não tive nenhum sintoma, nenhum sintoma, assim, de gripe, febre, tosse, nada. Eu fiz o exame porque eu fiquei com meu pai, acompanhei ele, ele tava internado, fiz o exame para não ter nenhum contato com ninguém, apesar de que eu não estava vendo, não estava encontrando muitas pessoas. E quando eu fiz o exame deu positivo, de repente me faltou o ar. Fui pro hospital, fiz todos os exames, tava tudo - meu coração estava ótimo, meu pulmão estava ótimo, meu psicológico não tava. Porque a gente tem medo né ainda mais nesse momento em que não existia vacina e que as pessoas não sabiam muito bem quais seriam as sequelas(...) (AL, 2023).

Após o acontecido, CV relata ter buscado apoio profissional psicológico em atendimento individuais e, eventualmente, em grupos por meio de programas sociais que à época da pandemia ofereciam apoio de forma gratuitas ou em valores sociais. Já AL relata

que já tinha acompanhamento psicológico por meio de terapia, mas que a situação se agravou bastante e que sua terapeuta considerou encaminhá-la para atendimento psiquiátrico:

Olha o que me manteve sã, se é que eu fiquei sã foi a minha terapia. Então eu faço terapia há quase sete anos, seis sete anos. se eu não tivesse fazendo terapia... Na verdade, neste período, eu quase precisei de psiquiatra, porque eu faço terapia. A minha terapeuta ficou bem preocupada comigo, ela me recomendou calmante, só que terapeuta não pode passar remédio, né. então, ela falou... Teve uma época que ela falou assim: Amanda, vamos tentar uma coisa natural, mas, assim se isso não funcionar, eu to preocupada, eu vou te encaminhar para um psiquiatra para você ser medicada da maneira correta. Que foi no momento que tive minha crise do pânico, quando eu fui diagnosticada com covid, dali em diante eu tive várias crises de ansiedade, desencadeei várias crises de ansiedade.(...) Eu contei com ajuda médica, o tempo todo (AL, 2023).

Não há evidências nos relatos de CV e AL, ainda que citem em alguns momentos a expressões como “síndrome do pânico” ou “crises do pânico”, de que tratou-se de um quadro clínico diagnosticado de transtorno de pânico em que

o indivíduo experimenta ataques de pânico inesperados recorrentes e está persistentemente apreensivo e preocupado com a possibilidade de sofrer novos ataques de pânico ou alterações desadaptativas em seu comportamento devido à ataques de pânico (APA, 2014, p. 190).

Contudo, nos relatos percebemos que o apoio psicológico através de profissionais especializados na escuta terapêutica foi essencial para o enfrentamento das demandas emocionais e psíquicas apresentadas.

5.5. LUTO NA PANDEMIA

Segundo Papalia, Olds, Feldman (2013, p.711), “embora a morte e a perda sejam experiências universais, seu contexto é cultural”. Nesse sentido, as experiências do luto vividas na pandemia representam uma demanda significativa a ser considerada nesse estudo, pois enquanto influência cultural impacta diretamente os domínios físico, cognitivo e psicossocial. O Brasil ocupou o lugar de segundo país no mundo com maior número absoluto de óbitos decorrentes de COVID-19 (WHO, 2023) e até o fim da pandemia, conforme declaração da OMS em 05 de maio de 2023 (OPAS, 2023), foram ao todo mais de 702 mil mortes por coronavírus registradas. Nesse sentido, o luto de forma tão intensa e absoluta, em número, tornou-se algo marcante na experiência vivida na pandemia.

Dentre os entrevistados, AL relata a morte sua bisavó por coronavírus e momentos difíceis com a internação de seu pai e o estado de saúde de sua avó em decorrência da

coronavírus também. Em outros relatos, apesar de não serem relatadas mortes de familiares por COVID-19, há a presença do enlutamento pela perda de amigos e conhecidos:

Mas eu tive, por exemplo, teve uma amiga minha circense, que, assim, era uma amiga, mas ela ela tava morando, ela voltou a morar lá no sul, em Itajaí que era a F.C., ela era atriz, ela trabalhava bastante com circo e ela faleceu, sabe? E isso foi um grande baque para a gente (FP, 2023).

Aí a J. que era essa amiga começou a se sentir mal, deu positivo, foi pro hospital, foi e ficou lá, só complicava, e ela grávida. Sei que no fim perdeu o bebê e depois morreu. Então essa história, amiga do C. que é meu companheiro, nossa foi horrível, assim, porque a gente ficou, porque isso dava medo (CV, 2023).

Em alguns casos, foram vivenciados processos de luto de familiares próximos não decorridos do contágio de coronavírus, mas que de certa maneira representaram impacto, sobretudo, quanto ao ritos culturais que foram intensamente impactados pelas restrições necessárias:

A morte mais próxima que eu tive foi da minha avó, mas ela não morreu de covid. Foi uma morte que a gente já esperava, né, porque ela já estava vindo de um quadro clínico complicado. Mas o que eu lembro foi essa e também meu avô que também foi, não foi a ver com covid, mas a gente enterrou nesse contexto, né. Só podia ficar uma hora, com máscara e tal, né (PO, 2023).

Foi uma realidade, assim, Eu perdi a minha avó e meu avô na pandemia, Não foi por covid. Mas eu não fui a nenhum enterro. Porque os dois morreram, a minha avó morreu acho que foi junho, julho de 2020 e meu avô sei lá, outubro. Então os dois eram pais dos meu pai e esse foi um momento muito difícil, assim, porque, enfim, eles faleceram, não foi por covid, mas foi por outras coisas, mas assim, tinha esse momento da gente não saber, a gente não estava saindo. Eu lembro de ligar desesperada pro meu pai, falando: “Pai, eu não vou. Eu não vou, porque como é que vou fazer?”(CV, 2023).

Dentre os artistas entrevistados, ainda que nem todos tenham relatado processos de enlutamento devido à morte de entes queridos, podemos compreender o luto enquanto “um processo natural de resposta a um rompimento de vínculo, ou seja, quando perdemos alguém ou algo significativo na nossa vida.” (FIOCRUZ, 2020, n.p.). Nesse sentido mais amplo, podemos compreender que a consciência da perda do conjunto de aspectos que garantem estabilidades na maneira das pessoas lidarem com suas vidas, com seu trabalho, com seus afetos e com sua rotina, em alguma medida representa também um processo de elaboração, e portanto, de luto simbólico. No entanto, de maneira, mais específica, em relação ao luto em decorrência da morte é importante considerar que “atitudes culturais e religiosas referentes à morte e ao morrer afetam aspectos psicológicos e do desenvolvimento” (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2013, p.711).

Algumas das características das mortes vivenciadas na pandemia e que interferem diretamente no processo de luto é que “as mortes podem ser mais frequentes do que aquelas

com as quais estamos acostumados a lidar, podendo ocorrer abruptamente e demandando rituais díspares do que aqueles com os quais as culturas estão familiarizadas” (FIOCRUZ, 2020, n.p.). De modo que tais aspectos podem caracterizar o processo de luto na pandemia enquanto luto complicado, categoria de luto em que “se dá de forma mais intensa e duradoura do que o esperado, por não ter conseguido processar a situação nem se despedir de forma que lhe permita ter um senso de realidade e concretude” (FIOCRUZ, 2020, n.p.).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou identificar os possíveis impactos da pandemia de COVID-19 à saúde mental dos artistas de Teatro da cidade de São Paulo. Através de entrevistas semidirigidas com oito artistas, todos atores e atrizes integrantes de coletivos teatrais, foi possível coletar dados significativos sobre suas vivências e percepções durante o isolamento social que demonstraram impactos negativos aos domínios físico, cognitivo e psicossocial dos entrevistados.

Em relação aos impactos negativos no domínio físico identificou-se a adoção de rotina sedentária, retorno ao tabagismo, diminuição na mobilidade física, aumento de peso e, eventualmente, episódios de alteração e privação do sono. Dentre os principais estressores relacionados a tais impactos estão fatores emocionais como as incertezas sobre o futuro; o medo do contágio por COVID-19 e, eventual, morte e o longo período de isolamento.

Dentre os impactos negativos ao domínio cognitivo identificados estão a diminuição da capacidade de atenção, de foco e de na realização de tarefas. O uso excessivo da tecnologia, a metamorfose da casa para espaço multiuso e a alta demanda de recursos cognitivos na adaptação do novo contexto do trabalho artístico são fatores que contribuíram para tais impactos. A realização de atividades de lazer e de aprimoramento de habilidades podem ter contribuído para que a memória, enquanto processo cognitivo, não tenha tido impactos negativos observáveis.

Na dimensão psicossocial, a restrição das interações sociais decorridas no período de isolamento foi a principal demanda relatada pelos artistas entrevistados, relacionando-se diretamente com os impactos aos domínios físico e cognitivo identificados. A presença de apoio social na pandemia, seja na companhia dos pais, cônjuges ou companheiro(a), foi fundamental para o enfrentamento do cenário de incertezas e preocupações.

Os resultados também demonstram complexa mobilização de recursos emocionais e psicológicos através do agravamento de quadro de transtorno de ansiedade generalizada e

depressão enquanto condição pré-existente à pandemia e a ocorrência de episódios de ataque de pânico. Além disso, os processos de luto vivenciados pelos artistas entrevistados durante a pandemia caracterizam-se enquanto luto complicado dado o contexto de mortes mais frequentes do que de costume, de forma abrupta e com interferência direta nos ritos culturais de despedida.

Através dos dados coletados, considerando evidências levantadas de impactos negativos aos domínios físico, cognitivo e social dos entrevistados, é possível afirmar que houve impactos negativos à saúde mental dos artistas. No entanto, frente aos objetivos gerais do presente estudo, não é possível afirmar se se tratam de impactos isolados ou permanentes, bem como se ainda se caracterizam enquanto observáveis nas vivências atuais dos artistas entrevistados.

Importante ressaltar que através dos relatos coletados foi possível verificar, para além das demandas relacionadas à saúde mental, que o cenário sociopolítico do país durante a pandemia, bem como o profundo processo de reinvenção do ofício teatral são marcadores da experiência vivida pelos artistas durante a pandemia. Ao que diz respeito aos impactos à saúde mental identificados pelo presente estudo, faz-se necessário destacar que as demandas emocionais e psicológicas apresentadas pelos artistas entrevistados demonstram especificidades ligadas ao contexto do artista enquanto trabalhador que em muito se diferencia de outros públicos.

Como afirma Menger (2005, p.11), “[o trabalho artístico] reserva satisfações psicológicas e sociais proporcionais ao grau de incerteza sobre as possibilidades de sucesso”. Dentre as estratégias adotadas pelos artistas para o enfrentamento das demandas emocionais e psicológicas, a conversão das ansiedades, preocupações e angústias geradas pela realidade objetiva em seus processos criativos foi a mais prevalente. Ainda indiretamente se relacionem aos impactos à saúde mental identificados, a objetividade intencionada pelo presente estudo não permitiu análises mais aprofundadas sobre esses aspectos em específicos, que poderão tornar-se objetos de estudo em futuras oportunidades de pesquisa.

Por fim, o estudo demonstra a necessidade de dados qualitativos consolidados que demonstrem os reais impactos da pandemia de COVID-19 ao setor cultural, não apenas no contexto socioeconômico e político, mas também na esfera da saúde, sobretudo, da saúde mental. Os resultados aqui apresentados se configuram como breve aproximação de uma realidade ainda desconhecida, mas que alertam para a necessidade urgente de investigações complementares que possam identificar possíveis caminhos para o fortalecimento dos artistas e trabalhadores da cultura frente aos impactos tardios da pandemia de coronavírus.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, Mariana de Araújo; AGUIAR, Luciana de Araújo. A pandemia da COVID-19 e seus impactos no setor cultural brasileiro. **Revista Sociedade e Cultura**, 2021, v.24, p. 1-33.

AMARAL; Rodrigo Correia do; FRANCO, Pedro Afonso Ivo; LIRA; André Luis Gomes (org.). **Pesquisa de Percepção dos Impactos da COVID-19 nos setores Cultural e Criativo do Brasil**. Brasília: Unesco, 2020.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANTUNES, Leda. Orçamento Federal da Cultura cai à metade em dez anos. **O Globo**, seção Cultura, 2021. Disponível em: <<https://oglobo.globo.com/cultura/orcamento-federal-da-cultura-cai-metade-em-dez-anos-25183180>>. Acesso em 19 out. 2022.

ANTUNES, Ricardo L. C. **Os Sentidos do Trabalho**: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho. 2ª ed. São Paulo: Boitempo, 2009.

BRASIL. **Decreto legislativo no 6, de 20 de março de 2020**. Reconhece, para os fins do art. 65 da Lei Complementar no 101, de 4 de maio de 2000, a ocorrência do estado de calamidade pública [...]. Brasília: Senado Federal, 2020a. Disponível em:<<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/decreto-legislativo-249090982> >. Acesso em 23 jan. de 2023.

BRASIL. **Lei no 14.017, de 29 de junho 2020**. Dispõe sobre ações emergenciais destinadas ao setor cultural a serem adotadas durante o estado de calamidade pública reconhecido pelo Decreto Legislativo no 6, de 20 de março de 2020. Brasília: Congresso Nacional, 2020e. Disponível em <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/lei/14017.htm.> Acesso em 26 fev. 2023.

COLEMAN, J.S. Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling. In: **Human Organization**, v.17. 1958, p. 28-36.

EYSENCK, Michel W., KEANE, Mark T. **Manual de psicologia cognitiva**. 7ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

FANCOURT, Daisy; FINN, Saoirse. **Health Evidence Network Synthesis Report 75: How do the cultural contexts of waste practices affect health and well-being?**. Copenhagen: World Health Organization, 2019.

FERREIRA, Maria Nazareth. Alternativas metodológicas para a produção científica. São Paulo: CELACC, 2006.

FIOCRUZ. **Processo de Luto no contexto da COVID**. Saúde Mental na Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020.

GOODMAN, L.A. Snowball sampling. In: **The Annals of Mathematical Statistics**. v. 32, Chicago: University of Chicago, 1961. p. 148-170.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD)**, 2022. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/9173-pesquisa-nacional-por-amostra-de>

-domicilios-continua-trimestral.html?=&t=series-historicas&utm_source=landing&utm_medium=explica&utm_campaign=desemprego>. Acesso em 26 fev. 2023.

LIMA, Rodrigo F. de. Compreendendo os processos atencionais. **Ciências & Cognição**, vol 6, 113-122, 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212005000300013> Acesso em 03 de jun de 2023.

MENGER, Pierre-Michel. **O retrato do artista enquanto trabalhador**: metamorfoses do capitalismo. Editora Roma: Lisboa, 2005.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Atendimento e fatores de risco. **Coronavírus**, publicado em 08 de abril de 2021 e atualizado em 17 de abril de 2023. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/atendimento-tratamento-e-fatores-de-risco>> Acesso em 04 de jun de 2023.

OPAS, s.d. **Histórico da pandemia de COVID-19**. Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-COVID-19>> Acesso em 22 jan 2023.

_____. OMS declara fim da Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional referente à COVID-19. Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/5-5-2023-oms-declara-fim-da-emergencia-saude-publica-importancia-internacional-referente>> Acesso em 09 de jun de 2023.

PAIM, Claudia. **Coletivos e Iniciativas Coletivas**: modos de fazer na América Latina contemporânea. 2009. 294 f. Tese (Doutorado em Artes Visuais) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.

PAPALIA, Diane E.; OLDS, Sally Wendkos; FELDMAN, Ruth Duskin. **Desenvolvimento Humano**. 12 ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PEREIRA, Mara Dantas et al. **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento**: uma revisão integrativa. Research, Society and Development, 2020.

SÃO PAULO. **SP contra o novo coronavírus**. Disponível em:<<https://www.saopaulo.sp.gov.br/coronavirus/quarentena/#:~:text=DECRETO%20N%C2%BA%2064.881%2C%20DE%2022%2F3%2F2020%20Decreto%20da,16%20de%20agosto%20de%202021>>. Acesso em 10 de nov de 2022.

SILVA, Frederico A. B. da; ZIVIANI, Paula. **Mercado de Trabalho da Cultura**: considerações sobre a meta 11 do Plano Nacional de Cultura (PNC). Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Brasília : Rio de Janeiro : Ipea, 2021.

Sociedade Maranhense de Direitos Humanos (SMDH). **Denúncia de violações dos direitos à vida e à saúde no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil**. Passo Fundo: Saluz, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO]. **WHO Coronavirus Disease (COVID-19)**. Dashboard. Disponível em:<<https://covid19.who.int/>>. Acesso em 23 de jan de 2023.

ZAGO, Maria Cristina (org.). **Saúde mental no século XXI**: indivíduo e coletivo pandêmico. Livro eletrônico. Guarujá: Científica Digital, 2021.