DESASTRES E APOIO PSICOLÓGICO: O QUE NOS DIZ UMA ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA

U.PORTO FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO UNIVERSIDADE DO PORTO

CENTER FOR PSYCHOLOGY AT UNIVERSITY OF PORTO

ipb INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA Escola Superior de Saúde

Laboratório de Investigação em Stress e Desastres

Cristina Queirós
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
cqueiros@fpce.up.pt

Silvia Monteiro Fonseca
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
s.monteirofonseca@gmail.com

Sara Faria
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
sarareisfaria8@gmail.com

Natália Vara
Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal
nvara@ipb.pt

Introdução

No início de 2026 Portugal confrontou-se com uma sucessão de tempestades com trágicas consequências expressas em cerca de 20 mortes e prejuízos materiais de vários milhões (Soares, 2026). Depois do socorro e evacuação de populações, assistiu-se ao retomar da "normalidade", a qual para muitos sobreviventes (nomeadamente de zonas como Leiria, Marinha Grande, Alcácer do Sal, Coimbra, etc.), não será mais a mesma devido a bens materiais perdidos (habitações, indústria, agricultura), ao demorar da recuperação de infraestruturas (RTP, 2026) e, sobretudo, à desestabilização emocional vivenciada (OPP, 2026). Vários estudos apontam a necessidade de apoio psicológico no pós-desastre, para possibilitar a integração das emoções negativas sentidas e promover a estabilização emocional e o coping adaptativo (Ornell et al., 2025; Paul & Juran, 2025; Queirós & Passos, 2018; Semerci & Uzun, 202; WHO, 2013). A investigação com sobreviventes do furacão Katrina, tsunamis na Tailândia e Japão, sismos no Haiti, Turquia, Marrocos, incêndios florestais e inundações variadas têm indicado que o suporte psicológico precoce reduz a possibilidade de stress-traumático no futuro (Cénat et al., 2020; Matsumoto et al., 2016; Powers, 2024; UNESCO, 2009; Weber & Mascari, 2018; Weber et al., 2025), existindo vários modelos de atuação no terreno aquando do desastre (Everly & Lating, 2022; IFRC, 2019; OPP, 2014; Pereira, 2015).

Objetivos e Área de Estudo

Pretende-se identificar a utilização do apoio psicológico em situações de desastre (ex.: grandes incêndios florestais, sismos, tempestades/furacões, inundações/cheias, tsunamis, etc.) utilizando a análise bibliométrica com o software *VOSviewer* numa perspetiva da Psicologia e do comportamento humano em desastres naturais.

Metodologia

Efetuou-se uma pesquisa na *Web of Science*, em seguida exportada para o software *VOSviewer*, que analisou 2.668 artigos indexados e os agrupou em função de temas, ano e país de publicação. A equação de pesquisa original foi a seguinte: *("psychological first aid" OR "PFA" OR "emotional first aid" OR "psychological support") AND ("disaster" OR "catastrophe" OR "earthquake" OR "flood" OR "Wildfire" OR "hurricane" OR "tsunami")*, aplicada a artigos publicados até ao final de fevereiro de 2026.

Resultados

Os resultados indicaram grande dispersão de temas em 5 clusters e, entre 2014 e 2022 a mudança do foco (Figura 1) do stress pós-traumático e sintomas psicológicos para a saúde mental alargada, saúde pública e preparação para o desastre. Predominaram os temas associados à saúde mental, suporte social, stress pós-traumático, sintomas psicológicos, fatores de risco, resiliência e coping. Temporalmente (Figura 2) surgem primeiros os EUA, China e Europa, mas mais recentemente assiste-se a contribuições da Turquia, Coreia, Malásia e Grécia, refletindo preocupação com atuação precoce após tsunamis, sismos e incêndios de grande dimensão aí ocorridos.

Discussão e Conclusão

Globalmente os estudos realçam a importância da atuação precoce no momento de um desastre, habitualmente designada como Primeiros Socorros Psicológicos, existindo diferentes modelos teóricos dos quais se destacam o *Critical Incident Stress Management* (Everly & Lating, 2022) e o modelo *Look-Listen-Link* da Cruz Vermelha Internacional (IFRC, 2019; Figura 3). Ambos apresentam etapas relativamente fáceis de aplicar (Figura 3) após formação, facilitando efetuar treino para aplicação no terreno por psicólogos e por não psicólogos, alargando a possibilidade de mais profissionais poderem efetuar estabilização emocional de sobreviventes em desastres de grande amplitude. Assim, a atuação precoce pode contribuir para reduzir o desenvolvimento de problemas de saúde mental como stress pós-traumático, fobias, depressão, ansiedade, etc. (Paul & Juran, 2025).

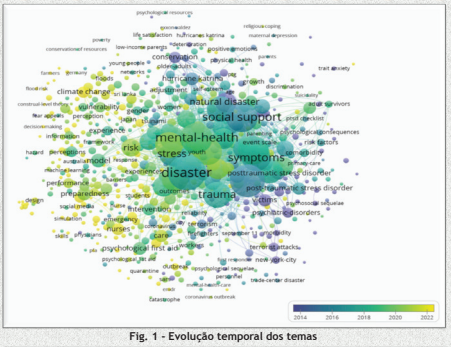

Fig. 1 - Evolução temporal dos temas

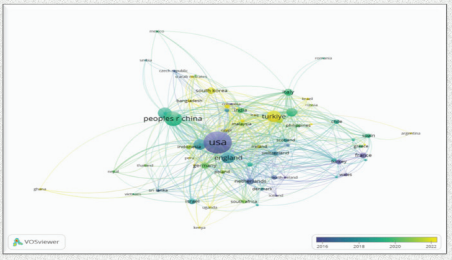

Fig. 2 - Distribuição por países

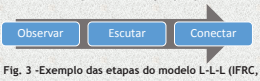

Fig. 3 -Exemplo das etapas do modelo L-L-L (IFRC, 2019)

Bibliografia

- Cénat, J. M., McIntee, S. E., & Blais-Rochette, C. (2020). Symptoms of posttraumatic stress disorder, depression, anxiety and other mental health problems following the 2010 earthquake in Haiti: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *273*, 55-85. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.04.046
- Everly, G. Lating, J. (2022). *The John Hopkins Guide to Psychological First Aid*. ISBN 978-1-421-4439-9-7
- IFRC, International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (2019). *A Short Introduction to Psychological First Aid for Red Cross and Red Crescent Societies*. Psychosocial Centre IFRC. ISBN 978-87-92490-60-5
- Matsumoto, K., Sakuma, A., Ueda, I., Nagao, A., & Takahashi, Y. (2016). Psychological trauma after the Great East Japan Earthquake. *Psychiatry & Clinical Neuroscience*, *70*, 318-331. https://doi.org/10.1111/pcn.12403
- OPP, Ordem dos Psicólogos Portugueses (2014). *Primeiros Socorros Psicológicos*. OPP.
- OPP, Ordem dos Psicólogos Portugueses (2026). *Como recuperar emocionalmente de tempestades e inundações: guia prático para a população*. OPP. In https://www.ordemdospsicologos.pt/pt/noticia/6068
- Ornell, F., Schemes, J., Pratim-Baldez, D., Hauck, S., & Kapczinski, F. (2025). Mental health impacts of air disasters: a call for a coordinated response to Brazil's Christmas tragedy. *Lancet Regional Health, Americas*, *43*, 101016. https://doi.org/10.1016/j.lana.2025.101016
- Paul, B.K., & Juran, L. (2025). *The Routledge Handbook of Disaster response and recovery*. Routledge. ISBN 978-1-032-54032-0
- Pereira, M. (2015). *Intervenção Psicológica em Crise e Catástrofe*. OPP. ISBN 978-989-99037-3-9
- Powers, M. (2024). The Aftermath of Hurricane Katrina: Stories of Loss, Resilience, and Returning Home. *American Journal of Qualitative Research*, *8*(1), 89-106. https://doi.org/10.29333/ajqr/14686
- Queirós, C. & Passos, F. (2018). A recuperação emocional e o apoio psicológico a sobreviventes. In L. Lourenço & A. Amaro (Ed.). *Risco e Crises, da teoria à plena manifestação* (pp.453-473). Imprensa da UC. ISBN 978-989-26-1696-4
- RTP (2026). *Mau tempo. Há ainda 26 estradas cortadas no país. 21/4/2026* In https://www.rtp.pt/noticias/pais/mau-tempo-ha-ainda-26-estradas-cortadas-no-pais_n770292
- Semerci, M., & Uzun, S. (2023). The effectiveness of post-disaster psychotherapeutic interventions: A systematic review and meta-analysis study. *Asian Journal of Psychiatry*, *85*, 103615. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2023.103615
- Soares, A.A. (2026). *Portugal viveu um dos combates de tempestades mais longos de que há memória*. In Público 9/2/2026 https://www.publico.pt/2026/02/09/sociedade/noticia/portugal-viveu-combates-tempestades-longos-ha-memoria-2164228
- UNESCO (2009). *Surviving a tsunami: lessons from Aceh and Southern Java, Indonesia*. UNESCO. ISBN 978-979-19957-3-3
- Weber, J., & Mascari, J. (2018). *Disaster Mental Health counseling: a guide to preparing and responding*. American Counseling Association Foundation. ISBN 978-155-62036-1-9
- Weber, J., Tan, J., Lin, L., & Cao, T. (2025). How do Psychological Factors Influence Disaster Preparedness? Evidence from Disaster-Stricken Mountainous Areas of China. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, *18*, e339. https://doi.org/10.1017/dmp.2024.282
- WHO, World Health Organization (2013). *Psychological first aid: Facilitator's manual for orienting field workers*. WHO. ISBN 978-924-15486-1-8

RISCOS ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE RISCOS, PREVENÇÃO E SEGURANÇA