SEGURANÇA DE JORNALISTAS: saúde mental e trauma no contexto brasileiro[1]

JOURNALISTS SAFETY: mental health and trauma in the Brazilian context

Daniela Osvald Ramos [2]
Vitória Paschoal Baldin[3]

Resumo: *Com a ascensão de governos autoritários de maneira global, mas especialmente de Donald Trump em 2016, o ataque ao jornalismo e aos jornalistas se intensificou de maneira inédita: segundo dados da FENAJ (Sarconi, 2025), foram de 135 ataques em 2018 para 208 em 2019, 428 em 2020 e 430 em 2021. Jair Bolsonaro, eleito presidente em 2018, seguiu esta cartilha no Brasil (RACHMAN, 2023). Ao mesmo tempo, a pandemia de Covid19 (2020-2022) também contribuiu para que, junto com os ataques crescentes, emergisse a discussão acadêmica sobre a saúde mental de jornalistas no país (VICTOR, 2023). Com a proposta de avançarmos nesta agenda, temos como objetivo neste artigo situar o campo de segurança mental de jornalistas a partir de um levantamento bibliográfico sobre o tema e entrevistas qualitativas realizadas com pesquisadoras brasileiras. Concluímos que, apesar de no início, já é possível mapear os avanços e as especificidades do campo no e a partir de especificidades do contexto brasileiro.*

Palavras-Chave: *Segurança. Jornalistas. Trauma.*

Abstract: *With the rise of authoritarian governments globally, but especially Donald Trump in 2016, attacks on journalism and journalists intensified unprecedentedly: according to data from FENAJ (Sarconi, 2025), there were 135 attacks in 2018, 208 in 2019, 428 in 2020, and 430 in 2021. Jair Bolsonaro, elected president in 2018, followed this playbook in Brazil (RACHMAN, 2023). At the same time, the Covid-19 pandemic (2020-2022) also contributed to the emergence of academic discussions on the mental health of journalists in the country, alongside the increasing attacks (VICTOR, 2023). With the aim of advancing this agenda, this article seeks to situate the field of mental health security for journalists based on a bibliographic survey on the topic and qualitative interviews conducted with Brazilian researchers. We concluded that, although in its early stages, it is already possible to map the advances and specificities of the field within and from the specificities of the Brazilian context.*

Keywords: *Safety. Journalists. Trauma.*

[1] Trabalho apresentado ao Grupo de Trabalho Estudos de Jornalismo no 35º Encontro Anual da Compós, Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Natal - RN. 9 a 12 de junho de 2026.

[2] Universidade de São Paulo, Professora do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Comunicação. E-mail: dramos@usp.br.

[3] Universidade de São Paulo, Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Comunicação. E-mail: vitoria.baldin@usp.br.

1. Introdução

Antes de se configurar como um problema explicitamente nomeado no debate acadêmico brasileiro, a segurança e a saúde mental de jornalistas já se manifestavam de forma latente nas rotinas profissionais, marcadas pela precarização do trabalho, pela intensificação dos ritmos produtivos e pela crescente plataformização da atividade jornalística. A ascensão de políticos como o ex-presidente Jair Bolsonaro (2019-2022), que operam na estratégia de ataque constante ao Jornalismo e jornalistas, e a pandemia de Covid-19 operaram, nesse sentido, como uma janela de problematização: ao mesmo tempo em que exacerbou condições estruturais pré-existentes, tornou visíveis os efeitos psicossociais de exposições prolongadas a coberturas de risco, à instabilidade laboral e a ambientes digitais hostis. Esse processo ocorreu em interação com a reconfiguração e amplificação das modalidades de ataque ao jornalismo, em um contexto de forte polarização política, no qual jornalistas passaram a ser alvos recorrentes de campanhas de deslegitimação, assédio e violência, muitas vezes estimuladas a partir de lideranças políticas e seus apoiadores. Slavtcheva-Petkova et all (2023, p.1214) conceituam a segurança de jornalistas como

> "(...) a medida em que eles podem desempenhar suas funções profissionais sem enfrentar ameaças à sua integridade e bem-estar físico, psicológico, digital e financeiro. Dado que essas ameaças são vivenciadas no decorrer ou como resultado do exercício de suas funções profissionais, todas as quatro dimensões – física e psicológica, digital e financeira – fazem parte da segurança ocupacional dos jornalistas".[4]

Os autores detalham as ameaças presentes em cada dimensão de segurança. Na dimensão psicológica, avaliam que o "Impacto Psicológico no Bem-Estar Mental e Emocional dos Jornalistas" (2023, p.1214) pode ser detalhado como

> Agressão verbal, discurso de ódio, divulgação de informações pessoais, assédio (sexual e de gênero), perseguição, vigilantismo cidadão com o objetivo de disciplinar e silenciar jornalistas. Ataques à capacidade de realizar reportagens, como intimidação, coerção, assédio moral no trabalho, invasões a escritórios e apreensões ou danos a equipamentos.[5]

[4] Tradução livre dos autores. No original, *(...) we conceptualize journalists' safety as the extent to which journalists can perform their work-related tasks without facing threats to their physical, psychological, digital, and financial integrity and well-being. Given that these threats are experienced in the course or as a result of performing their professional duties, all four dimensions – physical and psychological, digital, and financial – are part of journalists' occupational safety.*

[5] Tradução livre dos autores. No original, *Dimension 2: Psychological Impact journalists' mental and emotional wellbeing Dimension. Verbal aggression, hate speech, dissemination of personal information, (sexual, gendered) harassment, stalking, citizen vigilantism aimed at disciplining and silencing journalists. Attacks on*

Neste artigo focamos na recente pesquisa acadêmica brasileira focada nas consequencias da falta segurança psicológica da categoria de maneira ampla. Introduzimos nosso recorte a partir de duas publicações de jornalistas brasileiros sobre o período em que ficaram sob os ataques de Jair Bolsonaro e de sua família, por um lado, e de outro, sob os ataques do ex-presidente somados ao contexto da pandemia de Covid-19 (SACONI, 2025; SCOLESE, 2025), que se juntam aos pioneiros Sakamoto (2016) e Mello (2020). No caldo entornado do espírito do tempo que vem tornando cada vez mais o Jornalismo e jornalistas como alvos constantes de variados tipos de agressões e ataques, os relatos dão conta de endereçar um campo específico dos estudos de Jornalismo ainda em desenvolvimento no país: o da segurança de jornalistas, especialmente no que concerne à metodologia destes ataques (MELLO, 2020; SACONI, 2025; Sakamoto, 2016) e ao viés de gênero (MELLO, 2020). Mas, também, como se dá a sobrevivência psicológica destes profissionais em meio a ataques e pressão de coberturas de eventos extremos, como a pandemia. Scolese (2025), por exemplo, dedica um capítulo inteiro ao tema, nomeado como "Saúde mental" (2005, pp. 167-234), evidenciando como esta abordagem se tornou crucial em 2020 e 2021 e como, pouco a pouco, a classe foi tomando consciência de que a pressão constante por prazos, fechamento, apuração, tinha passado um pouco (muito) do usual.

"Jornalistas são uma tribo resiliente. Mas também somos vulneráveis a danos psicológicos, tanto quanto bombeiros, policiais, paramédicos ou soldados. E precisamos de treinamento, apoio psicológico e lideranças conscientes destas questões" (SCOLESE, 2025, p. 183). A frase, citada por Scolese, é de Bruce Shapiro, diretor-executivo do centro referência em treinamento e orientação para as questões que envolvem tanto a saúde mental de jornalistas quanto de coberturas sensíveis que necessitam de um jornalismo informado sobre trauma (tanto para jornalistas que estão nestas coberturas quanto para preservar o máximo possível a saúde mental das fontes nestas coberturas), o *Global Center for Journalism and Trauma*[6], e foi enviada aos jornalistas da redação do jornal Folha de S. Paulo em inédito curso sobre saúde mental para

ability to carry out reporting, such as intimidation, coercion, workplace bullying, office raids, and seizures or damage to equipment.

[6] Antigo *Dart Center for Journalism and Trauma*, passou por recente formulação e se retirou da Universidade de Colúmbia. Disponível em <https://gcjt.org/>. Acesso em 15/02/2026.

jornalistas durante o segundo ano da pandemia de Covid19. Nesta breve frase, Shapiro elenca ramos do desdobramento do tema, como trauma ("danos psicológicos"), coberturas exigentes e de risco (ao comparar jornalistas a bombeiros, policiais, paramédicos e soldados), treinamento para a preservação da saúde física, mental e emocional, apoio psicológico (e quando o jornalista não tem vínculo com empresas, quem oferece este apoio?), e a falta de líderes no mínimo se não treinados, sensíveis para estas questões e capazes de oferecer orientação.

O cenário de atuação destes profissionais difere, mas se aproxima em alguns pontos, do descrito por jornalistas que trabalham cobrindo guerras e conflitos e que já sabem e se preparam para enfrentar situações que ameaçam constantemente sua integridade física, mental e emocional e que, por isso, exigirão o máximo de treinamento para situações de risco como sequestro, cativeiro, possíveis violências de todos os tipos, e que precisarão de autocontrole sobre o estresse que irão enfrentar. Na série documental "Câmera entre balas", por exemplo (CÂMERA, 2025), o fotojornalista Gabriel Chaim diz que "Estar no *front* é enfrentar um risco constante". Não por acaso Scolese escolhe a palavra "trincheira" para nomear os dias nos quais ele e sua equipe passaram sob o governo Bolsonaro. O uso do vocabulário de guerra para descrever situações de jornalistas que não estão exatamente enfrentando uma cobertura de guerra aponta para, por um lado, a necessidade de ampliação dos estudos de segurança para além da tradicional preparação para o trabalho em locais de risco de guerra e conflitos, como para jornalistas que cobrem política, cidades, esportes, e até carnaval (SAAD; OSVALD; AMADO 2025, pp. 47), ou que, independente do tema, são sujeitos constantemente a ataques no ambiente digital (especialmente na intersecção de gênero, raça e orientação sexual), já praticamente normalizados.

"Um alvo pode ser acionado várias vezes pelo 'capital do ódio' já conquistado nas redes pelo agressor" (SACONI, 2025, p. 35). Saconi passa por uma "cauda longa da violência", pois continua sendo atacado desde 2019 por ter publicado na revista Época um relato de sessões com a então *coach* Heloisa Wolf, mulher de Eduardo Bolsonaro. Na apresentação, o jornalista diz que "Este livro é o retrato de um trauma individual e, ao mesmo tempo, coletivo. Foi o caminho que um jornalista, atacado em seu ofício no começo da carreira, encontrou para não desistir dela" (IDEM, p. 8). Mas como saúde mental e trauma estão relacionados no contexto

brasileiro? E como a literatura acadêmica sobre o tema está se desenvolvendo no país? Para responder a estas perguntas de pesquisa, empreendemos uma pesquisa exploratória. Além da pesquisa bibliográfica, entrevistamos duas jornalistas (entrevistas semi estruturadas) e professoras universitárias que desenvolvem pesquisas específicas sobre jornalismo, trauma e saúde mental no Brasil: Mara Ferreira Rovida, jornalista e professora da Universidade de Sorocaba (UNISO), integra o grupo de pesquisa sobre Educação e Trauma em Jornalismo e é membro da pesquisa "Riscos e traumas no jornalismo: inovação tecnológica e a feminização da profissão") e Cilene Victor[7], jornalista especialista em comunicação de risco e desastres, cobre crises humanitárias em diversos países, é responsável por difundir no Brasil o conceito de "injúria moral" e "fadiga da compaixão", também professora da Universidade Metodista de São Paulo (UMESP). Agregamos ainda questões apresentadas por Paula Melani Rocha, líder do grupo pesquisa sobre Educação e Trauma em Jornalismo e da pesquisa a qual Rovida integra, também jornalista e professora da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), em sessão especial da etapa online do Grupo de Trabalho "Comunicação, Mídia e Liberdade de Expressão" do Intercom (em 13/08/2025, "Trauma e Liberdade de Expressão"). Seguimos para um mapeamento bibliográfico inicial do campo no país e apresentamos as anotações finais.

Trauma, entrevistas e palestra com Paula Melani

No plano comparativo, a literatura internacional sobre segurança de jornalistas foi historicamente ancorada em contextos de guerra e conflito armado, com ênfase em exposição a eventos críticos, protocolos de proteção e transtornos relacionados ao trauma agudo (Feinstein; Audet; Waknine, 2014; Newman; Simpson; Handschuh, 2003). Em campos adjacentes, consolidou-se um corpo de estudos sobre trauma ocupacional crônico, estresse cumulativo, injúria moral e trauma vicário, associado a exposições repetidas a sofrimento humano, ambiguidade normativa e sobrecarga organizacional (Violanti et al., 2017, por exemplo). Pesquisas sobre jornalismo local e coberturas de desastre também apontam para efeitos psicossociais decorrentes da exposição prolongada a eventos traumáticos e da pressão organizacional (Smith et al., 2018). Ainda assim, permanece subexplorada uma configuração na qual a ameaça não se concentra em eventos extraordinários, mas se distribui de forma

[7] Entrevistas realizadas via GoogleMeet em 21/6/2025, com Mara Rovida; 15h-16h30; e com Cilene Victor em 21/7/2026, 14h-16h30.

persistente e capilarizada no cotidiano profissional. É nesse ponto que o caso brasileiro oferece uma contribuição analítica: a experiência de um trauma *difuso* e *cotidiano*, produzido pela combinação de violência urbana endêmica, assédio digital sistemático, precarização laboral e polarização política, com efeitos psicossociais que não derivam de um único evento crítico, mas de exposições reiteradas e interseccionais. Para avançar desse enquadramento para a materialidade das experiências profissionais no país, mobilizamos entrevistas com pesquisadoras que vêm sistematizando o tema no Brasil.

Ediane Ribeiro, psicóloga precursora no país na abordagem de uma sociedade informada sobre trauma, cita várias definições do fenômeno. Destacamos aqui a de David Siegel (RIBEIRO, 2024, p. 31): "Trauma é uma sobrecarga no sistema nervoso maior do que é possível processar". Ao viver constantemente sob pressão, assume-se que a jornalista se acostuma a lidar com a sobrecarga de forma contínua, como parte do seu trabalho diário; no entanto, como já discutimos, a pressão tem sido extrapolada por diversos fatores. Não é nossa intenção neste artigo discutir os fatores internos e externos aos indivíduos que causam o estresse, bem como sua cadeia de funcionamento no corpo humano, como a secreção do hormônio cortisol, por exemplo. No entanto, a seguir elencaremos algumas definições básicas para a continuidade de análise dos pontos principais das entrevistas.

O que se denomina como "curva do estresse" teve origem e foi adaptado do conceito desenvolvido pelos psicólogos Robert M. Yerkes e John Dillingham Dodsonem ("Lei de Yerkes-Dodson", de 1908), que define quatro fases em um gráfico que configura um U invertido que mede desempenho x estresse (ou "excitação") (SINICO; WINTER, 2013, p. 241). Em geral, as fases são descritas como "inatividade" (ausência de estresse), "melhor performance" (estresse adequado), "exaustão" (estresse excessivo), "ansiedade e frustração" (consequência da curva ter ficado no alto durante muito tempo). Quanto mais estresse, melhor o desempenho, pois um organismo totalmente relaxado não atinge um grau de atividade ótimo. No entanto, ao condicionar o desempenho continuamente num grau ótimo, a sobrecarga constante pode extrapolar o saudável e se tornar adoecimento. Dito de outra maneira,

> Selye (1946,1950) denominou essa sintomatologia de 'Síndrome de Adaptação Geral' (SAG), na qual observou que o corpo não apresenta capacidade adaptativa infinita, ou seja, em determinado momento perde a capacidade de se adaptar, o que gera consequências negativas na saúde do indivíduo (CAVALCANTI et all, 2021, p. 38).

Uma das consequências negativas para a saúde pode ser o "Transtorno do Estresse Pós-traumático", TEPT, ou o *burnout*).

Para Paula Melani Rocha (MELANI, 2025, sem p.), "O trauma rouba a sensação de segurança. Trauma é medo da morte, uma morte simbólica, como sair da profissão, por exemplo. Ou estar relacionado a profissionais que atuam em veículos que fazem certos tipos de cobertura, a pandemia, Governo Bolsonaro… É um problema coletivo." A partir da pesquisa em andamento, Melani endossa Saconi (2025) ao reconhecer que a questão de saúde mental e consequentes traumas no exercício jornalístico devem ser encarados como um problema coletivo e não individual. Entre os resultados parciais da pesquisa Rocha et all (2025) apontam para o viés de gênero dos ataques no período pandêmico e detalham em como se deu o adoeciemento recorrente pela leitura dos sintomas do TEPT

Já Cilene Victor não se utiliza do conceito de trauma para desenvolver sua abordagem em saúde mental, mas fixa-se nos termos "ferida na alma" ; "injúria moral" ou "lesão moral" (*moral injury*), conceitos de Feinstein (2013) (também FEINSTEIN et all 2014; 2025, entre outras referências ao autor); e "fadiga da compaixão" , amparada principalmente em Moeller (2002). Victor explica que a injúria moral para o jornalista humanitário, categoria na qual se inclui, surge ao presenciar a violação de um direito básico. Cita como exemplo uma experiência que viveu: conhecer, no Líbano, uma menina refugiada de 12 anos cujo sonho de ir à escola é negado pela guerra; testemunhar essa injustiça é a fonte do dano:

> E aí ali eu já sinto o meu batimento (cardíaco) estourado. É uma transgressão moral, né? Porque as crianças na idade dela têm de estar na escola. Então eu estou testemunhando a violação de um direito, eu estou testemunhando a dor de alguém.
> (...) Eu saio dali e não consigo tirar até hoje a imagem dessa criança (da cabeça). Voltei ao Líbano para tentar encontrar a família dela. (...) mas guerra é uma coisa complicada, os conflitos são prolongados.[8]

Victor aponta também para a diferença entre o TEPT (Transtorno de Estresse Pós-Traumático), que pode levar ao alcoolismo, depressão ou ansiedade e é um quadro clínico; já a injúria moral é um conflito interno de valores e não implica necessariamente em ter que lidar com o trauma

[8] Entrevista realizada via GoogleMeet em 21/7/202.

dentro de um quadro clínico psicológico ou psiquiátrico. A jornalista carrega a dor do outro e a culpa por não poder mudar aquela realidade, e cita que Feinstein, como psiquiatra e não psicólogo, tem critérios para determinar o que é injúria moral, que se liga ao testemunho contínuo de injustiças, ou o resultado do choque entre o dever de testemunhar e a incapacidade de impedir o sofrimento e a injustiça que se perpetuam diante da sua cobertura jornalística. O contato contínuo com a dor alheia pode desencadear também a "fadiga da compaixão", termo originalmente cunhado no âmbito da enfermagem oncológica por Joinson (1992) e desenvolvido posteriormente por Moeller (2002). Assim, a mídia, ao veicular imagens de sofrimento, ao invés de gerar reações de protesto, pode causar uma certa apatia, indiferença, ou até o extremo, cita Victor, como ódio daqueles que sofrem. Pode levar também à desumanização do outro, seja pela própria mídia ou como um processo que ocorre no indivíduo, pela exaustão emocional que o contato com o sofrimento do outro causa. É o que Boltanski (1999), citado por ela, chama de "sofrimento distante".

Já Mara Rovida, que também pesquisa jornalismo nas periferias brasileiras (por exemplo ROVIDA, 2018; 2020), aborda a questão de possíveis traumas e saúde mental de jornalistas a partir da realidade nacional, na qual a violência não está isolada em um campo de batalha distante, mas é cotidiana e acontece com jornalistas em territórios de violência urbana e violência policial. Diferente do modelo internacional de correspondente de guerra, no Brasil o trauma é provocado por uma violência "difusa", "urbana" e "cotidiana". Mara destaca que, embora o sofrimento se manifeste individualmente, o padrão do trauma é coletivo. Rovida conecta a questão da saúde mental a uma realidade de jornalistas que estão longe dos grandes veículos e atuam nos seus territórios:

> Então, um desses jornalistas me disse uma vez assim: "Quando você vai fazer uma denúncia sobre violência policial e você é do território, você sabe que você está correndo o risco de amanhã ou depois acordar com uma viatura na porta da sua casa. Tá parada ali como quem não quer nada, sabe? É esse tipo de represália, né? Isso não vai acontecer com o jornalista que tá falando lá do centro da cidade, mas vai acontecer comigo aqui". Esses jornalistas estão expostos a também sofrer esse tipo de violência, mais do que uma pessoa que está falando disso de uma maneira distanciada.[9]

A realidade dos territórios periféricos se conecta também à noção de "trauma ancestral e interseccionalidade", especificamente em relação a jornalistas negros. O racismo estrutural

[9] Entrevista realizada via GoogleMeet em 21/6/202.

coloca o corpo negro em um estado de alerta constante, um estressor contínuo que difere do trauma de um evento isolado. A violência e o impacto na saúde mental escalam de forma diferente dependendo de se a jornalista é branca, negra e/ou LGBTQIAP+. Ribeiro (2024, pp. 132-134) utiliza o termo "trauma transgeracional" e analisa três contextos nos quais alguns autores já desenvolveram esta hipótese: o trauma transgeracional do holocausto em contexto de famílias de origem judaica, citando Rachel Yehuda (2024, p. 132) (podemos imaginar a hipótese do mesmo estar acontecendo atualmente com famílias palestinas), filhos de mulheres que passaram por traumas na infância e famílias de pessoas negras (a autora cita Gabor Maté e Resmaa Menakem – 2024, p. 132). Ou seja, o racismo pode atuar como um trauma transgeracional, gerando outro tipo de experiência nos corpos negros. Este dado pode futuramente servir para uma planejamento mais cuidadoso de reportagens que cubram eventos que incluam esta população. Rovida chama atenção, tal qual Ribeiro (2024) para a importância de que o trauma se define também pela resposta do corpo. Ela cita o exemplo de uma jornalista que sente taquicardia ao ver alguém fisicamente parecido com seu agressor, mesmo sabendo racionalmente que não é ele. O corpo "dispara a proteção" porque o circuito neurológico do trauma foi acionado:

> Essa sobrecarga que o sistema nervoso recebe durante uma experiência traumática pode ser resultado de situações limítrofes e de risco real à vida, como acidentes graves, violências, abusos e negligências. Mas também pode resultar de acontecimentos cotidianos e vivenciados por todos nós, como adoecimento nosso e de pessoas que amamos, perdas, frustrações, rupturas de relacionamentos, problemas financeiros, ausência de vínculo seguro sobretudo na infância, situações vexaminosas e muitos outros desafios que vivemos em diferentes fases da vida.
> O trauma é, portanto, uma experiência neuropsicofísica que deixa marcas no corpo, na mente, no cérebro, nas emoções e no comportamento. (RIBEIRO, 2024, p. 30)

Rovida ainda chama atenção para a possibilidade de traumatização pelo crescente assédio judicial a jornalistas, tanto que a Associação Brasileira de Jornalistas Investigativos (ABRAJI) criou o "Monitor de assédio judicial contra jornalistas", uma maneira de expor a crescente tática de intimidar a jornalistas a continuar e exerceu seu trabalho. Outro ponto importante são as ameaças digitais, que podem desembocar em ameaças físicas. Sakamoto (2016) já relatou, infelizmente, casos como este, e também Mello (2020), assim como Saconi (2025). A pesquisadora cita como esta ameaça se conecta às interseccionalidades e conta sobre o caso de uma jornalista transgênero que vinha sendo atacada continuamente pela internet, até que seu carro foi depredado no estacionamento da redação na qual trabalhava. Rovida ainda menciona que um resultado parcial da pesquisa liderada por Melani e a qual integra é que "(...) a gente tem percebido várias formas diferentes de ataques que vêm sendo promovidos contra a

imprensa de forma geral, mas com alguns detalhes, requintes de crueldade, quando você pensa nesse jornalista a partir de alguns marcadores identitários".

Para resumir as abordagens coletadas nas entrevistas e palestra de Melani Rocha e guiar o nosso mapeamento preliminar, sintetizamos alguns pontos recorrentes a partir do roteiro das entrevistas a seguir.

TABELA 1 — Sistematização das dimensões abordadas nas entrevistas e na palestra de Melani

Pesquisadoras	**Área de Atuação/Pesquisa**	**Saúde mental ou riscos Identificados**	**Contexto Geográfico ou Social**	**Recomendações para Formação ou Prática**
Cilene Victor	Mudanças climáticas, comunicação de riscos e jornalismo humanitário.	Injúria moral, fadiga da compaixão e riscos em áreas de conflito.	Internacional (Síria, Líbano, Quênia/Kibera, Turquia) e Nacional (Rio Grande do Sul, Mariana, Brumadinho).	Escuta sensível ao trauma; necessidade de seguros específicos para jornalistas e apoio em saúde mental pelas redações; inclusão da temática na graduação.
Mara Rovida	Jornalismo periférico, educação e trauma no jornalismo.	Violência policial, assédio judicial (acosso judicial), ataques digitais e violência física contra jornalistas de perfil interseccional.	Local (Periferias brasileiras e capitais com altos índices de violência).	Inclusão do tema em disciplinas de ética; criação de protocolos de segurança coletiva; suporte jurídico e psicológico pelas empresas de comunicação.
Paula Melani Rocha	Jornalismo, educação e trauma com foco em gênero.	Assédio na prática profissional e ataques contra jornalistas mulheres.	Nacional (Brasil) e coordenação de hubs de pesquisa na América do Sul.	Formação docente para tratar o trauma em sala de aula; maior diálogo entre academia e entidades como Abraji e Fenaj.

Fonte: Sistematização das autoras.

Mapeamento preliminar do campo

O mapeamento preliminar do campo, inspirado na sistematização das entrevistas (Tabela 1), indica que os estudos sobre trauma no jornalismo brasileiro se organizam segundo eixos de especialidade que articulam objeto de cobertura, posição social do profissional e regime de exposição ao risco. Observa-se uma variação territorial que vai do micro (coberturas em periferias urbanas e contextos locais de violência) ao macro (cenários de conflito e desastres de grande escala), com manifestações psicossomáticas recorrentes (como taquicardia e crises respiratórias) que sinalizam a passagem de estressores ocupacionais para quadros de adoecimento.

A distinção entre temporalidades do dano (o trauma crônico e cumulativo associado às rotinas de cobertura em territórios periféricos, como problematizado por Mara Rovida e Paula Melani, e a injúria moral aguda e episódica decorrente de coberturas de desastres, conforme discutido por Cilene Victor) tensiona a universalidade das "recomendações para a prática". Protocolos padronizados tendem a operar com uma gramática de risco homogênea, na qual instrumentos como seguros específicos e atendimentos pontuais são adequados para eventos delimitados no tempo, mas mostram eficácia limitada frente a exposições prolongadas e cumulativas, como o assédio judicial reiterado e a violência difusa no cotidiano de coberturas periféricas. Para uma agenda alinhada à proposta de análise situada da segurança de jornalistas no Brasil, o problema não é apenas de intensidade, mas de regime temporal do risco: enquanto o primeiro convoca dispositivos de resposta imediata e reparação, o segundo exige infraestruturas de suporte jurídico continuado, redes de proteção e mecanismos de resistência institucional de longo prazo.

A comparação entre o mapeamento do campo brasileiro e os achados das entrevistas revela uma convergência substantiva quanto ao estatuto do trauma no jornalismo como processo socialmente situado, ao mesmo tempo em que explicita tensões analíticas relevantes. De forma geral, o campo brasileiro indica uma convergência analítica que situa o sofrimento no jornalismo como (1) *produto de mediações estruturais do trabalho e de ecologias de risco*, mais do que como categoria clínica autônoma (SALVAGNI; VERONESE; FIGARO, 2025, por exemplo). Em diálogo com a psicodinâmica do trabalho e com a sociologia do jornalismo, o trauma é majoritariamente interpretado como efeito de constrangimentos organizacionais,

intensificação produtiva e exposição reiterada a conteúdos violentos, pressuposto que o vincula às condições materiais e simbólicas de produção.

Nessa moldura, também o sofrimento é analisado como (2) *derivação de ambientes hostis à prática profissional* marcados por ameaças, assédio e restrições à liberdade de expressão, aproximando-se das abordagens situadas de segurança de jornalistas e sustentando a premissa operatória de que a segurança (ou sua ausência) explica o sofrimento (CHRISTOFOLETTI, 2021; RAMOS, 2022; ROCHA et all, 2025). Por fim, estudos sobre (3) *rotinas de cobertura de tragédias, violência urbana e conflitos internacionais* sugerem que práticas discursivas e regimes de visualidade modulam o impacto psíquico (BARBOSA; CARVALHO, 2016.). Em conjunto, a sistematização das entrevistas e o mapeamento do campo convergem ao indicar que o sofrimento no jornalismo brasileiro é concebido predominantemente como fenômeno processual e situado, ancorado em condições de trabalho precarizadas, em ecologias de risco e em regimes de visibilidade que intensificam a exposição a conteúdos violentos e ao assédio. Observa-se correspondência: no *plano empírico*, a diversidade de *corpus* de análise (do local periférico ao internacional); no *plano teórico*, prevalece uma leitura que articula organização do trabalho, segurança profissional e mediações discursivas como vetores explicativos do impacto psíquico.

Em termos propositivos, o campo revela uma inclinação consistente para soluções ancoradas na reforma da formação acadêmica e na ampliação de dispositivos de suporte jurídico e institucional, indicando uma leitura do problema que privilegia respostas estruturadas no âmbito profissional e organizacional. A chamada “solução via graduação” pode ser compreendida como uma estratégia de intervenção no nível formativo que busca institucionalizar, nos currículos de Jornalismo e na formação docente, conteúdos relativos a trauma ocupacional, segurança e práticas de enfrentamento. Sob uma leitura alinhada à abordagem situada, tal movimento opera um deslocamento do eixo estrutural para o eixo disposicional. Isto é, em vez de incidir diretamente sobre os determinantes organizacionais do risco, como regimes de contratação flexíveis, intensificação produtiva e mediação algorítmica do trabalho, privilegia a capacitação individual para reconhecer e gerir a exposição ao dano. Uma possível fragilidade dessa perspectiva é a pedagogização de um problema de natureza também organizacional, com potencial de reconfigurar a segurança como atributo do sujeito e

não como resultado de condições de trabalho. Ainda assim, no plano empírico, a formação emerge como um dos poucos pontos de intervenção institucionalmente viáveis no curto prazo, sobretudo em contextos de proteção laboral limitada, o que confere a essa estratégia um caráter pragmático de mitigação. A formação, portanto, deve operar como dupla mediação: mitigadora de danos imediatos e infraestrutura cognitiva para a problematização pública dos determinantes organizacionais do risco.

A premissa que atribui às organizações jornalísticas a oferta de apoio psicológico e coberturas securitárias introduz um vetor institucional relevante, mas encontra limites evidentes no contexto de retração do modelo de negócios e de heterogeneidade do campo. Se, por um lado, tal diretriz pode ser operacionalizada em grandes conglomerados como Globo e Folha de S.Paulo, por outro, sua transposição para ecossistemas de jornalismo periférico, frequentemente organizados como coletivos informais e financeiramente instáveis, torna-se problemática — cenário já mapeado por Mara Rovida. Pesquisas futuras devem repensar criticamente a suposição de uma redação empresarial padronizada e investigar a responsabilidade como arranjo distribuído em rede (NONATO; PACHI FILHO; FIGARO, 2018), envolvendo associações profissionais, universidades, fundos de apoio e protocolos interorganizacionais de baixo custo. Tal agenda permitiria examinar empiricamente como diferentes combinações institucionais tornam viável a proteção psicossocial em regimes produtivos precarizados, ao mesmo tempo em que preservam a imputação de deveres organizacionais e reconhecem a heterogeneidade material que estrutura o campo jornalístico.

Apontamentos finais

Em contraste com o paradigma internacional centrado no “evento crítico”, o padrão observado no Brasil descreve um dano processual, persistente e estruturalmente ancorado. O sofrimento não aparece como desvio episódico, mas como subproduto previsível de arranjos produtivos marcados por precarização e traumas transgeracionais presentes no ordenamento sociopolítico nacional. Nessa moldura, a segurança deixa de ser variável e passa a constituir condição de possibilidade do bem-estar psíquico: a literatura sobre riscos e trauma já indica que saúde mental e segurança financeira e informacional operam de forma indissociável a profissão.

Os dados também apontam para a natureza interseccional do trauma, cuja incidência e expressão variam conforme marcadores de raça, gênero e territorialidade. A exposição crônica em coberturas periféricas, tematizada por Mara Rovida, e a identificação de estressores sociobiológicos associados ao racismo e ao sexismo, enfatizada por Ediane Ribeiro na literatura específica, convergem para uma crítica decolonial à importação acrítica do modelo centrado no TEPT. O padrão de ativação contínua, sem ciclos regulares de recuperação, pode ajudar a explicar a linearidade da exaustão observada entre profissionais, deslocando o foco de picos excepcionais para regimes ordinários de desgaste. Por outro lado, a abordagem de Cilene Victor vai na direção de não enquadrar o sofrimento decorrente da prática jornalística necessariamente sob uma abordagem da Psicologia, mas de uma decorrência da empatia humana no testemunho contínuo de injustiças e situações de sofrimento alheio com o conceito de "injúria moral" e "ferida na alma".

Esse mapeamento inicial, contudo, também explicita lacunas analíticas que demandam estudos futuros. A recorrente centralidade do eixo comparativo Brasil–internacional pode obscurecer a dimensão intranacional do fenômeno, atenuando variações regionais relevantes em um país marcado por profundas assimetrias históricas e socioeconômicas. Uma agenda analítica mais rigorosa requer examinar como diferentes ecologias de risco, em que diferentes estados e regiões do país são atravessadas por experiências e dinâmicas socioprofissionais especificas, produzem configurações próprias de exposição e sofrimento ocupacional no jornalismo. Os principais desafios mapeados são desenvolver pesquisas acadêmicas a partir de uma abordagem decolonial ao trauma e saúde mental, de acordo com a realidade nacional e resistir a uma abordagem individual a um problema coletivo. Nesse sentido, a inclusão do tema de saúde mental e trauma nos currículos de graduação e pós-graduação correria o risco de mascarar o problema como individual (se a abordagem fosse centrada no autocuidado do indivíduo, somente), ao mesmo tempo em que não falar sobre o tema continua sendo uma lacuna importante na formação de jornalistas, já que a prevenção também passa pelo indivíduo. Desta maneira, esperamos ter contribuído para ampliar a compreensão de como a saúde mental e trauma estão relacionados no contexto brasileiro e como a literatura acadêmica sobre o tema está se desenvolvendo no país.

Referências

BARBOSA, Karina; CARVALHO, André. Narrativas do trauma no jornalismo local: o rompimento da barragem da Samarco em Mariana. **Estudos em Jornalismo e Mídia**, v. 13, n. 2, 2016.

BOLTANSKI, Luc. **Distant Suffering: Morality, Media and Politics.** Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

CAVALCANTI, Ana Lúcia; BAGAROLLO, Maria Fernanda; LIPP, Marilda; CONSTANTIN, Ana Carolina. TREINO DE CONTROLE DO STRESS DE LIPP: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA. Boletim Academia Paulista de Psicologia, São Paulo, Brasil - V. 41, nº100, p. 37 - 47, 2021. Disponível em <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v41n100/a05v41n100.pdf>. Acesso em 12/02/2026.

CÂMERA ENTRE BALAS. Tatty Viana e Tania Leite, Brasil, Co-produção Warner Bros. Discovery e 4You Films, 2025. 8 episódios de 30'.

CHRISTOFOLETTI, Rogério. Violência de Estado contra jornalistas: impactos práticos e éticos das perseguições do governo Bolsonaro. **19º ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISADORES EM JORNALISMO, 2021, Brasília. ANAIS DO 19º ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISADORES EM JORNALISMO**, p. 1-16, 2021.

FEINSTEIN, Anthony; AUDET, Blair; WAKNINE, Elizabeth. Witnessing images of extreme violence: A psychological study of journalists in the newsroom. **JRSM open**, v. 5, n. 8, p. 2054270414533323, 2014.

FEINSTEIN, Anthony. Moral Courage: 19 Profiles of Investigative Journalists. Nova Iorque: G Editions, 2013.

FEINSTEIN, A., STORM, H., MEAD, J., & SHARKEY, A. (2025). An examination of psychological distress and moral injury in journalists exposed to online harassment. European Journal of Psychotraumatology, 16(1). https://doi.org/10.1080/20008066.2025.252250

JOINSON, Carla. Coping with compassion fatigue. **Nursing.** Apr;22(4):116, 118-9, 120, 1992.

MELANI, Paula. Trauma e Liberdade de Expressão. Evento online do Grupo de Trabalho "Comunicação, Mídia e Liberdade de Expressão" da Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação (Intercom) Vitória, Espírito Santo. 13/08/2025.

MELANI Rocha, P., FERREIRA ROVIDA, M., & MANRIQUE VILLANUEVA, María Patricia, L. (2025). Sobreviventes da pauta: o adoecimento das jornalistas sob ataques no exercício de sua profissão. **E-Compós**, 28. https://doi.org/10.30962/ecomps.3151

MELLO, Patrícia. Campo. **A Máquina do Ódio. Notas de uma repórter sobre fake News e violência digital.** Companhia das Letras: São Paulo, 2020.

MOELLER, Susan D. Compassion Fatigue. How the Media Sell Disease, Famine, War and Death. Nova Iorque: Routledge, 2002. DOI: https://doi.org/10.4324/9780203900352

NEWMAN, Elana; SIMPSON, Roger; HANDSCHUH, David. Trauma exposure and post-traumatic stress disorder among photojournalists. **Visual Communication Quarterly**, v. 10, n. 1, p. 4-13, 2003.

NONATO, Cláudia; PACHI FILHO, Fernando Felício; FIGARO, Roseli. Relações de comunicação em novos arranjos alternativos e modelos de produção da notícia. **Líbero,** n. 41, p. 100-115, 2018.

RACHMAN, Gideon. **The age of the strongman: How the cult of the leader threatens democracy around the world.** Londres: The Bodley Head Ltd Vintage, 2023.

RAMOS, Daniela Osvald. Origens da misoginia online e a violência digital direcionada a jornalistas mulheres. **RuMoRes**, v. 16, n. 32, p. 39-57, 2022.

RIBEIRO, Ediane. **Os tesouros que deixamos pelo caminho. Como aprender a lidar com nossos traumas pode nos lançar em um resgate da própria potência.** São Paulo: Planeta do Brasil, 2024.

ROVIDA, Mara. Jornalismo das periferias: Uma pesquisa de campo na Região Metropolitana de São Paulo. **Revista FAMECOS**, 27(1), e37004, 2020. https://doi.org/10.15448/1980-3729.2020.1.37004

ROVIDA, Mara. As perfeiras pelos periféricos: um fenômeno jornalístico contemporâneo. **Extraprensa**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 50 – 65, jul./dez. 2018. DOI: https://doi.org/10.11606/extraprensa2018.149085

SACONI, João Paulo. **Vocês da imprensa: Violência Contra a Mídia Brasileira Pela ótica de um Jornalista sob Ataque.** Rio de Janeiro: Editora Máquina de Livros, 2025.

SAAD, Elizabeth; OSVALD, Daniela; AMADO, Aianne. SEGURANÇA E LIBERDADE DE IMPRENSA. Ameaças a jornalistas no Brasil. Recurso Eletrônico, 2025, Disponível em <https://drive.google.com/file/d/1ErZVdhMWVI3IwZJWOkYFcdsC-TL-BpQj/view>. Acesso em 15/02/2026.

SAKAMOTO, Leonardo. **O que aprendi sendo xingado na internet.** São Paulo: Leya, 2016.

SALVAGNI, Julice; VERONESE, Marilia Veríssimo; FIGARO, Roseli. Plataformas digitais: o retrato contemporâneo da exploração no trabalho e os desafios à saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 50, p. edsmsubj7, 2025.

SCOLESE, Eduardo. **1461 dias na trincheira: O dia a dia sob Bolsonaro no relato do editor de Política da Folha de S.Paulo.** São Paulo:Autêntica, 2025.

SINICO, Andre; WINTER, Leonardo L. Ansiedade na performance musical: causas, sintomas e estratégias de estudantes de flauta. **Opus**, Porto Alegre, v. 19, n. 1, p. 239-264, jun. 2013. Disponível em <https://www.researchgate.net/publication/306105797_Ansiedade_na_performance_musical_causas_sintomas_e_estrategias_de_estudantes_de_flauta/figures?lo=1>. Acesso em 15/02/2026.

SLAVTCHEVA-PETKOVA, V., RAMAPRASAD, J., SPRINGER, N., HUGHES, S., HANITZSCH, T., HAMADA, B., & STEINDL, N. Conceptualizing journalists' safety around the globe. **Digital Journalism**, 11(6), pp.1209–1225, 2023. https://doi.org/10.1080/21670811.2022.2162429

VICTOR, Cilene. Silêncio na redação – a saúde mental de jornalistas na abordagem da comunicação de riscos. **Reciis – Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 112-133, jan.-mar. 2023 Disponível em <https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/3400/2589>. Acesso em 10/02/2026.

VIOLANTI, John M. et al. Police stressors and health: a state-of-the-art review. **Policing: An International Journal of Police Strategies & Management**, v. 40, n. 4, p. 642-656, 2017.

SMITH, River J.; DREVO, Susan; NEWMAN, Elana. Covering traumatic news stories: Factors associated with post-traumatic stress disorder among journalists. **Stress and Health**, v. 34, n. 2, p. 218-226, 2018.