



RESILIÊNCIA PSICOSSOCIAL E COMUNICAÇÃO DOS RISCOS EM CASO DE CATÁSTROFES

7ª Edição - 15 junho 2025



INTRODUÇÃO

RESILIAGE é um projeto de investigação europeu de três anos (2023-2026) centrado no reforço da resiliência das comunidades através da integração do património cultural e natural na Redução do Risco de Catástrofes (RRC). Financiado pelo Horizon Europe, explora a forma como o património, enquanto recurso significativo das comunidades locais, pode reforçar a resiliência da sociedade face a riscos naturais e eventos extremos. Através da realização de investigação no terreno e do envolvimento das comunidades em cenários de múltiplos riscos, o RESILIAGE visa co-gerar conhecimentos acionáveis, capacitando as comunidades para melhor se prepararem e mitigarem os riscos de catástrofe, ao mesmo tempo que abordam os efeitos das alterações climáticas.

O projeto é liderado pelo Politécnico de Turim e envolve 18 parceiros de 10 países, incluindo socorristas, decisores políticos, associações de cidadãos e organizações patrimoniais. Através dos seus **cinco laboratórios CORE** estabelecidos em diferentes países, o RESILIAGE utiliza uma estrutura de Inovação Sistémica da Resiliência (SyRI) para analisar a governação, a interação social e outros fatores críticos. Ao envolver as partes interessadas em processos colaborativos e participativos, o projeto procura **criar ferramentas digitais e soluções flexíveis** que reforcem a preparação da comunidade e promovam estratégias de longo prazo para a resiliência a catástrofes.

CONTEÚDO

A **brochura #7 Resiliência psicossocial e comunicação de riscos em catástrofes** explora a abordagem psicossocial no projeto RESILIAGE, centrando-se na forma **como as recentes crises e catástrofes afetaram as vidas, os meios de subsistência e os ambientes** dos cidadãos europeus de formas imprevistas. Estes eventos evidenciaram uma lacuna significativa na nossa compreensão do comportamento individual e coletivo durante tais emergências, uma lacuna que prejudica a eficácia dos socorristas, a conceção de sistemas tecnológicos e o desenvolvimento e implementação de medidas políticas adequadas, tais como os Planos de Preparação, em diferentes escalas.

É crucial que **a preparação para as crises se desenrole em diferentes estádios temporais (antes, durante e depois do acontecimento)** e que a antecipação do **comportamento humano** ao longo destas fases seja **essencial para a criação de resiliência**. A forma como os indivíduos percecionam uma ameaça pode influenciar significativamente o facto de uma crise se tornar perturbadora. Infelizmente, muitas vezes **as pessoas não têm conhecimentos claros sobre a forma de atuar** quando ocorre uma catástrofe, e os seus comportamentos podem não ser adequados ou seguros. A perceção do risco é moldada por heurísticas que, embora eficientes, também introduzem enviesamentos cognitivos. Como defendem Jensen e Ong (2020), **compreender a forma como as pessoas percecionam o risco é**

vital para uma gestão eficaz do risco de catástrofes. Permite um melhor planeamento da resposta a emergências e pode motivar os cidadãos a tomar medidas preventivas. A comunicação sustentada em factos e dados desempenha, portanto, um papel fundamental na correção de perceções tendenciosas e na promoção de respostas mais objetivas e informadas aos riscos.

A abordagem psicossocial do RESILIAGE também aborda os **impactos na saúde mental que se seguem às catástrofes**. Estes impactos podem incluir perturbação de stresse pós-traumático (PSPT), depressão e outras condições psicológicas (Boscarino et al., 2014; De Jesús et al., 2022). Muitas vezes, **os planos de contingência ignoram as considerações de saúde mental** e os indivíduos podem encontrar-se sem mecanismos psicológicos eficazes para lidar com a situação. No entanto, o trauma não é apenas uma fonte de danos, este também pode catalisar o crescimento pós-traumático (CPT). Tal como descrito por Magne, Jaafari e Voyer (2021), o crescimento pós-traumático refere-se **às mudanças psicológicas positivas que alguns indivíduos experimentam após um trauma grave**. Estas mudanças podem incluir uma apreciação renovada pela vida, relações reforçadas, crescimento pessoal, novas oportunidades e o desenvolvimento de um sentido mais profundo de espiritualidade.

Para explorar estes temas, o RESILIAGE realizou dois estudos de campo complementares no âmbito dos seus cinco Laboratórios CORE:

- **Um estudo experimental** examinou a forma de comunicar **antecipadamente os riscos de catástrofes naturais**. Os participantes foram convidados a visualizar três cartazes diferentes que apresentavam dez comportamentos de segurança fundamentais relacionados com cenários de catástrofes locais (por exemplo, inundações, terremotos, incêndios florestais, ondas de calor, deslizamentos de terras). Cada cartaz **variava no nível de pormenor**, desde pictogramas isolados a pictogramas com um breve texto e, finalmente, pictogramas com ilustrações mais pormenorizadas. Foi utilizada uma câmara de rastreio ocular para analisar o **envolvimento visual dos participantes com cada cartaz**, enquanto os questionários pré- e pós- mediam as **alterações na perceção do risco e na resposta emocional**.
- Um **inquérito online**, distribuído de abril a julho de 2024, recolheu dados de cidadãos dos cinco laboratórios CORE. Explorou as **experiências passadas dos indivíduos com catástrofes naturais**, a sua perceção dos riscos associados, a sua confiança nas instituições e os efeitos psicológicos negativos (por exemplo, PSPT) e positivos (por exemplo, CPT) dessas experiências.

Descubra como foram testadas **estratégias experimentais de comunicação baseadas em cartazes em várias regiões da Europa, utilizando tecnologia de seguimento ocular**, e saiba o que um inquérito online revelou sobre experiências reais de catástrofes, resultados em termos de saúde mental e confiança nas instituições. Em conjunto, estes conhecimentos contribuem para a criação de comunidades mais resilientes e de respostas a crises mais centradas no ser humano.



Core Lab

**Naturtejo
PORTUGAL**

NATURTEJO CORE LAB

COMUNICAR O RISCO ANTES DA CATÁSTROFE



Core Lab

**Naturtejo
PORTUGAL**

Impacto da comunicação visual

Verificou-se que os cartazes que mostram comportamentos a adotar em situações de perigo natural **promovem a perceção do risco e ajudam a regular as emoções**. Depois de verem os cartazes, as emoções positivas e negativas diminuíram, o que sugere que uma comunicação visual simples e concisa pode apoiar um comportamento mais adaptativo durante as catástrofes.

No entanto, um forte conhecimento dos riscos e a regulação emocional **não são, por si só, suficientes para levar as pessoas a agir**. Por conseguinte, a comunicação visual através de cartazes deve ser **combinada com métodos mais envolventes e participativos**, como exercícios, workshops e sessões de formação, para incentivar uma verdadeira adaptação comportamental.



Caraterísticas dos suportes de comunicação visual

Estudos de rastreamento ocular mostraram que o nível de pormenor de um cartaz deve ser adaptado em função do objetivo de comunicação:

- O cartaz **“apenas pictogramas”** é o mais básico e o mais rápido de interpretar, mas pode não oferecer informações suficientes para uma compreensão mais profunda.
- O cartaz **“pictogramas e textos”**, que combina imagens simples e texto explicativo, é processado mais rapidamente e parece ser o mais adequado para situações de emergência. Proporciona uma compreensão clara e imediata sem ser demasiado complexo.
- O cartaz **“ilustrações e textos”**, embora pormenorizado, demora mais tempo a ser processado visualmente. Este facto torna-o

menos adequado para utilização em situações de emergência. No entanto, ajuda as pessoas a sentirem-se mais informadas sobre os riscos de catástrofe, o que pode reforçar o seu sentido de controlo e melhorar a preparação.

Em conclusão, uma **apresentação mais pormenorizada e aconselhável** antes de uma catástrofe para aumentar a sensibilização para os riscos, enquanto um formato mais simples e rápido é melhor durante uma emergência.

Os participantes também recomendaram que os cartazes fossem acessíveis a pessoas com deficiência visual, incluindo aparelhos auditivos (ou ajudas auditivas), sinalização em Braille e códigos de cores adaptados.



Inquérito online sobre a perceção do risco e os impactos psicológicos de catástrofes anteriores

Perceção do risco de catástrofe natural

Os participantes dos laboratórios CORE consideraram geralmente que as **catástrofes ambientais são mais perigosas para os outros do que para eles próprios**, refletindo um otimismo comparativo (Weinstein, 1980). Este facto pode dificultar os esforços de preparação, salientando a necessidade de realçar as vulnerabilidades locais nas campanhas de comunicação.

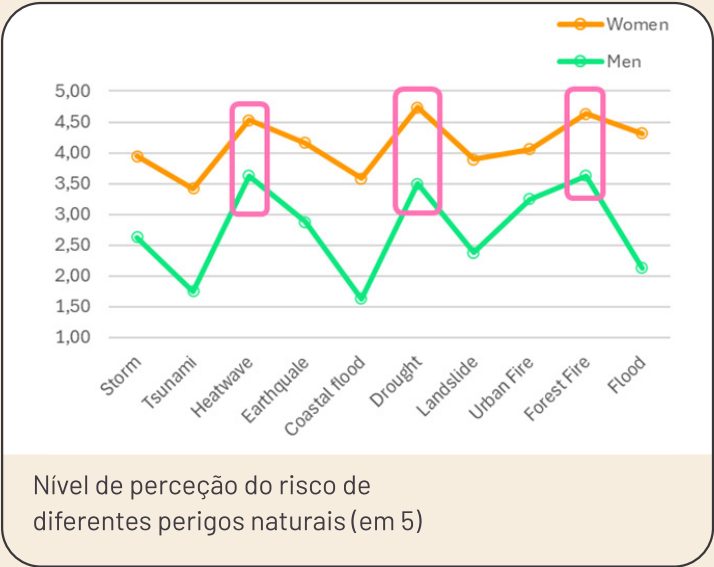
A experiência anterior de catástrofes naturais não parece influenciar a perceção atual dos riscos. Entre os riscos, os participantes identificaram os incêndios rurais como a maior ameaça, seguidos de perto pela seca e pelas ondas de calor. Todas estas são catástrofes relacionadas com o calor, fortemente ligadas às alterações climáticas e com uma cobertura mediática crescente.

Tal como observado em resultados anteriores, as mulheres tendem a perceber a maioria dos riscos de catástrofe como mais ameaçadores do que os homens.

Confiança nas instituições

No que respeita à gestão do risco de catástrofes, os participantes consideraram **os cientistas, os serviços de proteção civil e a União Europeia como as fontes mais fiáveis**. As organizações religiosas e as autoridades locais foram consideradas as menos fiáveis.

No que se refere ao fornecimento de informações fiáveis, os cientistas, a proteção civil e a União Europeia foram novamente os que mereceram maior confiança, enquanto as organizações religiosas e as redes de vizinhança foram as que mereceram menor confiança.



Impactos psicológicos dos riscos naturais

Em toda a amostra, **9% dos participantes apresentaram sintomas de PSPT - todos eles mulheres.**

Este facto confirma uma investigação mais ampla que mostra que as mulheres são mais vulneráveis ao desenvolvimento de perturbações psicológicas após catástrofes naturais.

A maior vulnerabilidade das mulheres pode resultar, em parte, da sua maior perceção dos riscos de catástrofe (ver conclusões anteriores). Como sugerem Blondé e Girandola (2016), a perceção de uma ameaça significativa pode gerar fortes emoções negativas e também limitar os comportamentos adaptativos. Assim, embora seja importante promover a perceção do risco, **é igualmente crucial considerar o seu impacto na saúde mental.**

Os sintomas de PSPT podem afetar não só as pessoas diretamente envolvidas em catástrofes, mas também as pessoas que as vivenciam indiretamente através de familiares ou da exposição aos meios de comunicação social. É essencial que **as estratégias de apoio à saúde mental se estendam também às vítimas indiretas.**

No entanto, há também um lado positivo: **Os sintomas de PSPT e a perceção de alto risco podem estar associados ao CPT.** Este facto mostra a importância de encorajar mudanças psicológicas positivas após acontecimentos traumáticos.

Por último, o inquérito revelou que os participantes **que confiavam mais nas instituições apresentavam menos sintomas de PSPT.** Os participantes com maior confiança nos serviços de saúde e segurança e nos cientistas também apresentaram maiores níveis de CPT. Este facto realça que a confiança nas instituições é um fator-chave no apoio à saúde mental e à resiliência na sequência de catástrofes naturais.

WEBSITE

www.resiliage.eu

CONTACT US

info@resiliage.eu

FOLLOW US

     @ResiliageEU

OUR CONSORTIUM

