

Jornada de Psicologia

Atividade de Risco e Estresse: o dia a dia na vida de um Mergulhador de Combate

Capitão-Tenente Felipe Fonseca Mesquita Spranger

::: Centro de Instrução e Adestramento Átilla Monteiro Aché (CIAMA) :::



Destacamento de Mergulhadores de Combate

Introdução

O mergulhador de combate (MEC) é o Oficial ou Praça do Corpo da Armada que possui o Curso de Aperfeiçoamento de Mergulhador de Combate para Oficiais ou Curso Especial de Mergulhador de Combate, respectivamente, ou equivalente estrangeiro, reconhecido pela Marinha do Brasil.

São voluntários submetidos a um rigoroso processo de seleção, que inclui avaliações físicas, médicas e psicológicas. Após um curso de duração de aproximadamente nove meses, ministrado pelo Centro de Instrução e Adestramento Almirante Átilla Monteiro Aché (CIAMA), se tornam elementos de Operações Especiais¹ (OpEsp) e passam a pertencer ao Grupamento de Mergulhadores de Combate (GRUMEC).

As ações empreendidas pelo MEC são aquelas que têm o propósito de destruir ou danificar objetivos de interesse em ambiente predominantemente marítimo ou ribeirinho, capturar ou resgatar pessoal ou material, obter informes, despistar e produzir efeitos psicológicos.

¹ As Operações Especiais são aquelas realizadas por pessoal especialmente selecionado e adestrado, empregando meios não convencionais e executando ações também não convencionais. Normalmente, são operações de duração limitada.

O sigilo, a rapidez, a surpresa e a agressividade das ações são condições essenciais para o sucesso desse tipo de operação. É indispensável que os militares nelas empregados possuam condições físicas e psicológicas adequadas para o exercício de atividades complexas em ambiente de risco elevado.



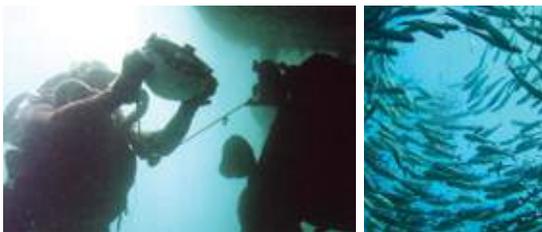
Destacamento de Abordagem na Força Interina das Nações Unidas no Líbano

AS OpEsp

Para tratarmos das OpEsp, é necessário conhecer aspectos que contribuam para o entendimento da natureza dessas operações, em face de inúmeros exemplos registrados na história. Seu curso é caracterizado pela surpresa, dissimulação, audácia e velocidade, empreendidos por pequenos grupos, constituídos de elementos com diversificada habilitação. Esses elementos especializados encontram-se frequentemente em inferioridade numérica, no que se refere a efetivos e a poder de fogo, empreendendo ações complexas e altamente exigentes, o que requer adestramentos especializados.

O fator tempo, elemento por vezes escasso nos conflitos contemporâneos, reduz a possibilidade de uma adequada preparação para a ação, requerendo, então, adestramento permanente, cauteloso e detalhado, à luz do estado da arte.

Preparação e Treinamento



Exercício de sabotagem de navio, com mina de fixação magnética

As tarefas do MEC envolvem diretamente ações de risco elevado, como por exemplo: o manuseio de diversos tipos de armamento, explosivos, salto de paraquedas a grande altitude, mergulho com equipamento de circuito fechado, abordagem de navios e plataformas de petróleo e lançamento a partir de submarinos e aeronaves.

Foi observado que a maioria dos erros em combate está associada ao medo e ao pânico. Assim sendo, deduz-se que a capacidade de controlar esses impulsos seja extremamente importante. Uma das formas de lidar com isso e minimizar os riscos da atividade é o treinamento repetitivo, aliado ao profissionalismo dos adestramentos diários, que têm como objetivo simular situações de estresse em combate, buscando automatizar procedimentos e reações possíveis para as diferentes emergências a que o militar possa ser exposto.

Da mesma maneira, é de fundamental importância utilizar equipamentos de última geração e que seus operadores estejam bem familiarizados com os mesmos, sabendo operá-los minuciosamente nos diversos ambientes operacionais, buscando sempre um elevado nível técnico. Contribui também a experiência adquirida ao longo dos anos² onde através de lições aprendidas foram estabelecidas normas padrões de operação, que constam diversos procedimentos detalhados de segurança que devem ser seguidos de acordo com cada tipo de adestramento ou missão.



Abordagem a navio suspeito de pirataria

² O GRUMEC completou, em 10 de março de 2014, 16 de ativação como Organização Militar. Entretanto, existe outra data também marcante para os MEC, pois o dia 03 de abril de 1970 baliza o surgimento de seu verdadeiro embrião, com a criação da Divisão de Mergulhadores de Combate. Esta unidade foi o núcleo organizacional do atual GRUMEC.

Além dos treinamentos específicos para cada tarefa, é de fundamental importância manter uma excelente higidez física, alcançada através de treinamentos funcionais diários e constantes testes de aptidão, de forma com que sob pressão e elevado nível de estresse durante uma operação, o MEC consiga raciocinar rapidamente e seu corpo acompanhe sua mente.

O estresse na atividade de risco

Estresse é a reação de adaptação a qualquer demanda feita a uma pessoa, sendo um alarme natural do organismo, que nos prepara para situações de luta ou fuga. Portanto, o enfrentamento de uma situação nova requer um reajuste do organismo, a fim de restabelecer o equilíbrio normal do indivíduo. Em outras palavras, podemos dizer que o estresse é o estado do organismo submetido às pressões. Em doses certas, ele funciona como um elemento de motivação, porém, se atingir níveis elevados, pode gerar uma série de reações que podem comprometer o bem estar psicossocial do indivíduo.

Na maioria das vezes não é possível prevenir o estresse, mas é possível administrá-lo de forma a reduzir os efeitos nocivos que ele provoca em nosso organismo. Primeiramente, é necessário identificar as situações estressantes e seus elementos causadores, depois, é importante estabelecer prioridades, para que o indivíduo possa começar a controlar o estresse e aproveitá-lo de forma eficaz no cumprimento de sua missão.

Situações de estresse podem acontecer durante as missões por envolver diversas atividades onde os riscos são inúmeros, desta forma, durante toda sua vida operativa o MEC aprende a conviver com as eventuais contingências, planejando sempre uma segunda linha de ação a ser seguida. Além disso, aprende a conviver e suportar a fadiga física e mental, fome, frio, sono e várias situações adversas, onde tudo isso contribui para o seu preparo emocional, inerente à profissão. Mas a principal forma de lidar com isso é através de

muito treinamento. O MEC bem treinado sabe que é capaz de realizar todas as suas tarefas nos diversos ambientes operacionais, mesmo encontrando qualquer dificuldade pelo caminho, pois tem consciência que já foi posto à prova e que já passou por situações semelhantes, ou piores, durante os diversos treinamentos e missões as quais já foi submetido.



Exercício de salto livre

Conclusão

Quando falamos em estresse, referimo-nos ao nervosismo, a tensão, a descarga de adrenalina que ocorre no corpo humano diante de uma situação de perigo. As mãos tremem, os músculos travam, os olhos turvam e você vê as coisas do fundo do túnel. E isso não é vergonha, é uma reação natural do organismo. Portanto, é preciso fazer com que o indivíduo seja capaz de reagir adequadamente mesmo em condições adversas. Não é possível lutar contra o estresse. Mas é possível aprender a conviver com ele.

Não existe um modelo ideal de ser humano capaz de realizar estes tipos de operações, pois todos são diferentes entre si e cada um tem suas características particulares no que tange aos aspectos relacionados à personalidade. O que existe de comum entre todos os MEC é uma afinidade com as tarefas desenvolvidas pelo GRUMEC e o gosto por executar ações de natureza especial. O alto risco envolvido faz com que cada um tenha o devido respeito pela atividade, fazendo com que se cumpram todos os procedimentos de segurança necessários, sem negligenciar nenhum detalhe, onde nada pode passar despercebido. O estresse

pode até surgir em algum momento, mas o MEC sabe contorná-lo, pois foi forjado para agir principalmente em ocasiões de extrema dificuldade.

“Fortuna Audaces Sequitur”
(A Sorte acompanha os Audazes)

Referências

ARENTZ, Carlos Eduardo Horta. Mergulhadores de Combate comemoram 40 anos no Brasil. O Periscópio, Rio de Janeiro, ano XLVIII, nº 66, p.8. 2013.

MACIEL, Luiz Eduardo Cetrin. Preparação da tripulação e seus familiares para comissões Deployment. O Periscópio, Rio de Janeiro, ano XLVIII, nº 66, p.23. 2013.

ESTRESSE. In : WIKIPEDIA Encyclopedia. Disponível em:
< pt.wikipedia.org/wiki/Estresse>. Acesso em: 05 jul.2014.

ESTRESSE NAS OPERAÇÕES ESPECIAIS: Disponível em:
<<http://www.defesanet.com.br/sof/noticia/13243/Preparacao-de-equipes-de-alta-performance-sob-estresse/>>. Acesso em 05 jul.2014.

ESTRESSE NAS OPERAÇÕES ESPECIAIS: Disponível em:
<http://selfdefense.com.br/artigos/treinamentorealistico.htm>.
Acesso em 05 jul.2014

Autor



Capitão-Tenente
Felipe Fonseca Mesquita Spranger

