



Artigo
Article

**ENTRE SOMBRAS E CICATRIZES: ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO
E INSÔNIA NA NARRATIVA DO FILME “O OPERÁRIO”**

*BETWEEN SHADOWS AND SCARS: POST-TRAUMATIC STRESS AND INSOMNIA IN THE NARRATIVE
OF THE FILM 'THE MACHINIST'*

Bismark de Oliveira Gomes¹
Vinícius Iley Oliveira Rodrigues²

RESUMO: Este estudo problematizou os impactos biopsicossociais de eventos traumáticos, com ênfase em duas possíveis consequências: transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e insônia. O estudo foi realizado através de análise fílmica da produção “O Operário” (*The Machinist*). O foco da análise é o personagem Trevor Reznik, que após um evento traumático, passa a vivenciar alterações biopsicossociais em seu cotidiano, como estado paranoide, insônia, alucinação, delírio, diminuição acentuada de peso e isolamento social. Objetivou-se compreender de que forma a intensificação do Transtorno do Estresse Pós-Traumático e da insônia podem afetar o funcionamento biopsicossocial do ser humano através da leitura do filme “O Operário”. A insônia é uma das condicionantes para o estabelecimento do TEPT, mas a incapacidade de dormir pode ter seu desenvolvimento de maneira mórbida sem a necessidade de um outro transtorno que a anteceda. Como considerações do estudo, verificou-se que o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), por estar associado a eventos externos que geralmente estão para além controle do indivíduo, representa um desafio em termos de prevenção, sendo necessários cuidados com a saúde biopsicossocial. A ausência desses cuidados pode resultar em uma deterioração significativa do quadro pós-traumático. Conforme ilustrado no filme, a insônia aguda do personagem Trevor resultou em perda de peso acentuada, alucinações e delírios. **Palavras-chave:** Insônia, TEPT, filme, análise fílmica, the machinist.

¹ Graduado em Psicologia pela UNINASSAU Mossoró - RN; Graduado em RECURSOS HUMANOS pelo Centro Universitário Tiradentes (2018). Pós graduação em Direito Penal pela FAVENE (ÁREA DE CONHECIMENTO: CIÊNCIAS SOCIAIS, NEGÓCIO E DIREITO); Mestrando em Ciências Sociais e Humanas – UERN.

² Possui graduação em Psicologia pela Faculdade Santa Maria de Cajazeiras (2020). Mestre em Saúde e Sociedade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (2021-2023). Pós-graduado em Psicologia Existencial Humanista e Fenomenológica, pela Faculdade Venda Nova do Imigrante - FAVENI (2020-2021). Docente e Coordenador do curso de Psicologia da Faculdade Uninassau Mossoró- RN.

ABSTRACT: This study problematized the bio psychosocial impacts of traumatic events, focusing on two possible consequences: post-traumatic stress disorder (PTSD) and insomnia. The study was conducted through a film analysis of the production "The Machinist". The analysis focused on the character Trevor Reznik, who, after a traumatic event, experiences bio psychosocial changes in his daily life, such as paranoia, insomnia, hallucinations, delusions, significant weight loss, and social isolation. The objective was to understand how the intensification of PTSD and insomnia can affect the bio psychosocial functioning of human beings through the reading of the film "The Machinist". Insomnia is one of the conditions for the establishment of PTSD, but the inability to sleep can develop in a morbid way without the need for another preceding disorder. As conclusions of the study, it was found that Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD), being associated with external events that are usually beyond the individual's control, represents a challenge in terms of prevention, requiring care for bio psychosocial health. The absence of such care can result in a significant deterioration of the post-traumatic condition. As illustrated in the film, Trevor's acute insomnia resulted in significant weight loss, hallucinations, and delusions. **Keywords:** insomnia; post-traumatic stress disorder (PTSD); film analysis; "The Machinist".

INTRODUÇÃO

A escolha do filme "O Operário" como objeto da pesquisa se deu em virtude da sua riqueza no que diz respeito às questões psicológicas. O filme oferece uma narrativa que permite uma análise densa e situacional das vivências traumáticas do personagem Trevor Reznik, além de suas resultantes biopsicossociais. A análise fílmica da obra "O Operário" é um recurso relevante para a compreensão dos efeitos do estresse pós-traumático e da insônia, intensificada pelas situações fictícias – porém, passíveis de concretude – retratadas no filme.

Eventos traumáticos podem ocorrer a qualquer momento da vida dos seres humanos e não necessariamente evoluir para quadros patológicos. As consequências desses eventos podem ser os mais diversos: Transtornos de ansiedade generalizada, Transtorno de insônia, Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) etc. No presente estudo, observa-se o TEPT como uma das possíveis resultantes dos eventos traumáticos.

Para Monson, Resick e Rizvi (2016, p. 62), "diferentemente da maioria dos transtornos psiquiátricos, o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) demanda a ocorrência de um determinado tipo de evento, do qual a pessoa não se recupera". Esse diferencial evidencia a importância dos cuidados com a saúde mental, uma vez que o transtorno ocorre de maneira abrupta em decorrência do fato gerador. Também se faz necessário um cuidado quanto ao tratamento após o seu desenvolvimento, devido ao seu potencial ofensivo contra o estado biopsicossocial do indivíduo.

Dificuldades em manter um padrão regular de sono e vigília é um dos sintomas condicionantes para se concluir o diagnóstico de TEPT com episódios de insônia, seja nas dificuldades de iniciar, manter o sono ou ambos, que quando negligenciados, podem evoluir para uma condição comórbida de transtorno de insônia.

Uma reflexão importante sobre as distinções entre insônia e privação de sono nos é dada por Walker (2018):

Estar privado de sono não é insônia. No campo da medicina, é considerado privação de sono ter a capacidade adequada de dormir, mas dar a si mesmo uma oportunidade inadequada de dormir — isto é, os indivíduos privados de sono poderiam dormir caso reservassem o tempo apropriado para fazê-lo. A insônia é o contrário: sofrer de uma capacidade inadequada de gerar sono apesar de oferecer a si mesmo a oportunidade adequada de dormir (WALKER, 2018, p. 260).

Em outras palavras, a privação de sono ocorre de maneira voluntária, quando o sujeito mesmo em condições propícias ao sono, opta por outra atividade, desconsiderando o ritmo circadiano e a necessidade de sono do organismo; já a insônia ocorre de maneira inversa: o sujeito deseja dormir, mas mesmo tentando dormir em condições adequadas não consegue iniciar ou manter o sono.

Compreender a diferença entre privação de sono e insônia é condição necessária para realizar a distinção entre condição patológica e comportamento voluntário, assim possibilitando um planejamento adequado para o restabelecimento da quantidade e qualidade de sono. Müller & Guimarães (2007, p. 523) mencionam que “a maioria dos distúrbios do sono não é detectada e tratada porque, em geral, as pessoas desconhecem que essa condição é clínica e tratável”. Daí normalizam a condição de falta de sono, pelo desconhecimento dos impactos da falta de sono no organismo humano e suas consequências no funcionamento social dos indivíduos.

Considerando as referências teóricas examinadas e a experiência durante a graduação no curso de psicologia, fui sensibilizado ao assistir a obra “O Operário”. Isso despertou meu interesse pelas questões resultantes de eventos traumáticos, levando-me a dedicar estudos acerca desse tema. Como resultado, foi possível observar os impactos dos eventos traumáticos e da insônia no funcionamento biopsicossocial dos indivíduos, seja evoluindo para quadros patológicos diagnosticados, ou mesmo condições não patológicas, mas que atrapalham o funcionamento do indivíduo.

O presente trabalho tem o intuito de fomentar o debate sobre o tema e produzir conhecimento acerca dos impactos dos eventos traumáticos nas dinâmicas do funcionamento social dos indivíduos e das alterações nos quadros de saúde mental. O recorte do estudo faz-se relevante em virtude do grau de complexidade dos transtornos de insônia que pode desenvolver-se de forma mórbida ou comórbida de diversos transtornos psicológicos, como o Transtorno de estresse pós-traumático, e da especificidade do TEPT, que tem seu desenvolvimento vinculado a um evento estressor específico.

Apreender sobre as particularidades dessas duas condições patológicas é necessário para a elaboração fidedigna do diagnóstico (e diagnóstico diferencial), e posteriormente para a elaboração do planejamento para o tratamento da patologia de forma individualizada, considerando os contextos nos quais a patologia causa sofrimento ao sujeito. Isso evitaria diagnósticos errados e, por consequência, tratamentos inadequados para a condição, prejudicando o indivíduo em diversos aspectos da sua vida.

Diante disso, este artigo tem como objetivo geral compreender de que forma a intensificação do Transtorno do Estresse Pós Traumático e da insônia podem afetar o funcionamento biopsicossocial do ser humano através da leitura do filme “O Operário”. Como objetivos específicos, buscou-se observar o impacto da insônia como condição comórbida do TEPT na dinâmica do funcionamento social no filme “O Operário”; apreender sobre as alterações nos quadros de saúde mental em consequência do transtorno de insônia; e analisar o impacto do estresse pós-traumático na saúde mental do personagem Trevor Reznik do filme “O Operário”.

Frente à problemática apresentada o presente trabalho observou os impactos dos eventos traumáticos no transtorno de insônia e suas resultantes através das representações trabalhadas pelo filme “O Operário”, partindo da seguinte questão de

pesquisa: quais as resultantes da intensificação da privação de sono no funcionamento biopsicossocial do personagem Trevor Reznik?

Trata-se de um ensaio, baseado na imaginação teórica sobre uma narrativa fílmica, portanto fictícia, mas que na amplitude das possibilidades clínicas, pode apresentar concretude. O cinema funciona, neste escrito, como um exercício de imaginação para o pensamento clínico.

METODOLOGIA

O estudo parte de uma pesquisa bibliográfica, através de uma revisão de literatura, considerando estudos que pesquisaram análise fílmica, privação de sono, transtornos relacionados ao sono, transtorno de estresse pós-traumático e as resultantes biopsicossociais dos fenômenos citados anteriormente. A revisão teve o intuito de fornecer base sólida para a análise fílmica à luz da teoria psicológica mais recente.

O aporte teórico da pesquisa foi buscado nos bancos de dados do Pubmed, Scielo e Google Acadêmico, com o intuito de identificar os estudos (artigos científicos, resenhas, ensaios, entre outras publicações científicas) mais recentes sobre o tema. Também foram utilizadas literaturas já consolidadas como manuais de psiquiatria, psicologia e psicofarmacologia (Ex.: Manual diagnóstico dos transtornos mentais 5TR e manual de psicofármacos).

Conjuntamente, o estudo traz a apreciação fílmica da obra “O Operário”, analisando aspectos biopsicossociais do personagem Trevor Reznik. Para Oliveira (2018, p. 03), “[...] as fontes fílmicas constituem-se em documento imprescindível para a história cultural, pois podem revelar representações, imaginários, mentalidades, visões de mundo, sistemas de hábitos, padrões comportamentais[...] relacionados a uma dada sociedade”. Nesse sentido, o filme constitui recurso empírico – enquanto situação projetada e narrada – para aprender sobre impacto dos eventos traumáticos.

A utilização de análise fílmica para a compreensão de alterações psicológicas é um recurso válido pela possibilidade de oportunizar um debate sobre a saúde e bem-estar. Oliveira (2017) aponta que em uma sociedade cada vez mais tecnológica e audiovisual, a possibilidade de fomentar o debate se utilizando das produções cinematográficas se mostra um instrumento útil, pois amplia as possibilidades de explicar e compreender os processos sociais e psicológicos de cada sociedade.

A análise do filme foi realizada em etapas. Inicialmente, o filme foi assistido na íntegra para se compreender a narrativa completa da obra; em seguida, foram identificadas e separadas as cenas que evidenciaram os eventos traumáticos do personagem; posteriormente, foram analisadas as cenas selecionadas para verificar as resultantes dos eventos traumáticos. Isso possibilitou analisar os impactos dos eventos traumáticos, tomando o transtorno de estresse pós-traumático e a insônia como possíveis resultantes de tais eventos. Foram consideradas três áreas: biológica, destacando os eventos que causam alterações no organismo do sujeito; social, enfatizando a influência nas relações sociais e como o evento pode ter alterado a dinâmica das interações sociais; e psicológica, adensando as resultantes dos processos cognitivos, emocionais e comportamentais desse sujeito fílmico. Apesar de serem aspectos diferentes, os três aspectos foram considerados dentro do mesmo contexto e buscaram apreender suas dimensões interseccionais.

STRESS PÓS-TRAUMÁTICO E INSÔNIA: “O OPERÁRIO”

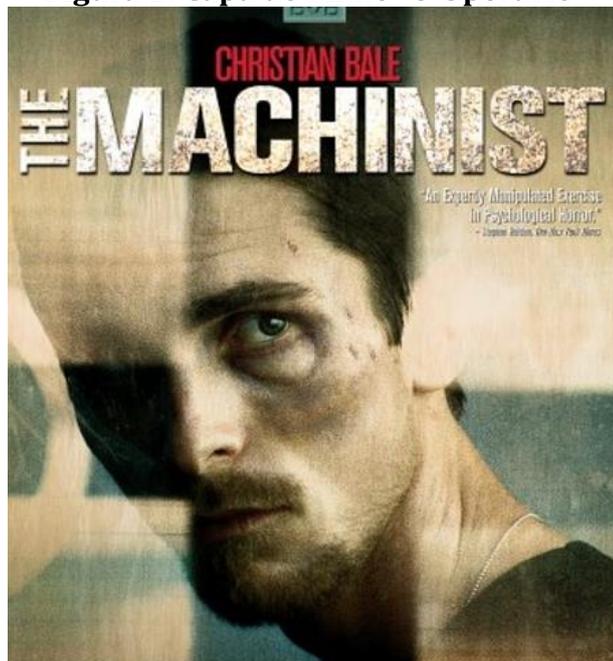
A utilização de obras cinematográficas enquanto fonte de pesquisa tem se mostrado um campo rico a ser explorado. Segundo Oliveira (2017), na contemporaneidade, os filmes são representações de grande valia no processo construtivo da pesquisa, por fornecer testemunho de eventos e/ou processos históricos. Assim, a indústria cinematográfica, ao longo de sua história, tem se firmado como espaço importante de exposições e reflexões acerca de aspectos biológicos, psicológicos e sociais relacionados à experiência humana. Produções que vão para além do entretenimento, evidenciando elementos estruturantes da sociedade, saúde mental, entre outras resultantes das relações do sujeito em sociedade,

Segundo Oliveira:

[...] Parte-se da premissa de que o cinema-arte pode constituir-se em efetivo instrumento de pesquisa, [...] logo, os filmes importam sobremaneira aos estudos sócio-históricos como fontes desafiadoras, sejam elas imagem ou não da realidade. Pensar nisso é compreender que o mais fantasioso filme de ficção não expressa senão as possibilidades de uma dada realidade histórica. (OLIVEIRA, 2017, p. 02).

Um dos expoentes dessa interseção entre cinema e sociedade é o filme "O Operário" (*The Machinist*), lançado no ano de 2004 e dirigido por Brad Anderson. A narrativa traz uma imersão profunda no quadro de saúde mental e funcionamento social do personagem Trevor Reznik, que à época sofria de transtorno de estresse pós-traumático e consequências psicológicas devastadoras, incluindo transtornos de insônia.

Figura 1: Capa do Filme “O Operário”



Fonte: The Machinist (2004).

O Operário é um filme de suspense e drama, desenvolvido em uma atmosfera sombria que discorre sobre a vida de Trevor Reznik, um trabalhador industrial

interpretado por Christian Bale. Este trabalha em uma metalúrgica e é acometido por insônia crônica após um evento traumático, um acidente de carro em que se envolveu e matou uma criança.

Após se envolver em um acidente de trabalho, claramente motivado por sua distração e cansaço, em que o personagem principal deixa um colega ferido, a vida do protagonista do filme se torna uma grande paranoia. Trevor, então, começa a notar fatos intrigantes em sua vida. Seu estado de insônia extrema contribuiu para um emagrecimento descomedido, transformando sua aparência física bruscamente, a ponto de causar estranheza. Trevor, destarte, passa a conviver com episódios perturbadores, com alucinações assombrosas e, com isso, passa a questionar sua própria saúde mental, buscando desvendar a verdade envolta nesses eventos. O que se confirma ao final no filme, pois parte do enredo do final, na verdade, é uma total desconexão com a realidade.

O transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) se diferencia dos demais transtornos psicológicos, em virtude da necessidade de um evento específico como fato desencadeador para o surgimento e desenvolvimento da patologia, seja o evento traumático vivenciado pelo indivíduo, ou por terceiros, em que o indivíduo não se recupera mesmo após algum período de tempo.

Para Farias (2018, p. 562) et al:

A exposição a um evento traumático, definido no DSM-5 como um episódio concreto ou ameaça de morte, lesão grave ou violência sexual, pode desencadear o transtorno de estresse agudo, que ocorre entre 3 e 30 dias após o evento traumático, e o TEPT, no qual os sintomas devem ter duração de pelo menos um mês.

O transtorno de estresse pós-traumático pode ocasionar no indivíduo intensa dificuldade de iniciar e manter o sono, como vivenciado por Trevor Reznik após o acidente. Para Almondes e Pinto Junior (2016, p. 64), “a insônia é um transtorno caracterizado por dificuldade em iniciar ou manter o sono, ou ainda despertar precoce com dificuldade em retornar ao sono, seguido por uma sensação de sono não reparador e de má qualidade”. Almondes e Pinto Junior (2016) sustentam ainda que a insônia é o transtorno do sono com a maior prevalência, e acomete com mais recorrência as mulheres, causam prejuízos ao funcionamento do ser humano e se ligam intimamente a problemas de saúde. A insônia pode se desenvolver de forma mórbida ou comórbida, sendo responsável por diversas condições psicológicas e médicas.

O filme apresenta um quadro geral sobre o impacto de eventos traumáticos sobre a insônia. Apesar de o sono ser um dos elementos vitais para os seres humanos, a negligência quanto à quantidade de sono necessária por cada indivíduo é algo recorrente. No filme retrata-se essa realidade pela ótica do personagem Trevor. Para Oliveira (2018, p. 02), “é possível referir que a ficção, por mais imaginativa e criativa que possa ser, sempre vai permitir uma potente leitura da realidade sócio-histórica; isto é, quem analisa a fonte fílmica sempre poderá visar algo da sociedade que produziu o filme”. As produções fílmicas ofertam a possibilidade de observar representações do imaginário, visão de mundo, imaginário, padrões de comportamentos, entre outros.

Para Walker (2018), apesar de ser algo comum entre os indivíduos, dormir menos do que seis horas por noite, impacta de forma significativa o organismo humano, desregulando o sistema imunológico, podendo desencadear doenças como Alzheimer, hipertensão arterial e diabetes. O sono se apresenta como um dos principais elementos

responsáveis pela saúde humana, participando de forma direta ou indireta da maioria dos processos de reparação ou/e manutenção do organismo.

Gazaniga (2018, p. 111) sustenta que:

Problemas do sono são relativamente comuns no decorrer da vida. Quase todo mundo, às vezes, tem problemas para adormecer, mas para algumas pessoas a incapacidade de dormir causa problemas significativos em suas vidas cotidianas. A insônia é um transtorno do sono em que a saúde mental e a capacidade funcional do indivíduo são comprometidas pela sua incapacidade de adormecer.

Almondes e Pinto Junior (2016) corroboram afirmando que a insônia tem uma prevalência alta na atenção primária com um impacto significativo no funcionamento social dos indivíduos, e para além de problemas individuais, a insônia atingiu o patamar de problema de saúde pública, perspectiva consolidada por meio de diversas pesquisas científicas. E mesmo diante de toda a importância das funções do sono para a saúde do ser humano, a insônia se tornou um fenômeno comum da sociedade contemporânea.

Magalhães e Mataruma (2007, p. 111) afirmam que:

O sono e os distúrbios a ele relacionados desempenham um importante papel em grande número de enfermidades, podendo afetar quase todos os campos da medicina. Como por exemplo, temos crises de asma e acidentes vasculares cerebrais (AVC), que tendem a ocorrerem mais frequentemente durante a noite (as primeiras) e de manhã cedo (os últimos), talvez por causa de alterações hormonais, variações da frequência cardíaca e outros fatores associados ao sono. O sono também afeta de modo complexo alguns tipos de epilepsia; o sono REM parece ajudar a prevenir convulsões, enquanto o sono profundo pode facilitá-las. A privação de sono também pode desencadear convulsões em pessoas com alguns tipos de epilepsia.

Fica evidente os impactos da ausência de sono de qualquer natureza, sobre a saúde integral dos seres humanos, afetando diversos aspectos da vida, desde níveis fisiológicos, com alterações cardiovasculares, até impactos sociais, com a impossibilidade de tomada de decisões mais adaptativas, graças a desregulação emocional causada pela insônia ou privação de sono.

O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), por estar associado a eventos externos que geralmente estão para além do controle do indivíduo, representa um desafio em termos de prevenção, sendo necessários cuidados com a saúde biopsicossocial. A ausência desses cuidados pode resultar em uma deterioração significativa do quadro pós-traumático. Conforme ilustrado no filme, a insônia aguda pode levar a uma perda de peso acentuada, alucinações e delírios.

O funcionamento social de Trevor é completamente comprometido, em parte devido aos delírios e, em outra parte, devido ao distanciamento de seus círculos sociais devido à falta de energia. Em uma cena do filme, os colegas de trabalho reclamam do afastamento de Trevor das atividades extralaborais que costumava realizar com eles, evidenciando também sua impulsividade e desregulação emocional ao reagir com raiva a uma brincadeira de um dos colegas. Isso pode ser explicado pelo quadro de insônia aguda vivenciada pelo personagem. Através do diálogo com a prostituta com quem mantém uma relação, Trevor relata que já não dorme há um ano, tempo aproximado ao do acidente que desencadeou o TEPT.

A falta de sono – em quantidade e qualidade minimamente necessária para a manutenção da saúde e qualidade de vida –, explica diversos pontos do quadro de saúde mental de Trevor. Um quadro de delírio e alucinação se desenvolve ao longo do tempo. Inicialmente fantasiando uma relação inexistente com encontros que não existiram de fato, como no caso de uma garçonete da lanchonete do aeroporto. Os delírios e alucinações ainda seguem para outras relações e o personagem passa a visualizar um funcionário e manter um certo grau de amizade com o mesmo, que na verdade é uma fantasia da sua mente. Ao tentar saber um pouco mais sobre esse “companheiro de trabalho”, a desorganização psicológica passa a ser percebida por Trevor, mesmo que aos poucos, o que ocasiona uma total desorganização biopsicossocial, passando a se questionar o que é real e o que é fantasia, evidenciando uma total desconexão com a realidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise fílmica se apresenta como uma ferramenta importante, e multifacetada para ser explorada pela ciência psicologia, destacando seu potencial em prover um ambiente propício e acessível para examinar e compreender uma vasta gama de quadros psicológicos. Ao se utilizar do universo cinematográfico, tem-se a oportunidade de explorar as minúcias dos transtornos psicológicos em seu contexto social e exibi-los de forma didática, permitindo uma análise abrangente e contextualizada, das emoções, dos comportamentos e da cognição.

Aqui, utilizamos das produções cinematográficas como recursos para analisar questões psicológicas profundas e variadas, como transtornos psicológicos, enfrentamento do trauma, situações do estresse e ansiedade (patológica ou não), até a dinâmica dos relacionamentos interpessoais e reflexões sobre a existência humana. Por meio de observação e análise dos personagens e das narrativas cinematográficas, foi possível alcançar uma compreensão valiosa para exemplificar casos clínicos, além de ferramentas terapêuticas

O filme apresenta de maneira didática, a progressão do TEPT, embora não siga uma narrativa cronológica precisa da evolução do quadro, o que não compromete a análise ou estudo, após experimentar o evento traumático, o personagem Trevor Reznik desenvolve um quadro de insônia aguda que persiste por um ano. O sono desempenha um papel fundamental na regulação emocional e na manutenção da saúde mental, o que pode explicar o estado de desregulação emocional do personagem.

Este estudo concluiu que o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), por estar associado a eventos externos que geralmente estão para além controle do indivíduo, representou no personagem Trevor um desafio em termos de prevenção, sendo necessários cuidados com a saúde biopsicossocial. A ausência desses cuidados pode resultar em uma deterioração significativa do quadro pós-traumático. Conforme ilustrado no filme, a insônia aguda pode levar a uma perda de peso acentuada, alucinações e delírios, com isso, fica evidente os impactos do TEPT e da insônia no funcionamento biopsicossocial dos indivíduos. Mesmo se tratando de uma obra cinematográfica – eis o limite estrutural deste estudo –, todo o quadro apresentado ilustra muito bem as resultantes dos quadros patológicos dos dois transtornos apontados acima.

Embora a utilização de enredos fictícios tenha sido amplamente adotada e refinada na literatura psicológica como forma de exemplificar de forma mais clara quadros de saúde mental, principalmente dentro da abordagem da terapia cognitivo-

comportamental, a utilização desse recurso na produção científica ainda é incipiente no Brasil, mesmo com um vasto material produzido pelo cinema nacional que poderia ser utilizado para esse fim. Este estudo precisa discutir outras possibilidades audiovisuais, além de aprofundar e trazer outras perspectivas teóricas e clínicas. Daí que, à medida em que a compreensão da riqueza da utilização da análise fílmica possa ofertar para o campo da saúde mental, espero que haja um aumento significativo no número de estudos e intervenções baseados na análise fílmica.

REFERÊNCIAS

ALMONDES, Katie Morais; PINTO JUNIOR, Luciano Ribeiro. A terapia cognitivo-comportamental nas insônias In: ALMONDE, Katie Morais; PINTO JUNIOR, Luciano Ribeiro. **Terapia cognitivo-comportamental para os transtornos do sono**. Curitiba: CRV, 2016.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2023). **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR**. [s.l.] Artmed editora, 2023.

FARIAS, Daniel da Rosa et al. Transtorno de estresse pós-traumático agudo e transtorno de estresse pós-traumático. In: CORDIOLI, Aristides Volpato; Gallois, Carolina Benevides; ISOLAN, Luciano. **Psicofármacos consulta rápida** - 5ed. [s.l.] Artmed Editora, 2015.

GAZZANIGA, Michael; TODD Heatherton, DIANE Halpern. **Ciência psicológica** – 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2018.

MAGALHÃES, F., and MATARUNA, J. Sono. In: JANSEN, JM., et al., orgs. Medicina da noite: da cronobiologia à prática clínica [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2007, pp. 103-120. ISBN 978-85-7541-336-4. Available from SciELO Books <<http://books.scielo.org>>

MÜLLER, M. R., & GUIMARÃES, S. S. Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. **Estudos De Psicologia**. 24(4), 519–528. Campinas, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000400011>

MONSON, Candice M., RESICK, Patricia A., RIZVI, Shireen L. Transtorno de estresse pós-traumático. In: BARLOW, D. H. **Manual Clínico dos Transtornos Psicológicos: Tratamento Passo a Passo**. [s.l.] Artmed Editora, 2016.

O OPERARIO. Direção: Brand Anderson. Roteiro: Scott Kosar. Produção Filmax Group, Castelao Producciones. Estados Unidos e Espanha, 2004.

OLIVEIRA, Alexandre Barbosa. Uso de fontes fílmicas em Pesquisas Sócio históricas da área da saúde. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 26, n. 4, 8 jan. 2018.

RIBEIRO, Sidarta. **O oráculo da noite: A história da ciência dos sonhos** – 1º ed. – São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

WALKER, Matthew. **Por que nós dormimos: a nova ciência do sono e dos sonhos** – Rio de Janeiro: Intrínseca, 2018.

Cronologia do Processo Editorial
Editorial Process Chronology

Recebido em: 01/05/2024
Aprovado em: 11/07/2024

Received in: May 01, 2024
Approved in: July 11, 2024