

O discurso midiático sobre a ansiedade em tempos de Covid-19: prescrições, formas e normas

The media discourse on anxiety in Covid-19 times: prescriptions, forms and norms

Geilson Fernandes de Oliveira¹

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - UERN
geilson_fernandes@hotmail.com

RESUMO: Objetiva-se, neste artigo, refletir sobre os discursos em torno da ansiedade, especialmente aqueles que versam sobre modos para o seu controle e superação, os quais tiveram sua emergência e circulação no contexto de irrupção da pandemia da Covid-19. Para tanto, são analisados discursos produzidos pelos portais de notícias El País Brasil, BBC News Brasil, Uol e Veja. Com efeito, a descrição, interpretação e análise toma como base os pressupostos teórico-metodológicos da Análise de Discurso (doravante AD), especificamente aquela desenvolvida na esteira dos estudos foucaultianos (2013a; 2011). As análises apontam para um redimensionamento dos sentidos em torno da ansiedade no contexto de pandemia, ao mesmo tempo em que são discursivizados saberes para lidar com os seus efeitos, reforçando o viés prescritivo e as relações de saber-poder dos discursos midiáticos.

Palavras-Chave: Ansiedade; Covid-19; Mídia; Análise de Discurso.

ABSTRACT: The aim of this article is to reflect on the discourses around anxiety, especially those that deal with ways of controlling and overcoming it, which had their emergence and circulation in the context of the outbreak of the Covid-19 pandemic. To this end, speeches produced by the news portals El País Brasil, BBC News Brasil, Uol and Veja are analyzed. In effect, the description, interpretation and analysis are based on the theoretical and methodological assumptions of Discourse Analysis (hereinafter AD), specifically that developed in the wake of Foucault's studies (2013a; 2011). The analyzes point to a redimensioning of the senses around anxiety in the context of a pandemic, at the same time that knowledge is discursivized to deal with its effects, reinforcing the prescriptive bias and the knowledge-power relations of media discourses.

Keywords: Anxiety; Covid-19; Media; Discourse Analysis.

¹ Doutor em Estudos da Mídia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Membro do GEMINI - Análise e Pesquisa em Cultura, Processos e Produtos Midiáticos (UFRN) e do Grupo de Pesquisa Informação, Cultura e Práticas Sociais (UERN). ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3278-4044>. Lattes: <<http://lattes.cnpq.br/4844174677497419>>.

Introdução

Cada época possui suas enfermidades fundamentais.
(HAN, 2015, p. 7)

Em dezembro de 2019, a irrupção de informações vindas da China acerca de uma doença que se assemelhava a uma nova forma de gripe, a qual se expandia e fazia vítimas, suscitou interesse, cuidado e atenção em todo mundo. Com o aprofundamento das investigações sobre a doença, um novo betacoronavírus foi descoberto após a realização de sequenciamento genético do material do vírus encontrado nas vias aéreas de pacientes por ele acometidos. Tratava-se do novo coronavírus, a partir daí denominado SARS-CoV-2, causador da doença nomeada oficialmente, em fevereiro de 2020, pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como Covid-19 (em que covid refere-se a corona vírus disease – doença do coronavírus – e o 19 remete ao ano de seu surgimento, 2019).

Um alerta, então, foi acendido em todo o planeta, considerando principalmente a maior taxa de transmissão e letalidade da doença se comparado a outros tipos de coronavírus. Não se tratava, como inicialmente chegou a ser apontado, de uma simples gripe. E a circulação do vírus para além da China explicitou bem isso. Logo, novos casos passaram a ser registrados em diversos países, deixando milhares ou centenas de milhares de vítimas. Dada a dimensão da crise, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu o que até então era classificado como um surto, como pandemia. No Brasil, o primeiro caso foi registrado oficialmente em 26 de fevereiro de 2020, já o primeiro óbito ocorreu alguns dias depois, em 12 de março, ao mesmo tempo em que o número de novos casos crescia e se espalhava por todo o país. Hoje, o Brasil já passa de 15,2 milhões de casos e conta com a triste marca de mais de 422 mil mortes², sendo o terceiro país no mundo com o maior número de contaminados, atrás dos Estados Unidos e Índia; e o segundo em número de óbitos, tendo à sua frente os Estados Unidos.

Nesse cenário, uma miríade de discursividades ganhou vazão, ao passo em que outras tiveram os seus sentidos reconfigurados ou atualizados. *Lockdown*, quarentena, isolamento/distanciamento social, entre outros termos, passaram a ser comumente discutidos pelo Estado, órgãos de saúde e pela sociedade, articulados à necessidade de práticas como o uso de máscaras e a lavagem das mãos. Tudo isso, com vistas a reduzir a circulação do vírus, número de contaminações e mortes. Associadas ao novo contexto, determinadas emoções,

² Conforme indicado em: <<https://news.google.com/covid19/map?hl=pt-BR&mid=%2Fm%2F015fr&gl=BR&ceid=BR%3Apt-419>>. Acesso em: 9 maio 2021.

como o medo e a ansiedade, se tornaram prementes, haja vista o receio dos indivíduos em se contaminarem e suas consequências, bem como o medo de perder familiares, renda, emprego etc.

Tais efeitos têm sido indicados como desdobramentos do cenário de crise sanitária global. Alguns desses, no entanto, que até já existiam e agora foram complexificados deverão perdurar mesmo após a passagem da pandemia, como é o caso da questão da saúde mental daqueles que sobreviverem. De acordo com a OMS, o crescimento de quadros de transtornos de saúde mental já é uma realidade extremamente preocupante, o que é ratificado pela Organização das Nações Unidas (ONU), a qual destaca como urgente a necessidade de se aumentar os investimentos em serviços de saúde mental durante e após a pandemia (OPAS BRASIL, 2020).

Considerando esta realidade, este artigo tem como objetivo refletir sobre os sentidos acerca do fenômeno da ansiedade no cenário de pandemia da Covid-19 e os postulados em torno de suas formas de controle e superação, isto, a partir da análise dos enunciados que circularam sobre o tema nos discursos midiáticos, a saber, aqueles veiculados em portais de notícias, tais como o El País Brasil, BBC News Brasil, Uol e Veja³. O interesse é verificar de que forma a ansiedade é produzida nesses discursos, bem como quais as formas e normas que são indicadas para lidar com o fenômeno. São selecionadas, nesse sentido, um total de quatro publicações, uma de cada portal, aqui tomadas como materialidades discursivas, as quais foram escolhidas como resultado de pesquisas realizadas a partir da inserção de três palavras-chave nos mecanismos de busca dos sites supracitados: ansiedade, covid-19, controle.

Como retorno, destacaram-se: 1) “Medo e ansiedade com a crise do coronavírus? Conselhos dos psicólogos para tranquilizá-lo”, do El País Brasil; 2) “Coronavírus: 6 dicas da OMS para controlar o estresse e a ansiedade”, matéria de Laís Alegretti na BBC News Brasil; 3) “Coronavírus: como segurar a ansiedade diante de tanta informação?”, matéria de Danielle Sanches no portal Viva Bem do UOL e; 4) “Ansiedade em tempos de Covid-19: será que ela vai embora após a vacina?”, de Marco Antonio Abud no portal Veja Saúde. As três primeiras publicações datam de março de 2020, período em que a pandemia começava a ganhar velocidade no Brasil. A última, data de janeiro de 2021, momento em que, apesar do tempo após o primeiro caso, o Brasil volta a superar a média móvel de mil mortes por dia, ao mesmo

³ Esses portais foram escolhidos se considerando o grande número diário de acessos que cada um possui, bem como levando em conta o interesse de se analisar como o objeto aqui pesquisado foi tratado em veículos de diferentes orientações editoriais.

tempo em que a aprovação de vacinas e a esperança pela sua chegada ao país começam a surgir, atualizando, assim, os próprios sentidos em torno da ansiedade.

Desta forma, o *corpus* de análise é composto dos enunciados que constituem estas quatro materialidades – nosso recorte a partir de um arquivo discursivo mais amplo. Com base nos postulados de Michel Foucault (2013a), a noção de arquivo corresponde não a um conjunto de documentos, como pode ser facilmente confundido na linguagem corrente, mas a uma lei do que pode ser dito ou um sistema que rege a irrupção dos enunciados e discursos de uma época, ou seja, aquilo que pode efetivamente ser dito, discursivizado. Neste sentido, os discursos sobre a ansiedade na atualidade são componentes de um arquivo discursivo de uma época, a qual lhes permite, a partir de condições dadas, a sua existência de uma determinada forma e não outra.

Uma vez feita a seleção e definição da empiria, a sua análise toma como base os pressupostos teóricos e metodológicos da Análise de Discurso (doravante AD), especialmente aquela desenvolvida a partir dos estudos de Michel Foucault (2013a; 2011), haja vista o interesse de se analisar os discursos produzidos sobre a ansiedade, os saberes a eles inerentes, as suas relações de poder e o engendramento de subjetividades. Destarte, o artigo é dividido para além desta introdução em mais três momentos. Primeiro, realiza-se uma discussão com vistas a entender e definir o conceito de ansiedade a partir de teóricos de diferentes campos. Logo após, os enunciados que compõem a empiria são descritos, interpretados e analisados, o que em seguida é finalizado quando das considerações finais.

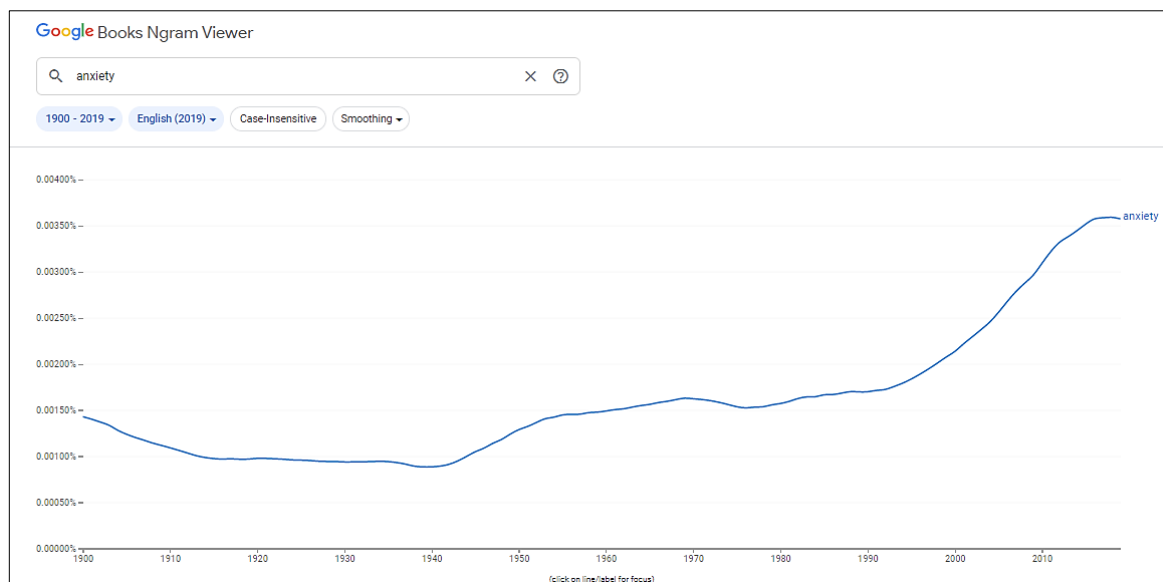
Ansiedade: moderna e atual

Se cada época possui suas enfermidades fundamentais, como atesta Han (2015) na epígrafe deste trabalho, a ansiedade certamente pode ser apontada como um dos males do tempo presente. Derivada do grego *agkho* (ἄγχω), etimologicamente, a palavra “ansiedade” refere-se a estrangulamento, uma forma de sufoco ou opressão sentida por determinado sujeito, indica Pereira (1997). No latim, seus correlatos são os termos *anxietas* e *anxius*, os quais remetem ao sentido de angústia, pouco à vontade, mente perturbada, reforçando a percepção do conceito de ansiedade como algo que é sentido por determinado sujeito, despertando-lhe receios e provocando mal-estar, o que pode ser decorrente de situações em que a estabilidade ou o reconhecimento do terreno são pouco definidos.

De acordo com Serra (1980), como conceito, a ansiedade tem sido empregada a partir de variadas perspectivas, o que se amplia quando tal fenômeno é tomado pelo senso comum, haja vista o crescimento que a circulação e o interesse sobre o tema vêm tendo. Prova disso é que ao realizarmos uma simples consulta pelo termo ansiedade nos principais sites de busca, como o *Google*, temos como resposta, em apenas poucos segundos, 21.800.000 resultados, o que evidencia a multiplicidade de seus sentidos, bem como o grande interesse e circulação que possui, o que para o Serra (1980, p. 93) caracteriza uma nova dinâmica em relação a ansiedade, já que “segundo especialistas, o seu uso na língua portuguesa foi pouco frequente antes da 2ª metade do século XIX”, passando a ter vazão, de modo mais enfático, a partir do século XX, o que desvela uma nova forma de olhar para o fenômeno e suas formas de sentir.

Ao se realizar uma busca no Google Ngram Viewer, ferramenta on-line que possibilita a visualização, em gráficos, da frequência de determinadas palavras ou termos em livros do acervo do Google Books, fica visível o quanto a discursivização em torno da ansiedade vem crescendo nos últimos anos, sobretudo a partir da segunda metade do século XX e, com maior ênfase, após os anos 2000.

Figura 1 - Anxiety⁴ no Google Ngram Viewer



Fonte: Google Ngram Viewer⁵.

⁴ Considerando que o Google Ngram Viewer ainda não permite a busca a partir do uso de palavras ou termos em língua portuguesa, a pesquisa foi realizada a partir da palavra inglesa “anxiety”, que em sua tradução para o português corresponde a ansiedade.

⁵ Disponível em:

<https://books.google.com/ngrams/graph?content=anxiety&year_start=1900&year_end=2019&corpus=26&smoothing=3&direct_url=t1%3B%2Canxiety%3B%2Cc0>. Acesso em: 21 jan. 2020.

Com efeito, observa-se o movimento de irrupção de determinados discursos sobre a ansiedade, fruto das diversas condições de possibilidades engendradas em cada contexto histórico (FOUCAULT, 2013a), trazendo à ordem do dizível uma nova forma de saber e sentir, assim como um modo particular de definir o fenômeno.

Nessa esteira, para Castillo et al (2000, p. 20), a ansiedade pode ser definida como “[...] um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho”. Serra (1980, p. 93), por sua vez, aponta que a ansiedade é constituída por um conjunto complexo de emoções, não sendo, portanto, uma emoção por si só. Todavia, de forma dominante, na sua gênese se destaca geralmente o medo, a partir do qual outras emoções, como a angústia, culpa, vergonha, interesse-excitação, entre outras, podem se expressar. Medo e ansiedade, como visto, parecem ser indissociáveis, o que também indica Courtine (2016, p. 23), ao afirmar que a partir de um pressupõe-se o outro ou, mais do que isso, um se alimenta do outro.

Apesar da estreiteza das relações entre a ansiedade e o medo, os autores acima citados apontam que esses fenômenos não são sinônimos, estabelecendo as suas diferenças. Como aspecto demarcador da distinção, destaca-se o fato do medo ser entendido como uma reação de defesa a algo já conhecido, enquanto com a ansiedade o que se tem é uma angústia prefigurada em um por vir, isto é, algo ainda vago, misterioso e incerto (SERRA, 1980, p. 95), percepção que é corroborada por Courtine, especialmente quando este afirma que “o medo possui um objeto preciso; no medo sabemos o que nos ameaça, enquanto a ansiedade não, ou, antes, a ansiedade possui um tal objeto, mas se trata de um objeto que não conhecemos” (COURTINE, 2016, p. 24). A ansiedade, dessa forma, é entendida como um receio, angústia, sentimento de indeterminação em relação a sua fonte ou causa, um medo não justificado, formado a partir das incertezas que povoam o desconhecido.

Assim entendida, tem-se que a ansiedade pode vir a se manifestar de diferentes formas, podendo residir tanto no terreno do “normal” como do “patológico” (SERRA, 1980, p. 94). Em relação à primeira forma, esta é vista quando a ansiedade é sentida e vivenciada, mas facilmente controlada ou superada, portanto, passageira e não recorrente. Já a sua existência no âmbito do patológico, refere-se aos casos em que a ansiedade se torna desproporcional ou exagerada em relação ao seu estímulo, passando a ser uma experiência mais recorrente ou, até mesmo, permanente, logo, sendo definida como um tipo de transtorno.

Tomando como base esses pressupostos, especialmente referentes a intensidade e tempo, Castillo et al (2000, p. 20) propõem que “a maneira prática de se diferenciar a

ansiedade normal da ansiedade patológica é basicamente avaliar se a reação ansiosa é de curta duração, autolimitada e relacionada ao estímulo do momento ou não”. Considerando o número crescente de diagnósticos dos casos de ansiedade nos últimos anos, órgãos e documentos internacionais da área da saúde têm se dedicado a entender melhor as suas manifestações, ao mesmo tempo em que passaram a definir as suas especificidades, a exemplo do CID⁶ – 10, que examina, discorre sobre e define os diferentes tipos de transtornos de ansiedade⁷, a fim de proceder a formulação de diagnósticos mais precisos e confiáveis (OMS, 1998).

Na contemporaneidade, em face dos desdobramentos e transformações das relações e formas de convívio social, o fenômeno da ansiedade, especificamente em sua configuração patológica, vem crescendo em todo o mundo. Para Courtine (2016, p. 22), esta seria uma manifestação da globalização também dos perigos e dos medos:

À medida que os perigos tornam-se mundiais, o medo foi se tornando global, e sua natureza parece ter mudado ao longo do caminho: um estado permanente de ansiedade individual e coletiva parece ter colonizado os espíritos e as sociedades ocidentais. Essa ansiedade é imprecisa, difusa, líquida, ou nebulosa [...].

Nesse cenário, o Brasil, segundo dados divulgados pela OMS em 2019, é o país que tem o maior número de pessoas ansiosas do mundo, chegando a um total de 18,6 milhões de brasileiros, o equivalente a 9,3% da população (GALHARDI, 2019). De acordo com Dan Chisholm, Conselheiro do Sistema de Saúde da OMS, citado em reportagem de Jamil Chade e Isabela Palhare (2017) sobre o tema no *Estadão*, dentre os principais fatores que contribuem para a alta ocorrência dos transtornos de ansiedade no Brasil, estão o cenário econômico instável, o crescimento da pobreza, desemprego e das desigualdades, sem citar o estilo de vida das pessoas nas grandes cidades.

Tem-se, então, uma combinação de aspectos ou de condições de possibilidades sociais e históricas dadas, utilizando os termos de Foucault (2013a), as quais fazem emergir a ansiedade neste momento e não em outro. Destarte, tais elementos contribuem para que a ansiedade, segundo Courtine (2016), entre na ordem do discurso das emoções do tempo presente, constituindo-se como “[...] um traço psicológico essencial dos indivíduos das sociedades de massa e como um dos componentes permanentes tanto dos discursos públicos

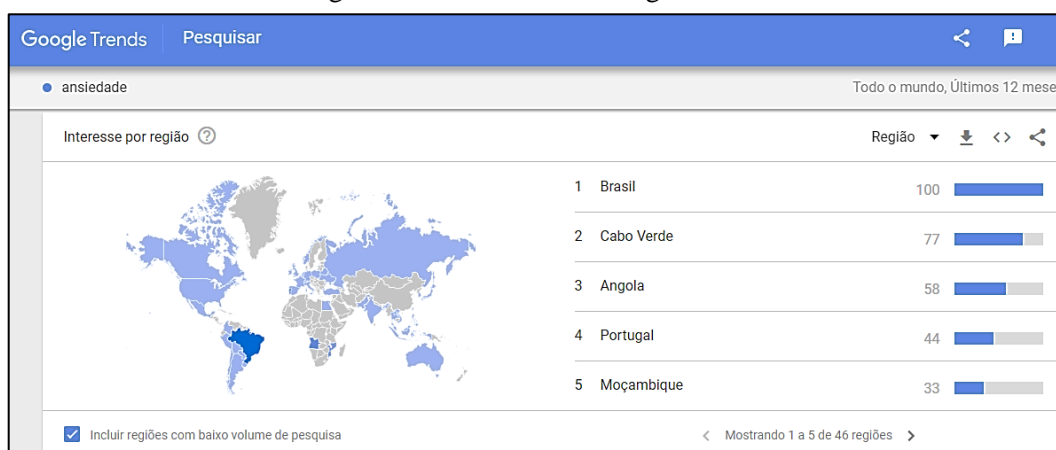
⁶ Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde.

⁷ Apesar de reconhecer as diferentes formas de expressão dos transtornos de ansiedade, neste artigo, não procederemos as suas distinções ou definições, haja vista o principal interesse da discussão centrar-se na produção discursiva da mídia sobre o fenômeno.

quanto das inquietudes privadas na era do neoliberalismo generalizado” (COURTINE, 2016, p. 20). Em meio a essa conjuntura, a pandemia do novo coronavírus (Covid-19) tem asseverado e promovido ainda mais a recorrência da ansiedade, articulando preocupações já existentes com outras novas. Realizada entre os meses de maio, junho e julho de 2020, pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), divulgada por Alana Gandra em reportagem da Agência Brasil (2020), revela que 80% da população brasileira se tornou mais ansiosa durante a pandemia, ultrapassando a média que o mesmo fenômeno apresentou em outros países, onde o índice é de 30% de aumento, expondo um número alarmante que agrava ainda mais a complexidade da situação.

Corroborando essas informações, em consulta realizada no Google Trends⁸ a partir do uso do termo ansiedade, observa-se que no último ano o Brasil foi o país que mais realizou buscas pela palavra (Figura 2), explicitando o maior interesse em se entender o que é a ansiedade, suas formas de expressão (sintomas) e modos de superação. Tudo isso, tendo como consultas relacionadas, ainda conforme o Google Trends, “sintomas covid”, “sintomas coronavírus”, “ansiedade na quarentena”, “teste de depressão ansiedade e estresse” e “frases de ansiedade triste” (Figura 3).

Figura 2 - Ansiedade no Google Trends



Fonte: Google Trends⁹.

⁸ O Google Trends é uma ferramenta do Google que indica os termos mais buscados dentro de um recorte temporal, isto, por meio de gráficos que expõem a frequência que determinado termo é procurado em várias regiões do mundo.

⁹ Disponível em: <<https://trends.google.com.br/trends/explore?q=ansiedade>>. Acesso em: 21 jan. 2020.

Figura 3 - Ansiedade no Google Trends - Consultas relacionadas

Consultas relacionadas ?		Em ascensão ▼	↓	<>	↶
1	sintomas covid	Aumento repentino			
2	sintomas coronavirus	Aumento repentino			
3	ansiedade na quarentena	Aumento repentino			
4	teste de depressão ansiedade e estresse	Aumento repentino			
5	frases de ansiedade triste	Mais 4.450%			

Fonte: Google Trends¹⁰.

Dadas as condições de possibilidades do tempo presente, emerge, então, com muita força, haja vista a maior circulação proporcionada por meio das mídias digitais, os discursos em torno da ansiedade, frutos de formas de dizibilidade que até antes do século XIX eram completamente distintas, como apontou Serra (1980). Hoje, como aferido por Gregolin em entrevista concedida a Oliveira, Oliveira e Nogueira (2018, p. 215), a mídia se constitui como um dos principais dispositivos de agenciamento e produção de subjetividades, tendo em vista os discursos que nela circulam e as relações de saber-poder daí decorrentes, e parece ser por meio dela que as pessoas buscam se informar sobre a ansiedade, seus sintomas e diagnósticos, como os dados das figuras acima apontam.

Na visão de Gomes (2003), a mídia e o jornalismo têm papel fundamental na modelização da sociedade, “uma vez que são espaços por onde os discursos terão seu ponto máximo de difusão” (GOMES, 2003, p. 45), o que se assemelha ao posicionamento de Sodré (1990, p. 27), ao alertar que “do ponto de vista de uma estratégia política global, os meios de informa o funcionam como dispositivos de mobiliza o e integra o das popula es – portanto, como um tipo de administra o ou gestão da vida social”. Nesse ínterim,   de interesse neste artigo refletir sobre o que   discursivizado sobre a ansiedade nas m dias digitais, especificamente nos portais de notícias já mencionados, em tempos de pandemia. Isto, buscando compreender as defini es, saberes e poderes que atravessam esses discursos, assim como atentando para as subjetividades que são a partir daí engendradas.

¹⁰ Disponível em: <<https://trends.google.com.br/trends/explore?q=ansiedade>>. Acesso em: 21 jan. 2020.

O discurso sobre a ansiedade em contexto de pandemia: definições e modos de controle

Como visto, nos tempos correntes, a ansiedade tem se tornado mais frequente, ao mesmo tempo em que cresce a preocupação e circulação do tema, sobretudo, por meio dos discursos midiáticos. A ansiedade está presente nas séries, telenovelas, no cinema e nos telejornais, é pauta de programas de rádio e podcasts, está no desenvolvimento e uso de aplicativos específicos que visam fornecer formas para lidar com o fenômeno. Nas mídias digitais, é frequente em discursos de usuários das redes sociais da internet, é assunto de discussão dos principais portais de notícias, como indicam o nosso recorte empírico, o qual passa agora a ser analisado.

Respectivamente, nas quatro publicações selecionadas, temos os seguintes títulos: 1) “Medo e ansiedade com a crise do coronavírus? Conselhos dos psicólogos para tranquilizá-lo”, do El País Brasil; 2) “Coronavírus: 6 dicas da OMS para controlar o estresse e a ansiedade”, da BBC News Brasil; 3) “Coronavírus: como segurar a ansiedade diante de tanta informação?”, do portal Viva Bem do UOL e; 4) “Ansiedade em tempos de Covid-19: será que ela vai embora após a vacina?”, do portal Veja Saúde. A seu modo, cada uma delas desvela caminhos para se entender a emergência da ansiedade no contexto de vulnerabilidades proporcionado pela pandemia.

Assim, desde os títulos, há o reconhecimento da crise do coronavírus como aspecto motivador da ansiedade, ao mesmo tempo em que outras causas são indicadas, como o excesso de informações, exposto no título do portal Viva Bem UOL. Na materialidade referente ao título da publicação do site El País, tem-se a articulação do medo com a ansiedade, tal qual os teóricos antes discutidos já apontaram, relacionando-a, também, com o estresse, caso da BBC News Brasil, o que retoma o sentido da ansiedade como um fenômeno relacionado a outras expressões emotivas ou formas de sentir.

Tendo a função de chamar a atenção e atrair leitores, os títulos já direcionam e antecipam a possibilidade do encontro de uma receita ou manual para entender melhor a ansiedade e as formas para contê-la: “conselhos”, “dicas”, “como segurar”, “será que ela vai embora” são algumas das estratégias discursivas utilizadas, o que aponta para um viés prescritivo. Quando das matérias, esse aspecto fica ainda mais evidente, o que é precedido por um processo de definição acerca do que seria a ansiedade, seus sintomas e suas formas de manifestação. Sobre isso, o El País e a Veja Saúde indicam:

SD 1 - A ansiedade pode se manifestar de várias formas: nervosismo, agitação, estado de alerta; não conseguir pensar em outra coisa; necessidade de ver e ouvir constantemente informações sobre o coronavírus; dificuldade para realizar tarefas diárias. Também é percebida nas pessoas que estão com problemas para adormecer e que “acham difícil controlar sua preocupação e perguntam persistentemente aos familiares sobre seu estado de saúde, alertando-os sobre os graves perigos que correm toda vez que saem de casa” (MEDO E ANSIEDADE..., 2020, on-line).

SD 2 - Uma forma simples de entender a ansiedade é pensar nela como um sistema de alerta do corpo. Um alarme que o corpo emite para apontar uma ameaça desconhecida no ambiente. O problema é que, muitas vezes, esse alarme dispara na hora errada ou não desliga, mesmo depois que o perigo já passou. E isso rouba a nossa energia. Sofremos e não conseguimos colocar a atenção em outras coisas (ABUD, 2021, on-line).

Em ambas as sequências discursivas, as definições sobre ansiedade versam sobre os modos de entendê-la, interpretá-la e reconhecê-la, apontando os indícios de sua expressão, compreendidos como formas de alerta, alarme, perigo, especialmente quando não se consegue controlá-la. Daí a importância de se entender os seus “sintomas”, o que já associa a ansiedade a algum tipo de doença. Dentre as características sintomáticas descritas, destacam-se a “[...] palpitação, respiração ofegante, músculos tensos, pele suada, pupila dilatada, tremores, intestino solto, dor de estômago, refluxo, desligamento da realidade” (ABUD, 2021, on-line), elementos que segundo a publicação acabam por tirar o foco da atenção do sujeito, que fica turva frente aos receios e medos injustificados que se instauram.

Todos esses aspectos são melhor desenvolvidos em suas respectivas publicações, que logo passam a discursivizar orientações para o controle e superação da ansiedade, o que ora é feito de maneira mais aprofundada e descritiva, caso do El País e da Veja Saúde, esta última tendo como quem assina o seu texto um psiquiatra; ora é realizado de maneira mais clara e objetiva com a formulação de dicas que são listadas numericamente com vistas a serem seguidas pelos sujeitos-leitores, rapidamente explicadas, como ocorre com a BBC News Brasil e Portal Viva Bem do UOL. Tudo isso de maneira similar nas quatro publicações, tendo como base um saber particular – produzido e enunciado por médicos, especialistas e órgãos internacionais de saúde –, a partir do qual as matérias são desenvolvidas.

Quando apresentadas por especialistas, as informações prestadas passam a ter outro valor e importância, já que a posição ocupada no discurso pelo sujeito que possui um saber/poder que constitui a verdade (FOUCAULT, 2011; 2013a) é distinta a de outro sujeito sem formação específica ou a de um leigo no assunto. Simultaneamente, a indicação de formas para lidar, controlar e/ou superar o mal-estar sofrido por parte dos sujeitos-leitores a partir das recomendações apontadas por especialistas, sejam psicólogos, psiquiatras ou a

própria OMS, assinala a ancoragem desses discursos estrategicamente em um tipo de saber validado e socialmente reconhecido.

A sustentação das informações que permeiam os discursos por meio da participação ou menção a uma diversidade de especialistas e organizações internacionais de saúde reforça a seriedade com a qual o tema é tratado, produzindo maior confiabilidade por parte do público, tendo em vista que aquilo que está sendo dito não toma como base o senso comum, mas a orientação de especialistas, mesmo que seja feito o uso de uma linguagem não científica, o que pretende uma maior aproximação com os diferentes públicos e classes sociais. Estes fatores podem ser entendidos, tendo por base Orlandi (1999), como as relações de força existentes no discurso. De acordo com esta perspectiva, pode-se apreender que “o lugar a partir do qual o sujeito fala é constitutivo do que ele diz. Assim, se o sujeito fala a partir do lugar de professor, suas palavras significam de modo diferente do que se falasse do lugar de aluno” (ORLANDI, 1999, p. 39-40).

Tem-se, então, um saber perito, isto é, de profissionais que conhecem de forma aprofundada o tema e suas especificidades e, ao recorrerem a essas fontes da experiência, são articuladas nesses discursos relações de saber e poder (FOUCAULT, 2013b), com vistas a produzir um sentido baseado na autoridade atribuída às informações veiculadas, uma vez que os lugares de produção desses discursos carregam um efeito de verdade, como se fosse algo comprovadamente já vivenciado e que, de algum modo, teve êxito. Ainda no que remete ao discurso do especialista, Freire Filho e Coelho (2011, p. 8) afirmam que “o discurso competente dos peritos encoraja os indivíduos a atuarem, de maneira sistemática, para acumular competências que os deixarão em posição de vantagem nas relações de concorrência disseminadas, na atualidade, por todas as esferas da vida”. Atravessados por esse saber, os enunciados vão se desenvolvendo e se firmando, fornecendo “dicas”, “receitas” ou “orientações” cientificamente validadas, logo, mais confiáveis, seja na produção de diagnósticos ou nas estratégias indicadas para a superação do mal-estar.

Em El País (2020, on-line), as orientações são fornecidas conforme uma distinção pautada em três grupos: a) “se você já foi afetado pela doença”; b) “se você pertence à população de risco” e; C) “se você está sofrendo da doença”, indicando as diferentes possibilidades de se sentir a ansiedade em meio a pandemia. As recomendações, entretanto, parecem se assemelhar, como pode ser visto, respectivamente, a seguir:

SD 3 – [grupo a] Identificar pensamentos que possam lhe causar mal-estar. [...] Reconhecer nossas emoções e aceitá-las. [...] Questione: procure provas de realidade e dados confiáveis.

[...] Informe seus entes queridos de maneira realista. [...] Evite informações em excesso. [...] Comprove a autenticidade das informações que você compartilha. [...] Como cuidar de si mesmo nestes casos: os colegiados da Comunidade de Madri recomendam manter “uma atitude otimista e objetiva” (MEDO E ANSIEDADE..., 2020, on-line).

SD 4 – [*grupo b*] Siga as recomendações e medidas de prevenção determinadas pelas autoridades sanitárias. [...] Informe-se de forma realista. [...] Não trivialize seu risco [...] Tampouco o amplifique. [...] Tente se manter ocupado e conectado com seus entes queridos. Crie uma rotina diária e aproveite para fazer as coisas que você gosta, mas que geralmente, por falta de tempo, não pode fazer (ler livros, assistir filmes, etc.) (MEDO E ANSIEDADE..., 2020, on-line).

SD 5 – [*grupo c*] Além de seguir as recomendações acima, os colegiados indicam vários pontos importantes para o autocuidado: Administre seus pensamentos intrusivos. [...] Não se assuste desnecessariamente. [...] Quando sentir medo, conte com a experiência que você tem em situações semelhantes (MEDO E ANSIEDADE..., 2020, on-line).

De uma maneira geral, são identificadas recomendações que, apesar de se proporem como distintas conforme o grupo, parecem ser genéricas em sua aplicabilidade, tanto que muitas vezes algumas passam a ser retomadas, como a necessidade de se ter uma “atitude otimista e objetiva”, administrar os “pensamentos intrusivos” e “fazer coisas que você gosta”. Importante atentar também para os modos pelos quais esses enunciados são produzidos, isto, relativo especialmente às escolhas lexicais adotadas, quando se nota a predominância de verbos no imperativo (“reconhecer”, “questionar”, “informe”, “evite”, “comprove”, “siga”, “tente”, “administre” etc.), os quais objetivam estimular o sentido de uma ação que deve ser realizada, a partir da qual a ansiedade pode vir a ser controlada.

Essa especificidade relativa ao uso de verbos no imperativo e a proposta de uma ação do sujeito sobre si mesmo é frequente nos discursos da autoajuda, os quais também partem de um viés prescritivo, conforme evidenciado por Oliveira (2020) ao refletir sobre essa questão e observar a presença de enunciados em torno de práticas ou modos de fazer para se encontrar o bem-estar e a felicidade. Sobre a articulação e a frequência exacerbada de orientações nesses discursos, nota-se, com base em Freire Filho (2011, p. 17), que tais posicionamentos ou formas de discursivizar determinados temas por parte da mídia passa a constituir um “jornalismo de autoajuda”, definido pelo autor como um produto massivo voltado à obtenção de ganhos imediatos, seja em matéria de adaptação social, seja de ascendência profissional. No que remete aos discursos analisados, esse viés é tomado com o objetivo de orientar sobre o controle e a superação da ansiedade.

Para Fischer (2006), esse viés prescritivo é constitutivo da própria mídia, já que nela há um discurso sobre como devemos proceder e estar no mundo. Esses discursos, que são

produzidos e reproduzidos socialmente, ganham maior força justamente por estarem nos espaços midiáticos.

Assim, todas as ‘dicas’ médicas, psicológicas ou até de ordem religiosa ou moral, comunicadas através de inúmeros especialistas de todos esses campos do conhecimento, a respeito daquilo que devemos fazer com nosso corpo e nossa sexualidade, ao se tornarem presentes no grande espaço da mídia, não só ampliam seu poder de alcance público como conferem à própria mídia, ao próprio meio, um poder de verdade, de ciência, de seriedade (FISCHER, 2006, p. 50).

No discurso produzido pela publicação da BBC News Brasil (ALEGRETTI, 2020, on-line), essa particularidade é reiterada, agora, para indicar as 6 dicas para o controle do estresse e da ansiedade durante a pandemia, mais uma vez, “com base em orientações da OMS e de especialistas”, assim listadas: “1. Controle seu acesso a informações sobre o coronavírus”; “2. Use as redes sociais como aliadas”; “3. Seja solidário”; “4. Pare e escute”; “5. Reconheça o trabalho dos profissionais de saúde” e; “6. Espalhe histórias positivas”. Outrossim, semelhante ao El País, a partir da indicação de ações a serem tomadas, retorna-se à necessidade de se ter o controle no acesso às informações sobre a Covid-19, trazendo à tona que o seu excesso pode ser prejudicial, o que está igualmente presente nos discursos do portal Viva Bem Uol, quando sugere que uma “filtragem de informações” seja feita.

A recorrência das dicas – ou convocações – sobre a ansiedade passa a atualizá-las, mesmo que não haja muitas novidades, pois, como visto, há uma tendência a redundância quando se observam as informações dispostas nas diferentes páginas. A repetição no que remete aos sentidos ou formas para superar a ansiedade, a qual parece atuar na produção de consensos, aponta para uma regularidade em meio a dispersão dos discursos. De acordo com Foucault (2013a, p. 46), as regularidades discursivas podem ser entendidas como uma ordem relativa ao aparecimento de determinados discursos, apontando para as “[...] posições assinaláveis em um espaço comum, funcionamento recíproco, transformações ligadas e hierarquizadas”. Essa regularidade que ratifica a sugestão imperativa de ações a serem tomadas encontra eco e respaldo, de igual modo, nos discursos da Veja Saúde e do Viva Bem Uol.

Na primeira, aconselha-se ao leitor que ele “concentre-se apenas em soltar o ar devagar, como se tivesse soprando um canudo, até sair a última gota de ar” (ABUD, 2021, on-line), pois isso ajuda a “resetar” a respiração, acalmando o sujeito. O detalhamento expõe a premissa do ensinamento como técnica, algo que uma vez feito, “resetaria” a situação vivenciada, levando o sujeito ao seu estado anterior. A Veja Saúde (ABUD, 2021, on-line)

reconhece que mesmo em um cenário em que a possibilidade da chegada da vacina se aproxima, ela não será suficiente para trazer de volta, automaticamente, a “saúde da mente”, considerando que se forem analisadas outras epidemias, como Sars, H1N1 ou ebola, será notado “[...] que a quantidade de pessoas com sintomas de ansiedade e depressão aumenta conforme as doenças se espalham. E esse cenário se mantém, pelo menos, durante um a dois anos passada a fase aguda do surto” (ABUD, 2021, on-line). Por isso mesmo, tomando como base uma memória discursiva (COURTINE, 1999) de experiências similares, reafirma a importância de se obter orientações para lidar com a questão, as quais ela mesma oferece.

No Viva Bem Uol (SANCHES, 2020, on-line), receituário parecido é explorado, uma vez que como respostas para a pergunta “diante desse cenário tão incerto, o que fazer para manter a sanidade mental e não surtar?”, se tem como retorno “pare, respire, encontre o que fazer...”, com vistas a controlar a ansiedade e manter a normalidade. Além disso, ainda é proposto que o sujeito tente se tornar útil, pois essa “é uma boa medida para reduzir a sensação de impotência e ainda encontrar um sentido no meio do caos”, operando uma relação de mútua exclusão entre ser ansioso – logo, impotente, improdutivo, fora da normalidade –, e não ansioso – produtivo, potente, útil, normal; alguém que possui um sentido para a sua própria vida.

Esta questão, de certo modo, permeia as orientações das diferentes publicações descritas e analisadas, uma vez que os seus ideais se alicerçam justamente em superar a ansiedade, mesmo que seja, a princípio, compreensível a sua existência dado o cenário de crise sanitária global. Entretanto, o imperativo do bem-estar, que é continuamente indicado, parece não estar muito interessado nesses contratempos. Nas materialidades analisadas, essa é mais uma regularidade: a convocação ao otimismo e à positividade, pois conforme é enunciado, “não dá para negar que estamos vivendo uma crise sem precedentes na história recente, mas é preciso também ver o que há de positivo em meio a essa situação” (ALEGRETTI, 2020, on-line), momento para o qual é também sugerido o treinamento da resiliência – “treine a resiliência”, afirma imperativamente enunciado da matéria do portal Viva Bem Uol (SANCHES, 2020, on-line).

Entendida no senso comum como uma capacidade do indivíduo para lidar com os problemas, seja a partir da adaptação ou superação de obstáculos ou situações adversas, o conceito de resiliência, segundo Dunker (2017, p. 36), emerge em um contexto ideológico de expansão do neoliberalismo, isto, no mesmo período que outro conceito, o de stress, conforme o autor, enfrenta declínio relativo. Concomitantemente, passam a ser instaurados imperativamente discursos para “gerenciar” e “administrar” as emoções, termos que são de

uso corrente pelo neoliberalismo pautado na imagem do sujeito como um empreendedor de si mesmo. Nesses discursos prescritivos, a resiliência ou superação no que se refere à ansiedade passam a se constituir como uma vontade de verdade, como postulado por Foucault (2011) e comum nos discursos clínicos, científicos e, agora, também midiáticos, os quais sempre buscam se fundamentar a partir de uma lógica que possa sustentar o que é dito.

Esta vontade, pautada não só pelas formas e normas para lidar com os sofrimentos, também prescreve sobre a superação como elemento precípua para a produtividade, uma vez que se o impacto da ansiedade reflete na qualidade de vida dos indivíduos, tem também impacto substancial no desenvolvimento econômico das sociedades. Com seus enunciados sedutores e dicas vistas como de fácil execução, fator propiciado pelas afirmações assertivas e imperativas, esses discursos encetam o que Prado (2013), inspirado em Foucault, denomina de “convocações biopolíticas dos dispositivos comunicacionais”, isto é, práticas discursivas que agem no sentido de requisitar aos sujeitos a ação em torno de determinadas orientações referidas na mídia, que, cada vez mais, sob o viés de orientação e suporte, convocam os sujeitos a formatarem seus modos de viver, sentir e lidar no que diz respeito a questões do cotidiano, a fim de aperfeiçoar a sua existência conforme o regime da produtividade.

Nos discursos ora analisados, a ansiedade não é tão somente algo a ser descrita e reconhecida, mas também gerenciada e superada tendo como premissa o imperativo do bem-estar e a produtividade do sujeito, mesmo em meio a uma pandemia. Tais discursos até chegam a fornecer um entendimento sobre os porquês da emergência e crescimento exponencial da ansiedade como um fenômeno que requer atenção e cuidado, mas mais do que refletir sobre, reiteram e produzem valor sobre o seu controle e superação, objetivo fácil e exequível, conforme indicam todas as dicas discursivizadas, construindo, por sua vez, subjetividades passíveis de administração, gerenciamento e transformação.

Considerações finais

Neste artigo, objetivou-se analisar os discursos produzidos sobre a ansiedade em tempos de pandemia da Covid-19, especialmente aqueles que discursivizam sobre as formas de entender o fenômeno, controlá-lo e superá-lo. O empreendimento de análise sobre a temática a partir das materialidades discursivas que têm a sua circulação por meio das mídias digitais, especificamente em sites e portais de notícias, demonstra o quanto a ansiedade vem sendo não tão somente debatida, mas arremetida pelo discurso neoliberal da

produtividade, o qual articulado com os discursos enunciados pelo saber médico, ganham vazão frente ao crescimento desse mal-estar em território brasileiro, como já indicado pela OMS, condição que atualmente vem crescendo em números de diagnósticos, considerando a novidade da crise sanitária e consequente presença dos riscos e medos provocados pelo novo coronavírus.

Nas publicações dos portais El País Brasil, BBC News Brasil, Viva Bem do UOL e Veja Saúde, há a atuação de uma rede de sentidos que mutuamente se reforçam, mesmo em veículos com linhas editoriais tão distintas, fator que promove uma ordem discursiva (FOUCAULT, 2011) sobre o que é a ansiedade, os modos de identificá-la e, principalmente, superá-la, tendo em vista as formas e normas discursivizadas. Ao mesmo tempo, com o saber disposto nas materialidades dos respectivos portais, estes acabam por se colocar como agentes confiáveis para as orientações fornecidas, situando-se como bússolas ao encontro de uma vida estável, determinando diagnósticos ao mesmo tempo em que ofertam antídotos (tais como as “dicas”) para lidar com as situações.

A ansiedade, conforme a empiria, é uma realidade, a qual, contudo, pode ser superada caso o sujeito-leitor siga os aconselhamentos ofertados. A divulgação e debate acerca do fenômeno, bem como do seu diagnóstico por meio de uma lista de sintomas, contribui para o seu reconhecimento. Essa legitimação e reconhecimento do mal-estar, fonte de lutas para os que sofrem de transtornos de saúde mental, no entanto, parece ser só mais uma etapa para o seu controle e superação, já que não reflete de modo mais aprofundado sobre a condição em si e os seus efeitos para a vida dos sujeitos que dela sofrem, ou até mesmo sobre a dor causada pelo imperativo de sua superação, o que o crescimento ao invés do decréscimo de casos em todo o mundo revela não ser tão fácil. O sofrimento, assim, é colocado pelos discursos perscrutados como algo a ser suplantado pelas formas de superação predispostas quando da indicação das “dicas” sustentadas por um saber científico ali a disposição dos sujeitos, desvelando, logo, sua constituição por meio de relações de saber e poder (FOUCAULT, 2013a; 2013b), as quais engendram sentidos que apontam para uma vontade de verdade por parte das materialidades investigadas sobre os fatos que discursiviza.

A partir dos discursos dispostos, são engendradas subjetividades passíveis de gerenciamento e administração, possuidoras de um poder sobre si mesmas, as quais devem buscar se vincular a emoções positivas e que produzam o bem-estar, mesmo em um cenário em nada propenso. Esses discursos mobilizam subjetividades atentas e maleáveis, considerando, como propõe Foucault (2013b), que os discursos, como parte de uma rede de relações heterogêneas, modalizam as subjetividades, no caso, a partir de uma ordem

discursiva que não dá espaço para os medos, dores ou sofrimentos. O fornecimento desses modelos subjetivos, no entanto, parece não ser de fácil alcance – apesar da linguagem clara e acessível adotada pelos portais –, pois, como já mencionado, a despeito das orientações, os níveis de ansiedade continuam a demonstrar crescimento, o que aparenta ser, por sua vez, uma motivação a mais para a produção dos discursos investigados, tendo em vista a infinidade de regras, dicas ou orientações que a cada dia passa a circular sobre a ansiedade nas mais diferentes mídias.

Referências

ABUD, Marco Antonio. Ansiedade em tempos de Covid-19: será que ela vai embora após a vacina? **Veja Saúde**, 14 jan. 2021. Disponível em: <<https://saude.abril.com.br/blog/com-a-palavra/ansiedade-em-tempos-de-covid-19-sera-que-ela-vai-embora-apos-a-vacina/>>. Acesso em: 25 jan. 2021.

ALEGRETTI, Laís. Coronavírus: 6 dicas da OMS para controlar o estresse e a ansiedade. **BBC News Brasil**, 20 mar. 2020. Disponível em: <<https://www.bbc.com/portuguese/geral-51959967>>. Acesso em: 25 jan. 2020.

CASTILLO, Ana Regina et al. Transtornos de ansiedade. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v. 22 (Supl. II), p. 20-23, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462000000600006>. Acesso em: 25 jan. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462000000600006>

CHADE, Jamil; PALHARE, Isabela. Brasil tem maior taxa de ansiedade do mundo, diz OMS. **Estadão**, 2017. Disponível em: <<http://saude.estadao.com.br/noticias/geral,brasil-tem-maior-taxa-de-transtorno-de-ansiedade-do-mundo-diz-oms,70001677247>>. Acesso em: 9 out. 2020.

COURTINE, Jean-Jacques. O chapéu de Clémentis. Observações sobre a memória e o esquecimento na enunciação do discurso político. In: INDURSKY, F.; FERREIRA, M. C. L.. **Os múltiplos territórios da AD**. Porto Alegre: Sagra Luzzato, 1999.

COURTINE, Jean-Jacques. A era da ansiedade: discurso, história e emoções. In: CURCINO, L.; SARGENTINI, V.; PIOVEZANI, C. (orgs.). **(In)Subordinações contemporâneas: consensos e resistências nos discursos**. São Carlos: EdUFSCAR, 2016.

DUNKER, Christian. **Reinvenção da intimidade** – Políticas do sofrimento cotidiano. São Paulo: Ubu Editora, 2017.

FISCHER, Rosa Maria Bueno. **Televisão & Educação: fruir e pensar a TV**. 3. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.

FOUCAULT, Michel. **A ordem do discurso**. 21. ed. São Paulo: Loyola, 2011.

FOUCAULT, Michel. **A arqueologia do saber**. 8. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2013a.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. 26. ed. São Paulo: Graal, 2013b.

FREIRE FILHO, João. O poder em si mesmo: jornalismo de autoajuda e a construção da autoestima. **Revista Famecos**, v. 18, n. 3, p. 717-745, 2011. Disponível em: <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistafamecos/article/view/10379>>. Acesso em: 9 out. 2020. DOI: <https://doi.org/10.15448/1980-3729.2011.3.10379>

FREIRE FILHO, João; COELHO, Maria das Graças Pinto (orgs.). **A promoção do capital humano: mídia, subjetividade e o novo espírito do capitalismo**. Porto Alegre: Sulina, 2011.

GALHARDI, Ricardo. Brasil é o país mais ansioso do mundo, diz a OMS. **UOL**, 2019. Disponível em: <<https://noticias.uol.com.br/ultimas-noticias/agencia-estado/2019/06/05/brasil-e-o-pais-mais-ansioso-do-mundo-segundo-a-oms.htm>>. Acesso em: 20 dez. 2020.

GANDRA, Alana. Pesquisa revela aumento da ansiedade entre brasileiros na pandemia. Percentual, que é de 30% em alguns países, chega a 80% no Brasil. **Agência Brasil**, 2019. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-10/pesquisa-revela-aumento-da-ansiedade-entre-brasileiros-na-pandemia>>. Acesso em: 02 jan. 2021.

GOMES, Mayra Rodrigues. **Poder no jornalismo: Discorrer, Disciplinar, Controlar**. São Paulo: Hacker Editores, EDUSP, 2003.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução Enio Paulo Giachini. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

MEDO e ansiedade com a crise do coronavírus? Conselhos dos psicólogos para tranquilizá-lo. **El País**, 14 mar. 2020. Disponível em: <<https://brasil.elpais.com/smoda/2020-03-14/medo-e-ansiedade-com-a-crise-do-coronavirus-conselhos-dos-psicologos-para-tranquiliza-lo.html>>. Acesso em: 25 jan. 2021.

OLIVEIRA, Geilson Fernandes de. **A felicidade nas páginas da literatura de autoajuda: discurso, poder e subjetividade**. Mossoró, RN: EDUERN, 2020.

OLIVEIRA, Pâmella Rochelle Rochanne Dias de; OLIVEIRA, Geilson Fernandes de; NOGUEIRA, Maria Adriana. Análise do discurso, Foucault e mídia: entrevista com Maria do Rosário Gregolin. **Diálogo das Letras**, Pau dos Ferros, v. 7, n. 1, p. 201-207, jan./abril. 2018. Disponível em: <<http://periodicos.uern.br/index.php/dialogodasletras/article/view/2982/1592>>. Acesso em: 14 maio 2020. DOI: <https://doi.org/10.22297/dl.v7i1.2982>

OMS. **Classificação de transtornos mentais e de comportamento da CID10: diretrizes diagnósticas e de tratamento para transtornos mentais em cuidados primários**. Porto Alegre: Artes Médicas; 1998.

OPAS Brasil. **ONU destaca necessidade urgente de aumentar investimentos em serviços de saúde mental durante a pandemia de COVID-19**. 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6170:onu-destaca-necessidade-urgente-de-aumentar-investimentos-em-servicos-de-saude-mental-durante-a-pandemia-de-covid-19&Itemid=839>. Acesso em: 15 jun. 2020.

ORLANDI, Eni Puccinelli. **Análise de discurso: princípios e procedimentos**. Campinas, SP: Pontes, 1999.

PEREIRA, Mario E. Costa. Mudanças nos conceitos de ansiedade. In: HETEM, L. A.; GRAEFF, F. G. (eds.). **Ansiedade e transtornos de ansiedade**. Rio de Janeiro: Editora Científica Nacional, 1997.

PRADO, José Luiz Aidar. **Convocações biopolíticas dos dispositivos comunicacionais**. São Paulo: EDUC; FAPESP, 2013.

SANCHES, Danielle. Coronavírus: como segurar a ansiedade diante de tanta informação? **Viva Bem Uol**, São Paulo, 16 mar. 2020. Disponível em: <<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2020/03/16/coronavirus-como-segurar-a-ansiedade-diante-de-tanta-informacao.htm>>. Acesso em: 25 jan. 2021.

SERRA, Adriano S. Vaz. O que é ansiedade? **Psiquiatria Clínica**, v. 1, n. 2, p. 93-104, 1980.

SODRÉ, Muniz. **A máquina de Narciso**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 1990.

Recebido em: 31 de janeiro de 2021

Aceito em: 27 de abril de 2021