



Reflexões sobre o Medo: Aspectos históricos e contextuais

Karla Rossana Gomes Lobo⁽¹⁾; Fernanda Pereira Brito Neves⁽²⁾; Maria Carmem Batista de Alencar⁽³⁾

Resumo: O medo é um tema recorrente na atualidade. Tem despertado a atenção das pessoas, por fazer parte do cotidiano social, ante as diversas mudanças que tem impactado a sociedade contemporânea, em suas diversas dimensões. O presente estudo discute o medo e suas implicações sociais e individuais, sob a ótica de diversos autores. A literatura estudada nos levou a crer que como consequência dos tempos atuais, de violência, de globalização e de constantes mudanças, o medo tem se tornado mais banal, parte do cotidiano junto a sentimentos mais exacerbados de desamparo nos indivíduos. Conhecer mais sobre nossas limitações talvez seja o início, na busca de uma estratégia para lidar com nossas experiências no mundo.

Palavras-Chave: Medo, Mudanças sociais, Cultura do medo

Reflections of Fear: Historical aspects and contextual

Abstract: Fear is a recurring topic today. Has attracted the attention of people for being part of everyday social life, compared to the many changes that have impacted contemporary society in its various dimensions. The present study discusses the fear and its social and individual, from the perspective several authors. The literature led us to believe that as a result of the current times, of violence, of globalization and constant change, fear has become more commonplace part of everyday life together with feelings of helplessness exacerbated in individuals. Knowing more about our limitations might be the beginning in the search for a strategy to deal with our experiences in the world.

Keywords: Fear, Social Change, Culture of fear

Introdução

O Medo é um estado emocional que permite diversos ângulos de abordagens. Delumeau (1989) nos orienta sobre algumas das formas possíveis de se estudar essa emoção. Conceitua o medo como uma emoção básica humana.

¹ **Karla Rossana Gomes Lôbo** é Psicóloga e Mestranda do PROGER – Universidade Federal do Ceará – Cariri. E-mail: profkarlinhalobo@hotmail.com;

² **Fernanda Pereira Brito Neves** é Médica anesthesiologista e Mestre em Farmacologia Clínica pela Universidade Federal do Ceará – UFC. E-mail: fpbritoneves@hotmail.com;

³ **Maria Carmem Batista de Alencar** é Enfermeira pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG. Especialista em Saúde da Família e Enfermagem do Trabalho pela Faculdades Integradas de Patos – FIP. Mestranda em Saúde Pública pela UTIC-PY. E-mail: carmemsjp@hotmail.com.



O medo é concebido como uma emoção de choque por conta da percepção de perigo eminente, geralmente podendo causar uma ameaça a preservação da vida do indivíduo. Neste caso, Provocaria uma série de efeitos de defesa no organismo, que o capacitam para luta ou fuga imediatas. Para Delpierre (1974, apud DELUMEAU, 1989), o medo tende a provocar efeitos diversos, dependendo do indivíduo, por conta da sua história e experiências anteriores vivenciadas. Portanto, variam de pessoa para pessoa.

Sensações como aceleração dos batimentos cardíacos, respiração ofegante, contração dos vasos sanguíneos, sudorese excessiva, dentre outras, são possibilidades de ocorrência ante a constatação de uma ameaça que cause reação de medo. Em casos mais sérios, paralisias, catalepsias, falta de ar e medo da morte iminente podem ser desencadeados, segundo Delpierre (1974 apud DELUMEAU, 1989).

O medo enquanto emoção básica, não é constatado somente na raça humana, outras formas de vida parecem também demonstrar essa reação. Delumeau (1989), nos informa que, o medo se torna mais complexo, na raça humana, dado suas origens e implicações.

Caillois (1961) já se referia ao medo no animal, que, segundo o autor seria muito semelhante entre os seres vivos. Nos seres humanos, teria uma maior variedade, além de serem também fruto da imaginação, não necessariamente de uma ameaça real. Dessa forma, o medo humano, parece mais complexo do que o medo de outros seres vivos.

O medo pode apresentar também gradações de intensidade, variando de uma fobia específica - tendo o pavor a um objeto a quem se direciona, tal como o medo de algum animal, medo de altura, medo de um objeto qualquer como a cruz, indo até um ataque de pânico - onde o medo se apresenta grande e difuso, sem que se tenha uma ideia exata do que é exatamente a ameaça.

Estudos indicam que, mais ou menos 25% da população tem, teve, ou terá, algum episódio de fobia em algum momento da vida. No Brasil, não há evidências de números sobre o assunto. Acredita-se que o medo fóbico atinge duas vezes mais mulheres que homens (DUBY, 1999)

A palavra medo parece ter um sentido universal, mesmo em se tratando de outras formas de vida. Delumeau (1989), discorre sobre um sentido histórico sobre as concepções do medo. Afirma o autor que, o sentido de uma experiência emocional requer uma averiguação das partes falantes, sua cultura, contexto histórico, regras de linguagem, se há usos definidos, entre outras situações mais específicas.

O sentido de nossas experiências constitui-se a partir de uma linguagem que é cultural e histórica, cujos sentidos vão ganhando forma à partir de contextos determinados.



Pensar a experiência de medo é pois, algo complexo, subjetivo e difícil de se compreender racionalmente.

Autores como Costa (1998), adotam uma perspectiva onde aceitam que as emoções são constituídas, tanto de sentimentos como de sensações, mas ainda, de crenças e formas de julgamentos, que não são redutíveis.

As nossas emoções são formas de lidar com o mundo e nos ajudam a determinarem nossa forma de julgar. Salomon (1995).

“a emoção combina racionalidade, sentimento e sensação para produzir julgamentos reflexivos ou pré-reflexivos. (...) as emoções, por serem julgamentos racionais, podem ser alteradas por força de redescrições, desde que não se entenda redescricao como um cálculo intelectualista. Afirmar que crenças emocionais podem ser alteradas não significa que toda crença, independente da origem, modo de funcionamento e articulação com outras crenças, pode ser transformada pela pura reinterpretação intelectual de seu sentido. O autor afirma que “não é a natureza da emoção que importa tanto, mas a natureza e o lugar de um tipo particular de emoção numa visão de mundo particular” (SOLOMON, 1995, apud COSTA, 1998:196).

Conceituar emoção dessa forma, pode causar certa confusão, pois que se assemelha à uma forma irracional de lidar com um determinado objeto ou situação, em que o sujeito se sente ou imagina controlado por algo, que o impossibilita o domínio ou seu controle.

Costa (1998) também compreende dessa forma, quando se refere à relação do sujeito com o sentimento, diferenciando sentimento e sensação. Onde sentimentos são estados afetivos e, sensações são o impacto dos sentimentos no nosso corpo.

Portanto, diferentes culturas implicam em variações no sentido de algumas emoções, como sendo mais ou menos importantes e/ou fundamentais para cada cultura. A linguagem parece consistir em uma ferramenta necessária na formação das emoções, pois que, através dessas é que derivarão os sentidos das emoções.

Solomon (1995) indica o medo na classificação das emoções primordiais. O autor se refere às sensações, como sendo algo básico, próprio de cada cultura. As sensações de medo, por exemplo, seria parecidas em todas as culturas, porém variando as situações e a intensidade.

Portanto, o medo, embora com o mesmo nome em várias culturas, sofre variações em relação à época em que se refere. Não se trata somente de uma reação emocional, cercada de regras. Trata-se de um sentimento, que vai sendo construído historicamente, aprendido e ensinado de maneiras diferentes, dependendo da época.

Existe uma série de emoções que reconhecemos como de medo, e, também, por conta de parâmetros culturais e linguísticos, há comportamentos que reconhecemos como sendo de



medo. Neste caso, trata-se do medo de algo conhecido, pois reconhecemos o sentimento ou a sensação de medo. Quase ninguém tem dúvida quando se trata de sentir medo.

Em geral há reações de fuga, de retração, de negação, de precaução ou de inibição. Essas reações fazem parte de outros complexos emocionais. A caracterização de medo não é simples, pois há outras emoções muito parecidas, em intensidade, por exemplo, como o terror, o susto, o pavor. É importante refletir que não pode minimizar a importância do aspecto social, contido nas reações.

Nesse aspecto, Costa (1998) propõe uma distinção conceitual entre sensação e sentimento, o que nos permite uma melhor compreensão da caracterização da emoção que ora denominamos medo. Para esse autor, embora tal classificação esteja longe de ser um consenso, é importante para entendermos a experiência individual do homem contemporâneo.

Sensação seria algo que impacta o corpo, referida e direcionada ao corpo físico. Neste caso, seriam estados do organismo, que evocariam dor, prazer ou ainda desprazer. Essa seria a principal característica da sensação, a de ser reguladas pelo sentir físico da dor, prazer ou desprazer (COSTA, 1998).

A emoção, por sua vez, depende dos referentes corporais para serem identificadas. Os sentimentos, diferentemente das sensações, não teriam essa vinculação com uma reação corporal. Aprendemos a reconhecê-los sem o auxílio de atributos corporais. Seriam, dessa forma, mais elaborados cognitivamente e, do ponto de vista lingüístico.

O medo estaria na interface entre sensações e sentimentos, tal como nos orienta Costa (1998, p. 211),

Angústia, mal-estar, desconforto são eventos afetivos que podem ser descritos como sentimentos ou como sensações, dependendo de critérios adicionais como a maior ou menor reflexividade, a maior ou menor modificação dos estados físicos dos sujeitos etc.

Pode-se a forma de sentir sobre algo passa por redefinições ao longo do tempo. Tais redescrições produzem alterações significativas nos afetos. É uma forma de resgatar nosso autocontrole mental, não para negar nossas emoções, mas para dar-lhes um novo sentido, mais coerente com o novo contexto social.

Costa (1998) cita Rorty (1991) ao se referir a construção de *subjetividades*: “afirmar que o sujeito pode se libertar das paixões quer dizer que esse sujeito se transformou ao ‘transformar estados afetivos passivos em estados afetivos ativos’”. Neste caso, o sujeito não é uma essência indiferenciada preexistente à sua afetividade. Ele é ‘seus estados afetivos’. Quando mudam os afetos, muda o sujeito e, com essa mudança, mudam seus desejos, suas



necessidades, suas aspirações, etc.” (RORTY, 1991, apud COSTA, 1998:187). Adotada essa perspectiva de que as emoções são contingenciais, observamos a genealogia do medo para afirmar essa hipótese. Ou seja, veremos como o medo passou a adquirir diferentes sentidos conforme a época histórica em que foi estudado.

O medo na história da humanidade

Autores como Delumeau (1989) procuraram identificar a presença do medo nos comportamentos dos grupos sociais de maneira diferenciada. Segundo o autor, na Grécia antiga, concebia-se o medo como uma punição dos deuses. Os gregos divinizaram Deimos (o temor) e Phóbos (o medo), tentando harmoniosa de lidar com esses deuses em tempos de guerra. Assim, realizavam oferendas apropriadas para que essa força não os abatesse ou tomasse conta de seus espíritos e de suas almas. As oferendas tinham o objetivo, também, de desviar a ação aterrorizante de tais divindades para o inimigo.

Em resumo, os medos, portanto, eram concebidos como externos ao homem e desempenhavam importante papel em seu destino, individual e coletivo. Isso nos leva a pensar a visão do medo como uma espécie de deus. Assim, o medo não seria uma expressão de algo interno, mas a expressão de alguma coisa externa, que se manifestava no sujeito. Uma experiência subjetiva, como uma paixão que arrebatava o sujeito.

É possível intuir que, o medo passou por um processo de internalização no tempo. Mudando de tempo e civilização, os autores Delumeau (1989) e Duby (1999) se referem à Idade Média e à importância do cristianismo, neste processo processo de internalização das emoções, entre elas o medo.

Na época da Inquisição havia os bodes expiatórios, para os pagãos e para os próprios cristãos. Dessa forma, *“atuando Satã, com efeito, sobre os dois quadros, e podendo todo homem, se não tomar cuidado, tornarse um agente do demônio. Daí a necessidade de um certo medo de si mesmo”* (DELUMEAU, 1989, p.32).

A internalização do medo, dessa forma, iniciou-se no cristianismo. Delumeau, nos orienta que, a Igreja teve uma grande contribuição quando apontou o medo do demônio e do pecado. Segundo ele,



Os homens de Igreja apontaram e desmascararam esse adversário dos homens. Levantaram o inventário dos males que ele é capaz de provocar e a lista de seus agentes: os turcos, os judeus, os heréticos, as mulheres (especialmente as feiticeiras). Partiram à procura do Anticristo, anunciaram o Juízo Final, prova certamente terrível, mas que seria ao mesmo tempo o fim do mal sobre a terra. Uma ameaça global de morte viu-se assim segmentada em medos seguramente temíveis, mas ‘nomeados’ e explicados, porque refletidos e aclarados pelos homens de Igreja. Essa enunciação designava perigos e adversários contra os quais o combate era, se não fácil, ao menos possível, com a ajuda da graça de Deus” (DELUMEAU 1989, p.32).

O mesmo autor, analisa a difusão da teologia na vida cotidiana dos ocidentais como um discurso incitativo ao medo em si, ou seja, o quanto o indivíduo passa a temer a si mesmo, poderia ser uma espécie de agente de Satã. Dessa forma, não faltaram bodes expiatórios: feiticeiras e judeus ocuparam esse lugar do demônio, isso é, do mal. O medo do inferno, ou da condenação celestial, parecia ter uma relação com o encontro ou não com Deus. Talvez uma forma social de combater o pecado.

A internalização do medo, parece ter ocorrido de maneira lenta e complexa. Elias (1993) afirma que, o homem medieval não tinha controle sobre as paixões. Por isso eram instigados ao controle de sua conduta. O autor mostra a forma como os mecanismos de controle advindos de terceiras pessoas, foram convertidos, de diversas maneiras, em autocontrole:

(...) as atividades humanas mais animais são progressivamente excluídas do palco da vida comunal e investidas de sentimentos de vergonha, (...) a regulação de toda a vida instintiva e afetiva por um firme autocontrole se torna cada vez mais estável, uniforme e generalizada” (ELIAS, 1993, p.194).

A sociedade dos séculos XVII e XVIII, ocupou um lugar específico na regulação de padrões de conduta e, conseqüentemente, na moderação das emoções. Uma das transições mais marcantes, neste sentido, é a mudança de guerreiros para cortesãos, dispensa dizer que há diferentes estágios nessa transição que, no Ocidente, ocorreu no século XI ou XII, extinguindo-se nos séculos XVII e XVIII.

Paulatinamente o medo foi adquirindo um aspecto de emoção interiorizada no indivíduo, que é fruto de uma construção histórica. Uma espécie de construção psicológica do homem, o medo se constituiu numa emoção singularizada, parte de seu repertório emocional. Hoje, diferentemente de medos antigos, temos uma experiência de medo do indivíduo que é bem mais individualizada.



A experiência do medo em tempos atuais

Na atualidade, o medo parece representar uma espécie de mal-estar, com diferenças significativas em relação à épocas anteriores.

Mezan (1985), nos indica que Freud foi um teórico que, nas primeiras décadas do século XX, buscou referir-se aos mal-estares das sociedades, ressaltando que os sofrimentos psíquicos, estavam inseridos em uma coletividade e eram construídos coletivamente. Para ele, as principais causas do sofrimento psíquico, naquela época, seriam devidas à uma insatisfação pulsional imposta por uma sociedade patriarcal, onde a religião possuía relevante peso. A excessiva moral sexual, exigia pesadas renúncias dos indivíduos, em relação às suas reais necessidades.

Assim, a repressão social, aliada a uma imposição de renúncia dos indivíduos a seus desejos e fantasias devido às restrições culturais, seriam as raízes da infelicidade e do mal-estar das civilizações. Uma infelicidade causada, principalmente pela imposição de uma renúncia aos seus impulsos, desejos e fantasias, obtendo em troca, a segurança de pertencer a um grupo social.

Ao final do século XIX, surgem outras fontes de inquietação. Para Mezan (1985), se a sociedade antiga era bem mais rígida, a atual é extremamente liberal. Já não se observa valores nem rumos claramente identificáveis. Há uma maior tolerância quanto a sexualidade. O corpo é mais evidenciado e exibido sem tantos pruridos. A homossexualidade já não é vista como delito, e as formas de se relacionar entre as pessoas ficaram mais desprovida de uma obrigatoriedade social. Porém há outros inconvenientes tais como a violência urbana e o consumo de drogas, que se proliferaram com uma maior intensidade.

A minimização da autoridade patriarcal, em diversas dimensões sociais, parecem ter implicado em desorientação e insegurança sociais. Para o autor, há um mal-estar que atinge, como um todo, as populações urbanas. Isso, sem levar em conta classe ou posição social, desencadeando doenças como estresse, depressão, uso de drogas, delinquência, além de uma série de outras doenças psicossomáticas. Segundo ele, “(...) talvez se possa dizer que a angústia seja o ponto para o qual convergem essas diversas condições, angústia sem dúvida conatural ao ser humano, mas certamente fomentada e potencializada pelas condições sócio-econômicas da atualidade” (MEZAN, Revista Veja, Dez/2000).

Costa (1989), propõe uma análise da sociedade ocidental,



Certos padrões de comportamento social hoje são suficientemente estáveis e recorrentes para que possamos afirmar a existência de uma forma particular de medo e reação ao pânico, que é a cultura narcísica da violência. Essa cultura nutre-se e é nutrida pela decadência social e pelo descrédito da justiça e da lei.

(...) Na cultura da violência, o futuro é negado ou representado como ameaça de aniquilamento ou destruição. De tal forma que a saída apresentada é a fruição imediata do presente; a submissão ao 'satus quo' e a oposição sistemática e metódica a qualquer projeto de mudança que implique cooperação social e negociação não violenta de interesses particulares" (COSTA, 1989, p.167).

Parece haver na atualidade uma espécie de insegurança existencial, que assume a forma de insegurança pessoal. A globalização e as constantes mudanças rápidas, aliadas a falta de garantias geram um universo de insegurança e de medo que parecem intensificar os sentimentos de desamparo do sujeito.

Como resposta a esse desamparo observamos uma série de mecanismos de defesa pessoais, tais Muros cada vez mais altos, condomínios fechados e bem vigiados, blindagem dos automóveis e estabelecimentos comerciais, denotando uma série de comportamentos cada vez mais defensivos.

Além disso, há a busca para se minimizar os efeitos do medo no corpo e nas emoções, através de substitutos como o álcool, as drogas e a medicalização, com drogas cada vez mais elaboradas.

Isso impulsionou pesquisas sobre os distúrbios mentais como depressão, esquizofrenia, distúrbio bipolar, transtorno do pânico e transtorno obsessivo-compulsivo.

Os ataques de pânico tem sido uma realidade bem mais frequente, evocados pela desentabilização e sensação de vazio de significados da vida (ROLNIK, 1997). Para a autora, essas experiências tendem a serem aterrorizadoras, gerando uma sensação de desamparo pela ameaça de fracasso, despersonalização, medo de enlouquecer e da morte eminente. Em resumo, o que acontece durante a síndrome do pânico é uma desestabilização que é levada a tal ponto, que a pessoa não é capaz de suportar. No corpo a sensação é de descontrole das forças, que promovem uma espécie de caos orgânico e psíquico de maneira geral. É como se as funções corporais se autogerenciassem de maneira aleatória, como por exemplo: o coração dispara, interrupção da função pulmonar, perda do controle psicomotor. Às vezes nem se tem a noção da real ameaça, que pode ser inclusive, imaginária.

Portanto, percebe-se que o medo, enquanto sensação, vem sendo buscado pelas pessoas, até por questões de se referenciar quanto ao que sentem. Implicações são um maior consumo de filmes e reportagens sobre terror, que evocam medo ou pânico, esportes radicais



onde o sujeito tem controle parcial do que acontece, até envolvimento em situações de alto grau de risco assumido. Em busca da sensação de medo, pode-se citar também as sensações sexuais, e as buscadas através das drogas. Nestes últimos casos, para a satisfação individual há uma aproximação como o medo, regulado a serviço do prazer. Numa experiência de aventura, de liberdade absoluta, de risco, etc. Paradoxalmente estão contidas a expectativa da alegria, do bem-estar, da satisfação e da felicidade.

Caracteriza-se uma modalidade de medo que não desencadeia mecanismos de fuga, de exorcismo, mas, de consumo.

Costa (1998), cita Bauman e Ehrenberg, quando afirma que,

O indivíduo incerto de hoje se tornou um 'coleccionador de sensações' e não mais um asceta dos sentimentos(...). Pouco a pouco, aprendemos a querer dos 'sentimentos' o que esperamos das 'sensações' (COSTA, 1998, p.215).

Isso é, aprendemos a repudiar toda dor ou desprazer, queremos evitar aquilo que nos faça sofrer. Um mundo desprovido de perspectivas futuras, onde se tem descrença na justiça, onde são diariamente desrespeitadas as leis, onde o que importa é o presente e o culto às sensações, o medo já não parece mais sacralizado, ou com forte relação com Deus.

Em resumo, os sentimentos de incerteza e insegurança tendem a tomar as pessoas, banalizando a experiência de medo, antes tão mais repudiada. Essa não faz mais parte do trágico, mas do comum. Hoje, o homem parece não ser mais tão sentimental, de uma época romântica, mas parece viver e buscar o limite corporal, através de uma experiência de perda de controle.

Considerações Finais

Como consequência dos tempos atuais, de violência, de globalização e de constantes mudanças, o medo tem se tornado mais banal, parte do cotidiano junto a sentimentos mais exacerbados de desamparo nos indivíduos.

O medo enquanto emoção, é uma experiência cognitiva, espontânea e natural. Porém há que se levar em conta o seu contexto histórico, de valores e de crenças individuais e coletivas, na avaliação e compreensão de sua dimensão.



Conhecer mais sobre nossas limitações talvez seja o início, na busca de uma estratégia para lidar com nossas experiências no mundo. Quem sabe uma nova ferramenta em termos de recurso interno para agir no cotidiano que nos auxilie no enfrentamento daquilo que nos assombra, com os nossos medos.

Referências

BAUMAN, Z. **Globalização: as conseqüências humanas**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.

CAILLOIS, Roger. **Les Jeux et Les Hommes**. Le Masque et Le Vertige. Cher: Gallimard, 1961.

COSTA, J. F. **Sem fraude nem favor: estudos sobre o amor romântico**. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

DELUMEAU, J. **História do medo no ocidente: 1300-1800, uma cidade sitiada**. São Paulo: Companhia das Letras, 1989.

DUBY, G. **Ano 1000, ano 2000: na pista de nossos medos**. São Paulo: Unesp, 1999.

ELIAS, N. **O processo civilizador: formação do Estado e civilização**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993. v. 2.

MEZAN, R. **Freud, pensador da cultura**. São Paulo: Brasiliense, 1985.

ROLNIK, S. Toxicômanos de identidade. In: LINS, D. (Org.). **Cultura e subjetividade**. Campinas: Papirus, 1997.

RORTY, R. Freud on moral reflection (1986). In **Essays on Heidegger and others**. Philosophical Papers I. Cambridge: Cambridge University Press: 1991.



SOLOMON, R. C. The cross-cultural comparison of emotion. In: _____. **Emotions in sian Thought**. Albany: State University of New York Press, 1995.

Como citar este artigo (Formato ISO):

LOBO, K.R.G.; NEVES, F. P. B. ALENCAR, m. C.B. **Id on Line Revista de Psicologia**, Julho de 2013, vol.1, n.20, p. 97-107. ISSN 1981-1189.