

editora  
**edebê**



# COLETÂNEA DE REDAÇÕES

**ENEM SALESIANO**

5ª EDIÇÃO-2019



# COLETÂNEA DE REDAÇÕES

ENEM SALESIANO

5ª EDIÇÃO-2019

editora  
**edebê**



# APRESENTAÇÃO

Seguindo a trilha do Projeto ENEM Salesiano para avançar com uma prática pedagógica de qualidade, chegamos à 5ª edição do Simulado, uma das ações desse projeto. Desta vez, avançamos mais um pouco em quantidade de participantes. Foram 3.507 alunos inscritos, consolidando a participação de 85 escolas da RSB-Escolas. Desses, 3.194 estudantes realizaram as provas nos dois dias.

Com uma temática bem pertinente ao universo jovem da sociedade contemporânea, nossos estudantes debateram o tema **DEPRESSÃO: DESAFIO CONTEMPORÂNEO DA FASE JUVENIL**. Para esta coletânea, repetimos o critério de seleção da edição anterior, que foi a faixa de nota a partir de 900 pontos. Foram 117 textos que, segundo a banca externa de avaliação, demonstraram competência, atingindo a pontuação estabelecida.

Nesta edição, cara leitora e caro leitor, você vai se deparar com textos que revelam a sensibilidade, a consciência e a preocupação dos nossos redatores salesianos acerca de uma temática tão marcante. Vai constatar, também, a fluência textual e a consistência nos argumentos, fazendo citações filosóficas, psicológicas, emocionais, sociais e técnico-científicas, bem como intervenções que apontam, com muita clareza, as possibilidades de combate ao problema.

E mais uma vez, cara leitora e caro leitor, a postura SALESIANA esteve presente nos textos dos nossos estudantes! Por isso, seguir a trilha destas Redações marcará momentos de leitura que valerão muito a pena.

BOA LEITURA!

Ir. Adair Aparecida Sberga e Ana Paula Costa e Silva  
*Diretoria Executiva da RSB-Escolas*

# SUMÁRIO

Alanna Maria Amora da Silva – 3º Ano A.....	8
Alice Gabrielli Buffe Buaiz – 3º Ano A.....	9
Amon Menezes Negreiros – 3º Ano A.....	10
Ana Beatriz Alves Revoredo – 3º Ano C.....	11
Ana Beatriz Cabral Pinto– 3º Ano A.....	12
Ana Carolina Vieira Poyares– 3º Ano M.....	13
Ana Clara Cavalcanti Barbosa– 3º Ano A.....	14
Ana Clara Chen Camargo Jesus– 3º Ano B.....	15
Ana Clara Ferreira Sampaio Cruz– 3º Ano A.....	16
Ana Luiza Ramos da Silva – 3º Ano B.....	17
Ana Vitória Marques Nunes– 3º Ano A.....	18
Anna Karolliny Silva Nascimento– 3º Ano A.....	19
Anna Leticia Felix Paranaiba Pache – 3º Ano A.....	20
Arthur Andrade Galvincto Rodrigues– 3º Ano B.....	21
Arthur Araujo Iglesias– 3º Ano A.....	22
Bárbara Esteque Del Vale – 3º Ano A.....	23
Barbarah Ferreira Melo – 3º Ano B.....	24
Beatriz Brasiliense Da Silva– 3º Ano A.....	25
Bruna dos Reis Silva de Jesus – 3º Ano B.....	26
Bruna Rafaela da Conceição Messias – 3º Ano B.....	27
Camila Sales Fagundes – 3º Ano A.....	28
Caroline Evelin Mamona Casaes – 3º Ano B.....	29
Caroline Pinheiro do Amaral – 3º Ano A.....	30
Caroline Soares Foicinha – 3º Ano A.....	31
Chrisler Rozeno Dias - 3º Ano A.....	32
Clara Sophia de Souza Barboza– 3º Ano D.....	33
Daniel Araújo De Almeida– 3º Ano A.....	34
Daniel Sarcinelli Frasson – 3º Ano A.....	35
Diogo Cavalcante de Azevedo – 3º Ano B.....	36
Eduardo de Andrade Cruz– 3º Ano A.....	37
Eduardo Volkmer Grossmann– 3º Ano A.....	38
Erica Paiva Espinosa– 3º Ano A.....	39
Fabio André López Castro – 3º Ano D.....	40
Felipe Silveira Rocha Veiga – 3º Ano B.....	41
Gabriel Alves Fernandes de Moraes – 3º Ano B.....	42
Gabriel Brasão Teixeira – 3º Ano A.....	43
Gabriela Faria Santana – 3º Ano A.....	44

Gabriela Magina Forastière Araújo – 3º Ano A .....	45
Georgia Alves Fernandes – 3º Ano C.....	46
Giovana Francini Mazetto – 3º Ano A .....	47
Giovanna Emylle Sena Dias – 3º Ano C.....	48
Guilherme Padilha Ferreira – 3º Ano A.....	49
Gustavo Rodrigues da Silva- 3º Ano A.....	50
Heloisa Ferreira Leite Sarate – 3º Ano A.....	51
Isa Medeiros de Souza – 3º Ano A.....	52
Isabela Campos Genkawa – 3º Ano A.....	53
Isabella Mendes de Sousa- 3º Ano A.....	54
Isis Behning Terciano – 3º Ano C.....	55
Jayana Farias Soares de Oliveira Gal – 3º Ano C.....	56
Jayane Valeska de Brito – 3º Ano A .....	57
Joao Guilherme Barros Brito – 3º Ano C.....	58
Joao Paulo Diniz Souza e Silva – 3º Ano A .....	59
Jonas Medeiros Alvarez – 3º Ano B .....	60
Júlia Curci Nóvoa Nitti – 3º Ano A.....	61
Júlia Nadine Leusin – 3º Ano A.....	62
Juliana de Macedo Tavares – 3º Ano B .....	63
Juliana Esberard Cattete – 3º Ano B.....	64
Larissa Adriely de Castro – 3º Ano A.....	65
Larissa Salgado Maia – 3º Ano A .....	66
Letícia Pereira Feitoza –3º Ano B.....	67
Lucas Flavio Dantas de Lima –3º Ano B.....	68
Lucas Rodrigues Tomaz dos Santos – 3º Ano A .....	69
Luísa Simonassi Zamprogno – 3º Ano C.....	70
Luíza Maria Matos de Moraes – 3º Ano A .....	71
Manuela de Rezende Barioni – 3º Ano A.....	72
Marcelle Barbosa Rosa – 3º Ano C.....	73
Maria Carolina Avelar Ventura Felip – 3º Ano A .....	74
Maria Eduarda Canuto – 3º Ano A .....	75
Maria Fernanda Paro Rodrigues de So – 3º Ano A.....	76
Maria Gabriela Cunha Lemos dos Santos – 3º Ano A.....	77
Maria Júlia Venâncio Pereira Hostal – 3º Ano A.....	78
Maria Luísa Araújo Costa – 3º Ano C .....	79
Maria Luísa Mota de Almeida – 3º Ano C.....	80
Maria Luíza Costa Beltran Pedrosa – 3º Ano A.....	81
Maria Vitória Nogueira de Lucena – 3º Ano B .....	82
Mariana Areias Correia Cardoso – 3º Ano A .....	83
Mariana Fernandes Oliveira dos Santos- 3º Ano A .....	84

Mariana Montibeller – 3º Ano A .....	85
Mariana Oliveira Sousa Minami– 3º Ano A .....	86
Marianna Macedo Revoredo da Nobrega – 3º Ano A.....	87
Marieta Bastos Gaia – 3º Ano C.....	88
Marina Donatti Trevisan – 3º Ano B.....	89
Marina Sampaio Franco – 3º Ano B .....	90
Mateus Lopes Dias Santos – 3º Ano A.....	91
Maysa Ellen Pires de Sousa Ramos – 3º Ano B.....	92
Miguel Augusto de Arruda Reis – 3º Ano B.....	93
Milena Carine Cielo – 3º Ano B.....	94
Mylene Karen de Lira Machado – 3º Ano B.....	95
Natalia Silva Urquiza Feitosa – 3º Ano A.....	96
Neillane de Carvalho Sá Barreto do Ros – 3º Ano B .....	97
Nicholas Gonzalez Ramos – 3º Ano B.....	98
Nicolas Guedes Nunes – 3º Ano A.....	99
Nicole Araújo de Oliveira – 3º Ano C.....	100
Nina Maria de Alencar Almeida – 3º Ano A.....	101
Pollyanna Matos de Souza– 3º Ano A.....	102
Rafael Ferreira Gonçalves – 3º Ano A .....	103
Renzo Martini Gabry – 3º Ano B.....	104
Ricardo Magalhães Santos Filho – 3º Ano A.....	105
Robson Almeida de Souza – 3º Ano A .....	106
Rodolfo Franco Ribeiro – 3º Ano B.....	107
Salatiel Maciel de Souza Filho – 3º Ano A.....	108
Samira Sucupira Paiva– 3º Ano A.....	109
Tamara Sousa Rodrigues Moreira – 3º Ano A.....	110
Thaís Ferreira de Souza – 3º Ano A.....	111
Thaíssa Fernanda Santos Silva – 3º Ano A .....	112
Tiago Marques da Costa Cruz – 3º Ano A.....	113
Verônica Lourenço Guimarães – 3º Ano A.....	114
Vinício Oliveira Santos – 3º Ano A.....	115
Vinícius Fernandes Vilas Bôas– 3º Ano A.....	116
Vinicius Henrique Medeiros– 3º Ano A.....	117
Vitória Gorga Machado dos Santos – 3º Ano A .....	118
Willian Teodoro Souza da Silva – 3º Ano A.....	119
Yasmim Carla Santos Fontes – 3º Ano A .....	120
Yasmim Kamila da Costa Ribeiro – 3º Ano A .....	121
Yasmin Eugenio Cruz – 3º Ano A.....	122
Yasmin Rafaela Braun – 3º Ano A.....	123
Yasmin Reis Nunes– 3º Ano A.....	124

# **DEPRESSÃO: DESAFIO CONTEMPORÂNEO NA FASE JUVENIL**



Em meados do século XXI, constatou-se um aumento dos jovens diagnosticados com depressão, doença silenciosa, cuja vítima permanece numa constante tristeza, perde seus interesses diários, afasta-se do seu ciclo social e carrega consigo todos o sentimento de culpa. Na maior parte dos casos, tudo isso acontece sem um motivo específico.

É fato que a pressão feita pela família, pela instituição de ensino, e principalmente pela própria vítima contribui para o aumento do problema. Em apenas um período do curso de medicina da Universidade de São Paulo (USP), foram registrados quatro suicídios. Foi comprovado que a presença de profissionais capacitados para oferecer suporte ao jovem, durante o curso era exígua, por isso a criação de um programa com o intuito de garantir o bem-estar emocional e psicológico ao estudante era essencial.

Outrossim, a falta de acompanhamento psicológico resulta maior nível do agravamento da doença. O alto custo para bancar despesas das consultas com psicólogos e psiquiatras e as dificuldades de ser atendida por profissionais que realizem consultas em hospitais públicos são enormes. E essa situação dificulta mais ainda a vida das pessoas com baixa renda, que continuam não tendo acesso aos serviços oferecidos.

Torna-se evidente, portanto, que as instituições de ensino, em conjunto com os alunos do curso de psicologia, devem oferecer apoio necessário para um bom rendimento do aluno na instituição e fora dela, por meio de consultas individuais e palestras que abordem o tema. O Ministério da Saúde juntamente com psicólogos e psiquiatras devem ampliar o atendimento nas unidades públicas, com o intuito de minimizar a desigualdade e garantir que todos tenham oportunidades iguais.

Alanna Maria Amora da Silva – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

A depressão ainda é muito confundida com uma simples tristeza, que é causada por alguma situação desconfortável, mas que passa com o tempo. Já a depressão não há uma justificativa concreta para a infelicidade, além de ter duração mais longa. A série 13 Reason Why, lançada pela Netflix, aborda essa problemática na qual uma jovem suicida-se devido a essa doença, relatando as razões que a fizeram chegar a esse desfecho. A chamada “doença do século XXI”, muitas vezes, é causada pela ansiedade e pelo estresse vindo das redes sociais.

Primordialmente, é importante citar que a chegada das redes sociais trouxe uma grande dependência a essa forma de relacionamento, principalmente por parte dos adolescentes, que desenvolveram o hábito de postar fatos da sua vida pessoal nas redes sociais, inclusive, dando relevância às reações das pessoas em detrimento do seu próprio sentimento e bem-estar, acarretando, assim, sentimento de tristeza.

Em segunda instância, é notável que a ansiedade também leva ao quadro de depressão, visto que o indivíduo se torna incapacitado de construir seu futuro, segundo o psicólogo Rollo May. O medo excessivo de algo ruim acontecer com o indivíduo ou com as pessoas ao seu redor o impede de seguir sua vida, trazendo aos poucos os sintomas da depressão como a baixa autoestima, perda de energia e o desinteresse por outras atividades.

Em síntese, é necessário que o Ministério da Saúde e o da Educação disponibilizem psicólogos e psiquiatras para trabalharem nas escolas e que sejam acessíveis a todos os alunos, com atendimento e assistência necessárias, além de outros trabalhos de acompanhamento aos jovens em geral, como palestras direcionadas aos alunos e às suas famílias; e se algum jovem apresentar sintomas dessa doença, que sejam orientados para o tratamento adequado, desde o início, a fim de não haver maiores consequências à pessoa.

Alice Gabrielli Buffe Buaz - 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Nossa Senhora da Vitória - Vitória/ES

É notório que os casos de depressão e ansiedade aumentaram drasticamente entre a população juvenil contemporânea, principalmente devido ao modo de vida imposto pela sociedade. Os jovens estão cada vez mais individualistas e ligados aos bens materiais como celulares, notebooks, videogames, dentre outros aparelhos tecnológicos. Em conjunto com o isolamento social, esses fatores podem gerar consequências catastróficas durante a fase adulta.

O uso dos meios tecnológicos pode ter influência de forma mais ampla, prejudicando não só o indivíduo em depressão, como também as pessoas ao seu redor. Fato este retratado na série 13 Reasons Why (ou 13 porquês), na qual a jovem americana Hanah Baker, novata em uma escola dos Estados Unidos, tem de enfrentar diversas situações. No episódio 5, ela é perseguida virtualmente por um aluno e recebe ameaças sobre divulgação de fotos íntimas com uma de suas amigas. No fim suas fotos são espalhadas pela internet, o que resulta em um dos motivos de seu suicídio que impactou a cidade e, principalmente, os treze colegas de classe culpados por tal ato.

Esse contexto relaciona-se, também, ao massacre ocorrido nos anos 90 na Universidade de Columbine, em que os jovens Erick e Dylan se conhecem em fóruns com conteúdos relacionados à depressão, uso de armas e suicídios. Assim como a personagem Hanah, os dois estudantes apresentavam quadros depressivos e melancólicos, porém em Colúmbia, os jovens invadiram a Universidade carregados de armas e munições; então centenas de alunos foram assassinados, em sequência, os dois suicidaram-se.

Diante desses fatos, reais ou de ficção, fica evidente a proporção das consequências e a importância de se prevenir a população contra tal doença, com investimentos mais altos por parte do Estado em ações públicas e campanhas de conscientização e orientação à sociedade. É preciso também que integrantes da sociedade civil mobilizem a população, por meio das redes sociais para que promovam valores intrínsecos em suas famílias, assim como a França e o Butão que adotaram usar políticas e se tornaram países reconhecidos pela ONU (Organização das Nações Unidas), como os países que possuem as sociedades mais felizes. Afinal todo ser humano merece ser feliz.

Amon Menezes Negreiros – 3º Ano A  
ISMA - Colégio Dom Bosco - Leste

A depressão é uma doença geradora de profunda tristeza, desproporcional ao acontecimentos e duradora, que pode vir acompanhada de problemas básicos. Esse mal do século XXI tem afetado principalmente a juventude, a qual, sem a devida atenção e acompanhamento por parte da sociedade, tem tomado atitudes extremas por não encontrarem maneiras alternativas de lidar com a imensidão do problema.

Diante do exposto, pode-se elencar como uma das causas da doença, o toc no estresse. A grande inserção dos jovens no meio tecnológico e o excessivo uso das redes sociais distanciam as pessoas nas relações físicas, além de causar dependência por aceitação em um padrão instituído pela mídia. Dessa forma sintomas depressivos podem começar a se desenvolver e ser agravados e encobertos, devido ao medo que se apodera do indivíduo de ser mal compreendido ou julgado, ao expor, para alguém, o que passa com ele.

Ademais, a precariedade no sistema público de saúde brasileiro, por exemplo, e a falta de informação da população, a qual ainda apresenta certo tabu com relação à doença e o não acesso aos profissionais especializados para o tratamento, dificultam a diminuição da ocorrência dos casos de depressão. Estes, segundo estudo feito pela Universidade Columbia nos Estados Unidos, têm aumentado cerca de 40% nos últimos 5 anos, entre os jovens.

Tendo em vista a problemática apresentada, faz-se necessária a implantação de um projeto de extensão universitária com os concluintes dos cursos de psicologia e psiquiatria, por meio de visitas às escolas e comunidades para a execução de atendimentos e acompanhamento psicológico gratuito e palestras para maiores informações sobre a doença. Esse trabalho será incluído na carga horária de estágio necessária para a conclusão do curso. Objetivando, assim, a quebra do tabu que se faz fortemente presente na sociedade e a gradativa diminuição dos casos de depressão na fase juvenil, permitindo que estes aproveitem sua juventude e futuro de forma mais tranquila e saudável.

Ana Beatriz Alves Revoredo – 3º Ano C  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

Devido aos avanços da globalização e da tecnologia, casos de problemas psicológicos na juventude tornaram-se mais frequentes. A depressão, um exemplo desses problemas, é um dos maiores desafios para os jovens atuais, por ter como consequência, muitas vezes, a mutilação própria ou o suicídio. É notório que os jovens do mundo contemporâneo necessitam de ajuda e de efetivas políticas públicas em relação ao acompanhamento psicológico e à educação para maior consciência e valor de si próprio e da vida.

De acordo com a lei brasileira de número 8.069 do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), é dever público e da sociedade em geral garantir os direitos referentes à vida dos menores de 18 anos. Contudo, muitos desses direitos são negados a vários jovens de baixa renda ou estrutura familiar frágil, e a falta de apoio e de assistência levam muitos juvenis à depressão. Ou seja, é necessário relacionar e considerar que a situação depressiva de diversos jovens é o espelho e a consequência das atitudes da sociedade com a juventude.

Com base nisso, constata-se, no sistema escolar brasileiro, a falta de acompanhamento psicológico e de uma educação consistente para esse fim. Se os jovens estudantes tivessem garantida a oportunidade de usar esses serviços, tragédias como o massacre de Realengo, em 2011, poderiam ser evitadas. Tais exemplos comprovam a falta de efetivação de políticas públicas no sistema brasileiro de educação e de saúde.

Portanto, a fim de diminuir os casos de depressão entre os jovens, é preciso que o Governo Estadual use parte dos impostos para investir em acompanhamento psicológico e em educação nas escolas. Com tal efetivação, será preciso contratar profissionais qualificados que acompanhem psicologicamente a família, o aluno e os conscientize em relação aos riscos da depressão. Desse modo, a taxa de adolescentes depressivos diminuirá e casos futuros serão evitados.

Ana Beatriz Cabral Pinto- 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

Na obra mundialmente conhecida “O grito”, Edvard Munch — pintor norueguês — retrata com expressivos traços o medo e a melancolia na figura humana. Quando se trata da depressão, que tem sido um desafio contemporâneo na fase juvenil, pode-se estabelecer uma forte conexão com a arte de Munch. Essa doença psicológica tem crescido entre os jovens, mas não pode ser confundida com a tristeza.

Em primeiro plano, um estudo conduzido pela Universidade Columbia, nos Estados Unidos, constatou que o índice de depressão entre jovens aumentou 40% nos últimos 15 anos. As indústrias de moda e cosméticos, junto às mídias, estabelecem relação direta com esse aumento, visto que esses mercados visam ao próprio benefício e lucratividade, quando são impostos padrões de beleza para o consumo de suas mercadorias “milagrosas”. Como a adolescência é uma fase de mudanças físicas e mentais, estes são os mais influenciados pelos padrões utópicos, desencadeando insegurança e um forte desconforto com seu próprio corpo.

A posteriori, estar triste não pode ser confundido com depressão. A tristeza é um sentimento normal e passageiro, gerado por algumas situações desagradáveis e lembranças ruins. Caso haja tristeza persistente e sem motivos, é necessário buscar ajuda. A depressão requer diagnóstico e, além de a pessoa estar triste, engloba outros sintomas como: sensação de culpa, energia diminuída e baixa autoestima. É importante que essa diferença seja conhecida, pois a pessoa depressiva precisa de um tratamento para se curar como qualquer outra doença.

Tendo visto o exposto, urge a necessidade de promover ações as quais, de fato, possam amenizar esse quadro. Assim, cabe às empresas de beleza incluir por meio de propagandas, todos os tipos e formas de corpo, cada um com sua singularidade, visando à autoaceitação corporal, principalmente dos jovens. Também é fundamental que o Ministério da Saúde realize programas gratuitos que deem acesso dessas pessoas a psicólogos, visando à oportunidade de todas as classes combaterem a depressão, distanciando assim da melancolia de Munch.

Ana Carolina Vieira Poyares- 3º Ano M  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

Consoante a teoria do filósofo Gilles Lipovetsky, de que se vive na era do vazio, situações inerentes à contemporaneidade estão relacionadas ao aumento do número de casos de depressão, haja vista a falta de objetivo e motivação dos indivíduos. Nesse viés, essa patologia na fase juvenil, principal faixa etária atingida, representa um desafio para o Brasil. Portanto, vale analisar a escassez de debate sobre o tema e a excessiva cobrança por perfeição sobre os adolescentes, a fim de mitigar a problemática.

Em primeiro lugar, a depressão é um tabu na conservadora sociedade brasileira, o que dificulta que a juventude tenha informação sobre a enfermidade e que peça socorro para a família sem medo de sofrer preconceito. Sob essa ótica, cabe pontuar a ideia do sociólogo Jurgen Habermas, de que a incapacidade de usar uma razão comunicativa impede a superação de muitas mazelas, uma vez que a falta de discussão sobre o assunto leva os indivíduos a não conhecerem a doença, impossibilitando, assim, diagnóstico e tratamento precoces. Desse modo, os jovens tendem a não buscar ajuda, o que resulta no agravamento da patologia e, conseqüentemente, na queda da qualidade de vida dessas pessoas, as quais têm sua formação cidadã prejudicada devido à seriedade dos sintomas.

Ademais, em dois aspectos, os adolescentes são constantemente cobrados: notas e corpo perfeitos. Nessa perspectiva, a cobrança por padrões estéticos e intelectuais inalcançáveis exerce muita pressão sobre a juventude, a qual acaba acreditando que é insuficiente e que nunca alcançará suas metas. Por conseguinte, o sentimento de resignação entre os jovens acarreta a depressão, a qual impede que eles estudem ou trabalhem efetivamente, o que prejudica a economia, pois muitas pessoas em idade de trabalho não constituem a População Economicamente Ativa por estarem incapacitadas pela doença.

Dessarte é essencial que medidas sejam efetivadas. Logo, o Ministério da Saúde, visto seu importante papel na manutenção do bem-estar da juventude, deve informar a população sobre os sintomas e o tratamento da depressão, mediante propaganda na televisão e na internet, com o intuito de que o tema não seja mais tabu e, dessa maneira, os jovens possam pedir ajuda sem serem julgados. Outrossim, ONGs devem desconstruir padrões sociais inatingíveis, mediante palestras em escolas, para que os adolescentes cresçam sob menos cobranças. Dessa forma o desafio da depressão na fase juvenil será superado na sociedade brasileira.

Ana Clara Cavalcanti Barbosa- 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

Nos últimos tempos, a era da tecnologia tem mantido as pessoas interligadas em uma Aldeia Global, como diz Marshall MacLuhan, entretanto, dá-se um paradoxo ao notar-se a quantidade de jovens que se sentem só, mesmo estando conectados 24 horas por dia. Esse isolamento corresponde a um fenômeno que assombra muitos adolescentes: a depressão, a qual apresenta um grande crescimento entre homens e mulheres de 12 a 25 anos, tornando-se algo extremamente preocupante e carente de prevenção. Mas de quais modos podemos evitar?

Como outras doenças, é necessário que se fale sobre elas, e o meio artístico mostra-se aberto para discussões. Por exemplo, na série 13 Reasons Why (Os 13 porquês), a temática é abordada com clareza e a narrativa gira ao redor da personagem Hanna, que comete suicídio, mostrando o posicionamento da família, escola e colegas e incentivando aqueles que se identificarem a buscar ajuda profissional. Na música, letras sobre esses problemas como “Paralizia” de Éden, sobre autoajuda em “Who you Are”, da Jessie J, ou até mesmo casos de cantores diagnosticados depressivos como Kurt Cobain, aproximam a juventude que se sente compreendida e representada na arte.

Outro espaço onde se discute muito tal patologia é a rede social. Páginas de aconselhamento virtual, blog’s testemunhais, debates e hashtag’s como #SetembroAmarelo (mês dedicado à prevenção do suicídio), são meios que criaram para combate de síndromes na comunidade digital, em que são depositados contatos de disque ajuda, psicólogos ou apenas internautas que se disponibilizam a ouvir quem precisa, formando uma rede de solidariedade e empatia.

Para evitarmos um maior alastramento dessa doença, medidas devem ser tomadas. Logo, cabe ao Ministério da Educação promover palestras obrigatórias para pais e alunos, ensinando como precaver, identificar e tratar tais situações, e devem também ser oferecidas consultas com um psicopedagogo de colégio, individuais e coletivos, a fim de amenizar os casos de depressão na adolescência, por meio de campanhas e dinâmicas com o corpo docente durante todo o ano letivo.

Ana Clara Chen Camargo Jesus- 3º Ano B  
Colégio Salesiano São José - Sorocaba/SP

No auge da sua fama, o cantor e compositor Renato Russo denunciava, por meio da música, a sua condição psicológica: transtorno de personalidade limítrofe, além de ser, também, acometido por depressão. Parte da juventude apresentava os mesmos sintomas: tristeza profunda e sem motivo aparente, desinteresse por atividades agradáveis, mudanças corporais – como a perda e ganho de peso -, transtornos no sono e até mesmo a tendência suicida. No contexto social vigente, é perceptível o aumento na incidência da doença, prevalecendo na população jovem.

É primordial ressaltar que devido ao fato de a depressão atingir principalmente indivíduos entre 12 e 25 anos, as instituições de ensino e os responsáveis realizam um papel determinante nos rumos da doença. No livro “As vantagens de ser Invisível”, o protagonista, Charlie, é um adolescente que apresenta sintomas depressivos despercebidos até mesmo por pessoas mais próximas como seu professor de Literatura e sua mãe. Desse modo, a saúde é afetada por completo, sem apresentar uma esperança de melhora. Portanto, o direcionamento de atenção aos jovens é especialmente importante.

Em segundo plano, é de extrema relevância considerar a frequente banalização e despreocupação que parte da população apresenta em relação aos transtornos e doença psicológicas. É comum ouvir teorias sem fundamento acerca das causas da depressão, assim como pessoas que defendem que os tratamentos psicológicos são facilmente substituídos e desnecessários. Dessa forma, é notória a necessidade de maior veiculação de informações a respeito do assunto.

Diante de a problemática abordada ser referente a saúde pública, torna-se necessário que o Ministério da Saúde utilize as verbas para oferecer tratamento psicológico a toda população. Além disso, o Ministério da Saúde, em parceria com a mídia e o MEC, deve promover campanhas publicitárias, por meio de palestras nas escolas com especialistas e propagandas nos canais comunicativos, que informem sobre a depressão e outras doenças psicológicas, a fim de explicitar a importância do tratamento adequado. Dessa forma, será possível reduzir o quadro social vigente.

Ana Clara Ferreira Sampaio Cruz – 3º Ano A  
Colégio Salesiano Sagrado Coração - Recife/PE

“Moça, sai da sacada, você é muito nova pra brincar de morrer (...)”; esse trecho, retirado da música “Amianto”, interpretada pela banda “Supercombo”, promove a reflexão sobre uma grave consequência da depressão na juventude: o suicídio precoce. Nesse contexto, é necessário esclarecer os desafios relacionados à temática, já que a recorrência dessa doença, popularmente conhecida como “mal do século”, é significativa na contemporaneidade.

Primordialmente, há uma crença errônea, mas ainda muito atrelada ao imaginário social, que atribui desimportância às doenças psicossomáticas, quando comparadas a patologias físicas, conseqüentemente, incentiva ou não a discussão sobre o tema, ou seja, a sua persistência como um tabu. Em contrapartida, estudiosos da “psique” humana alertam sobre os perigos dessa tendência, que é um entrave ao diagnóstico e tratamento da depressão, por exemplo, que atinge um número cada vez maior de pessoas, principalmente jovens, mas permanece incompreendida, tanto pelas vítimas, quanto pelas famílias.

Além disso, as redes sociais também colaboram para o aumento dos casos entre os adolescentes, que são os maiores reféns das “telinhas”. De acordo com profissionais do “Eurekka.me.com”, maior rede nacional de psicologia on-line, três pilares devem ser respeitados, a fim de prevenir tendências depressivas: sono equilibrado, inteligência emocional e práticas saudáveis (como a boa alimentação e exercícios físicos). Assim, torna-se compreensível a colaboração da intensa atividade virtual no aumento de ocorrências da doença, já que é evidente a sua interferência direta nesses pilares.

Diante disso, nota-se a urgência de reagir ao avanço da depressão e fornecer caminhos para o seu enfrentamento. Cabe ao Estado, aliado a instituições midiáticas, promover campanhas de conscientização que atinjam os jovens e as famílias, difundindo a importância do cuidado com a saúde mental; tais propagandas devem conter orientações sobre medidas práticas a serem tomadas por quem deseja prevenir-se, como controlar a atividade virtual de maneira favorável (como fonte de informações sobre inteligência emocional, por exemplo), bem como manter hábitos saudáveis no sono, alimentação e atividade física.

Ana Luiza Ramos da Silva – 3º Ano B  
Instituto Teresa Valsé - Uberlândia/MG

A série “Os 13 porquês”, distribuída pela Netflix, abrange a história de Hanna Boker, que comete suicídio, como reflexo de um quadro de depressão, e os impactos dessa morte para família, amigos e sua comunidade. Já fora das telas, é possível perceber um contexto semelhante, no qual a depressão caracteriza-se como uma problemática recorrente na fase juvenil. Diante disso, o debate acerca do tema faz-se de extrema importância, ao ressaltar suas principais causas e consequências.

Na segunda metade do século XIX, a literatura romântica foi marcada pela idealização dos sentimentos, tristeza e necessidade de escapismo dos poetas, como consequência das diversas transformações sociais e tecnológicas da época. Assim como os escritores de romantismo, quadros de tristeza profunda nos jovens podem ser atribuídos a diversas causas, como: pressão constante, ansiedade, eventos traumáticos, falta de comunicação com pais e amigos, além do “bullying”. Ademais, o fácil acesso às mídias sociais na contemporaneidade, torna-os suscetíveis à comparação de suas vidas com imagens idealizadas, o que também pode causar quadros depressivos.

Diante disso, a depressão pode causar impactos negativos tanto no paciente, como nas pessoas mais próximas desse; pode-se destacar diminuição de atenção, perda de peso, dificuldade em dormir, desestruturação de ligações afetivas e reflexo do isolamento e, principalmente, suicídio. Os índices de suicídios de adolescentes aumentaram nos últimos anos, consequência direta do aumento nos casos de depressão, sendo esses, principalmente, homossexuais e transexuais.

Em suma, medidas são necessárias para resolver o impasse da depressão na fase juvenil. Para isso, o Ministério da Educação deve promover projetos de conscientização, que ressaltem a importância do tratamento da depressão, por meio de palestras ministradas por psicólogos, a fim de reduzir impactos negativos. Além disso, o Ministério da Saúde deve investir para o acompanhamento gratuito desses pacientes.

Ana Vitória Marques Nunes- 3º Ano A  
Instituto Teresa Valsé - Uberlândia/MG

A série 13 Reavens Why relata a história de Hanna que, em razão da prepotência da sociedade moderna bem como o exacerbado índice de preconceito no âmbito escolar, recebia, habitualmente, agressões psicológicas por meios verbais e virtuais. Por essa razão, em meio à solidão profunda, a garota recorreu ao suicídio. Fora da ficção, o contingente demográfico moderno encontra-se conduzido para o processo de melancolia, quando é levado em consideração o sistema capitalista em que vivemos e a discriminação de bullying, associado à ascensão do mundo virtual. Sob este viés, convém averiguarmos as principais consequências perante o corpo social do fenômeno depressão.

Alguns alegam que a prostração não é uma enfermidade clínica, visto que, para a majoritária população jovem, significa estar deprimido. Seguindo essa linha de pensamento, o atual mundo capitalista envolve nos indivíduos um sentimento de poder e ganância capaz de instigar o processo de socialização. Sob a ótica do sociólogo Karl Marx, sobre o fetichismo da mercadoria, o valor do produto é atribuído à mercadoria materializada e não ao trabalhador que produziu, desumanizando-o. Dessa forma, as interações entre os jovens transfiguram-se menos concretas e mais fluidas; por consequência, decorre-se o processo de perda de capacidade cognitiva, portanto, medidas profiláticas seriam aquelas cuja relativização dos valores sociais esteja inserido nas gerações futuras.

Outrossim, o crescimento das influências midiáticas, somado aos anseios do ensino metodológico com expressivas regras, desmistifica o processo da intolerância. Nesse sentido, segundo o Pedagogo Paulo Freire, quando a educação não é libertadora o sonho do oprimido é ser opressor, desse modo as escolas impõem aos adolescentes e crianças meios de opressão e espaços com a insistência da criatividade. Logo, o mundo virtual consegue um espaço em que o homem cria sua própria caverna, tornando-se alienado do meio midiático, suscetível à geração de perda de memória e baixa autoestima. Destarte, a disseminação do bullying introduz nas pessoas a vulnerabilidade em meio à diversidade e, conseqüentemente, à deturpação da dignidade humana e social.

Diante dos argumentos supracitados, é mister que o Ministério da Educação promova projetos semanais nas escolas, já que a falta de interação entre os adolescentes contribui para o estado depressivo. Essa ação deverá realizar-se, mediante a jogos lúdicos, atividades culturais, a exemplo do teatro, cinemas e workshops a fim de que não corrobore o determinismo social e diminua o conformismo, induzindo posições do grupo sobre o indivíduo isolado. Ademais, é importante que as mídias realizem campanhas publicitárias de abrangência nacional, por intermédio das próprias redes sociais, como Instagram, Facebook e Twitter. Dessa maneira, garantir-se-á que jovens não desenvolva a depressão e os efeitos gerados como o da personagem Hanna.

Anna Karolliny Silva Nascimento- 3º Ano A  
Colégio Salesiano N. Senhora Auxiliadora - Aracaju/SE

A sociedade contemporânea dispõe de inúmeras problematizações sociais, dentre as quais a depressão, que se destaca como um expoente entre os jovens, a parcela da população mais afetada por essa doença. Nesse sentido, percebe-se que o principal desafio para amenizar essa realidade encontra-se na dificuldade do indivíduo em reconhecer o próprio estado depressivo, ou mesmo perceber a condição em que um amigo se encontra bem como as atividades virtuais.

A princípio, nota-se a falta de conhecimento por parte da população a respeito do que, de fato, define as características da depressão, esquematiza-se com um dos obstáculos que impede a sociedade de ser mais ativa no processo de fornecimento de ajuda aos doentes, o que pode resultar em consequências mais drásticas para o indivíduo, como por exemplo, o suicídio. Além do mais, a ocorrência da dramatização do estado depressivo do jovem, por parte da família ou amigos, faz com que essa pessoa perca ainda mais as forças para lutar contra a doença e entregue-se de vez à tristeza profunda, que se torna constante.

Por outro lado, a realidade atual de plena interatividade social, em uma atmosfera virtual – acentuada após a Revolução Técnico-Científico-Informacional – ocorrida no século XX – cria, diante da fluidez das relações interpessoais, a necessidade de o indivíduo buscar a aceitação da sociedade, especialmente, nas redes sociais, como em relação ao número de seguidores no Instagram. Assim, essa situação influencia, conduz e determina o comportamento humano e os sentimentos, do mesmo modo que afirmou Karl Marx, sociólogo que defendeu a teoria de que a sociedade molda o indivíduo.

Logo, visa-se a que as mídias divulguem, gratuitamente nos meios comunicacionais, informações sobre o que é a depressão (características, causas e sintomas) e ainda propaguem mensagens de incentivo à busca de auxílio médico e sentimental aos depressivos, por meio de campanhas. Essas que serão responsáveis por ultrapassar os obstáculos que refreiam o avanço no processo da luta contra a depressão juvenil; e, assim, vencer-se-á um dos desafios da sociedade contemporânea.

Anna Leticia Felix Paranaiba Pache – 3º Ano A  
Instituto Teresa Valsé - Uberlândia/MG

A maneira de se sentir incapaz, sem estímulo para realizar outras atividades ou passar o dia deitado sem querer sair da cama por motivo algum, existe desde a antiguidade. Porém, hoje foi criado um termo para designar essa doença, a depressão. Essa ataca qualquer pessoa, sem escolher sexo ou raça, contudo é de enorme preocupação social quando há um alto percentual de jovens que sofrem com esse mal todos os dias.

Antes de tudo, indubitavelmente, a depressão está crescendo gradativamente na fase juvenil. Variados são os motivos para isso ocorrer, como algum problema familiar ou sofrer bullying na escola. É fato que muitas famílias acabam se desestruturando por diversas razões e, dependendo de como aconteça esse processo, essa situação pode abalar mentalmente o filho do casal. Da mesma forma que, se uma criança crescer sendo xingada ou excluída, ela pode sentir baixa autoestima e ser submetida a sentimentos e pensamentos depressivos.

Ademais, não são só processos problemáticos que podem desencadear a depressão. Da mesma maneira que problemas podem ocorrer para alguém se sentir assim, pode não ter acontecido nada específico para isso. Muitas vezes o cotidiano da pessoa pode ser monótono e solitário e acarretar uma série de sentimentos que a fazem ficar ainda pior. Muitas situações como essas podem ser observadas com jovens que cresceram sem amigos ou sem a presença dos pais.

Diante dos fatos citados, é evidente que a depressão está presente entre os jovens. Dessa forma, faz-se necessário medidas por parte da instituição familiar, juntamente com a assistência social, para acompanhar o bem-estar dos filhos, por meio de acompanhamentos psicológicos desde a infância e inclusões em grupos de amigos, para assim, promover a saúde mental desses jovens.

Arthur Andrade Galvincto Rodrigues- 3º Ano B  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

Nos últimos anos, a presença da depressão entre os adolescentes vem tendo saltos consideráveis, sendo que foi motivo de estudo dos filósofos desde a antiguidade. O psicólogo americano Rollo May destaca que: “A depressão é a incapacidade de constituir um futuro”, expõe-se dessa maneira o fator preponderante para a ocorrência, devido ser uma fase transitória e de grandes incertezas.

Em primeiro plano, destaca-se a instabilidade psicológica do adolescente em meio a sua formação, afetado diretamente pela pressão escolar, familiar e social; pela necessidade do amadurecimento de forma rápida, é obrigado a tomar decisões da vida adulta o quanto antes.

Em segundo plano, é de importância ressaltar as consequências de tal desafio, como o afastamento do jovem ao convívio, intervindo na saúde e no bem-estar do mesmo, além disso, em casos graves ou extremos, perde-se o desejo à vida, até que o leva à morte.

Inferese, portanto, a necessidade de participação das famílias e escola, verificando o comportamento do adolescente, levando-o, ainda, a pessoas especializadas para uma investigação a fundo e a realização de diagnósticos.

Arthur Araujo Iglesias- 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

A série americana “13 Reasons Why” apresenta os motivos do suicídio de uma adolescente, sendo o bullying, a razão principal. Nesse contexto, é evidente que a depressão está presente na vida de muitos jovens e pode levar a consequências fatais. Desse modo, é notório que os discursos de ódio e o excesso de pressão sobre os adolescentes transformam, em uma grande batalha, o combate à essa doença.

A priori, é imperativo salientar que o bullying, presente nos colégios e na internet, afeta, de maneira significativa, o cotidiano dos jovens, uma vez que a grande quantidade de palavras agressivas destinadas a eles os influenciam a acreditarem que os xingamentos são verdades concretas, levando-os à depressão.

Nessa perspectiva, a teoria da “Modernidade líquida”, de Bauman, descreve que as relações sociais são constituídas com base em “interesses” como único objetivo, posto que a empatia não existe e isso comprova que os atos de ódio provêm do desejo de humilhar e rebaixa o próximo, sem a preocupação com seus sentimentos. A exemplo disso, observam-se os inúmeros casos de perfis “fakes” para difamar alguém nas redes sociais.

Ademais, durante a adolescência, a pressão familiar é enorme, visto que os jovens estão se preparando para ingressarem numa universidade, por isso as expectativas aumentam, sobrecarregando-os e gerando crises emocionais que avançam para a depressão. Nesse seguimento, a fala de Durkheim de que a consciência coletiva impera e influencia a individual leva à constatação de que o modo como os pais esperam o sucesso dos filhos, forçando-os a isso, faz com que eles tenham a concepção de que serão um fracasso, aumentando a ansiedade que pode ser um estopim para a depressão.

Perante os fatos mencionados, conclui-se que é dever do Poder Legislativo promulgar leis que punam os agressores verbais e virtuais nas instituições de ensino, a fim de aumentar a coerção para o progresso, como afirma o positivismo de Comte. Por fim, cabe ao Ministério da Educação promover palestras em escolas com o intuito de apresentar aos pais a importância do apoio familiar durante a adolescência. Assim é possível atingir a felicidade plena de Aristóteles.

Bárbara Esteque Del Vale – 3º Ano A  
Salesiano Dom Bosco - Três Lagoas/MS

Em 1929, houve um aumento no número de casos de suicídios e de depressão devido à quebra da bolsa de valores. Com isso, vê-se que a depressão não é um fator exclusivo da atualidade, mas modernamente continua sendo um desafio, principalmente, para os jovens, pois é visível que essa implicação contemporânea na fase juvenil ascende, seja pelo individualismo, seja pela vulnerabilidade dos jovens.

É indubitável que a sensação de solidão aumenta a taxa de jovens com depressão. Isso porque, como o cenário hodierno se configura como individualista e competitivo, esses adolescentes – que já estão passando por uma fase difícil e decisiva – acabam se isolando e guardando para si as angústias e dores. Nesse sentido essa tristeza acaba por se acumular e se tornar algo persistente. Sob esse viés, o filósofo polonês Bauman descreveu a Pós-Modernidade como líquida, ou seja, sem solidez nas relações sociais, já que o individualismo e a pouca sensibilização das pessoas imperam. Assim, a fragilidade de estabelecer laços e, portanto, a dificuldade de falar sobre suas dores e ser ouvido agravam o problema.

Outrossim, tendo em vista que uma das definições de depressão é a incapacidade de visualizar um futuro esperançoso, é notável que os jovens estão mais vulneráveis a esse desconforto. Justifica-se isso com a pressão para fazer escolhas decisivas, às vezes, sem ao menos ter uma identidade formada e um objetivo de vida definido. Em face disso, esse sentimento é observável na segunda fase do Romantismo brasileiro, já que, analogamente, os livros retratavam a ausência de uma perspectiva de vida supracitada e o desejo de acabar com essa dor interminável.

Desse modo, medidas são vitais para amenizar a depressão na fase juvenil. O Ministério da Educação, em parceria com o Ministério da Saúde, deve promover nas escolas palestras aos alunos e pais, com profissionais do corpo docente, por exemplo, além de psicólogos e especialistas que possam falar sobre a depressão, as dificuldades dessa fase e como superar esses impasses, trabalhando o emocional dessas pessoas e orientando sobre a importância de se estabelecer laços sólidos com a família e do diálogo sobre suas dores e angústias com pessoas de confiança e com profissionais. Assim, estabelecer-se-á uma maior construção da identidade do indivíduo, emocionalmente melhor e capaz de sentir um futuro esperançoso.

Barbarah Ferreira Melo – 3º Ano B  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Petrolina/PE

## DEPRESSÃO NA FASE JUVENIL

Na Segunda Geração Romântica, escola literária em que predominaram autores como Álvares de Azevedo e Casimiro de Azevedo, eram abordados temas como solidão e desgosto pela vida. No cenário hodierno, tais temas fazem parte de uma problemática social presente na realidade de inúmeras pessoas: a depressão agravada pela Era Tecnológica em que se vive, tal impasse atinge majoritariamente os jovens.

Dentre os motivos que acarretam no estado depressivo do jovem contemporâneo está o excesso de cobranças. A fase juvenil é marcada pelo surgimento de diversas responsabilidades, como notas na escola e a aprovação no vestibular. Muitos têm em casa – local onde deveriam encontrar apoio – a maior fonte de cobranças, sendo pressionados pelos responsáveis, diariamente. Tais questões elevam o nível de insegurança dos adolescentes, que ficam vulneráveis à frustração de decepcionarem seus pais e podem ficar depressivos.

A vigente era tecnológica e midiática agrava essa questão da depressão. As redes sociais representam o paradoxo que alimenta a solidão sentida pelos jovens, visto que eles tendem a se isolar do que está a sua volta e, muitas vezes, têm seus dias resumidos a “navegar” na internet. Ademais, os comerciais produzidos pela mídia, a fim de impor padrões de vida e beleza, levam à frustração. Vulneráveis a tais situações, sem apoio e informação, o suicídio torna-se aos jovens a única solução aparente.

Sob esse viés, corrobora-se que há carência de informação e de apoio aos jovens. Cabe ao Ministério da Educação e Cultura (MEC) atentar-se à necessidade de ampliar as informações sobre a depressão e suas soluções, por meio de campanhas e da abordagem do assunto nas escolas. Por fim, deve-se manter contato dos pais com a escola, para que eles se conscientizem da importância de se atentarem ao comportamento de seus filhos, de os acompanharem e os apoiarem acima de qualquer cobrança.

Beatriz Brasiliense Da Silva- 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano (Rocha Miranda) - Rio de Janeiro/RJ

Após a Revolução Francesa, ideais de liberdade, igualdade e fraternidade foram instaurados. Entretanto, as dificuldades encontradas na sua efetivação e, conseqüentemente, a percepção social, originaram o mais melancólico – e depressivo – movimento literário: a segunda fase do Romantismo. Esse período foi marcado pelo suicídio de diversos autores, sem esperança para com a própria vida. Hodiernamente, não é diferente. A depressão entre os jovens é, principalmente, produto da utopia padronizada, impulsionada pelas redes sociais, que não dá espaço para os jovens construírem os seus próprios nortes de esperança.

Com o advento das redes sociais e a sua popularização, os indivíduos sentiram a necessidade de expor suas maiores conquistas. O problema é notório quando, nesses espaços, há a execução de um ideal de vida perfeita – utopia – para a falsa representação de felicidade do usuário. As primeiras frustrações juvenis se iniciam no momento em que a sua vida real não condiz com as vidas “perfeitas” expostas virtualmente por outrem. Analisando o contexto, esses jovens são a representação de multipluralidade de identidade contemporânea proposta pelo sociólogo jamaicano Stuart Hall visto que o grupo juvenil apresenta diferença identitária no campo virtual, em que forjam sua vida perfeita e feliz nos padrões impostos e, no campo real, em que torna o indivíduo infeliz por não atingi-lo.

Esse cenário de insatisfação juvenil, por não atingir o preestabelecido, induz o jovem à depressão. De acordo com sociólogo de destaque brasileiro, Leandro Karnal, as utopias são essenciais para que os indivíduos, principalmente jovens, obtenham entusiasmo para com a própria vida. Desse modo, quando não há essa idealização – correta e individual – o jovem perde a sua perspectiva de vida, suas metas e sua utopia, levando-o, muitas vezes, a cometer suicídio. A depressão juvenil pode ser atribuída a conceito, de fato, social elaborado pelo sociólogo Émile Durkheim. Só que é geral, por ocorrer em várias localidades mundiais, externo, pois é enraizado à sociedade atual, levando a coerção do ideal de vida perfeita, padrão – inatingível – dos novos indivíduos que a compõem.

O desafio da depressão nos adolescentes tem de ser combatido. Análogo a alegoria da caverna de Platão, os jovens precisam se desprender do padrão que os acorrentam. Isto é, ir em busca das suas reais – e próprias – utopias e encontrar energia para atingi-las. Além de serem sábios – filósofos – a ponto de não perpetuar a padronização e mostrar a existência de diferentes ideais de vida aos jovens acorrentados nas cavernas. Ademais, as empresas que coordenam as redes sociais devem periodicamente expor nos espaços destinados à publicidade e propaganda, frases de efeito contra o ideal de vida perfeita. Assim o mundo irá diminuir as crescentes taxas de depressão entre os jovens.

Bruna dos Reis Silva de Jesus – 3º Ano B  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

Com o fim da Guerra fria e a ascensão do capitalismo, ocorreu o crescimento da internet, juntamente com a maior competitividade na sociedade moderna. Diante do novo cenário mundial, a principal faixa etária atingida pela pressão de ser cada dia melhor, foi a dos jovens. A imposição para os jovens sempre “os melhores” acabou gerando sérios problemas e o principal deles, na atualidade, é a depressão, que vem crescendo de forma acelerada e se tornando um desafio para o mundo moderno.

Em primeira instância, vale ressaltar que nos últimos anos o número de jovens que sofrem de depressão vem crescendo de forma acelerada. De acordo com um relatório da ONU, cerca de 16% da população juvenil do mundo sofre com a depressão, e a tendência é que esse número cresça de forma progressiva. A expansão dos meios de comunicações, o mercado de trabalho, cada dia mais acirrado, um padrão estético a ser seguido e uma situação financeira a ser alcançada, acabam gerando muitas metas em pessoas que estão ainda iniciando a vida, gerando assim uma grande margem para o fracasso.

Em segunda instância, vale citar que o Brasil ocupa o 2º lugar no Ranking mundial de pessoas que sofrem com a depressão. De acordo com os dados citados acerca do crescimento do acesso à internet e do uso das redes sociais, a ilusão de vida perfeita por alcançar todos os padrões exigidos, acaba gerando sensação de impotência para aqueles que estão em busca de realizações. O maior problema é fazer os jovens perceberem que não precisam se cobrar tanto e evitar frustrações para que não fiquem doentes e criem mais problemas.

Diante da situação retratada, é de extrema relevância que a ONU, juntamente com o Governo Federal, crie medidas e campanhas que ajudem os jovens na realidade vivida, por meio de investimentos em pesquisas e em campanhas visando à saúde dos jovens. Assim será possível formar pessoas que consigam lidar melhor com as pressões sofridas, diante de uma sociedade tão competitiva.

Bruna Rafaela da Conceição Messias – 3º Ano B  
Colégio Salesiano N. Senhora Auxiliadora - Aracaju/SE

A série “os treze porquês”, exibida na Netflix, trata do suicídio de uma garota em uma escola americana que, por conta de não saber como lidar com os dilemas típicos da adolescência, como a aceitação social e a escolha profissional, recorre ao fim da vida para término de uns problemas. Contudo, o suicídio juvenil não é algo restrito ao plano artístico ficcional, e é desencadeado, principalmente, pela depressão que, segundo o levantamento da Universidade de Columbia, aumentou em 30% sua incidência entre os jovens desde 2019. Pode-se alegar, portanto, que a problemática envolve fragilidade sócio-ideológica.

Em primeira instância, é válido conjecturar que o aumento das causas da depressão entre os adolescentes se relaciona com a liquidez da sociedade contemporânea, conforme defendia o sociólogo Zygmunt Bauman, na qual os relacionamentos não são pautados das bases sólidas, e são construídos com a finalidade de atender aos padrões impostos pelos meios midiáticos, tornando o “parecer” mais importante que o “ser”. Nesse interior, de jovens que não se enquadram no imperialismo categórico midiático são excluídos pelos demais da sua idade, o que leva ao sentimento de não aceitação de si próprio e, conseqüentemente, a depressões.

Ademais, a atual estruturação do modelo sócio-político fundamentar das relações trabalhistas exige do jovem de prosperidade profissional e econômica, impondo que este siga as profissões em alta no mercado de trabalho, que muitas vezes não se adequam as habilidades naturais do indivíduo, gerando uma ausência de perspectiva futura devido a imposição das escolhas, aumentando o descontentamento dos adolescentes mediante a vida.

Nesse viés, faz-se necessária a aplicação de medidas que objetivem a diminuição dos casos de depressão entre os jovens. Dessa maneira, a escola dever realizar oficinas interdisciplinares com os professores de sociologia e filosofia, de modo a debaterem os fatores que culminam na maior incidência das depressões e como combatê-la, com o intuito de conscientizar-se, agregando conhecimento teórico aos discentes. Além disso o Ministério da Saúde poderia elaborar pesquisas documentárias, que contem com a participação voluntária de médicos e psicólogos, a serem exibidos na TV, em horário nobre, alertando aos familiares sobre a importância de preservar a saúde emocional dos jovens, não lhes impondo escolhas profissionais que são condizentes com o seu perfil, para diminuir as pressões sociais em torno dos jovens e tratar uma possível depressão. Assim, resolver-se ia o impasse.

Camila Sales Fagundes – 3º Ano A  
MSMT - Salesiano Dom Lasagna - Araçatuba/SP

Na série “Os 13 porquês”, da Netflix, a jovem protagonista Hanna Baker enfrenta uma séria doença: a depressão. E, infelizmente, esse desafio urge na vida dos jovens do mundo real, ativado tanto pelo uso tecnológico quanto pelas circunstâncias da idade.

O uso tecnológico é um dos principais fatores que afeta o psicológico do adolescente. A teoria do fato social, defendida por Durkheim, aponta que o comportamento interno do indivíduo é induzido por fatores coletivos externos, chegando a ser de natureza coerciva. Ou seja, a juventude contemporânea, nascida na era tecnológica, é induzida por atitudes sociais coletivas, como a prática de total inserção às redes sociais e a fidelização da presença social permanente; sendo esses fatores que podem resultar em melancolia e frustração, por tentar ser como as pessoas aparentam. Esses são, também, fatores predominantes para a depressão.

Além disso, o desafio da depressão é causado pelas circunstâncias da idade. Um estudo feito pela universidade Colúmbia mostra que a doença incide majoritariamente nos jovens. Isso ocorre também por conta das dúvidas, incertezas de perspectivas futuras, e por ser uma faixa etária de variação hormonal, deixando o jovem com pré-disposição à depressão, causada pela irregularidade de hormônios.

Em suma, é imprescindível o olhar atencioso ao desafio contemporâneo da fase juvenil. Faz-se necessário, portanto, que o Ministério da Educação acione projetos de propagandas na mídia e palestras escolares, visando ao uso consciente das tecnologias e identificação da doença. E o Ministério da Saúde deve disponibilizar, nos hospitais e postos públicos, apoio psicológico e clínico, objetivando o tratamento. Assim, haverá a formação de jovens com boa saúde mental, que se tornarão adultos corajosos e emocionalmente estruturados para enfrentar os empecilhos, deixando fluir bem o seu viver.

Caroline Evelin Mamona Casaes – 3º Ano B  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

O livro “A linguagem dos sentimentos”, escrito por Manuel Gomes, aborda a depressão como consequência final gerada por acúmulo de sentimentos ao longo da vida. Afeta o humor, gerando uma tristeza duradoura, como também, sintomas físicos como perda de peso, dificuldade para dormir. Em suma, é um problema enfrentado por muitas jovens que não recebem ajuda necessária, haja vista a ausência de políticas públicas efetivas e apoio social às vítimas dessa doença.

A prevalência da depressão na fase juvenil é alarmante, em cinco anos, houve um aumento de 40% na faixa entre os 12-15 anos, segundo um estudo realizado pela Universidade de Columbia. Tal dado demonstra a ineficácia das políticas públicas já existentes que deveriam tomar outras medidas direcionadas ao amparo psicológico do indivíduo e lidar diretamente com as causas do sintoma.

Além disso, há uma necessidade de apoio da sociedade sobre a questão, como citou Charlie Chaplin em seu último discurso, no filme “O Grande Ditador”, na época da velocidade, a inteligência tornou o ser humano cruel, carentes de afeição e doçura, sem virtudes, o qual se posiciona, individualmente, para o próprio bem. Isso dificulta o entendimento dessa doença no convívio social que, muitas vezes, rebela-se negativamente contra o jovem por achar que seja desculpa e não incapacidade de construir o futuro, ou até mesmo, por não suportar tal situação.

Portanto, a depressão tem de ser vista com seriedade, tanto pelo Estado, como pelos grupos e segmentos sociais. É necessário um projeto que vise ao acompanhamento gratuito, por psicológicos, de jovens que sofrem dessa doença; ações devem ser organizadas pelo Governo do Estado, juntamente com o Ministério da Educação, principalmente, de propagandas educativas para alertar as causas e consequências da depressão na vida do jovem, a fim de contribuir com o apoio social, principalmente da família e tornar efetiva a adoção de políticas públicas eficazes para um amparo psicológico ao jovem, em fases delicadas da sua vida.

Caroline Pinheiro do Amaral – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

Na época das vanguardas europeias, o cubismo rebelou-se contra os padrões estéticos na arte e iniciou um novo conceito que, a priori, não foi bem aceito. Nesse sentido, infere-se que, quando o indivíduo desvia sua conduta com princípios de moralidade ou finge estar feliz apenas por aparência, a tendência é que a pressão externa o faça sentir-se constantemente deprimido, já que suas ações vão contra o pré-estabelecido socialmente. Sendo assim, os jovens contemporâneos são mais propensos a desenvolverem depressão, haja vista a construção educacional machista e o tabu que envolve essa doença.

A princípio, faz-se interessante destacar a teoria de habitus do sociológico Pierre Bourdieu, no qual o objetivo é relatar como o padrão social é imposto por meio de ações que se tornam aceitas e, por fim, naturalizadas. Por esse viés, o comportamento machista que constrói o homem e a mulher da sociedade é uma realidade que agrava o número de jovens em depressão. Por consequência, as meninas são instruídas que tristeza é frescura e os meninos são educados a não demonstrarem emoções, pois isso é um sinal de fraqueza, isso é a imposição de condutas tradicionais que afetam o psicológico juvenil. O fato é que 56% dos garotos dizem que gostariam de ter uma pessoa próxima a quem pudesse denunciar os sentimentos e frustrações, porém acreditam que essa intimidade os fará menos homens. Por isso, eles partem para a violência, fato que aumenta o número de crimes e prisões, tendo em vista que esses jovens estavam deprimidos e não foram capazes de se expressar devido ao machismo naturalizado na história.

Ademais, o tabu persistente da depressão diminui o espaço para a construção do diálogo entre pais e filhos. O filósofo Zygmunt Bauman relatava que as relações sociais são líquidas, superficiais, na qual o único som que muitas pessoas ouvem é o da própria voz. A partir dessa visão, o relacionamento familiar tem se tornado frágeis e os responsáveis, em muitos casos, ignoram os sinais de desenvolvimento da doença, como a irritação constante e o desequilíbrio emocional, afirmando que são os hormônios.

Dessa maneira, esse pensamento é fruto do preconceito e do “achismo”, ou seja, do senso comum sobre o que é estar deprimido, realidade que acarreta o isolamento de jovens, progressão da infelicidade e suicídio, aumentando a mortalidade precoce no país.

Portanto, a depressão é um desafio contemporâneo que precisa ser combatido. Logo, é papel do Governo Federal disponibilizar verbas para construção de instituições, onde funcionem grupos de apoio para jovens depressivos em conjunto com suas famílias, sendo que os debates devem ser liderados por profissionais de saúde e, em especial, psicólogos, visto que o objetivo é lidar com uma doença mental, além da desconstrução do comportamento social patriarcal. Por fim, a mentalidade brasileira sobre depressão precisa passar por uma mudança, assim como os conceitos de arte na vanguarda passaram.

Caroline Soares Foicinha – 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

A segunda fase do Romantismo, conhecida como “mal do século” foi um período com altos índices de depressão, no qual vários autores sofreram com esta doença. De maneira análoga, evidencia-se que no contexto social vigente milhares de jovens que também precisam lidar com a depressão. Neste sentido, dentre as coisas para o perpetuamento desta problemática está a falta de interação social, pois as relações são estreitas e superficiais, ficando os jovens isolados, além da ausência de psicólogos destinados a acompanhar o tratamento de pessoas com a depressão.

A priori, torna-se imperativo salientar que as relações sociais na contemporaneidade são muito superficiais. Zygmunt Bauman define este fenômeno como “sociedade líquida”, isto é, os adolescentes não interagem com suas famílias e passam a maior parte do tempo isolados, o que gera um sentimento de solidão e abre uma enorme brecha para o desenvolvimento da depressão.

Ademais, observa-se que a ausência de psicólogos que auxiliem no tratamento contra a depressão é um fator que contribui para a propagação desta doença. Durkheim defende que a sociedade é como um organismo vivo, e cada estrutura social tem sua função; portanto, percebe-se que a área da saúde não está cumprindo seu papel, e o número de indivíduos com depressão na fase juvenil só aumenta a cada ano.

Por fim, conclui-se que, para a solução desse problema, faz-se necessário que o Ministério da Cultura organize palestras para famílias, informando sobre a importância do diálogo e interação social, visando diminuir o isolamento dos adolescentes. Além disso, é dever do Ministério da Saúde realizar eventos públicos que contenham a presença de vários psicólogos para que eles possam ajudar os jovens com depressão, além de contribuir para a prevenção dessa doença, objetivando, assim, formar uma juventude livre e mais segura emocionalmente, além de impedir que os problemas da 2ª fase do Romantismo voltem a acontecer em pleno século XXI.

Chrisler Rozeno Dias - 3º Ano A  
Salesiano Dom Bosco - Três Lagoas/MS

A depressão, mesmo sendo considerado um dos maiores problemas da sociedade contemporânea, ainda é muito estigmatizada, principalmente quando apresentada por jovens, sendo extremamente comum escutar frases que banalizam essa doença, desacreditando os que sofrem. É possível observar que o avanço da tecnologia e o aumento da pressão, colocada sobre a juventude, contribuíram significativamente para os casos clínicos desse distúrbio, que é cada vez mais frequente.

Com o rápido avanço da tecnologia, impulsionado pela Guerra Fria, começaram a surgir as primeiras redes sociais, de forma que grande parte das gerações mais jovens não chegaram a conhecer um mundo sem essa ferramenta, que causou a liquidez nas relações humanas. O fato é que a internet se tornou uma espécie de “caverna” de Platão digital, onde a realidade é manipulada. Nota-se que os adolescentes tendem a se voltar às redes em busca de validação, logo acabam se deparando com diversos anúncios e “digital influencers”, que vendem uma imagem de vida ideal, reforçando padrões inalcançáveis e intensificando alguns sentimentos que podem, ao longo do tempo, desencadear a depressão, como, por exemplo, a sensação de inferioridade e o desinteresse com a sua própria vivência cotidiana.

Também, deve-se perceber que o crescimento da pressão às expectativas que são experienciadas, em idade cada vez mais precoce, é um fator chave para o aumento dos índices da referida doença, em ritmo frenético da sociedade global, que se move na urgência de acompanhá-la nesse movimento. Isso contribui, inclusive, para o desenvolvimento de transtornos de ansiedades, que podem se agravar e até mesmo podem estar diretamente relacionado com o desencadeamento da depressão; quando não levados a sério e sem o devido tratamento, pode trazer graves consequências. Em casos extremos, como retratam nas séries norte-americanas “13 Reason Why” e “Degrassi Next Class”, o problema chega ao ponto em que as protagonistas, Hanna e Maia, respectivamente, cometem a tentativa de suicídio.

Para reverter esse quadro e diminuir os casos dessa doença, é de suma importância que exista uma conscientização da população de que, na maioria das vezes, o que se vê na internet não é um retrato completamente verídico da realidade. Esse conhecimento pode combater expectativas tóxicas e inalcançáveis para alcançar, gradualmente, por meio de campanhas promovidas pelo governo federal, com ações do Ministério da Saúde, que possibilitassem o acesso desses jovens a profissionais da saúde mental para tratamentos ou prevenção.

Clara Sophia de Souza Barboza – 3º Ano D  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Petrolina/PE

No século XXI, houve um grande aumento em incidências de casos de depressão, doença que afeta em principal o psíquico, mas trazendo também danos físicos. Pessoas depressivas sofrem de uma grande tristeza, aparentemente injustificável, a qual perdura por um período significativo, podendo causar a morte, direta ou indiretamente. Uma grande parcela dos afetados constitui-se de jovens; e as causas deste estado são apontadas por fatores como: estresse, pressão, falta de apoio e de presença familiar.

Nesse contexto, recentemente, o Brasil passou por uma situação que trouxe à tona a doença depressiva: o jogo “Baleia azul”. Consistindo de desafios propostos por um desconhecido, o jogador deve completar tais desafios, constantemente, machucando-se no processo. Uma das tarefas era a pessoa se cortar a fim de formar uma baleia na pele. A natureza das tarefas levou muitos participantes a desenvolverem, ou aumentarem o nível de depressão. O jogo teve alta taxa de incidência em famílias desestruturadas, cujos jovens eram jogados por não possuírem suporte e presença parental, nem ter alguém para quem falar de seu estado, permanecendo, assim, sem ajuda alguma.

Vale ressaltar o caso internacional japonês, um país conhecido pelo elevado número de estudantes que cometeram suicídio. Algumas florestas do Japão, inclusive, são vistas como assombradas devido ao alto índice suicidal da área, infligindo em outras pessoas o incentivo de fazer o mesmo. Estudos indicam que uma grande razão da situação é a depressão, muitas vezes desenvolvida pelo estresse causado pelos pais e professores dos jovens.

Portanto, é plausível constatar que a razão para a crescente incidência da doença depressiva é a falta de comunicação entre o doente e alguém que possa oferecer apoio. Para remediar a situação, seria prudente a ação pública, por parte do Estado, de disponibilizar centros de ajuda em cidades com elevado número de casos da doença, a fim de oferecer o tratamento completo às vítimas. Assim, seriam necessários médicos, para tratar o lado clínico da depressão e também psicólogos, para acompanhar o doente a um estado produtivo e saudável, oferecendo a ele tratamento com ou sem o anonimato, utilizando-se, então, de ligações por celular.

Daniel Araújo De Almeida- 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

O ser humano é, na concepção do sociólogo Karl Marx, um conjunto das relações sociais determinadas pelo histórico. Esse não está interessado somente em interpretar o mundo, mas sim em transformá-lo. Entretanto, quando se discute sobre os desafios da depressão na juventude contemporânea, ainda há diversos motivos que o impedem de prosperar, tais como o isolamento causado pelas redes sociais e o imediatismo comum entre os jovens.

Em primeiro plano, deve-se observar que apesar de as redes sociais promoverem uma certa aproximação com quem está longe, elas isolam o usuário de quem está ao seu redor. Nesse contexto, confirma-se a citação de Marx, na medida em que o meio, no qual o indivíduo está inserido, influencia historicamente sua formação e ideias. Isso significa que se a pessoa vive em um lugar em que o isolamento é cada vez mais comum, a tendência é que ela se isole também, levando à necessidade de interações sociais e, conseqüentemente, à depressão.

Outro ponto relevante, nesse sentido, é o fato de que o jovem não consegue pensar no futuro, porque está completamente focado no agora. O pensamento de Max Weber corrobora a ideia de que os adolescentes se transformam com o tempo, já que, para o pensador, os processos e fenômenos sociais são dinâmicos e mutáveis. Por essa lógica, pode-se afirmar que um dos fatores para o aumento da depressão entre os mais novos é a incapacidade de entender que sua situação pode melhorar.

Tendo em vista os argumentos apresentados, conclui-se que são necessárias medidas urgentes. Logo, é fundamental que o Ministério da Saúde estabeleça como meta a criação de um programa público de atendimento para pessoas diagnosticadas com depressão, por meio a consultas com profissionais da área da psicologia e medicina, para que o número de jovens brasileiros, inseridos nesse quadro, diminua, buscando, assim, promover, como alerta Marx, uma mudança do organismo social.

Daniel Sarcinelli Frasson – 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Nossa Senhora da Vitória - Vitória/ES

## A “TUBERCULOSE” DO SÉCULO XXI

A geração byroniana, do movimento literário romântico, abordou um estado de melancolia e depressão profunda na sociedade devido ao mal do século XIX, a tuberculose. Apesar de ter diferentes causas, esse estado de tristeza desproporcional encontra-se, hoje, infelizmente, em escalas catastróficas no mundo juvenil contemporâneo, abordando desafios de aspectos sociais e de interação tecnológica.

No mundo globalizado, e com uma cadeia produtiva gradativamente exigente quanto às gerações futuras, a liquidez baumaniana do tempo e das relações sociais estimulam a influência da consciência coletiva, abordada por Durkheim, em pressionar e restringir o conforto e liberdade dos jovens. Isso faz com que os Millennials sejam condicionados a seguir o comportamento prescrito pelos fatos sociais. Muitos desses acabam passando a sofrer tristeza por inadequação, e a depressão muitas vezes não é vista como uma doença, o que toma medidas desproporcionais, piorando o estado psicológico do jovem.

A partir disso, as relações de pressão são fomentadas nas áreas de inovações em interação social tecnológica. Assim como quaisquer outros aspectos sociais, as redes sociais são meios de estabelecimento de padrões comportamentais. A consciência coletiva virtual pode causar “tecnoestresse” em muitos jovens que fogem da realidade para buscar aceitação no mundo virtual, e podem não conseguir o que deseja. Caso o jovem perceba que não está inserido ou adequado à sociedade, seja ela real ou das “webs”, inconscientemente se sentirá fracassado e incapaz de ser alguém significante.

Infelizmente, com essa crescente onda depressiva, atingindo a geração etária juvenil, o discurso Schopenhaueriano de uma visão pessimista e deprimente da vida acaba sendo fomentado. Logo, é preciso que haja uma gama maior de iniciativas em âmbito macro, de instituições públicas, como o Ministério da Saúde, e filantrópicas, para ajudar a reabilitar jovens que estejam nesse estado psicológico infeliz, e em âmbito micro, com a solidificação dos laços de amizade e família. Tudo precisa ser feito para que o jovem perceba que ninguém está sozinho neste mundo.

Diogo Cavalcante de Azevedo – 3º Ano B  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

A tecnologia tornou-se uma das principais marcas deste século e na sociedade moderna é quase impossível encontrar alguma pessoa que não esteja em uma relação de dependência com alguma inovação tecnológica. Elas trazem inúmeros benefícios a nós, como por exemplo, a internet, entretanto seu lado ruim mostrou-se bastante prejudicial. Não é coincidência que a depressão, uma doença grave, seja conhecida como “doença do século XXI”.

No filme americano “A Sociedade dos poetas mortos” um jovem depressivo comete suicídio, após ter sofrido repetidamente represálias do pai em relação ao seu futuro. Esse quadro, infelizmente, torna-se cada vez mais comum na contemporaneidade, já que a sociedade valoriza o status de cada um acima de tudo e devido a isso o sucesso é cobrado com mais intensidade, e falhas são raramente aceitas. Toda essa pressão desencadeia um sentimento de impotência e tristeza profunda nos indivíduos que não sentem mais vontade de viver.

Segundo o sociólogo Durkheim os fatos sociais são externos e impostos aos cidadãos e quem não os seguir é completamente excluído do restante da massa. Como exemplo de um fato social, pode-se citar o padrão de beleza, só que o estético sempre foi algo valorizado pela espécie humana. Os indivíduos que não se encaixam nesse padrão são, muitas vezes, marginalizados e acabam isolando-se para poderem evitar julgamentos. Essa situação é exemplificada no caso da jovem coreana Fung Yuk que se isolou em casa com uma depressão profunda por ser considerada desprovida de beleza.

Logo, é imperativo que o governo invista em centros de terapia especializados no tratamento da depressão. Essa ação pode ser feita por meio de verbas governamentais e da mídia que pode usar mecanismos para divulgar a iniciativa como as redes sociais que são bem influentes. Somente assim poderemos construir uma sociedade mais saudável e fraterna.

Eduardo de Andrade Cruz- 3º Ano A  
Colégio Salesiano N. Senhora Auxiliadora - Aracaju/SE

## DEPRESSÃO: O NOVO MAL DO SÉCULO

Vimos em um período marcado por uma epidemia diferente, nunca antes vista. Não é uma doença transmissível e não é contraída via vírus, bactérias ou outros agentes contaminantes. A depressão é uma doença que se desenvolve e nunca existiu um ambiente social tão propício para o desenvolvimento dessa doença, visto que a sociedade atual é marcada pelo isolamento pessoal e exposição cibernética, fatores que somente contribuem para o surgimento de novos casos de depressão.

Segundo o psicólogo americano Roolo May, a depressão é caracterizada pela falta da capacidade de planejamento e construção de um plano de vida para o futuro pelo próprio indivíduo. Portanto, é natural que a faixa etária mais acometida pela doença seja a adolescência, devido à grande pressão existente sobre o sujeito com as novas escolhas pessoais e profissionais que se apresentam nessa fase da vida.

Além da falta de planejamento, existem outros fatores fundamentais para que a depressão se desenvolva, entre eles o isolamento pessoal, a exclusão. A sociedade é marcada por uma conexão global por meio da internet e das redes sociais, o que causa uma falsa impressão de que as relações interpessoais essenciais para o indivíduo estão sendo satisfeitas, quando na realidade a falta de contato humano é um dos principais fatores agravantes da depressão. Mas como se pode combater e prevenir essa doença?

Levando em conta os fatores previamente citados, conclui-se, portanto, que o combate à depressão será mais efetivo se for efetuado separadamente com cada indivíduo, levando em conta sua subjetividade e o contexto em que esse se encontra. Ademais, é de suma importância a existência de suporte psicológico vindo da família e dos amigos para a resolução de problemas pessoais, assim possibilitando uma sensação de segurança. Também é importante que haja um apoio vindo das instituições de ensino nos anos finais de curso para preparar o sujeito para as escolhas profissionais que terá de enfrentar. Por último, se houver necessidade, é fundamental que seja feito um trabalho de acompanhamento psicológico por profissionais da área, como psicólogos e psiquiatras, para que o indivíduo possa superar suas dificuldades e desenvolver sua vida pessoal e profissional e desfrutar de uma vida plena como um cidadão saudável.

Eduardo Volkmer Grossmann- 3º Ano A  
Instituto Educacional Dom Bosco - Santa Rosa/RS

A depressão é uma doença que se torna cada vez mais comum na vida do jovem. Além disso, a grande dificuldade em diferenciar a depressão do estágio de tristeza gera grandes conflitos, uma vez que a doença é confundida com um estado emocional passageiro. Em vista disso, pode-se afirmar que a falta de conhecimento sobre o assunto, por parte da população, gera um agravamento dessa problemática, uma vez que há um grande descaso com o assunto.

Em primeira análise, pode-se afirmar que grande parcela populacional não possui conhecimento necessário para diferenciar uma patologia biológica de um sentimento. Apesar de muitas vezes o familiar ou pessoas próximas ao depressivo não perceberem os sintomas, o próprio indivíduo faz o mesmo, dessa forma dificulta o tratamento do problema. É indubitável que existem grandes diferenças entre a depressão e a tristeza, uma vez que a primeira é uma doença causada pela queda brusca de hormônios, tal como dopamina; e o segundo, um estado emocionalmente, que não causa dificuldades no sistema endócrino para a produção hormonal.

Em segunda análise, sabe-se que diversos fatores levam ao agravamento desse desafio contemporâneo (a depressão). Grandes pensadores e sociólogos como Weber e Emile Durkheim buscaram entender o comportamento humano e chegaram a conclusões aceitas até hoje. Assim como afirmava Weber, a depressão é desencadeada, porque o indivíduo não se sente aceito na sociedade atual, gerando assim um grande desprezo e sentimento de incapacidade, mesmo sem saber o motivo. A alta cobrança dos padrões da sociedade cria seres reprimidos, pois muitas vezes sentem-se deslocados por não atenderem aos pedidos exigidos pela sociedade.

O mal do século é um desafio que deve ser imediatamente resolvido. Em vista disso, é preciso que a família, em conjunto com a escola, oriente os jovens sobre a importância do tratamento do assunto por meio de conversas ou grupos de apoio. É também de vital importância que o governo disponibilize para a população profissionais da área, acessíveis a todos, para que dessa forma, os jovens recebam o devido atendimento psicológico, combatendo, dessa forma, o problema que afeta diariamente milhares de jovens ao redor do mundo.

Erica Paiva Espinosa- 3º Ano A  
Instituto Laura Vicuña - Uruguaiana/RS

A depressão entre os jovens é um problema e uma realidade causada diretamente por meio do processo de globalização, mudança nas relações sociais e ao amadurecimento precoce que a sociedade impõe ao adolescente.

Nesse aspecto, um exemplo importante são os japoneses em idade escolar, que têm uma alta carga horária de estudo e uma exigência, por parte dos pais, de um alto rendimento escolar. Essa pressão justifica os altos índices de suicídio em adolescentes japoneses em idade escolar ativa. Sendo assim, em um aspecto global, é comprovado, biologicamente, que durante a adolescência, o cérebro ainda está se desenvolvendo, porém o jovem é forçado, pela sociedade, a escolher precocemente o rumo de sua vida.

Além disso, com o avanço tecnológico, cria-se a interação instantânea, sendo assim as pessoas têm a possibilidade de serem imediatamente acolhidas no meio virtual, porém, quando tal acolhimento não ocorre no meio real, frustrações surgem e o jovem, por não possuir maturidade mental, na maioria dos casos, acaba isolando-se do mundo. Consequentemente, essa situação pode acarretar depressão.

Dessarte, é claro que o Transtorno Depressivo Maior (TDM) é o maior desafio do jovem do século XXI, logo é dever da sociedade oferecer apoio emocional por meio de terapia e acompanhamento psicológico, para que assim o adolescente saiba lidar com os problemas sem recorrer ao suicídio. É igualmente necessário o desenvolvimento e avanço no tratamento da doença, sendo o tratamento mais promissor o de injeção de pequenas doses de cetamina. Sendo assim cuidar da saúde mental das pessoas é a garantia da construção de um mundo socialmente estável.

Fabio André López Castro – 3º Ano D  
Externato Santa Teresinha - São Paulo/SP

A depressão é uma doença que interfere na alteração do humor das pessoas. Nesse sentido, esse transtorno afeta a capacidade de interação do indivíduo com o meio, impossibilitando a autoaceitação na sociedade. Nesse viés, hodiernamente, a depressão cresce em 40% entre os jovens, visto que desafios como a falta de apoio familiar e a ausência de informações fornecidas por meios midiáticos são evidentes nessa problemática.

A priori, vale salientar que a ausência do apoio familiar problematiza essa temática. Nesse contexto, destaca-se a citação do ex-presidente da África do Sul, Nelson Mandela, que afirmou ser a educação a arma mais poderosa para mudar o mundo. Nessa ótica, a relação de parceria de apoio familiar e a educação é necessária. Tendo em vista que a educação pode ser utilizada pelos pais como uma ferramenta de combate à depressão dos filhos na sociedade.

Ademais, a ausência de informações, fornecidas pela mídia, contribui mais ainda para o avanço dessa problemática. Nessa perspectiva, ressalta-se o papel fundamental que a mídia exerce nessa temática tendo em vista que, hoje, a massa juvenil, frequentemente, utiliza meios tecnológicos. Nesse sentido os meios midiáticos devem fornecer campanhas com o intuito de influenciar os jovens a procurar ajuda para combater a depressão.

Logo, é indubitável, que medidas devem ser tomadas para combater essa problemática. Portanto, cabe aos pais fazer a sua parte e às instituições, em parceria com os meios midiáticos, fornecer apoio aos jovens por meio de campanhas e palestras organizadas por profissionais especializados com a finalidade de influenciar o jovem com a doença a pedir ajuda para combatê-la, sendo assim, os índices de jovens com depressão cairão gradativamente.

Felipe Silveira Rocha Veiga – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

A depressão é uma doença psicológica bem como física caracterizada por tristeza profunda, apatia e esgotamento corporal e que, cada vez mais, faz-se presente na vida de jovens e adolescentes. As situações de violência, vivenciadas no dia a dia por esses jovens, é um dos principais fatores nos casos de depressão. Ademais, a dependência patológica da internet e as relações sociais frágeis e inconsistentes contribuem também para o perpetuamento dessa condição. Assim, torna-se necessário analisar as principais vertentes que abrangem essa problemática de modo a compreendê-los e a solucioná-los.

Assim como disse o filósofo inglês, Thomas Hobbes, “o homem é o lobo do homem”, a realidade vivenciada por jovens com depressão é conturbada e marcada, em grande parte, por situações de violência e opressão que, na maioria das vezes, são determinadas por outros jovens. A coerção e o medo são formas de censurar as vítimas, fazendo com que se sintam inseguros e deprimidos, sem poder contar com nenhum tipo de ajuda.

Além disso, as relações superficiais, estabelecidas nos meios digitais e a constante exposição a padrões inalcançáveis de estética ou de outras questões de exigência, levam inúmeros adolescentes à depressão. Assim, as redes sociais são como UTIs hospitalares, onde seus “pacientes” encontram tratamento, porém são incapazes de se ausentarem sem que sua condição se agrave.

Portanto, é preciso que o Ministério da Saúde estabeleça campanhas de conscientização à depressão, por meio de veículos digitais de modo a advertir os usuários dos perigos dessa doença. Vídeos e relatos escritos de pessoas que foram curados, são maneiras eficazes de encorajar os jovens a buscar ajuda e, gradativamente, reverter essa situação.

Gabriel Alves Fernandes de Morais – 3º Ano B  
Instituto Teresa Valsé - Uberlândia/MG

No século XXI, uma das doenças mais faladas é a depressão, que é caracterizada por uma tristeza profunda e um vazio descomunal. Tal problema vem crescendo bastante entre os jovens, afetando-os nos estudos, na autoestima, na socialização e, claramente, na forma de viver. Sabendo-se disso, vê-se a importância da preservação de uma saúde mental adequada, principalmente a dos adolescentes e crianças.

Como dito anteriormente, a doença citada interfere muito (negativamente) na vida de quem a possui. Esse fato está ligado diretamente com o aumento de suicídios entre adolescentes não somente no Brasil, mas também no mundo. A tristeza enorme e incontrolável que a depressão proporciona faz com que muitos depressivos percebam a morte como a solução imediata para se livrar das angústias, mostrando que uma parte precisa de apoio psicológico imediato para se manterem vivos.

Hoje em dia na sociedade altamente capitalista e consumista em que o mundo se encontra, torna-se ainda mais fácil um jovem sentir tristeza profunda. Sabe-se que o adolescente passa por mudanças físicas e mentais, e quando ele não tem um corpo como o padrão de beleza, imposto pela mídia, ou os celulares e computadores modernos que são divulgados frequentemente, a chance de ele ser acometido por depressão é grande, pois se sentirá inferior, incapaz e atrasado, comparando-se aos outros.

Sendo assim, vê-se que a depressão é uma doença extremamente perigosa e até mesmo mortal. Sabendo disso, torna-se necessário o apoio do Estado para que financie bons psicólogos que atuem em hospitais e escolas públicas, aumentando o salário dos mesmos para que haja um número maior de profissionais interessados. Dessa forma, casos de depressão e suicídio irão diminuir, simultaneamente, em larga escala, melhorando a saúde mental da população brasileira.

Gabriel Brasão Teixeira – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

A Depressão é uma doença mental que inibe a produção de um hormônio, impossibilitando o doente de se sentir bem e feliz, causando a perda de interesse e do prazer nas atividades cotidianas. No entanto, a depressão vem ganhando uma proporção inimaginável e, em alguns países, já se tornou um problema de saúde pública, algo muito significativo, já que essa doença atinge inúmeras pessoas, mas nem todas possuem a condição de pagar os tratamentos.

Essa doença cresce conforme o avanço tecnológico que torna a sociedade cada vez mais “presos” aos aparelhos, como é possível ver, de forma exagerada, no episódio “Hang the DJ”, de Black Mirror, no qual a sociedade é baseada em notas que são dadas a partir das suas publicações que, conseqüentemente, faz com que as pessoas deixem de viver sua vida para fazer e viver coisas que sejam legais nas redes sociais.

Dessa forma, estamos cada vez mais inseridos na Modernidade Líquida de Zygmunt Bauman, cujas relações são rápidas, as informações momentâneas e os desejos são padronizados. Por conseguinte, a modernidade é formada por pessoas “vazias” e sozinhas, o que leva ao sentimento de tristeza e, se é constante, a depressão.

Sendo assim, para que a população se conscientize e entenda a gravidade do assunto, a OMS deve fazer propagandas e informativos; e o governo, por meio do SUS, deve fornecer tratamento aos doentes; além disso, as instituições de ensino podem prestar apoio aos jovens já que a maior parte dos doentes se encontram nessa etapa da vida advinda da pressão social, com palestras e profissionais da área.

Gabriela Faria Santana – 3º Ano A  
Instituto São José - São José dos Campos/SP

## A NECESSIDADE DO AUTOCONHECIMENTO

Ridicularizados e desprezados em toda a história mundial, os transtornos mentais ganham destaque no século XXI, em especial a depressão que o caracteriza. Os principais alvos são os jovens, despreparados para lidar com suas emoções. Afinal, encontram-se imersos em uma sociedade de constantes informações e recursos. Logo, é imprescindível a atuação governamental para reversão da problemática.

A globalização tornou cômoda a educação e a formação do indivíduo de modo que tudo é resolvido virtualmente. Por conseguinte, têm-se adolescentes incapazes de diferenciar o real do virtual, excedendo os limites do uso tecnológico e se isolando. Dessa forma, há o aumento significativo das estatísticas relacionadas a este fato.

Observa-se uma sociedade com resquícios da Antiguidade, na qual a doença psicológica era tratada como loucura ou frescura. Tal visão, além de intensificar o sofrimento do jovem, desvaloriza a psicologia capaz de auxiliar no problema. Além de inibir e diminuir a pessoa, sendo capaz de levá-la ao suicídio em casos extremos.

Em contrapartida, afirma-se que não há motivos, na fase juvenil, impulsionadores de casos depressivos. Contudo, é notável o contrário, principalmente durante o período de conclusão escolar. Neste, os estudantes são pressionados em todas as esferas – o ideal do corpo perfeito, notas escolares além da tão deseja e ao mesmo tempo temida aprovação no vestibular.

Deve-se, portanto, que o Ministério da Educação desenvolva e aplique medidas efetivas para promover o entendimento geral acerca do assunto. Faz-se necessária a inclusão de uma matéria escolar ministrada por psicólogos que aborde as doenças psicológicas, causas, efeitos e direcione os jovens ao autoconhecimento. Tal medida deve abranger tanto as instituições públicas quanto as privadas, bem como a inclusão da família.

Gabriela Magina Forastière Araújo – 3º Ano A  
Instituto N.S. Auxiliadora - Cruzeiro/SP

Os jovens, no mundo atual, têm de lidar com situações para as quais, muitas vezes, não têm maturidade; e, apesar de a condição de ser adolescente, na sociedade, ter mudado e melhorado, eles ainda sofrem com a negligência dos seus sentimentos e vontades. A pressão imposta pela sociedade a esse grupo é evidente — e suas consequências também —, sendo essa uma das principais causas de aumento dos casos de depressão.

Segundo Zygmunt Bauman, vivemos na época do amor líquido em que nossas relações são pouco valorizadas e extremamente voláteis, levando à solidão de boa parte das pessoas, as quais se sentem extremamente desamparados, principalmente quando se trata dos jovens, os quais só querem ser aceitos pela sociedade em um período de grandes transformações e mudanças. Fato que não ocorre comumente, agravando sua saúde mental e sua exclusão social, fazendo com que procurem refúgio nas tecnologias e gradativamente queiram abandonar sua vida real pela virtual, na qual se sentem protegidos.

Além disso, muitos se veem sem ajuda, perdidos e não sabem a quem recorrer, sendo ignorados tanto no ambiente escolar (e algumas vezes feitos de chacota), quanto no familiar, no qual vivenciam relacionamentos tóxicos e abusivos, sendo difícil de eles perceberem os sintomas da doença.

Portanto, para que a depressão possa ser um desafio superado, o Ministério da Educação, com o auxílio do Ministério da Saúde, deve contratar psicólogos para que eles possam atuar nas escolas e faculdades, estando disponíveis para ajudar os jovens que estejam passando por dificuldades e precisem de acompanhamento psicológico para que eles consigam superá-los. Essas ações que devem se consolidar como política pública, alcançando as redes pública e privada de ensino.

Georgia Alves Fernandes – 3º Ano C  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

Desde os tempos primordiais, a sociedade se caracteriza pela sua organização política, social e econômica e isso define as relações interpessoais e a saúde psíquica dos cidadãos. O século XXI é caracterizado por uma organização conturbada, com elevados índices de desigualdade social, globalização, tecnologia e um excesso de informações que são recebidas a todo o momento. Essas características da Era Moderna formam uma geração de jovens ansiosos, nervosos e submetidos à pressão, e isso os deixam mais suscetíveis ao desequilíbrio químico cerebral, causando a chamada “doença do século”: a depressão.

A juventude atual diferencia-se da juventude de séculos atrás em inúmeros fatores. Nos dias de hoje, a tecnologia faz-se presente desde a infância, e a criança deixa de conviver e socializar com a sociedade, isolando-se. Esse fator impede o indivíduo de aprender a se relacionar e de conviver em grupo, gerando consequências maléficas para o jovem no futuro. Além disso, a sociedade está cada vez mais agitada e seletiva, o que faz a fase juvenil ser marcada por medo e pressão, afetando-os emocionalmente de forma direta. Esses dois fatores se correlacionam e são responsáveis pela geração depressiva, constantemente aflita e com dificuldade de lidar com a realidade, já que cresceram vivenciando o afastamento e o caos.

Uma grande problemática que ainda é enfrentada no século XXI é a forma que as pessoas veem e lidam com a depressão, que continua sendo vista como um tabu. O primeiro passo para a superação do problema, é a aceitação de que a depressão é uma doença mental e é necessário ajuda profissional para o tratamento, não podendo ser ignorada. Além da dificuldade de aceitação, o jovem também não possui o suporte necessário, já que o atendimento psicológico público é escasso e a família geralmente não compreende a doença. Desse modo, dificulta a redução dos índices da doença que está evoluindo cada vez mais na sociedade.

Em vista dos argumentos mencionados, é necessário que mudanças sejam feitas na forma do jovem lidar com o mundo moderno. É necessário que o Governo, juntamente ao Ministério de Educação (MEC), forneça psicólogos em todas as escolas e que possuam atendimento gratuito individual ou em grupo. Dessa forma, jovens irão ser ajudados a lidar com a quantidade de informações que recebem e a lidar com a modernidade do século XXI. O atendimento psicológico tem como finalidade a estabilidade psíquica, o reconhecimento da doença e o tratamento. Ou seja, apenas com informações corretas em campanhas de conscientização e com a ajuda profissional é que será reduzido um dos maiores desafios contemporâneos: a depressão.

Giovana Francini Mazetto – 3º Ano A

Centro Educacional Maria Cardoso Ferreira CEMAC - Luís Eduardo de Magalhães/BA

A segunda fase do movimento literário romântico ficou conhecida como mal-do-século, devido ao sentimento de profunda tristeza e depressão, manifestada pela literatura da época; séculos depois, da mesma forma, esse problema afeta cada vez mais a juventude contemporânea. Isso porque questões sócio culturais agravam esse impasse na sociedade brasileira.

Ademais, um dos fatores do mundo globalizado que está ligado a essa doença é o advento das redes sociais. Nestes, o jovem é bombardeado, diariamente, por imagens de pessoas felizes e “perfeitas” que, aparentemente, não enfrentam dificuldades como ele. Tais redes de relacionamento virtual representam a caverna de Platão, contemporânea, pois o que é postado é apenas uma sombra editada da realidade e a geração atual passa a ser prisioneira desse sofismo. Então, gera-se um sentimento de não enquadramento ao mundo perfeito, ao qual são expostos e logo se desencadeia a depressão, um processo de tristeza injustificável, o qual, nos dias de hoje, é um dos problemas que mais mata no mundo.

Devido a essa bolha social contemporânea, o jovem confina-se por muito tempo à esfera virtual, onde os estereótipos reinam e perde contato com o mundo cultural palpável. Este promove nos jovens a percepção do diferente e de autoaceitação, uma vez que programas como ir ao teatro, cinema e museus aumentam os níveis de hormônios responsáveis pela sensação de prazer e felicidade. A não promoção desse contato vulnerabiliza essa geração a doenças psíquicas que levam ao desinteresse pela vida e um baixo rendimento escolar, pondo em risco o seu futuro.

Logo, para combater o desafio da depressão juvenil, as redes sociais devem criar canais de comunicação direta entre a juventude e psicólogos por meio de “chats” pelos quais esses jovens receberiam atendimento on-line sobre algum sentimento estranho que uma publicação pode ter causado. Simultaneamente, o governo brasileiro deve promover o contato dos adolescentes com a esfera social, por meio da criação de um passe cultural mensal – como feito na França – para que eles possam sair de seus confinamentos em busca de conhecimento e uma nova visão sobre o mundo.

Giovanna Emylle Sena Dias – 3º Ano C  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Petrolina/PE

## O EXÍLIO SENTIMENTAL JUVENIL

De acordo com as aldeias do filósofo racionalista, René Descartes, o ser humano é composto pela razão, e a utilização da mesma define o seu comportamento. As mudanças no modo de pensar e de agir se deram em torno do mundo tecnológico contemporâneo, sendo que tal fato colaborou para um estado de angústia por parte da população juvenil. O uso descontrolado dos apartados digitais, junto à falta de relevância para a maioria das pessoas, são fatores que corroboram o crescimento gradativo da depressão.

Em primeiro lugar, sabe-se que o índice de comportamento depressivo entre os jovens, atualmente, é muito maior em relação ao final da década passada, quando a tecnologia ainda não atingia a população de modo tão intenso. A Revolução técnico-científico-informacional contraria, de certa forma, a ideia de composição racional do ser humano, citada por Descartes, acarretando a criação de uma sociedade manipulada pelos próprios sentimentos e aumentando, assim, o índice de depressão.

Por conseguinte, grande parte da população não observa uma grande relevância sobre tal doença e acabam menosprezando a maioria desses casos. Algo muito comum, por exemplo, é a exclusão do jovem no âmbito social, causando o constrangimento e a angústia, assim como o seu isolamento.

Portanto, é mister que o Estado tome providências para diminuir o índice de depressão juvenil. Cabe a este, unido aos veículos de informação e às empresas publicitárias, elaborem projeto incentivadores, por meio o marketing (propaganda), que busquem informar a sociedade sobre a importância dos casos de depressão e auxiliem a população juvenil a observarem os pontos positivos da vida, a fim de abandonarem esse exílio sentimental.

Guilherme Padilha Ferreira – 3º Ano A  
Instituto Nossa Senhora Auxiliadora - São Paulo/SP

A depressão é uma doença séria e uma das mais marcantes na contemporaneidade, especialmente entre os jovens. Isso decorre da disseminação de preconceitos em diversos ambientes, mas também de uma característica marcante da atualidade: a superficialidade das relações sociais. É necessário que toda a sociedade discuta sobre esses temas para reduzir os índices dessa doença, cada vez mais comum entre os jovens.

Levando em conta a juventude, é necessário pensar no ambiente escolar, principalmente por conta do bullying, que, com o advento da internet, também ocorre virtualmente. A juventude é um período de autoconhecimento marcado. E sel a necessidade de aceitação. Por conta disso, o bullying apresenta consequências psicológicas muito sérias nos adolescentes, dificultando a interação social e levando-os ao isolamento.

Paralelamente a isso, nota-se que, na atualidade, ocorre a desumanização do convívio social. A vida, nesse contexto, baseia-se na valorização de padrões estéticos, riqueza e fama. Os jovens, por serem facilmente manipulados, aderem a esses objetivos e sentem um vazio existencial, que pode desencadear quadros de depressão.

Portanto, é necessário desenvolver medidas que atenuem essa problemática. Para isso, o Estado, por meio do Ministério da Educação e do Ministério da Saúde, deve criar um projeto de combate às doenças psicológicas entre os adolescentes, com a realização de palestras que disponibilizem dados sobre a depressão; e com a disponibilização de tratamento psicológicos em preço acessível dentro da escola.

Gustavo Rodrigues da Silva- 3º Ano A  
Colégio Juvenal de Carvalho - Fortaleza/CE

De acordo com os postulados da terceira lei de Isaac Newton, cada ação tem sua reação. Analogamente à pressão social e escolar hodierna (ação) cria-se, em muitos jovens, a sensação de angústia e desânimo, levando-o a depressão (reação). Uma doença que inibe parcialmente as produções de serotonina e dopamina para o cérebro, afetando diretamente o humor e produzindo um desânimo constante.

Dada essa premissa, a juventude é uma fase de diversas mudanças tanto no âmbito social quanto no biológico, mas principalmente marcada pela transição para a vida adulta. O adolescente sente a necessidade de estar inserido em algum grupo social e tal ausência o leva a pensar na solidão, abandono sem ter esperanças para o dia seguinte. Um exemplo é representado na série produzida pela Netflix “Os 13 Porquês”, em que a protagonista sofre de depressão e chegou a realizar uma ação extrema: o suicídio.

Ademais, a pressão para uma escolha profissional influencia muito na mentalidade dessa pessoa, criando questionamentos em relação a sua própria capacidade. O imediatismo, provocado pela revolução técnico-científica criou uma linha de pensamento que os jovens possuem somente agora para decidir seus futuros e que seria a única para alcançar uma realização profissional.

Portanto, as medidas necessárias devem ser realizadas pelos familiares, encaminhando o adolescente a um profissional para cuidar do psicológico e estimular a prática de atividades que criam a produção química no cérebro de felicidade como: exercícios físicos, dança ou qualquer outra que a pessoa se sinta bem, assim, amenizando os índices de depressão na fase juvenil.

Heloisa Ferreira Leite Sarate – 3º Ano A  
MSMT - Salesiano Santo Antônio - Cuiabá/MT

A adolescência é o período de transição entre a infância e a vida adulta, no qual o indivíduo passaria por diversas mudanças físicas e comportamentais, a fim de moldar sua identidade. No entanto, como consequência das transformações da sociedade nos últimos séculos, a juventude contemporânea está, cada vez mais, acometida por transtornos mentais, como a depressão. Assim, urge a necessidade de combater-se, por exemplo, a falta de diálogo e a ausência legislativa para o enfrentamento à depressão na fase juvenil.

Inicialmente, o lema do Centro de Valorização da Vida (CVV) evidencia que falar é a melhor solução para o adolescente deprimido. Então, toda essa perspectiva, a ressignificação da mentalidade social é indubitável, o púbere deve buscar ajuda, caso os sintomas se manifestem, porém isso só será possível quando a população tratar doenças mentais como válidas, não como um tabu ou como “frescura” (que é um termo bem comum nessa situação), pois isso faz com que esses jovens reprimam seus sentimentos, agravando a situação, além de colocar o rendimento escolar, as relações sociais e a própria vida em risco. Logo, a depressão deve estar em pauta não somente para a juventude mas também para os mais velhos.

Ademais, apesar de a Carta Magna garantir a saúde como um direito fundamental, a ausência de políticas públicas, possibilitando a prevenção e o acesso ao tratamento adequado, no que se refere a saúde mental, mostra a emissão do Estado para com relação a essa pauta.

Dessa forma, o jovem, mesmo identificando seus sintomas, dificilmente conseguirá se tratar, pois carece de um serviço adequado com essa finalidade. Confere-se, por conseguinte, essa negligência inconstitucional; o bem-estar físico do cidadão é tão importante quanto o mental e deve ser tratado como tal.

Portanto, medidas são necessárias para resolver a impasse. A priori, cabe ao Ministério da Saúde, em parceria com a Organização Mundial de Saúde (OMS), estabelecer um acordo no qual será criada a “agenda para combater a depressão juvenil no Brasil”, colocando uma série de ações, desde o meio midiático até pesquisas nas escolas, a fim de expor a preocupação do governo com a juventude e dar ao tema a visibilidade necessária. A posterior, o Ministério da Educação deve inserir, dentro da matriz curricular, aulas explicando como surgem os transtornos mentais, como identificá-los, como tratá-los e preveni-los, para possibilitar aos jovens o conhecimento essencial a respeito da temática, focando na depressão.

Isa Medeiros de Souza – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

É assegurado na Constituição Federal o direito à vida e à saúde a todo brasileiro. Todavia, percebe-se a ausência do Estado, no que se refere ao bem-estar psicológico juvenil, diante dos altos índices de incidência da depressão. Esta, por conseguinte, fora retratada por Machado de Assis em sua obra “Memórias Póstuma de Brás Cubas” ao se referir à melancolia. Hodiernamente, a doença é banalizada e tratada pela sociedade como invenção. Dessarte, cabe ressaltar a influência do mundo globalizado e a relação da depressão com o suicídio.

O sociólogo polonês Zygmunt Bauman associa o mundo contemporâneo ao conceito de modernidade líquida. Consoante a tal pensamento, é possível estabelecer que as interações sociais são caracterizadas pela volatilidade. Analogamente, com a desossificação das relações, torna-se mais difícil o diagnóstico da doença, tendo em vista que se diminui a convivência física e, conseqüentemente, a percepção de sintomas físicos. Além disso, a difusão do mundo digital pôde agravar a situação, visto que os jovens buscam apoio na Internet e não são todos a buscar atendimento psicológico.

Ademais, a doença, caso não tratada corretamente, finda no suicídio, outro impasse atual. Esta ação, por consequência, é definida como um fato social por Emile Durkheim. De maneira análoga, percebe-se que a postura da sociedade diante da depressão é de localização da doença e de crítica social relacionada a essas, a qual, por vezes, é considerada “frescura” (termo comum nessa situação). Sob outro ponto de vista, têm-se os casos de boneca Momo e da Baleia Azul, os quais evidenciam a urgência do acompanhamento virtual juvenil.

Diante dos fatos supracitados, cabe ao Ministério da Saúde, em parceria com o Ministério da Educação a criação de um projeto que leve às escolas, psiquiatras e psicólogos visando à conscientização por meio de palestras, pesquisas e orientações acerca da doença e de seus sintomas e da importância do acompanhamento psicológico. Tais palestras serão voltadas para pais, alunos e professores, abordando não somente a depressão, como também a necessidade da atenção ao mundo digital para com desafios como os da Baleia Azul e da Boneca Momo. Dessa maneira será possível orientar a sociedade sobre os riscos da doença, para que seja tratado de maneira correta, pois somente com a conscientização será possível demonstrar que depressão não é sinônimo de tristeza e que não se pode haver espaço para a melancolia de Machado em um país que assegura a saúde e a vida a toda sua população.

Isabela Campos Genkawa – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Sorocaba/SP

A humanidade sempre enfrentou problemas relacionados ao estresse que, em grande proporção, acaba gerando a famigerada depressão. Tal doença era muito comum entre adultos, muitas vezes, por conta das longas e cansativas jornadas de trabalho. Porém, o cenário mudou de 15 anos para cá. A depressão se tornou um desafio contemporâneo na fase juvenil, podendo ser justificado pelo crescimento exorbitante do uso de aparelhos eletrônicos e pelo isolamento do jovem no mundo físico.

Com o crescimento da tecnologia, o uso de eletrônicos entre jovens cresceu consideravelmente. Por conta disso, as redes sociais passaram a ser um outro mundo onde o jovem encontra o que seria a chamada “vida ideal”. Nesse contexto, são expostas, diariamente, imagens do considerado padrão, sendo corpo, alimentação, número de amigos e status social perfeito. Dessa forma, o jovem acaba se vendo fora dessa bolha e passa a questionar o porquê de ele não ser do jeito que, aparentemente, todos são. A partir disso, os primeiros passos para a depressão são cumpridos.

Além disso, o isolamento do homem é cada vez mais observado, ou seja, momentos que deveriam ser utilizados para entretenimento como a leitura de um livro ou realização de um esporte, é trocado pelo cenário repetitivo do quarto e da tela do monitor. Assim, cada vez mais, diminui o contato com o mundo e com a pessoa física. Sendo assim, a mente do jovem fica restrita a fazer sempre o mesmo, podendo causar problemas psicológicos que, em um longo período de tempo, acaba por ser depressão.

Portanto, medidas são necessárias para diminuir esse desafio contemporâneo. É necessário que os pais intervenham e delimitem um tempo de uso dos aparelhos eletrônicos, oferecendo atividades em ambiente externos, como a prática de um esporte da escolha do jovem. Além disso, cabe ao poder legislativo a criação de uma lei que imponha a todas as escolas, públicas e particulares, pelo menos duas opções de atividades extracurriculares gratuitas que promovam interações bem significativas entre os jovens. Desse modo a depressão pode deixar de ser um impasse na vida dos jovens.

Isabella Mendes de Sousa- 3º Ano A  
Liceu Salesiano N.S. Auxiliadora - Campinas/SP

Na série estadunidense “13 Reasons Why”, produzida em 2017 pela plataforma Netflix, a personagem adolescente que protagoniza a trama, Hannah Baker, sofre de uma grave depressão, que acarreta seu posterior suicídio. Fora da ficção, conviver com essa avassaladora doença é uma situação que atinge milhares de jovens ao redor do mundo.

A priori, é necessário compreender como o advento da era digital cooperou para o crescimento da depressão entre os adolescentes. Segundo o sociólogo Karl Marx, o ser humano é um ser social e, portanto, deve participar ativamente da sociedade em que está inserido. Sob essa ótica, é evidente que a sociedade contemporânea rompe lógica de socialização, uma vez que há um afastamento físico dos indivíduos, gerado pelo uso exacerbado das redes sociais e de eletrônicos. Dessa forma, os jovens encontram-se cada vez mais isolados, quadro que fomenta a depressão.

Outrossim, vale ressaltar que o tabu acerca desse distúrbio psicológico é um empecilho para a superação dele. Tal doença, ainda é uma temática pouco recorrente nos núcleos familiares e escolares. No entanto, devido à enorme proporção que esse problema tomou na atualidade, é de suma importância que se eduquem os jovens no que tange à depressão. De acordo com o educador Paulo Freire, a educação é um mecanismo de emancipação e transformação. Sob esse viés, portanto, levantar debates sobre esse tema é um alicerce para a conscientização e a prevenção a respeito dessa doença.

Urge, portanto, que medidas sejam tomadas para mitigar esse cenário. Para tal, as escolas devem promover debates acerca da depressão, por meio da realização de palestras e rodas de conversa, com a participação de profissionais da psicologia, que inclua tanto alunos, quanto responsáveis, a fim de reduzir o tabu acerca dessa doença e conscientizar os adolescentes quanto a ações e atitudes para preveni-la.

Isis Behning Terciano – 3º Ano C  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

Na obra musical “Clarisse” da banda legião urbana, é retratado o quadro de depressão vivido por uma adolescente de 14 anos e diversos problemas psicológicos desencadeados pela doença. Ultrapassando as barreiras da ficção, essa realidade faz-se presente no cotidiano de diversos jovens brasileiros e é perpetuada pela mudança na configuração das famílias e do individualismo das pessoas num mundo cada vez mais digital.

É importante ressaltar, inicialmente, que de acordo com a sociologia, a família é crucial no processo de socialização do indivíduo. Devido a isso, com a nova configuração familiar, marcada pela saída da mulher para o mercado de trabalho, os filhos passam a conviver menos com seus pais, tornando-os, comumente, filhos que se sentem isolados, o que colabora para o aparecimento de patologias psicológicas, como a depressão. Desse modo, a ausência de interação entre progenitores e filhos desencadeiam abismos nas relações sociais familiares e afetam a saúde mental da juventude.

Ademais, outro agravante da problemática é o individualismo das pessoas em meio a um mundo extremamente tecnológico. Inclusive, sob uma perspectiva da “Modernidade Líquida” do sociólogo Zygmunt Bauman, a qual expõe a fragilidade das relações humanas da contemporaneidade, o jovem cada vez mais encurta distâncias pelo meio cibernético, mas vê-se na ausência de contato com outras pessoas no mundo real. De modo a isolar-se da sociedade e estar sujeito à depressão, pela falta de conexões sociais sólidas.

Diante do apresentado, faz-se necessário diminuir os quadros de depressão entre os jovens. Para isso, cabe ao Ministério da Saúde a criação de um aplicativo a qual funcione 24 horas e conte com psicólogos e psiquiatras, os quais possam se comunicar e dar suporte necessário para pessoas com depressão que precisem de amparo profissional. Além disso, contendo na plataforma materiais e instruções de como procurar ajuda e zelar pela saúde mental. Desse modo, utilizando dos meios digitais, de maneira benéfica, a fim de distanciar a realidade dos jovens brasileiros da apresentada na música “Clarisse”.

Jayana Farias Soares de Oliveira Gal – 3º Ano C  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

Nos últimos anos, o número de pessoas que sofrem de depressão aumentou significativamente no Brasil, tendo os jovens como os mais afetados por isso. Contudo, ainda há uma grande ausência de conhecimento exato sobre a doença. Nesse contexto, é imprescindível analisar essa questão no país.

Inicialmente, entende-se que o aumento nos casos de indivíduos com depressão é consequência de questões sociais. Consoante o psicólogo Rollo May no livro “Love and Will”, a falta de esperança em um futuro bem sucedido faz com que o jovem não encontre sentido em viver, e assim, entre em um estado de tristeza profunda que, em casos mais extremos, podem levar ao suicídio, fatalidade que também tem se tornando mais frequente na sociedade brasileira.

Além disso, enfatiza-se que a apatia por parte da população em relação aos acontecimentos, gerado pela escassez de conhecimento, banaliza o mal. Tendo em vista que a massa social acredita que problemas depressivos são passageiros, ou que não são algo grave, a ponto de ser considerado doença, principalmente, quando ocorre na adolescência, faz com que essa doença seja ignorada no meio social, possibilitando assim, que intervenções não ocorram e que isso continue sendo comum. Esse fato pode ser analisado por Hannah Arendt na teorização da banalização do mal.

Portanto, medidas são necessárias para resolver o impasse. O Ministério da Saúde deve investir em construção de centros de ajuda, com profissionais especializados na área, de forma que seja acessível ao que necessitarem. Ademais, órgãos não governamentais devem conscientizar a população sobre a doença e, em parceria com o Ministério da Educação, devem apresentar propostas de debates e palestras, com o objetivo de atingir especialmente o público jovem. Para que assim, a depressão não seja mais um desafio no Brasil.

Jayane Valeska de Brito – 3º Ano A  
Instituto Nossa Senhora de Lourdes - Gravatá/PE

Na idade contemporânea, a humanidade vem sofrendo a ponto de a tão conhecida “depressão” ter se tornado “o mal do século”. É uma doença que afeta principalmente a fase juvenil e que vem até provocando mortes. O desafio, hoje, é encontrar novas soluções para o combate a esse problema que, com o decorrer do tempo, houve um superávit nos índices de casos, gerando significativa preocupação social.

Com o advento da revolução tecnocientífica, o surgimento de novas tecnologias vem atuando na construção de uma sociedade controlada pelo poder tecnológico. Atualmente, observa-se uma ênfase maior na utilidade das redes sociais, em que milhões de pessoas têm suas vidas expostas e compartilhadas no dia a dia. A indústria cultural promove a necessidade da adoção de um status e ideais padronizados, na qual muitos que não os atingem tornam-se submissos a um estado desconfortável, gerado por essas situações.

Vale lembrar que a depressão não é uma doença que surgiu dentro de um contexto atual, visto que até Hipócrates resumia a melancolia como um estado considerável, precoce, como um sentimento comparado à solidão, já que afeta o humor, provocando a tristeza profunda e por ser prolongada. Os índices de casos registrados entre a população mais jovem são de caráter exorbitante. Foi constatado que nos últimos cinco anos, a incidência dessa doença entre as idades de 12 a 15 anos, de ambos os sexos, houve um salto de quase 40%.

Diante da problemática, o governo federal, junto aos ministérios da educação e da saúde, visando ao combate da depressão, deve atuar promovendo campanhas, palestras e debate nas escolas, bem como com a adoção de medidas de prevenção, como a educação digital, tornando isso efetivo no estatuto da criança e do Adolescente, atuando na conservação do direito à vida e contribuindo para uma sociedade livre dessa mazela.

Joao Guilherme Barros Brito – 3º Ano C  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Petrolina/PE

Embora a qualidade de vida tenha aumentado no mundo ocidental (conforme mostra o último IDH divulgado em 2018 pelo GL), a depressão cresceu estatisticamente, principalmente entre os jovens – veja –. Com isso, existem desafios que implicarão as proporções depressivas futuras, como a dificuldade em relacionar a solidão e o uso de redes sociais pelos jovens na atualidade. Outrossim, cabe ao Estado intervir, já que é um problema de saúde pública de cada país.

A solidão entre jovens e a grande quantidade de tecnologia, disponibilizada às novas gerações, são fatores que podem contribuir para o desequilíbrio emocional de tais indivíduos. Isso, porque as novas formas de relacionamentos das sociedades do século XXI são, em geral, descompassadas, decorrentes das rotinas das populações do ocidente extremamente aceleradas, o que causa nas famílias o distanciamento entre pais e filhos. Efeito tal, é a carência desses jovens, gerada ainda na infância por não terem tido um núcleo familiar sólido e presente na formação. Os pais, por sua vez, tentam suprir suas ausências com jogos e computadores, aumentando ainda mais os sentimentos depressivos, pois os jovens passam a atribuir à máquina o valor que a família deveria ter.

Por outro lado, o mundo nunca foi tão tecnológico, por isso é necessária a inserção de crianças e adolescentes nesse novo contexto, a fim de se sentirem parte de um futuro possível, estimulando a felicidade. No entanto, esse processo deve ser assistido pela família, de forma que os pais saibam dos impactos que a internet produz na vida dos filhos. Decorrente disso, será a produção de sentimentos mais estáveis.

Por fim, de acordo com os desafios da depressão, enfrentados pelos jovens na atualidade, é necessário que o Estado de cada nação promova campanhas de conscientização acerca da depressão, por meio de escolas e redes telecomunicativas, além da internet, para que chegue aos jovens e para que pais e escolas possam combater juntos as dificuldades enfrentadas pelos jovens contemporâneos.

Joao Paulo Diniz Souza e Silva – 3º Ano A  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Petrolina/PE

Sabe-se que a depressão é um dos maiores desafios na sociedade brasileira. Nesse sentido, os preconceitos relacionados à doença, somados a um mundo contemporâneo individualista, são fatores que causam o aumento dos casos. E o grande desafio é: como esses problemas devem ser solucionados?

Em primeiro lugar, a condição de saúde conhecida como depressão é uma doença psicológica que altera o humor do indivíduo por períodos curtos ou longos: muitas vezes ela é, equivocadamente, confundida com a tristeza, que é apenas uma emoção ou sentimento passageiro. Essa errônea confusão provoca preconceitos, os quais negligenciam os sistemas e, conseqüentemente, acabam agravando a saúde da pessoa.

Além disso, a atual civilização capitalista, impulsionada pelos efeitos da globalização, desenvolve o individualismo na população. Desse modo, a busca pelo enriquecimento e pelo corpo, julgado como o ideal e, por fim, o status social, quebram as tradições e os costumes. Tal fato gera um vazio nas pessoas, um sentimento de insignificância profundo, pois nada daquilo que procuraram trouxe felicidade nem alcançou nenhuma finalidade. Este processo, na sociologia, é conhecido como modernidade líquida, descrito por Zygmunt Bauman, e mostra como a ideia da atual sociedade não traz uma finalidade verdadeira e permanente, mas apenas problemas emocionais.

Perante ao que foi exposto, é perceptível a necessidade de se combater o crescimento da depressão, em meio a uma sociedade individualista e preconceituosa. Sendo assim, é imprescindível que o Ministério da Saúde crie propagandas em horário nobre, trazendo informações sobre esse transtorno psicológico e suas diferenças com a tristeza; também que essas ações de conscientização tenham o objetivo de quebrar os estigmas presentes da população. Ademais, é fundamental que o cidadão procure valorizar o que tem, para que dessa forma o indivíduo não crie um vazio dentro de si.

Jonas Medeiros Alvarez – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Região Oceânica - Niterói/RJ

Diferentemente de tristeza, um sentimento ainda mais profundo, uma melancolia extrema tem atingido muitos jovens atualmente: a depressão. Uma doença, outrora comum aos mais velhos por questões de emprego ou contas pendentes, conseguiu afetar essa nova geração tecnológica que, presa às redes sociais, tornou-se depressiva por motivo de solidão.

Infelizmente, o número de vítimas vem crescendo absurdamente, chegando a passar de 30% os jovens abaixo de 15 anos, atingidos por essa doença, segundo estudos de universidades internacionais. Com foco excessivo na internet e com pouquíssimo contato pessoal e com interações sem diálogos, os depressivos deixam de compartilhar suas angústias com familiares, sufocando-se em seus problemas. Desse modo, a doença pode, sem dúvidas, gerar improdutividade escolar, rebaixamento da autoestima, falta de apetite chegando, inclusive, o suicídio.

Pode-se dizer, também, que a doença em questão pode ser igualmente fruto de bullying escolar, capaz de contribuir para a decadência do ânimo, da confiança e da autoestima desse jovem depressivo. Diante disso, documentários, filmes e séries passaram a abordar problemas sociais como esse. É o caso de “13 Reasons Why”, série original do Netflix que aborda sobre a história de uma jovem na faixa dos 18 anos que cometeu suicídio por razões depressivas e de bullying, vindas das redes sociais.

Frente a esse cenário, cabe, não apenas aos pais, mas também às instituições de saúde e de educação, a maior responsabilidade de estarem atentos a possíveis câmbios de comportamento. Devem incentivar e realizar ações de acompanhamento a essas pessoas, de modo que consigam compartilhar suas angústias entre eles, os jovens. Também, por intermédio do apoio emocional de profissionais da psicologia e da área educacional, haver limitação para o uso das redes sociais em prol das relações coletivas, como forma de prevenção. Desse modo, combater a depressão juvenil será uma tarefa possível.

Júlia Curci Nóvoa Nitti – 3º Ano A  
Externato Santa Teresinha - São Paulo/SP

Na contemporaneidade, não só a depressão, como todas as doenças mentais e psicológicas, são cada vez mais debatidas, pesquisadas e analisadas pela ciência. Porém, nem sempre foi assim, visto que no passado as doenças psicológicas eram totalmente invisibilizadas e deslegitimadas pela sociedade. Nesse aspecto, até hoje tal pensamento perpetua-se no sentido comum, causando a banalização da depressão em jovens e, desse modo, a falta de conhecimento sobre a doença.

No Brasil, os casos de suicídio entre adolescentes têm se tornado mais frequentes, motivados, principalmente, pela depressão. Mesmo diante desse cruel dado, a doença ainda não é tratada com a devida seriedade e é, muitas vezes, menosprezada. Desse modo, as famílias simplesmente ignoram tal realidade, não oferecendo apoio e suporte aos jovens e não se atentando a pequenos detalhes, como o isolamento e a tristeza constantes, que podem ser sinais de depressão e silenciosos pedidos por ajuda.

Dessarte, a grande maioria da população não tem conhecimento sobre os reais efeitos da depressão, seus sintomas e formas de ajudar jovens que sofram com a doença. Consequentemente, tal ignorância influencia no senso comum da depressão, como uma banal tristeza ou preguiça, e não como uma doença que afeta o cérebro dos pacientes e que pode acabar, precocemente, com a vida de tantos jovens.

É de extrema importância que a visão equivocada da depressão entre jovens seja desconstruída e, para isso, as escolas e o Ministério da Educação devem promover debates e palestras que expliquem os riscos, sintomas e formas que a doença pode apresentar-se aos jovens e como lidar com ela. Além disso, os grandes meios de comunicação, como a televisão e a internet, devem promover mais informações sobre a depressão e oferecer ferramentas para auxiliar os jovens, como o atendimento telefônico gratuito oferecido pelo estado e a seção de apoio fornecida por algumas redes sociais como Instagram, ao detectar pesquisas relacionadas a doenças ou a suicídios.

Júlia Nadine Leusin – 3º Ano A  
Instituto Educacional Dom Bosco - Santa Rosa/RS

A depressão é um assunto que foi tratado por diversas pessoas em diversos períodos distintos, até mesmo antes de Cristo. Porém, é no Romantismo que ela passa a ter maior destaque, presente nas obras de importantes autores, como Goethe. Mesmo não sendo plenamente definida e compreendida, é um consenso que a depressão é uma doença séria e que se mostra cada vez mais com maior frequência na sociedade contemporânea, em especial, nos adolescentes, que já devem passar por um tenso momento de transição. Será que a tecnologia é responsável por potencializar tal condição?

O uso desenfreado das redes sociais, principalmente, entre os jovens é comum. No entanto, é extremamente maléfico por diversos motivos, mas, especialmente à estabilidade mental e emocional, já que cria a falsa sensação de interação social. O contato físico e pessoal é fundamental, pois como já afirmava Aristóteles, o homem é um “Zoon Politicon” ou seja, um animal político e social, faz parte de sua natureza viver em sociedade.

Ademais, passar longos períodos em espaços fechados e o inatismo podem ser prejudiciais também, já que a exposição moderada à luz solar, além da prática de exercícios físicos com regularidade, são frequentemente associadas à liberação da felicidade e ao prazer em diversos estudos.

Em suma, é fundamental que se estimule a redução do tempo de uso de redes sociais e o aumento do tempo utilizado para atividades físicas. Para que isso aconteça, é fundamental que o Ministério da Educação (MEC) promova campanhas a fim de que se conscientize a população e a influencie a reduzir o tempo gasto na internet e as vantagens de se preocupar com sua saúde mental. Tais campanhas devem aparecer, principalmente, nas redes sociais, para que o seu público-alvo seja devidamente atingido. Já os governos municipais devem criar e realizar a manutenção de espaços públicos destinados ao lazer e esporte, ampliando-os às áreas periféricas do município. Isso deve ser realizado com a verba pública e com o apoio de instituições privadas, como hospitais e escolas particulares, para que se promova a socialização e a prática de esportes.

Juliana de Macedo Tavares – 3º Ano B  
Instituto Salesiano Dom Bosco - Americana/SP

A depressão, na fase juvenil, é um desafio da contemporaneidade, devido à falta de amparo do governo para com os indivíduos e a negligência da sociedade perante o assunto. Sendo assim, ocorre uma impossibilidade de superação do problema.

Primeiramente, vê-se que o Estado não fornece o amparo necessário, principalmente para os jovens, tendo em vista que é um problema recorrente no Brasil. Nesse sentido, segundo o filósofo Aristóteles, a política deve ser utilizada, de modo que, por meio da justiça, o equilíbrio seja alcançado na sociedade. Nesse viés, o aumento de pessoas com distúrbios psicológicos, como a depressão, serve de alerta para o governo exercer a sua função e criar políticas públicas, usando a melhora dos indivíduos, já que a questão prejudica a saúde da população, podendo até levar a morte.

Ademais, a população é responsável por negligenciar e banalizar a doença por falta de informações. Nesse contexto, segundo o sociólogo Zygmunt Bauman, cegueira moral é a ausência da sensibilidade dos homens em meio a dores e dissabores de seus semelhantes. Nesse contexto, a sociedade se torna um obstáculo na superação do problema, por ignorar a questão, e gera um sentimento de abandono para os indivíduos. Tal ato tem como consequência o aumento do número de casos de depressão, e até mesmo o surgimento de novos problemas, como ansiedade, muito comum entre os jovens.

Logo, a depressão é uma dificuldade, principalmente para os jovens, para a contemporaneidade. Sendo assim, é necessário que o governo destine verbas com a finalidade de alertar a população sobre o problema, por meio da mídia, como por exemplo, campanhas, panfletos e programas televisivos e, por sua vez, deve disseminar as informações. Então, o problema será solucionado a partir dos conceitos de Aristóteles e Bauman.

Juliana Esberard Cattete – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

Um dos maiores desafios contemporâneos na fase juvenil é a depressão, estado emocional baseado no constante medo, desânimo, falta de perspectivas futuras e tristeza desproporcional aos acontecimentos a “tecnoestresse” é um dos fatores que acarretam esse estado, já que proporciona ao adolescente determinado excesso de informações. Além disso, as atuais relações familiares também devem ser modificadas, devido ao descaso direcionado ao jovem, que acaba por se sentir irrelevante socialmente.

O avanço tecnológico e informacional trouxe diversos benefícios à sociedade, entretanto a ansiedade e a comparação entre os adolescentes aumentou consideravelmente. Quanto maior é o acesso às redes sociais e sites de busca, mais o jovem começa a questionar-se sobre o seu estilo de vida. Dessa forma, muitas vezes é desenvolvido um sentimento próprio excludente e solitário, acompanhado pela ansiedade e tristeza constante.

Concomitante a esse desenvolvimento técnico-informacional, as relações familiares também foram modificadas. Tradições, antes feitas em família, hoje não são vistas com tanta importância e valor, acarretando assim no desamparo do adolescente. Dessa forma, com essa diminuição dos laços sociais, é comum o indivíduo desenvolver a depressão e futuramente até mesmo o desejo pelo suicídio, segundo o estudo do filósofo Durkheim.

Portanto, nota-se que a adolescência é a fase mais propícia para o aparecimento da depressão. É necessário um acompanhamento psicológico profissional, objetivando cessar com as pressões sociais impostas. E, além disso, de palestras em escolas, promovidas pelo Ministério da Educação, alertando sobre essa doença e informando aos pais sobre a importância da participação efetiva na vida dos filhos. Assim, contribuindo para a saúde mental e até mesmo física do indivíduo.

Larissa Adriely de Castro – 3º Ano A  
Centro Educacional Pio XII - Belo Horizonte/MG

A depressão denomina-se como um transtorno psiquiátrico ou afetivo que tem se configurado como um desafio contemporâneo entre os jovens. Apesar de ter sido descrita pela primeira vez, no século XX, essa já se manifestava desde o século XVIII com o romantismo. Ademais, hodiernamente, inúmeros países têm enfrentado a incidência elevada dos casos entre os imberbes, fruto do atual contexto globalizado e pressões sociais que tornam a doença um obstáculo a ser superado.

Em primeira análise, é válido ressaltar com base no “mapa da pressão”, efetivado pela “Gazeta Povo”, que países como Brasil e Estados Unidos têm convivido com um número superior a 18% de casos depressivos. Essa realidade estabelece-se, segundo Durkheim, devido a coerção social, manifestada diante da escolha profissional, desempenho escolar e desconhecido sobre o transtorno, à medida que desconsideram seu tratamento efetivo e necessário.

Em segunda análise, diante da globalização e somado à presença de jovens em redes sociais, há a ocorrência dos crimes de cyberbullying, fruto das necessidades de adequação virtual impostas. Nesse contexto, os amigos da internet e os comentários direcionados podem desencadear um quadro de tristeza profunda e permanente aos mais alienados que objetivam um padrão de aceitação social.

Diante do exposto, ratifica-se o desafio de superação da depressão entre os jovens devido às influências inseridas a esses. Assim, é necessário que a ação seja efetivada pelo Ministério de Ciência e Tecnologia no âmbito virtual, investigando crimes da internet e punindo os responsáveis por meio do pagamento de um salário mínimo. Associado a isso, viabilizar o papel de mediador das escolas, o Ministério de Educação deve impor como lei, que todas as escolas do território nacional tenham um profissional de psicologia. Essas medidas irão auxiliar o jovem no controle de suas emoções e aflições, configurando a superação da depressão.

Larissa Salgado Maia – 3º Ano A  
Centro Educacional Pio XII - Belo Horizonte/MG

Nos últimos tempos, é bastante perceptível o acentuado aumento de uma doença que possui um elevado índice de danos à saúde do indivíduo, a depressão. Devido aos grandes avanços decorrentes das revoluções industriais, a nossa geração atual de jovens mantém contato exacerbado com os meios de comunicação e, conseqüentemente, possuem acesso aos milhares de padrões impostos pela mídia. Dessa forma, muitos jovens não se sentem inseridos em tais padrões, gerando sentimentos de incapacidade, inutilidade e tristeza persistente, originando-se a depressão.

Sob tal perspectiva, é visível que a maioria dos casos de depressão nos dias atuais são de origem da faixa etária juvenil. Com isso, os problemas de autoestima do grupo etário citado são bastante alarmantes e estão muito presentes no filme “Sierra Burges is a laser”, por exemplo, o qual retrata a vida de uma adolescente que sofre com alguns dos sintomas relacionados à depressão, além de retratar a enorme influência dos meios de comunicação na atual geração jovem.

Além de tais fatos, é importante destacar sobre o meio social em que o jovem está inserido: a escola. É de conhecimento nato que os adolescentes têm a necessidade de fazer parte de um grupo, porém, muitas vezes, o grupo social de um indivíduo está muito ligado ao surgimento da doença. Em boa parte da situação, a depressão é imperceptível, pois os sintomas são tratados como apenas tristeza ou “drama”, por este motivo, em um ciclo de convívio escolar, é necessário que todos saibam reconhecer a dor do próximo, sem agir com ignorância às situações decorrentes.

Dessarte, após concluir-se sobre a grande influência do meio escolar na ocorrência da depressão, faz-se necessária maior atuação de tal agente nos ambientes das redes e das relações sociais. Portanto, a escola deve intervir na problemática citada, por meio da contratação de psicólogos, capacitados em orientar e informar aos alunos, sobre o que é e quais são os sintomas da depressão, esclarecendo as conseqüências da doença, como o suicídio. Além disso, é importante que as escolas disponibilizem tais profissionais aos alunos sem custo algum, objetivando a conscientização da faixa etária infanto-juvenil sobre tal problemática.

Letícia Pereira Feitoza –3º Ano B  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

Na série “13 Reasons Why”, Hannah Baker, uma jovem estudante vivenciou situações em que vários fatores a levaram à depressão. Fora da ficção, o problema é o mesmo, pois o isolamento social, gerado pela era digital e por inúmeras dificuldades nas relações interpessoais nos contextos de convivência, com a prática do bullying, por exemplo, todos esses fatores são responsáveis pelo aumento do número de casos de depressão na adolescência e, conseqüentemente, causando graves problemas para os indivíduos acometidos por essa doença.

Inicialmente, deve-se destacar a era digital como um potencial agravante da depressão juvenil. Nessa perspectiva, o jovem que fica o dia todo nas redes sociais ou navegando pela internet, torna-se isolado socialmente, pois tem seu contato, físico e real, com família e amigos, diminuído. Por conseguinte, esse indivíduo vive sem relações sociais e de afeto e, dessa forma, vive sem felicidade e sem um propósito de vida.

Ademais, deve ser citado o bullying nas escolas como um outro fato que muito contribui para o aumento da depressão na fase juvenil. Isso ocorre porque, para uma pessoa contrair a depressão, ela já deve possuir um emocional bastante sensível, logo, se for adicionado a esse estado psicológico, o sofrimento pelo bullying, que é uma prática responsável por deixar a vítima triste, desanimada e com medo, são altas as chances de esse adolescente adquirir tal problema.

Portanto, é clara a necessidade de amenização das taxas de depressão na adolescência. Diante disso, o Ministério da Educação, juntamente com os setores de psicologia das escolas, deve promover ações para identificar os alunos com possíveis traços de depressão, a fim de prestar assistência a eles, por meio de conversas com profissionais, especializados nesse problema psicológico, bem como desenvolver atividades psicopedagógicas as quais possibilitem a reabilitação mental desses indivíduos. Ademais, para garantir a prevenção desse empecilho, as escolas devem realizar palestras que tratem das conseqüências causadas pelo bullying e punir os praticantes de tal ato tão desumano.

Lucas Flavio Dantas de Lima -3º Ano B  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

A depressão é uma doença de causas psicológicas e físicas, a baixa produção de determinados hormônios é um exemplo físico. Desse modo, sabe-se que a incidência crescente de depressão entre os jovens deve-se ao excesso de informação, ao qual estão expostos, e a demasiada proteção proporcionada pelos pais.

Indubitavelmente, o excesso de informação é um dos grandes precursores da depressão, pois de acordo com o médico, doutor em psiquiatria, Augusto Cury, toda essa informação proporciona nas pessoas o SPA (Síndrome do Pensamento Acelerado). Essa síndrome gera grande ansiedade nas pessoas, insônia e falta de concentração em atividades cotidianas.

Dito isso, têm-se jovens ansiosos demais, com o sono desregulado (o qual gera distúrbios hormonais) e protegidos excessivamente pelos pais. Toda essa proteção favorece o surgimento de jovens incapazes de serem contrariados, que não conseguem superar as frustrações e obstáculos do cotidiano. Por conseguinte, a atual juventude atende a esse quadro: ansiosa demais, fraca emocionalmente e cansada para executar os deveres do dia a dia.

Nesse interino, têm-se alguns dos principais agentes depressivos na fase juvenil. Com o fito de solucionar tal problemática, a OMS e institutos de psicologia, em conjunto com os meios de comunicação, principalmente a internet (com as redes sociais) e a televisão, devem fazer campanhas de conscientização sobre a importância de hábitos saudáveis, tanto para o corpo como para a mente, e salientar a importância do psicólogo e psiquiatra, para que mesma quem não sofra de depressão e consiga prevenir-se.

Lucas Rodrigues Tomaz dos Santos – 3º Ano A  
Colégio Juvenal de Carvalho - Fortaleza/CE

A obra “O grito” de Edvard Munch, expressa um sentimento de angústia do ser humano desesperado. Essa obra assemelha-se ao sentimento de jovens e adolescentes na atualidade. Com isso, a depressão é um desafio contemporâneo na fase juvenil, sendo gerada por problemas tecnológicos e sociais.

Em primeiro plano, a tecnologia, infelizmente, traz cada vez mais um mundo virtual. É visto que a globalização transformou o mundo em uma grande conexão por redes, dessa forma, a população ignora as relações física – brincadeiras de rua, encontros na casa de amigos, conversas em praças e restaurantes – entre os seres humanos e passa a ter somente relações virtuais – chat de bate papo, curtidas, comentários, postagem de fotos. Isso acaba prejudicando principalmente jovens e adolescentes, trazendo sentimentos negativos: tristeza, solidão, angústia, aflição e falta de amor. Esses sentimentos acontecem por pensarem que são insuficientes para todos, isolando-se no seu próprio mundo, podendo causar até suicídios.

Em segundo plano, a depressão pode começar devido ao bullying. De acordo com Sartre “O ser humano é livre e responsável, cabe a ele escolher seu modo de agir”, dessa maneira, os agressores do bullying praticam com o intuito de diminuir alguém, mas muitas vezes não pensam nas consequências futuras – depressão, solidão – antes de tomar tais atitudes. Além disso, constata-se um grande preconceito com relação à vítima, os tabus de belo – alto, magro, branco, olhos claros – determinados pela sociedade, geram uma ideia de inferioridade que deve ser quebrada.

Para que o sentimento expressado por Edvard Munch acabe, o governo deve estimular as relações físicas, apresentando os benefícios que trazem para o cotidiano, por meio das mídias, com propagandas contra o uso excessivo da internet, a fim de evitar sentimentos negativos. Ademais, o Ministério da Educação deve investir nos profissionais da educação nas escolas, para que eles deem maior ênfase às consequências do bullying, por meio de palestras, ações e projetos que promovam vivências coletivas, bem como a valorização de profissionais dessa área com aumento de salário, por exemplo; tudo com o objetivo de reduzir casos de depressão futuros. Dessa forma, o desafio contemporâneo da depressão na fase juvenil será minimizado.

Luísa Simonassi Zamprogno – 3º Ano C  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

Segundo a Constituição Federal Brasileira de 1988, todos têm Direito à Saúde, sendo este garantido pelo Estado. Todavia, ao refletir acerca da depressão entre os jovens no Brasil, nota-se o descumprimento do referido direito. Tal imbróglio surge a partir de suas causas principais: a falta de conhecimento sobre as doenças psicológicas e o escasso acompanhamento dos jovens pela sociedade. Com efeito, faz-se necessário uma ação efetiva do Estado para a resolução da referida mazela na sociedade.

A priori, o desprovimento de maior entendimento acerca de doenças psicossomáticas – doenças psicológicas que desencadeiam outras – torna-se um impasse para o combate da depressão. Em “Veronika decide morrer” do escritor brasileiro Paulo Coelho, a personagem principal (Veronika) sofre de depressão e, após uma crise, decide suicidar-se. O livro expõe os descasos das pessoas que a conheciam para com a doença, até mesmo dos médicos que a tratavam, pois a doença de Veronika era vista, no senso comum, como “frescura”. Analogamente, nota-se esse modo de agir na hodiernidade.

Outrossim, a ineficiência do acompanhamento social dos jovens agrava o empecilho. No filme “As virgens suicidas”, da década de noventa, é retratado o dia a dia de jovens meninas, as quais o acompanhamento familiar e escolar é precário e, dentro desse contexto, desenvolvem a depressão. Paralelamente, no Brasil, cresce os casos de depressão entre os jovens, como retratado por grandes veículos midiáticos como a “BBC”, e a falta de acompanhamento torna a eufemização da doença difícil.

Por conseguinte, faz-se mister ações das esferas competentes em simbiose com a sociedade, para acalentar o imbróglio. O Estado, em coesão com a OMS deve promover o combate de doenças psicossomáticas, pelo bem-estar social e, em parceria com a mídia e escolas, realizar palestras e comerciais com intuito informativo para a conscientização da sociedade e, desse modo, ter-se a resolução da mazela e fazer valer a Constituição.

Luíza Maria Matos de Moraes – 3º Ano A  
ISMA - Colégio Salesiano Nossa Senhora do Carmo - Belém/PA

## ESCONDIDA NAS APARÊNCIAS

A fase juvenil do ser humano é um dos momentos mais delicados de sua vida. É uma época de transformação física e mental, que deixa o jovem suscetível ao desenvolvimento de doenças psicológicas, como a depressão. Essa doença está seguindo a sociedade moderna e atingindo cada vez mais adolescentes.

Primeiramente, é importante ressaltar que o desafio intrínseco dessa doença é a sua identificação, já que seus sintomas podem ser facilmente ignorados. De acordo com o médico brasileiro, Dráuzio Varella, o paciente pode não apresentar sinais explícitos, mas algumas atitudes como não querer sair da cama e falta de apetite, não podem ser menosprezados.

Também, deve-se destacar que é uma doença psicológica capaz de mudar o destino da vida de quem sofre. Como maior representação atual dos jovens com depressão, a série do Netflix “13 Reasons Why”, exemplifica toda a trajetória de uma jovem, que sofreu com constantes julgamentos e teve seus sintomas ignorados e que, infelizmente, como em muitos casos reais, tirou a própria vida.

Portanto, diante dos fatos supracitados, é dever de toda a população acolher e fornecer apoio aos adolescentes que sofrem com depressão. Isso pode ocorrer a partir de políticas públicas com o apoio de psicólogos, para o fornecimento de informações, sobre os reais perigos da doença, antes que ela chegue a um estágio em que não há mais volta.

Manuela de Rezende Barioni – 3º Ano A  
Externato Santa Teresinha - São Paulo/SP

No livro “Sociedade do Cangaço” de Byung Chul Han, é retratado uma sociedade que vive em uma era das doenças neurológicas, marcadas pela ansiedade e depressões. Nessa perspectiva, percebe-se que esse panorama não se distânciava da atual conjuntura brasileira, uma vez que há, na sociedade, o aumento da depressão, o que já se evidencia cada vez mais entre os jovens, tendo em vista suas obrigações, deveres e comportamentos exigidos pela sociedade. Desse modo, com o fito de mitigar a taxa de depressão entre os jovens brasileiros, deve-se analisar os principais desafios que impedem a resolução dessa problemática, dentre os quais se destacam a postura familiar e a negligência do governo.

Em primeiro plano, é possível perceber a postura familiar negligente quanto aos sentimentos e comportamentos do corpo juvenil. Sob esta óptica, segundo Moliere, as pessoas são responsáveis não apenas pelo que fazem, mas também pelo que deixam de fazer. Nesse contexto, observa-se que é responsabilidade da família, além de garantir a própria saúde, assegurar ao seu filho uma boa saúde mental, tendo em vista, todos as pressões enfrentadas nessa fase da vida. Diante desse impasse, é nítido que devido à ausência de diálogo no ambiente familiar, o número de casos de depressão dentre esse corpo social vem aumentando, visto que, sem o apoio familiar, os jovens são levados por sentimentos que não lhe conferem, ficando cada vez mais expostos a quadros de doenças neurológicas.

Ademais, outro fator a salientar é a negligência governamental frente à necessidade de combater a depressão na fase juvenil. Nesse sentido, é notória a falha do Estado, como principal órgão responsável pelo bem-estar social de toda população, uma vez que, além de não investir em estruturas de saúde pública, não disponibiliza espaços de interação entre os jovens, fator que impossibilita relações sociais e discussões acerca da doença. Desse modo, devido à invisibilidade estatal com relação a essa doença e a ineficácia do sistema, indivíduos não obtêm apoio do Governo. Visto isso, são colocados em um estado desconfortável, afetando diretamente o humor e o comportamento deles e, conseqüentemente, desencadeando quadros de depressão.

Portanto, visando a essa problemática, que é, em sua raiz, social, medidas devem ser efetivadas, a fim de mitigar os quadros de depressão na sociedade contemporânea. Logo, cabe às escolas, principais formadoras do indivíduo, promover palestras de cunho educativo às famílias, por meio de parceria com o MEC, a fim de expor os riscos e conseqüências que a depressão causa aos adolescentes, além de marcar a importância do diálogo no âmbito familiar. Ademais, é imperioso que o governo, por meio de iniciativas, público-privadas, disponibilize espaços de entretenimento juvenil, como centros educativos e centros com especialistas em depressão, a fim de possibilitar a eles uma melhora no comportamento e retirar o sentimento de tristeza desproporcional. Dessa forma, o ideário imposto no livro “Sociedade do Cangaço” de Byung Chul Han, deixará de existir e os desafios de combate à depressão na fase juvenil irá desaparecer.

Marcelle Barbosa Rosa – 3º Ano C  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

Há alguns anos, a plataforma digital de mídia, Netflix, disponibilizou para seus assinantes a série “13 Reasons Why”, que relata assuntos polêmicos como bullying e depressão. Essa série retrata a história de Hannah Beaker, uma aluna que se suicidou por ter chegado ao nível mais intolerável da sua saúde mental, ela estava depressiva. Lamentavelmente, casos como esse são muito comuns, principalmente no cenário atual. Desse modo, é importante ressaltar os motivos que endossam essa intempérie, como a necessidade de atenção dos jovens e o desafio do tratamento.

Primeiramente, deve-se estabelecer um paradoxo entre dar e receber atenção, já que adolescentes possuem temperamentos inconstantes: ora contentam-se com pouco, ora “querem o mundo”. Por isso, existir apoio e companheirismo entre pais e filhos é de extrema importância. Conviver com alguém que está com depressão é como “pisar em ovos”, tem que ter paciência e cautela, pois essa doença é complicada para ambos os lados das relações. Todavia, é preciso que nunca se deixe transparecer para o jovem depressivo a falta de crença em seu estado; e reconhecer que depressão é uma doença é o primeiro passo para o tratamento.

Outrossim, buscar por ajuda e saber que não está sozinho são outros fatores que irão facilitar a superação desse obstáculo. Depressão não é só estar triste, essa doença faz as pessoas se sentirem insuficientes, vai acabando com a sanidade aos pouquinhos, por isso é importante buscar o devido auxílio.

Portanto, o necessário é que a família e a escola atuem numa linha tênue, de início, apoio e acompanhamento psicológico feito por profissionais, para que desse modo encontre a cura. Adiante, as instituições de ensino também auxiliariam, de grande forma, se contratassem palestrantes para a abordagem de forma mais ampla e explicação para os alunos, do que se trata a depressão. Além disso, o Estado poderia, por meio das mídias, como TV, rádios e jornais, mostrar não só apoio, mas informar que disponibilizam ajuda, até mesmo, por chamadas anônimas.

Maria Carolina Avelar Ventura Felip – 3º Ano A  
Escola Nossa Senhora Auxiliadora - Ponte Nova/MG

A depressão é um dos problemas que tem ganhado cada vez mais espaço na sociedade, seja pelo crescente número de pessoas diagnosticadas com a doença, ou pela maior preocupação por meio dos cidadãos em relação ao elevado índice de jovens depressivos. Tal preocupação ocorre, principalmente devido ao fato de as pessoas entre 12 a 25 anos estarem mais conectados às redes sociais que, juntamente com a falta de diálogos e a sensação de inferioridade são induzidos e levados à chamada “tristeza profunda”.

Em primeira instância, deve-se considerar que a geração atual nasceu conectada à internet e um dos meios que propicia o ser humano a adquirir uma depressão são as redes sociais. Os jovens do mundo contemporâneo, com a chegada dos aplicativos como Facebook e Instagram, ficaram mais preocupados com curtidas e visualizações, em fotos, trazendo à tona uma constante necessidade de ser notado por um grande número de pessoas públicas, que nem sempre é conquistada, podendo causar uma frustração pessoal.

Vale ressaltar que a falta de diálogo com pessoas treinadas e preparadas para lidar com determinadas situações é crucial para que haja um acúmulo de emoções no corpo humano que podem com o tempo se tornar sentimentos inexplicáveis e que além de sensações interiores, existem também sintomas físicos como a baixa autoestima, energia diminuída e perda de interesse em determinados assuntos, o que interfere diretamente na vida da pessoa doente.

Logo, é necessário que haja ajuda do governo, órgão de instância máxima, para ativar, junto com o ministério da saúde e Educação, promovendo palestras sobre a importância de aprender sobre como agir ao perceber que outra pessoa apresenta sintomas depressivos. A criação de aplicativos para desabafar e com frases de autoajuda é de muita importância para diminuir a quantidade de jovens depressivos existentes atualmente.

Maria Eduarda Canuto – 3º Ano A  
Escola Nossa Senhora Auxiliadora – Ponte Nova/MG

O livro “O Suicídio do jovem Werther”, escrito pelo alemão Goethe, faz parte do período literário romântico, que buscava constantemente uma idealização da própria vida, concebendo uma enorme e constante tristeza com a realidade. A obra retrata um jovem que sofre de uma paixão não correspondida. A busca por uma versão quase angelical de sua própria amada resulta sua morte. Nesse sentido, nota-se um mau desempenho das estruturas formadoras, tal como a crescente falta de empatia no mundo moderna no tratamento do transtorno depressivo.

A priori, a presença de determinadas instituições no meio civil impactou, diretamente, a formação individual e o comportamento coletivo, funcionando como um pilar social. Durkheim, sociólogo positivista, define esse tipo de meio com possuínte de um caráter fundamental para a ocorrência de fenômenos como a própria empatia. A determinação atual de estruturas como a escola ou a família impede essa ocorrência.

Além disso, a presença e o desenvolvimento de novas tecnologias mostram-se interligados com determinadas ações sociais. A mudança no comportamento empático dos indivíduos no século XXI mostrou-se intimamente ligada a este surgimento. O filósofo Zygmunt Bauman caracteriza o contato com a tecnologia e com o meio social como formador de uma sociedade líquida, de modo que os laços se tornem extremamente frágeis e temporários.

Por fim, é responsabilidade do Ministério da Educação, juntamente com o Ministério da Cultura, a criação de palestras e folhetins que abram o diálogo nas escolas sobre doenças psicológicas – com destaque à depressão. É papel também do Ministério da Educação a implementação de psicólogos no ambiente escolar, a fim de prevenir o suicídio e o crescimento do transtorno depressivo. Portanto, tornou-se notória a correlação entre o espaço social formador e a juventude nesse combate.

Maria Fernanda Paro Rodrigues de So – 3º Ano A  
Salesiano Dom Bosco - Três Lagoas/MS

Na adolescência, fase na qual se inicia a puberdade, os hormônios que definem felicidade e estresse – serotonina e cortisol, respectivamente -, por exemplo, estão numa verdadeira “montanha russa”, visto que aumentam, despencam rapidamente. Nesse caso, o jovem passa por essa fase bastante confusa e imprescindível, cujas emoções são intensas ao extremo. Portanto, a depressão – doença do século - é bastante comum na juventude, pois a intensidade sentimental da tristeza característica desse período pode tornar-se constante e anormal.

É válido, de início, ressaltar o pensamento do filósofo Emile Durkheim, o qual afirma que o suicídio – resultante da depressão -, é um fenômeno coletivo e não individual. Por exemplo, no filme “I’m Not Ashamed”, a protagonista, uma jovem garota, passa por várias tentativas de suicídio e tem evasão escolar grave devido ao seu quadro depressivo em decorrência do bullying por ser uma moça fora dos padrões – religiosa devota e indiferente às futilidades estéticas e tecnológicas. Portanto, a depressão retratada de modo bastante real e comovente nas cenas do filme, é uma doença que, muitas vezes, envolve também outras pessoas e suas ações, além da vítima, e gera consequências graves, como dificuldades no âmbito escolar e suicídio.

Além disso, o conceito de “Modernidade Líquida”, do filósofo Zygmunt Bauman, retrata bem uma das circunstâncias que podem levar um jovem à depressão, que o isolamento social que a era tecnológica proporciona à juventude. Assim, as redes sociais, por exemplo, que deixam de ser ferramenta para integração, acaba por isolar as pessoas e deixá-las mais alheias às superficialidades, como se fossem publicações perfeitas e curtidas. Com isso, o jovem torna-se manipulado e depende de uma ferramenta que muitas vezes é cruel, o que faz ser mais suscetível à triste realidade da depressão.

Nesse contexto, algumas medidas devem ser tomadas. Visando devolver a perspectiva de futuro de um jovem depressivo e manter a saúde mental da maioria, as instituições educacionais devem, inspiradas na Universidade de Brasília, ministrar aulas sobre felicidades, como alcançá-la e mantê-la, por meio da conversão em horas extras como incentivo. Além disso, as famílias dos jovens devem sempre estimular a criatividade e a imaginação de seus filhos, como forma de evitar a prostração – que a leva à depressão -, por meio de dinâmica e diálogos. Com isso, a depressão estará cada vez mais distante.

Maria Gabriela Cunha Lemos dos Santos – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

Com o advento da Revolução Industrial, o mundo nunca mais foi o mesmo. Houve mudanças no ritmo, nas relações interpessoais, na forma de nos comunicarmos e no tempo que temos, a sociedade ficou mais dinâmica e, como resultado, algumas doenças tiveram seu auge a partir daí, como foi o caso da ansiedade, ou da depressão, transtornos relacionados com a nova forma de vida.

Os transtornos mentais foram, outrora, razão para o aprisionamento, tortura e segregação. Esta afirmação se torna válida quando analisamos o holocausto brasileiro que ocorreu na cidade de Barbacena, Minas Gerais. O hospício municipal era paco de violações físicas e emocionais dos pacientes, abandonados por suas famílias e mantidos em situações inóspitas.

O estigma de não entendimento das doenças mentais ainda pairam sobre a sociedade brasileira. Os jovens, futura força de trabalho dos países são os mais suscetíveis a desencadear, por exemplo, a depressão. Apesar da grande quantidade de informações relacionadas à doença e ao seu tratamento, diversas formas de banalização da doença, transtornos também são divulgados, como a afirmação que uma pessoa acometida por tal enfermidade necessita de Deus, não de tratamento.

Apesar de as redes sociais terem papel ativo na prevenção de atos derivados da depressão, como o suicídio, funcionando como uma rede de apoio e conforto, também funciona como uma rede de repressão, humilhação e de bullying. Sustentado e reafirmado por Durkheim, entendemos que os laços sociais, de uma forma ou de outra, influenciam as tendências suicidas, por exemplo.

Assim, percebemos a necessidade de expor, prevenir e tratar a depressão como caso de saúde pública. O governo federal, em parceria com o municipal, deverá gerir, administrar e financiar centros de tratamento para transtornos mentais em geral, mas, principalmente, para tratamento da depressão. Estes centros devem ser totalmente gratuitos, ou seja, atenderem pelo SUS, com psiquiatras e psicólogos, que façam tratamentos tanto medicamentosos, quanto alternativos e que reiterem de forma prioritária a recuperação e tratamento daqueles que são acometidos por tais transtornos.

Maria Júlia Venâncio Pereira Hostal – 3º Ano A  
Centro Educacional Pio XII - Belo Horizonte/MG

O Romantismo, movimento que objetivou a construção da identidade nacional em sua segunda geração, fora marcado pelos sentimentos de tédio e melancolia. Uma das suas principais características é o retrato da morte como solução dos problemas, assim como na contemporaneidade, na qual os índices de depressão e suicídio crescem exponencialmente entre os jovens devidos ao ultrarromantismo de seu comportamento e a sua fala de resiliência para com os conflitos diários.

Assim como os poetas românticos, os jovens tendem a adquirir uma postura hiperbólica perante os problemas cotidianos, derivados da liquidez social provocada pela globalização. Recorrente nessa faixa etária, a falta de perspectiva perante o futuro é demarcada na obra “Veronika decide morrer” escrita por Paulo Coelho, na qual a protagonista tenta o suicídio por conta da sua visão niilista em relação à configuração da sociedade. Tal pensamento é explicado pelo imediatismo, incutido pelas revoluções industriais e técnico-científicas, o qual exige soluções rápidas para os problemas. Quando não alcançadas, podem gerar distúrbios psicológicos e hormonais, como a depressão, e até incitar o desejo de morte.

Diante dessa incapacidade de lidar com as questões que lhes cercam, os jovens acabam se frustrando com mais facilidade, comprometendo a sua felicidade. Para os helenísticos que acreditavam na ataraxia, para esta ser alcançada, deveria existir um equilíbrio entre a dor e o prazer, o que não é observado na atualidade, sobretudo, quando pais tentam proteger os filhos de sentimentos negativos, colocando-os em uma bolha. Tal fato é retratado no episódio “Arkangel” da série Black Mirror. Assim, além de perder a importantíssima capacidade de resiliência, os jovens tornam-se mentalmente imaturos e vulneráveis à depressão e ao suicídio.

Portanto, a fim de proporcionar uma maior maturidade emocional para os jovens, protegendo-os da depressão, o diálogo entre a família e o indivíduo é essencial e este deve ser propiciado pela ida ao psicólogo em sessões individuais e em conjunto. Esses profissionais também devem ser incentivados pela comunidade a dar palestras sobre como evitar e mitigar os sintomas da doença para orientar os jovens e conscientizar a sociedade. Dessa forma, os sentimentos ultrarromânticos serão reservados à literatura e uma coletividade saudável será construída.

Maria Luísa Araújo Costa – 3º Ano C  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

A depressão, ainda que relativamente recém descoberta como doença psiconeural, encontra-se como um impasse para uma vida plena e de qualidade. Para os jovens, a enfermidade se agrava, uma vez que o mundo que ele conhece apresenta uma velocidade de informações que ocasiona ansiedade e, mais tarde, depressão; além do que também possui uma cultura que observa e aplaude, sem preocupações maiores, pessoas depressivas.

É perfeitamente natural que o jovem tenha sede de conhecimento e transformação, tendo dentro de si próprio a vontade de realizar diversas conquistas, baseadas nos seus interesses pessoais. Torna-se incomum o jovem que não cria expectativas e abandona seus desejos por falta de segurança ou até mesmo pelo imediatismo baseado na ansiedade. Esta, por sua vez, é derivada do processo de inovação e tecnologia que o mundo globalizado aperfeiçoa cada vez mais, em que as informações vão até o receptor e problemas são prontamente solucionados, tornando essa praticidade cômoda e nociva. E, se não assim, cresce nos indivíduos a sensação de raiva, angústia e ansiedade. Estudada também por psicólogos, a ansiedade está diretamente ligada à depressão, uma vez que a tristeza profunda surge após uma série de frustrações.

Remetendo à escola literária do Romantismo, na sua segunda geração, atualmente, a depressão volta a ser vista de forma casual por parte da sociedade, que contempla artistas promotores da boa visão sobre essa doença, e que em sua esmagadora maioria são jovens adolescentes. “Xxxtentation”, um cantor de rap americano, assassinado em 2018, foi um grande inseminador do que se denomina, hoje, como “Sadsongs”, isto é, músicas que expressam como pessoas depressivas pensam, o que querem fazer com si mesmas e como para elas a vida é efêmera e sem sentido. Essas canções da cultura pop induzem, ainda que subconscientemente, à adoração e ao conforto nesse estilo de vida melancólica, propagando-se como onda em todo e qualquer círculo social que as ouvem.

Portanto, no mundo em que vivemos hoje, é requerível o acompanhamento psicológico efetivo, oferecido pelas escolas, espaço que o adolescente passa a maior parte do dia. Manutenção esta, por meio de terapias individuais, palestras sobre como gerenciar suas escolhas e emoções e cuidar da saúde mental. Ainda que esteja saudável, a análise das pequenas ou grandes perturbações cotidianas da vida do jovem é de extrema importância para a boa qualidade de vida.

Maria Luísa Mota de Almeida – 3º Ano C  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

Em “O apanhador no campo de centeio”, obra ficcional escrita por J. D. Salinger, Holden Caulfield abandona atividade, outrora prazerosa, e se isola socialmente diante das dúvidas e dos anseios próprios da adolescência. De modo análogo, no Brasil contemporâneo, a depressão tem reverberado de forma cada vez mais nítida na juventude, refletindo as cobranças, a efemeridade e o individualismo do mundo moderno.

Nesse sentido, conforme Zygmunt Bauman, o contexto atual caracteriza-se por acentuada “liquidez” que, disseminada em meio à sociedade, ocasiona não só o enfraquecimento das relações interpessoais, mas também a “mercantilização” do indivíduo. Em outras palavras, este se torna produto de consumo em seu meio, visto que, na busca por aceitação social deve alcançar mudanças para encaixar-se em padrões preconizados socialmente e, assim, vão se transformar em um ser “obsoleto”. Por conseguinte, os adolescentes são expostos a estresse e a angústias já na mais tenra idade, propiciando o desenvolvimento de quadros depressivos.

Convém ainda ressaltar o cenário de intolerância que, em razão do contexto exposto, permeia o cotidiano do grupo. A exemplo disso, a personagem literária Virgínia, apresentada por Lygia Fagundes Telles, em “Ciranda de Pedra”, encontra-se emocionalmente fragilizada quando, excluída em função do preconceito, vivencia situações extremas na procura pela aceitação por indivíduos de sua faixa etária. Considerando a atual relevância das redes sociais, tais cenários de exclusão têm se agravado a partir da discriminação em meios virtuais, suscitando, assim, sintomas de depressão ainda na adolescência.

Dessarte, o Ministério da Saúde deve divulgar informações sobre a manifestação da doença nessa fase da vida, por meio de campanha que veicule, em mídias de amplo acesso, como televisão e redes sociais, depoimentos de profissionais da psicologia e da psiquiatria acerca do tema, alertando sobre seus respectivos sintomas e tratamento. Logo, as famílias e os educadores disporão de conhecimentos necessários para auxiliar os jovens na superação do problema, promovendo o apoio e a solicitude que Holden Caulfield, na década de 1960, não encontrou no mundo a sua volta.

Maria Luíza Costa Beltran Pedrosa – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

Desde os anos 90, quando as formas virtuais de comunicação surgiram, por ser uma tecnologia nova, avançada e acolhida por quem a usufruía, os usuários pioneiros sentiram a necessidade de atenção e, quando não havia reciprocidade, viram-se impotentes e com baixa autoestima. A juventude da segunda década do século XXI é fruto disso. A adolescência é um óbice recorrente na fase da adolescência atual no Brasil, devido à pressão social de deveres impostos serem uma tentativa de agregar a todos o mesmo padrão e, também, dificuldade de apropriação de uma identidade, causada pela correria deste século.

Com base na pressão social de padronizar pessoas, não é anacrônico dizer que a depressão pode ser apresentada como uma das características do Realismo Brasileiro do século XIX, o qual se referia às mazelas do homem de forma passiva e eram causadas pelo meio em que estava inserido. Hodiernamente, pode-se dizer que pessoas com depressões (a patologia propriamente dita), é uma pessoa fragilizada emocionalmente, por quaisquer motivos, mas o principal é a influência do meio digital em suas vidas. Há uma constante cobrança para que as pessoas tenham o estereótipo de uma modelo, ou comprem o celular do momento, ou até mesmo tenham um elevado número de curtidas em suas redes sociais. Este turbilhão de “deveres” a serem cumpridos, sobrecarrega a vivência, gerando assim, a doença em pauta do século XXI.

Além disso, é sabido que todo adolescente está na fase de buscar e formar identidade, e isso é cada vez mais oprimido ou procrastinado, pelo fato de existir uma aceleração no cotidiano da vida das famílias, o que dificulta esse processo na adolescência. Rousseau uma vez disse: “O homem nasceu forte, e por toda parte vive acorrentado”. Paráfrase cabível para um dos motivos da depressão na juventude atual, porque justifica a corrente como os pensamentos hodiernos de “correr contra o relógio” para ter sempre mais e esquecer do corpo dessa árquade extremamente importante para a formação das características individuais do ser. O filósofo e escritor Benedict trata com maestria a explicação da individualidade e o “saber quem sou”, são pressupostos para alta autoestima, e quem não os possuir, tende a externar caracteres depressivos.

Portanto, visando aos aspectos sociais e individuais do óbice e possíveis resoluções, cabe aos representantes de redes sociais produtores e influenciadores digitais apoiarem a política “sem estereótipos”, por meio de campanhas virtuais, com o intuito de diminuir a pressão social com quem tem baixa autoestima, possivelmente uma depressão. A atuação do Ministério da Educação também se faz necessária, com a promoção de concursos para psicólogos para a Rede Pública, visando à identificação de jovens com características depressivas, para agirem na prevenção para que o óbice entre jovens não ascenda.

Maria Vitória Nogueira de Lucena – 3º Ano B  
ISMA - Colégio Dom Bosco - Centro - Manaus/AM

A depressão é um desafio contemporâneo na fase juvenil. Assim, é preciso combater as causas do agravamento dessa mazela, seja a falta de tempo dos pais, seja o desconhecimento da população acerca da doença. Disse modo, haverá a restituição da saúde dos jovens acometidos.

Em primeira instância, a atuação da família é essencial para reconhecer um jovem com depressão e auxiliá-lo no tratamento. No entanto, de acordo com o filósofo Mário Sérgio Cortella, tempo é questão de prioridade. Nesse viés, há a ausência dos responsáveis na vida dos filhos, devido às longas jornadas de trabalho, pois eles priorizam o sustento familiar. Portanto, a falta de disponibilidade dos pais causa o agravamento de doença, por se tornarem incapazes de ajudar na reversão do quadro patológico juvenil, havendo, como consequência negativa, a incapacitação dos indivíduos acometidos em relação ao estudo ou ao trabalho e, assim, a estagnação da vida da pessoa.

Outrossim, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a depressão é uma doença. Entretanto, há o desconhecimento da população acerca desse fato e, assim, a prevalência do senso comum de ela ser apenas uma fase juvenil. Nesse sentido, como a sociedade influencia o indivíduo, conforme o sociólogo Emile Durkheim, o jovem acometido por esse transtorno mental é coagido a negar o seu estado de enfermidade, a fim de não ser julgado pelas pessoas. Logo, a falta de conhecimento do povo brasileiro sobre essa mazela causa o seu agravamento, pois a juventude, ao ser induzida a omitir o seu quadro patológico, não busca auxílio para tratá-lo, havendo como consequência negativa, a exclusão social dos doentes por serem incompreendidos pelos outros.

Sendo assim, é preciso combater as causas do agravamento da mazela. Dessarte, cabe às Organizações não Governamentais (ONGs) auxiliar os pais na administração do seu tempo, por meio de cursos oferecidos a eles, ministrados por especialistas, a fim de alcançarem a disponibilidade essencial ao reconhecimento de um jovem acometido pelo transtorno mental e ao auxílio no seu tratamento. Além disso, é necessário que o Estado crie campanhas publicitárias acerca da depressão ser uma doença, por meio de vínculos midiáticos, como TV, rádio e Internet, para o conhecimento da população sobre o fato. Dessa maneira, haverá a amenização dos quadros patológicos responsáveis por prejudicar a vida da juventude.

Mariana Areias Correia Cardoso – 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

Na adolescência, a formação do caráter cerebral concretiza-se, o que acarreta em diversas mudanças hormonais que tornam o jovem suscetível a doenças psicológicas, como a depressão. Além disso, os conflitos internos típicos dessa fase, somados aos padrões de vida e de beleza inalcançáveis das redes sociais, potencializam a incidência de casos de depressão. Portanto, políticas governamentais voltadas para o cuidado com a saúde mental juvenil são necessárias.

As redes sociais têm sido as responsáveis pelo aumento dos índices de adolescentes depressivos. Uma pesquisa britânica revelou que o Instagram – rede social em que fotos são compartilhados – é muito prejudicial para aqueles que são propensos a desenvolver doenças psicossomáticas, porque é nele que padrões de vida e de beleza utópicos para a maioria dos jovens são disseminados, o que ocasiona a baixa autoestima e, por conseguinte, a frustração do jovem. Logo, o amparo à saúde mental do jovem é essencial.

Ademais, diversas mudanças e conflitos internos acontecem nesse período da vida. Além de alterações biológicas, a preocupação com o futuro, as pressões familiar e escolar e a realidade dos vestibulares desestabilizam os jovens e os tornam vulneráveis à depressão. Por isso, a assistência profissional, no tocante ao bem-estar mental do jovem, deve ser assegurada pelo governo e inserida na realidade escolar.

É evidente, portanto, que a depressão nos jovens é uma realidade causada por fatores da contemporaneidade, como as redes sociais. Diante disso, cabe ao Ministério da Saúde, em conjunto com o Ministério da Educação, desenvolver projetos de assistência à saúde mental dos jovens, por meio de campanhas e palestras nas escolas que contem com especialista no assunto, voltadas para os segmentos do Ensino Médio e do Ensino Fundamental, com o intuito de zelar pela saúde mental dos adolescentes e fortalecê-la. Assim, prevenir-se-á o aumento dos índices de depressão nessa faixa etária, e o fim da formação do córtex cerebral será característica somente do início da fase adulta.

Mariana Fernandes Oliveira dos Santos– 3º Ano A  
ISJB - Instituto São José - Resende

## O PODER DA INFLUÊNCIA

Desde os primórdios do mundo virtual, é notável a tamanha influência que este exerce na vida contemporânea. De tal modo que os jovens anestesiam sua consciência em função dos ensinamentos virtuais a que estão ligados. Por conseguinte, em meio à solidão juvenil, são desencadeadas doenças graves, como a depressão.

Ademais, a depressão é uma doença desvalorizada, que aumenta as dificuldades do jovem em lidar com tal patologia. Por sua vez, deve ser levada a sério, devido a prevalência da depressão nos jovens, tais quais sofrem tamanha influência da internet. Logo, com os dizeres de John Locke, o homem nasce como uma tábula rasa, ou seja, suas ações, pensamentos e, principalmente, sentimentos são consequências do conteúdo na qual estes foram expostos.

Com base nisso, seria corriqueiro ignorar o lado da internet que não agrega valores bons. Uma vez que a depressão é um desafio contemporâneo na fase juvenil, e a fase juvenil, atualmente, é composta por recursos tecnológicos. Ou seja, é como no modernismo, que relata que o meio influencia o parecer social. Por via, em consideração que o índice de depressão aumentou em mais de 35% no âmbito juvenil, é certo falar que tal patologia é sim influenciada pelo que há em comum nos jovens.

Portanto, o governo deve fiscalizar o conteúdo impróprio da internet, juntamente com palestras em escolas que atuam alertam deste problema, com a finalidade de conscientizar os jovens por meio de suas escolhas, na qual há de minimizar o índice depressivo.

Mariana Montibeller – 3º Ano A  
Colégio Salesiano Itajaí - Itajaí/SC

Na série “13 Reasons Why”, adolescentes de todos os encaixes familiares são julgados pelo suicídio de uma colega escolar, supostamente causado por agravamentos depressivos advindos de vários reagentes. Trazendo para a realidade, esse fato, infelizmente, torna-se cada vez mais presente e persistente. A depressão na fase juvenil que pode ser, em muitos casos, agravada por problemas dentro de casa, nas escolas e redes sociais, não é entendida pela sociedade, ocasionando consequências drásticas às vítimas que, para um mundo contemporâneo, é inadmissível.

Em primeiro lugar, é imprescindível mencionar fatores que agravam os casos de depressão, sendo um deles, por exemplo, o Bullying nas escolas. Infelizmente esse coeficiente encontra-se longe de um fim, mesmo com vários mecanismos (como a série citada) adotados para conscientização. O mais preocupante da doença é a não compreensão dessa. As brincadeiras mal intencionadas são feitas até pelo não conhecimento da situação, sendo as vítimas pessoas de comportamentos estranhos e retraídos. Com as pressões vivenciadas na escola, o psicológico do indivíduo que possui a doença fica abalado por não ter, até por si mesmo, perspectivas para o futuro, como é explícito no livro “Love And Will”, podendo levar, principalmente na adolescência, a casos de suicídio.

Por conseguinte, o não suporte familiar torna a depressão para adolescentes, vítimas da doença, um desafio muito maior. As conversas frequentes com o indivíduo e o encaminhamento a um profissional responsável por problemas relacionados, pode tratar e mediar o problema, dando condições aos doentes de ter uma vida mais próxima do normal. Com vários casos trágicos que, ao serem investigados, tiveram relações diretas com a não conversação dentro de casal como o “Massacre de Columbie” e o “Massacre de Suzano”, as famílias acabam integrando mais na vida dos jovens e, assim, dando a assistência necessária.

Dessarte, medidas devem ser tomadas para ajudar jovens no desafio da depressão. O Estado junto ao Ministério da Educação, deve implementar, nas escolas, a proibição total de qualquer prática de “bullying” com punição, respeitando os direitos humanos, aos praticantes, além da criação de campanhas e “websites” na “internet” por voluntários, a fim de confortar e evitar qualquer tentativa de suicídio ajudando, dessa forma, os jovens doentes a terem uma vida mais próxima das normalidades.

Mariana Oliveira Sousa Minami- 3º Ano A  
Colégio Juvenal de Carvalho - Fortaleza/CE

A depressão é uma doença que causa uma tristeza prolongada, que é alimentada pelo paradoxo das redes sociais, no qual os jovens tem acesso à internet e aos outros jovens, porém se sentem sós. Esse mal do século XXI é o maior desafio para a atual juventude, visto que a adolescência é uma fase da vida que precisa de mais atenção, para que os jovens não desenvolvam uma melancolia, causada provavelmente pela exposição excessiva de suas vidas na internet.

Segundo Bauman, filósofo e escritor renomado, vive-se atualmente em uma era de modernidade líquida, na qual as relações humanas são frágeis e não duram. Como consequência, vem a solidão, e, inevitavelmente, a depressão. Assim sendo, a juventude está passando por um estado melancólico, ou seja, o desânimo é encontrado nos jovens, dificultando um desenvolvimento jovem e saudável.

Diante disso, é notório o desafio contemporâneo juvenil e a incompreensão dos próprios jovens com relação à diminuição do uso das redes sociais, que são um indicativo para o aumento da depressão, muitas vezes, por causarem nos adolescentes baixa autoestima.

Portanto, é imprescindível a realização de ações que diminuam os índices desse mal do século XXI nos jovens. Uma medida a ser tomada será a inclusão de mais psicólogos nas escolas em associação com o Ministério da Educação que irá disponibilizar professores e palestras nas escolas. O Ministério da Saúde e da Educação irão realizar essas palestras com alunos, pais, professores e psicólogos para um melhor desenvolvimento dos jovens, a fim de que estes possam contribuir para a sociedade posteriormente.

Marianna Macedo Revoredo da Nobrega – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

A depressão é um problema que assola a juventude no Brasil. Com base nisso, o número de casos da doença vem assustando a população, cada vez menos informada. Desse modo, a falta de apoio das famílias e a pressão psicológica nas escolas são fatores que ajudam na persistência dessa epidemia juvenil.

Primeiramente, é necessário dizer que os pilares de qualquer relacionamento são amor e atenção. Tendo em vista a grande quantidade de jovens depressivos, é visto que eles não possuem uma relação saudável com sua família. Sendo assim, a negligência familiar potencializa a perda do interesse pela ajuda e, na maioria dos casos, as crises de autoestima baixa. Isso mostra que, sem o auxílio médico adequado, a sociedade estará repleta de uma geração de adultos depressivos e incapazes.

Em outro viés, a escola é o lugar onde os adolescentes mais se sentem pressionados devido à enorme demanda de matérias para estudar e ao fim, a escolha de sua profissão. De acordo com o filósofo Aristóteles, “a educação tem raízes amargas, mas seus frutos são doces”. A partir dessa ideia, é possível afirmar que os jovens contemporâneos sofrem durante o ensino médio para só na faculdade se sentirem bem. Contudo, sem um acompanhamento médico, eles desenvolvem problemas psicológicos como ansiedade, depressão, síndrome do pânico. Tal fato mostra que, ao fim da escola, muitas pessoas estão emocionalmente quebradas.

Portanto, a depressão é um desafio atual na fase juvenil que precisa ser combatido. É importante que as famílias comecem a ouvir mais seus filhos por meio de diálogo, para que esses jovens se sintam seguros e consigam se tratar. Também é válido que as escolas brasileiras, por meio de palestras, visto que os jovens se sentem confortáveis nelas, ensinem aos alunos os sintomas da depressão, a fim de que ela seja percebida e tratada. Assim, essa doença não atrapalhará o futuro da nação.

Marieta Bastos Gaia – 3º Ano C  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

De acordo com o filósofo Heidegger, somos seres para morte. Isso significa que a certeza do humano é sua própria finitude. A partir dessa ideia, cada pessoa é responsável por fazer de sua vida única, visto que apenas ela saberá de suas experiências. Portanto, muitos apresentam desistência de possuir essa responsabilidade e, então, a persistência em esperar ou adiar o processo do pressuposto “fim”.

Desse modo, a definição de depressão é um desapontamento profundo e permanente que pode não relatar motivos proporcionais aos acontecimentos, durando a maior parte dos dias por dias consecutivos. No entanto, por causa de traumas ou abusos, sejam eles físicos, sexuais e/ou psicológicos, nutre-se um pensamento pessimista, que causa perda de interesses, baixa autoestima, falta de perspectiva sobre o futuro, podendo levar o indivíduo a situações-limite, o suicídio.

Entretanto, é necessário demonstrar a diferença entre “ser” e “estar”. Isto é, há a tristeza temporária (estar), gerada por situações aparentes e justificáveis, como o término de um relacionamento, mas idealiza-se a passagem para algo melhor. Já a depressão é duradoura (ser) e não se almeja o momento de superação.

Concluindo, é de suma importância o auxílio do governo a partir de campanhas públicas e palestras informativas gratuitas, garantindo o acesso daqueles que não possuem condições, mas precisam do conhecimento. Também, praticar o acompanhamento psicológico em instituições como escolas e empresas, para que seus jovens recebam suporte emocional. A saúde mental é tão importante quanto a física, estabelecendo entre elas uma relação de codependência.

Marina Donatti Trevisan – 3º Ano B  
Colégio Salesiano D.Bosco - Assunção - Piracicaba/SP

A série britânica, produzida pela Netflix, “after life”, conta a história do jornalista Harry que, ao perder sua esposa, falecida devido a um câncer de ovário, vê-se sem rumo ou sentido na vida. Ao mostrar dramaticamente seus pensamentos e emoções, o programa representa com verossimilhança o cotidiano das pessoas acometidas pela depressão. Saindo da ficção, observa-se, na contemporaneidade, ascendentes taxas de condição citada, em especial no contexto juvenil. Nesse sentido, convém analisarmos causas e consequências que rondam em torno desse fato.

Em primeira instância, é primordial estabelecer que ainda não há uma causa exata definida, porém existem fatores que podem agravar uma predisposição biológica. Dentre eles, pode-se citar, cada vez menor, presença dos pais durante a infância e adolescência desses jovens. Isso ocorre, principalmente, devido à crescente maleabilidade das relações sociais hodiernas, como comprovado por Zygmunt Bauman, sociólogo polonês, em suas obras “Modernidade Líquida” e “Amor Líquido”. Com as interações familiares mais fluidas e frágeis, o ser humano, ainda em formação, inexperiente e imaturo, ao lidar com certas situações, sente-se só o isolado, sem o apoio das figuras parentais, podendo ser gerado, assim, um comportamento agressivo, apático e depressivo.

Como consequência disso, pode-se observar diversos cenários preocupantes, como por exemplo, a apatia, insegurança e a desmotivação. Entretanto, é crucial destacar, no meio desses, o suicídio. Segundo o intelectual francês Émile Durkheim, tirar a própria vida, nessas condições, é um quadro denominado como Suicídio Egoísta, no qual o indivíduo já não mais se sente pertencente à sociedade, tendo o desejo de livrar-se da sensação de exclusão por meio da morte. Sob esse viés, tal comportamento se torna mais comum e vem se agravando, chegando a tornar-se questão de saúde pública, justamente pela enorme carga de dor gerada às famílias, considerando a maior suscetibilidade da parcela jovem da sociedade, como citado anteriormente.

Em virtude dos argumentos apresentados, infere-se a gravidade de imbróglio. Nesse sentido, faz-se necessário que o Ministério da Saúde, em conjunto com a família, promova o maior destaque ao problema. Tal ação deverá ser feita mediante debates nas escolas e programas de conscientização e terá como finalidade fomentar a busca por ajuda profissional de um psicólogo quando necessário. Só assim, será possível proteger e assegurar a saúde mental das gerações que são o futuro do país.

Marina Sampaio Franco – 3º Ano B  
Colégio Salesiano N. Senhora Auxiliadora - Aracaju/SE

Desde a antiguidade, a falta de conhecimento demonstra-se prejudicial ao homem. Outrora, no Egito, fragmentos à base de chumbo, substâncias nocivas ao ser humano, eram constantemente utilizados como pinturas corporais e faciais. Passados milênio, a medicina moderna está muito mais evoluída, contudo, ainda sem demonstrar sapiência acerca de todas as enfermidades e todos os tratamentos, neste contexto, encontra-se a depressão, uma doença grave, silenciosa e cujas causas não são facilmente compreendida. Esta falta de conhecimento é, justamente, o que leva a má recepção do problema pela sociedade.

Situações não palpáveis são constantemente relevados ou minimizados, podendo assim, por vezes, a depressão não ser vista como uma doença. Isto se deve ao fato de os sintomas não serem fisicamente evidentes, como os de uma inflamação, por exemplo; eles são apenas emocionais e psicológicos. Entretanto, por estar relacionada com uma deficiência no sistema nervoso e caracterizar-se como doença psicossomática, esta deve ser assunto de preocupação médica e não vista somente como algo passageiro.

A banalização deste grave estado de melancolia também é recorrente na sociedade, sendo um agravador dos casos. Culpar as vítimas da depressão por estarem tristes apenas acentua estes sentimentos. A situação agrava-se ainda mais quando as críticas são feitas por pessoas próximas ou durante a juventude, período no qual demonstra-se maior fragilidade e instabilidade emocional.

Urge, pois, afastar-se a concepção geral da população sobre a depressão do senso comum. Faz-se necessário o governo fornecer visitas domiciliares, assim como no combate à dengue, por profissionais especializados em psicologia e psiquiatria. Estas visitas, além de ajudar na identificação dos casos, ajudaria na conscientização de todas os possíveis prejuízos vindos da situação. Esta médica expõe as ações necessárias a se tomar pela família, facilitando assim o tratamento.

Mateus Lopes Dias Santos – 3º Ano A  
Colégio Auxilium - Anápolis/GO

A transferência da família real portuguesa ao Brasil, em 1808, foi decisão indireta do então príncipe regente da metrópole: D. João VI. A escolha em questão, no entanto, devia pertencer à detentora natural do trono português – a célebre “rainha louca”: Dona Maria. Pesquisas históricas apontam que a monarca em evidência foi considerada incapaz de liderar o Império por demonstrar insanidade mental e sintomas de depressão. Nota-se que dois séculos após a situação exposta, a segunda doença psicológica apresentada configura um desafio contemporâneo grave e principalmente associado à fase juvenil. Em vista disso, o vício tecnológico aliado à falta de políticas públicas, agravam o quadro.

Em virtude do uso exacerbado das ferramentas globalizantes, o imediatismo tornou-se vilão da saúde mental. Inserida na Era Informacional, a nova geração convive com a instantaneidade das redes sociais. Em função disso, os computadores, celulares e tablets se tornaram os novos diários dos adolescentes. Ademais, a possibilidade de interação virtual atrelada à necessidade de exposição pessoal, característica dessa nova juventude, favoreceu a banalização dos interesses individuais: a sobrecarga de conteúdos multimídia com opiniões e expressões referentes a problemas particulares desqualificou as súplicas juvenis. Tal fenômeno desperta no adolescente um sentimento de solidão contínua que é corroborado a cada tweet não curtido e mensagem não respondida.

Nesse sentido, a ausência de ações afirmativas ressalta o isolamento juvenil. A falta de medidas públicas que tratem a depressão como um problema real e potencialmente degenerativo reafirma à nova geração que ninguém está olhando para ela. Assim, se não há políticas de acolhimento a esse grupo, ele sente-se incapaz de “melhorar” sozinho.

Diante disso, a depressão deve ser abordada e tratada de forma proporcional à sua seriedade. Para isso, as instituições de saúde devem ampliar suas áreas de atuação mediante o fornecimento de atendimento psicológico no campo virtual e visando atender a demanda social. Ademais, o Estatuto da Criança e do Adolescente precisa fazer-se mais presente na vida desses jovens, por meio da divulgação de seus princípios e a fim de evidenciar que não estão sozinhos.

Maysa Ellen Pires de Sousa Ramos – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

Durante o século passado, ocorreu, no Brasil, a chamada reforma psiquiátrica, que pregava um tratamento voltado à reinserção do indivíduo na sociedade, além da proibição dos manicômios. Apesar de tal avanço, é fato que o país ainda enfrenta grandes problemas no tratamento da depressão nos jovens: gradativamente, o cotidiano urbano agitado e a banalização da doença culminam em desafios a serem resolvidos.

Hodiernamente, no Brasil, a depressão não é conhecida como doença por grande parte da população. Tornou-se comum ao brasileiro entender a depressão como tristeza e até mesmo “frescura”, contudo, o pensamento científico diverge do senso comum citado, uma vez que a doença pode chegar em casos mais graves como o suicídio. Dessa forma, a falta de conhecimento é prejudicial pelo modo que subestima tal quadro psicológico e deturpa o tratamento adequado.

Paradoxalmente, tem-se a adoção de um pensamento moldado pelo meio urbano que busca soluções imediatas. A revolução industrial e a globalização mudaram de forma tão intensa a modo de vida contemporâneo que as pessoas adotaram um estilo rápido e dinâmico de se relacionar. Dessa forma, o uso de antidepressivos tornou-se uma escolha para tratar a doença. Contudo, tais drogas tratam apenas os sintomas e não a causa, além de causarem dependência nos usuários, que acabam não buscando o tratamento correto.

Tendo em vista os argumentos citados, outorga-se ao MEC o papel de informar a população acerca da depressão; por meio de palestras em escolas, que falem sobre os sintomas e o tratamento – essas contariam com a presença dos pais – a fim de que as pessoas saibam lidar com o problema da maneira correta. Ademais, delega-se ao SUS a implementação de atendimento psicológico nas UPAs, para que se tenha um atendimento mais próximo da população. Tais medidas reforçariam os ideais pregados no movimento antimanicomial do século XX.

Miguel Augusto de Arruda Reis – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

## FRAGMENTAÇÃO COLETIVA

Dos males dos séculos ultrarromânticos, implícitos em uma geração pessimista, aos males de uma geração que vive, sobretudo sobrevive, em uma modernidade líquida, como impõe o sociólogo Zygmunt Bauman. Tendo como vista a influência dos problemas de determinados períodos, perante o comportamento da sociedade, surgem problemas que se relacionam à depressão. Desse modo, a fragmentação coletiva somada à depressão, desencadeiam problemas que provocam a degradação das relações sociais, bem como decadência do próprio indivíduo.

A liquidez oriunda do século XVIII, como o início da Revolução Industrial, e posteriormente da globalização, modificou a sociedade dramaticamente, tornando as relações sociais menos comuns e mais fluidas. Tudo passou a ser instantâneo e do mesmo modo que aproxima as pessoas, criou-se extremos, os pais contribuem diretamente para o egocentrismo e narcisismo que marcam a sociedade do século XXI, e ambos desembocam em um conjunto de critérios que causam depressão.

Somando a isso, o bombardeio de problema que circundam dentro da sociedade, gera no indivíduo a sensação de impotência. Com isso, ocorre o processo de isolamento social, no qual o indivíduo exclui-se de tudo e age de maneira isolada, provocando constantemente a própria decadência e levando junto pessoas de seu convívio social. Diante disso, a depressão na fase juvenil freia o processo de desenvolvimento pessoal, trazendo problemas não só contínuos, mas também a longo prazo.

Logo, é preciso combater a depressão antes mesmo do seu início. Sendo assim, é necessária, por parte de familiares e amigos, a busca por psicólogos que possam fazer o acompanhamento profissional, desarraigando os sintomas de depressão no indivíduo. Do mesmo modo, as instituições escolares devem ofertar profissionais capacitados para que também possam realizar o acompanhamento, cessando antes que se agrave. Da parte governamental, é preciso realizar a distribuição desses profissionais em pontos de atendimentos, principalmente, para a população carente que não tem acesso a consultas particulares, gerando assim, a depressão de uma maneira homogênea. Posteriormente, teremos uma sociedade harmônica em prol do bem-esta.

Milena Carine Cielo – 3º Ano B  
Instituto Educacional Dom Bosco - Santa Rosa/RS

Muitos acreditam que a depressão surgiu há pouco tempo, porém ela sempre existiu, entretanto era um grande tabu, além do pouco conhecimento sobre o assunto na época. Atualmente, mesmo ainda existindo certo desprezo, a depressão ganhou maior relevância nas discussões, principalmente entre os jovens entre 12 e 25 anos, pois, como estão em fase de grandes mudanças, sua reação frente a diferentes acontecimentos e a maneira como lida com eles, juntamente com a falta de auxílio psicológico e a pressão sofrida, podem desencadear uma depressão, a qual, caso não haja acompanhamento, poderá levá-los ao suicídio.

A priori, a pesquisa realizada pela Organização das Nações Unidas (ONU), a qual afirmou que o Brasil encontra-se entre os cinco países com o maior número de casos de depressão entre os jovens, fato ligado diretamente ao aumento de transtornos de ansiedade. Nesse contexto, vale salientar a formação da inteligência emocional durante a juventude, logo, esse aspecto capacitador ainda é muito frágil e, somando isso às mudanças e ao contexto no qual estão inseridos, torna essa faixa etária altamente suscetível à doença, ao qual, muitas vezes, não conseguem identificar devido à falta de conhecimento.

A posteriori, gradualmente, o tabu foi quebrado, dando espaço à discussão, inclusive, em meios televisivos, como na série televisiva “13 Reason Why”, a qual retrata uma adolescente depressiva que se suicida e como os acontecimentos à sua volta levaram a isso. Analogamente, os contextos de pressão social e familiar exercita no adolescente, principalmente nos estudos e na carreira profissional, leva-o a um ambiente de constante estresse e eles se sentem fracassos, desencadeando transtornos de ansiedade e melancolia. Visto isso, esses transtornos ainda são agravados pela solidão em tempos de redes sociais, aumentando seu isolamento e desencadeia, conseqüentemente, a depressão.

Portanto, o aumento do número de depressão entre os indivíduos dessa faixa etária é preocupante e, por isso, mudanças devem ser feitas. Não obstante, é preciso que as escolas possuam um setor responsável por um auxílio psicológico de qualidade, por meio da disposição de psicopedagogos, tanto para o acompanhamento mental, como para a elaboração de aulas trimestrais para falar sobre a depressão – como identificar e distingui-la da tristeza, além de tratar da importância de cuidar da saúde mental. Com isso, casos de depressão podem ser diagnosticados mais cedo, levando ao conhecimento dos pais e evitando a evolução da doença, a qual poderia levar ao suicídio.

Mylene Karen de Lira Machado – 3º Ano B  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

A série “Os Treze Porquês”, da Netflix, retrata a história de Hanna, uma adolescente que sofre de depressão e que, antes de tirar a própria vida, grava fitas como cartas de suicídio. Saindo da ficção, casos como o de Hanna são bastante recorrentes na contemporaneidade, principalmente entre os jovens. Sob esse viés, é válido discutir acerca da invisibilidade dada a essa doença, bem como as dificuldades enfrentadas em relação a mesma.

Muitas pessoas não veem a depressão como uma doença, a maioria dos casos, devido ao que lhes foi ensinado no passado. Inviabilizar a depressão dessa forma é problemático a partir do momento em que se trata de seres humanos. Por exemplo, um pai que tem um filho jovem com depressão e trata dela como “uma fase”, ou como muitos dizem, “frescura”, pode muitas vezes influenciar no agravamento dessa doença, uma vez que esse jovem não tem o apoio de alguém tão importante em sua formação. Dito isso, evidencia-se a necessidade de conscientizar as famílias sobre a gravidade do que estão lidando e a importância de se ter conhecimento desse processo.

Hodiernamente, casos de depressão têm aumentando em ritmo acelerado, e junto a elas, suas dificuldades. Entre elas pode-se citar a negação dos jovens acerca da doença, que muitas vezes ignoram o fato por não quererem lidar com aquilo ou por desconhecerem as consequências. Esse fator é crucial, pois, ignorando os sintomas, abre-se margem para que a doença se desenvolva, fazendo com que se intensifique cada vez mais. Assim, fica clara a necessidade de se ensinar sobre depressão.

Diante do exposto, é necessário que as escolas conscientizem as famílias sobre o que é a depressão, para que entendam a gravidade e possam participar do processo junto a seus filhos, por meio de cartilhas e debates. Também, deve-se ensinar sobre depressão nas escolas, de forma que os alunos possam tirar suas dúvidas sobre os processos em aulas e debates, para que assim possam entender a importância de tratar a doença apropriadamente. Dessa forma, casos como de Hanna, que chegou ao ponto de não suportar mais a sua dor, poderão ser evitados.

Natalia Silva Urquiiza Feitosa – 3º Ano A  
Casa da Criança Joaquim Otaviano de Almeida (MAZZARELLO) - Recife/PE

## O MAL DO SÉCULO

Depressão, ansiedade, solidão, muitos são os sentimentos que vem provocando na sociedade um vazio existencial. Isso é consequência da desconstrução dos valores do homem contemporâneo, o que traz um desafio para os jovens e para as instituições de educação.

Os jovens de hoje vivem em um período de grandes provações, principalmente psicológicas, que afetam suas vidas e comprometem o futuro da sociedade. Isso porque a juventude do século XXI, estão passando por uma realidade muito parecida como a descrita pela segunda geração do romantismo no século XIX, que é a falta de perspectiva, de utopias, as quais servem de alento em um mundo de constantes frustrações. A fragilidade das relações causada pelo excesso de interações digitais, em detrimento das reais, é também um propulsor para a doença que mais mata direta ou indiretamente os jovens: a depressão. E enfrentar esse cenário melancólico é o desafio do século.

Escola, religião, sociedade são exemplos de instituições responsáveis pelo desafio da construção dos valores de um cidadão sendo a principal delas a família, que é a base da estrutura do homem. Porém, com a desconstrução da família, as crianças vêm crescendo cada vez menos preparadas psicologicamente para a vida adulta, o que resulta um número crescente de jovens que têm acompanhamento com psicólogos e psiquiatras.

Portanto, a falta de valores na sociedade é a base para o desenvolvimento de uma juventude depressiva. O que se faz urgente a necessidade de ajuda psicológica para as crianças e adolescentes, a qual deve ser implantada nas instituições de educação, por meio da instrução adequada de seus agentes, sendo pais, professores, coordenadores, todos os responsáveis pela educação dos jovens, para que eles tenham uma melhor perspectiva do futuro.

Neillane de Carvalho Sá Barreto do Ros – 3º Ano B  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

## A EXPOSIÇÃO JUVENIL A PROBLEMAS PSICOLÓGICOS

A contemporaneidade é marcada pela exposição escancarada de problemas antes banalizados ou de pouca importância. Algo que veio à tona, nos últimos tempos, é o aumento do número de depressão ao redor do mundo, uma doença psicológica que sempre existiu, mas que, com o advento das novas tecnologias e a grande exposição atual da vida das pessoas, acabou se tornando um grande problema, principalmente entre os jovens.

É evidente que, nos últimos anos, as redes sociais se tornaram extremamente presentes no cotidiano das pessoas, principalmente na dos jovens, que estão conectados boa parte do tempo e assim expostos ao mundo como ele realmente é, se sentindo culpados por não terem vidas sociais tão ativas, ou percebendo a realidade nua e crua, algo que desperta altos níveis de tristeza, que logo podem se agravar e levar à depressão. Neste contexto das relações humanas desencadeando problemas graves, pode-se citar a frase da pensadora Virgínia Woolf “De tudo que existe, nada é tão estranho como as relações humanas, com suas mudanças, e sua extraordinária irracionalidade”.

Indubitavelmente a depressão deve ser combatida, tendo em vista que ela atinge aqueles que são o futuro da humanidade e o risco de estes cometerem suicídio em decorrência do problema, assim dando uma solução definitiva a uma situação que poderia ser temporária. Nas palavras do filósofo Confúcio: “Não corrigir nossos erros é o mesmo que cometê-los novamente”, evidenciando a necessidade do combate à doença, que pode acabar com o futuro de muitas pessoas, caso contrário.

Portanto, fica clara a necessidade de uma intervenção sobre o assunto. Ela poderia acontecer por meio da obrigatoriedade de um psicólogo em todas as escolas do país, para tratar de alunos que apresentem reclusão, pensamentos suicidas ou comportamento estranho, assim tratando do problema desde a juventude. Para isso, o projeto deve ser institucionalizado pelo Estado e ter colaboração de escolas públicas e privadas, entre outras. Sendo assim, o mal seria cortado pela raiz, garantindo um futuro bom para aqueles que antes não viam sentido em suas vidas.

Nicholas Gonzalez Ramos – 3º Ano B  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Ribeirão Preto/SP

Na paráfrase do exímio escritor Manuel Bandeira: tristeza, solidão, melancolia, uma vida inteira que poderia ter sido e não foi, desperta ao cidadão, socialmente comprometido, o desejo de debater questões relativas à depressão na fase juvenil. Neste sentido, é cabível avaliar que tal infortúnio decorre da negligência da doença entre a sociedade e da falta de exposição ao tema. Podendo, assim, comprometer a vida desse grupo social vitimizado. Portanto, é de alta importância o combate à depressão na fase juvenil.

Em primeira análise, é coerente analisar a negligência da depressão como um fator perturbador dos desafios enfrentado pela juventude. Em muitos episódios, ocorre de a família e amigos próximos à pessoa depressiva ignorarem os sintomas por ela apresentado, os efeitos, ao aparecer em jovens, são tratados como fase passageira e características da idade. Isso, lamentavelmente, demonstra que muitas vezes pessoas que sofrem com a doença não têm alguém para recorrer em momentos de aflição ou tristeza, ficando expostos a diversos riscos à sua saúde.

Além disso, é oportuno destacar a alta falta de exposição ao tema pela sociedade. Devido aos vários subtipos e diversos sintomas da doença, em vários casos, a pessoa que tem ou que já teve a doença e não tinha conhecimento. Tal constatação pode ser creditada pelo chefe de psiquiatria infantil da Santa Casa, que afirma que 77% dos adultos com depressão tinham um histórico de sintomas na adolescência. Logo, tal desmazela constituiu uma enorme confusão quanto ao assunto em destaque.

Por isso, torna-se extremamente importante que o Ministério da Saúde, juntamente com as escolas, implante políticas que assegurem a presença de profissionais adequados dentro das redes de ensino, visando fornecer ao jovem um apoio para que eles tenham com quem contar e com quem conversar em momentos de aflição. É viável também a ação da mídia para expor o tema diante da sociedade. Deve-se trabalhar na apresentação de palestras presenciais e ser feita uma abordagem do assunto pelas redes sociais, visando tornar toda a comunidade mais ciente dos sintomas, riscos e tipos da depressão. Tendo em vista uma mudança gradual no atual cenário social.

Nicolas Guedes Nunes – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

## PADRÕES DE VIDA MÓRBIDOS

Tristeza, baixa autoestima e desânimo. Muitos são os atributos usados para caracterizar o insigne mal do século: a depressão. Extremamente presente na sociedade atual, a doença constitui um enorme desafio para os jovens que se encontram em processo de formação e inseridos em uma cultura digital que romantiza a patologia enquanto a atenua ao estabelecer padrões de vida inatingíveis.

A depressão é, atualmente, considerada como mal do século, estando presente em todo lugar, inclusive na vida de muitos jovens que, por estarem passando por um processo de formação e imersos em mudanças hormonais, estão cada vez mais vulneráveis à doença, além de se encontrarem inseridos em uma cultura que romantiza tal patologia. Um forte exemplo da romantização da depressão é a saga “Crepúsculo”, que narra o romance entre uma jovem visivelmente deprimida e um vampiro. A ideia da moça depressiva, trazida da segunda fase do romantismo, é novamente contemplada pelo público consumidor da franquia, que é majoritariamente juvenil, o que gera a criação de estilos de vida, que uma vez levados às redes sociais, são disseminados, influenciando milhares de jovens a gostar de assuntos mórbidos, o que pode aumentar o índice de depressão.

A patologia que se espalha pelo mundo é crescente. Embora a doença em si não apresente causa específica, existem diversas formas de despertá-la. As redes sociais têm se mostrado como ponto agravante nesse contexto, não só pela influência negativa que podem ter sobre os jovens, mas pela imposição de padrões inalcançáveis. Sites como Instagram e “tumblr” tornaram-se os maiores influenciadores do público juvenil que se depara com falácias sobre a perfeição e padrões de beleza, e muitas vezes com o intuito de pertencer a algo, buscam, sem sucesso, a perfeição, o que causa tamanha angústia, favorecendo ainda mais a depressão.

A juventude é uma fase em que as mudanças que ocorrem podem formar o indivíduo mais propenso à depressão. Portanto, urge a mudança de hábito. É necessário que se crie a consciência de que romantizar esse problema é grave. É importante que as empresas responsáveis por redes sociais promovam padrão alcançáveis.

Nicole Araújo de Oliveira – 3º Ano C  
Colégio Salesiano Dom Bosco - Paralela - Salvador/BA

A tristeza é um sentimento primitivo da natureza humana, sendo uma reação emocional para as situações ruins que os homens sofrem. Entretanto, a relação do indivíduo com essa emoção se modificou, por conta das alterações da sociedade. Desse modo, a Idade Contemporânea, em um contexto de intensificação do individualismo e das tecnologias nas relações sociais, a tristeza e solidão são sentidos por muitos jovens, frequentemente, podendo desenvolver o quadro de depressão na maioria desse grupo.

Em primeira análise, vale destacar a relação dos adolescentes e jovens adultos com a internet, no que se diz da preocupação desses em manipular suas imagens e personalidade nos perfis das redes sociais, a fim de parecerem as mais positivas possíveis. Essa troca de impressões serve como gatilho para comparações pelos internautas e pressionam esses a estarem no padrão de felicidade propagado nas redes. Nesse sentido, os jovens se sentem ansiosos, tristes e angustiados ao tentarem alcançar o modelo ideal, sintomas que caracterizam a depressão.

Somado a isso, mesmo que os jovens tenham os sintomas da doença, parentes e pessoas próximas não conseguem perceber ou compreendê-los. De tal modo que o adolescente não consegue buscar o tratamento adequado, devido ao fato de a depressão ser um tabu, é discutida, de maneira efetiva, as formas de identificar as manifestações da doença e seus métodos de tratamento.

Portanto, a depressão está sendo desenvolvida pela população juvenil. Dessa forma, o Ministro da Saúde deve por meio de campanhas, sobre a depressão, informar e educar a população sobre as formas de manifestações e sintomas da doença e como ela pode ser tratada, a fim de tornar mais efetiva a identificação de indivíduos com a depressão, já que essa trata de uma doença de difícil diagnóstico, por ter sintomas sutis. Além disso, as instituições de ensino devem promover palestras sobre a autoaceitação dos jovens, já que as redes sociais incentivam padrões de beleza e felicidade irrealistas, mas que afetam a autoestima dos jovens.

Nina Maria de Alencar Almeida – 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

Como visto na segunda fase do Romantismo, a depressão é um dos males da sociedade desde os tempos antigos, sendo demonstradas muitas vezes em poemas de autores dessa escola literária ou em suicídios de grandes personagens históricos.

Hoje em dia não é diferente. A depressão, que em muitas ocasiões não é tratado como doença, ainda persiste e prevalece principalmente na fase juvenil. O fato acontece devido à ansiedade de querer conquistar o futuro e a dificuldade desse processo, bem como a falta de empatia que contribui para o acúmulo de sentimentos negativos no qual a tristeza torna-se desproporcional e persistente.

Na sociedade atual, a construção de uma carreira profissional é um dos principais desafios para os jovens. Um dos motivos que sustentam tal afirmação ocorre, porque o olhar voltado para educação e o acompanhamento pedagógico são mínimos. Esse fato acarreta grandes consequências para o desenvolvimento dos jovens, proporcionando um sentimento de maior peso em suas costas. Surge, então, a ansiedade, que leva o indivíduo a apresentar uma negatividade em relação ao futuro e uma dificuldade em superar os desafios do cotidiano.

Ademais, o não entendimento de pessoas próximas daqueles que apresentam um diagnóstico depressivo é outro ponto que faz a situação piorar. Levando em conta que cada ser humano apresenta um mapa mental próprio, experiências negativas são gatilhos para a tristeza, a baixa autoestima ou sensação de culpa. Logo, pode-se afirmar que um dos grandes problemas do século XXI é a falta de empatia. A aversão ao fato de que a depressão é uma doença, visto que também ocorre pelo excesso de bile no organismo, torna-se outro ponto a ser notado e pode contribuir para uma piora.

Em síntese, a depressão é um mal mais difícil de ser percebido pelo fato de os sintomas serem mais emocionais que físicos. Portanto, um dos métodos de combater a doença é a inclusão da atividade física na rotina das vítimas, que possibilita a liberação de adrenalina, causando um grande conforto e uma fuga dos problemas do cotidiano que ocasiona a ansiedade. Além disso, o autoconhecimento é essencial para compreender como melhor combater a depressão. Por conta disso, o acompanhamento psicológico é essência para, aos poucos, curar a depressão.

Pollyanna Matos de Souza- 3º Ano A  
ISMA - Colégio Dom Bosco - Centro - Manaus/AM

Nos últimos tempos, os jovens ao redor do mundo têm apresentado grandes índices de depressão, majoritariamente em áreas urbanizadas. Por isso, é considerado por muitos especialistas como “o mal do século”, visto que esses números crescem ano após ano.

Justamente por estar vivendo um período fortemente influenciado pela Terceira Revolução Industrial, ou Revolução Técnico-Científico Informativa, os jovens passam muito tempo em contato com as redes sociais e aparelho eletrônicos. Esse contato, extremamente próximo e frequente, faz com que o indivíduo seja exposto a diversos grupos sociais, indubitavelmente, fazendo seu máximo para se inserir em um deles, por pura necessidade de aceitação. Esta que, por sua vez, nem sempre é realizada, é supostamente necessária para que o adolescente atinja a autoaceitação.

Portanto, caso o jovem não receba a atenção que deseja e julga necessária, se frustrará consigo mesmo, independentemente das suas habilidades sociais, o que pode provocar a depressão. Se diagnosticada por um especialista, seus sintomas englobarão a falta de disposição e interesse, insônia e tristeza, todos esses sem um motivo necessariamente concreto e específico.

Tendo em mente o exposto, é necessário que o Ministério da Saúde amplie as áreas de atuação dos sistemas já existentes de prevenção e auxílio à depressão e seus “portares”, por meio do incentivo aos grupos de apoio e inclusão aos pacientes em questão. Tais avanços serão essenciais para que, rapidamente, diminuam-se os índices de jovens diagnosticados, uma vez que se trata de um problema certamente atual, comum e crescente.

Rafael Ferreira Gonçalves – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Sorocaba/SP

A depressão é uma doença mental que afeta o humor da pessoa, deixando-a em um constante estado de tristeza e insatisfação. Classificada como o mal do século XXI, a depressão atinge principalmente os jovens, mas afeta a sociedade como um todo, pois agrava o problema da saúde pública e enfraquece os laços sociais. Sua glamourização pela mídia e o modo de vida social líquido atual contribuem para a piora e perpetuação da depressão.

Midiaticamente, a depressão e a melancolia tornaram-se produtos altamente contáveis, estando presentes no meio literário, televisivo e musical, cujo público majoritário é composto por jovens que se identificam com aquilo que é dito por seres artistas favoritos. Enaltecidos como algo belo e intelectual, a depressão passa de doença para status que, ao ser intensificado, pode levar do jovem os pensamentos suicidas; mas quando internalizam, de forma doentia, esse sentimento ou pensamento se torna homicida, como em Realengo, onde o sentimento fora externado com tamanha tragédia.

Fora o glamour inalterado pela mídia, a forma de convivência em que esses jovens se encontram ajuda com o agravamento ou perpetuação da doença, pois a liquidez em relações afetivas e amorosas se tornam sinônimo de algo bom, propiciando um ambiente solitário e melancólico ao jovem. Assim como Bauman dizia, a sociedade deixou de lado a antiga forma sólida das relações interpessoais, assim como a busca da felicidade pelo autoconhecimento, para dar lugar às relações líquidas e passageiras, enquanto buscam a felicidade na imagem utópica do outro.

Dessa forma, é importante que o obstáculo da depressão presente na juventude seja ultrapassado com a procura de ajuda e do entendimento da depressão como doença para extirpá-la da juventude. Uma das formas de resolver este problema é por meio do Ministério da Educação e o da Saúde, com programas de acompanhamento do jovem nas escolas, por um psicólogo, para que a depressão seja evitada desde a infância. Além disso, uma aproximação da realidade da depressão, pela mídia, no cenário musical, televisivo e literário, assim como campanhas de conscientização e prevenção dos malefícios da depressão em horário nobre, que a ideia da depressão seja disseminada como algo bom. Assim o Brasil caminhará em uma melhor via.

Renzo Martini Gabry – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Região Oceânica - Niterói/RJ

A depressão é uma doença da alma, caracterizada por um estado de medo e desânimo duradouros, como foi dito por Hipócrates sobre o que chamava de melancolia. Mais tarde na história, Sigmund Freud apresentou a ideia de que essa melancolia poderia ser fruto de uma estrutura psíquica que chamou de neurose. Partindo das premissas desses e de tantos outros pensadores na história, é possível deduzir duas principais causas da depressão no contexto atual: a angústia perante a castração social e a liquidez da modernidade.

Em primeiro plano, a depressão possui características fortes da neurose ao se tratar do que Freud chamou de angústia da castração. Em uma sociedade em que temos níveis de liberdade e de conforto altíssimos, quando comparados aos de outras épocas, cria-se a noção infantil de que o indivíduo pode ser e fazer o que quiser. Porém, mais tarde, na vida adulta, esse mesmo indivíduo percebe que a cultura não tolera todas as suas vontades, o que causa uma angústia duradoura neste ser.

Em segundo plano, essa melancolia da alma tem ligação direta com a liquidez moderna. Em uma época em que as relações humanas não possuem forma definida, é comum que o ego se disponha de mecanismos e pesos para se agarrar e compreender a realidade humana. Um desses mecanismos é a pulsão de morte, causadora da depressão, pois o ego busca voltar ao seu estado natural de insanidade: a morte.

Diante desses panoramas, é plausível que os conselhos de psicologia ao redor do mundo criem instruções para que os pais ajam contra as noções neuróticas supracitadas, já na primeira infância, por meio do acompanhamento psicológico das crianças. Além disso, é necessário que se incentive o diálogo sobre a depressão, a fim de criar consciência sobre o assunto. Tais medidas amenizariam os danos causados pela depressão em nossa sociedade.

Ricardo Magalhães Santos Filho – 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

Ao longo dos tempos existiram bastantes inovações tecnológicas, desde os primórdios da humanidade até os dias atuais. A 3ª Revolução Industrial trouxe consigo diversas tecnologias, como a internet, os celulares, as redes sociais. Porém, com ela, também veio um desafio contemporâneo na fase juvenil. Esse desafio, segundo a OMS, é uma doença que atinge, em maioria, os jovens acomodados com as novas invenções advindas da revolução técnico-científico-informacional. A depressão foi amplificada por essa era da virtualização, e as pessoas afetadas por ela acabam não buscando ajuda profissional para superar esse obstáculo.

A era da virtualização não trouxe apenas invenções magníficas, vieram, também, diversos problemas sociais como a falta de contato e de socialização entre os jovens; a superficialização das relações entre as pessoas e principalmente o isolamento atrás da tela do celular ou do computador. Esses problemas sociais agravaram bastante os sintomas da depressão como o isolamento, a tristeza profunda, desânimo, baixa autoestima e a desmotivação.

Outro ponto relevante nessa discussão é a falta de busca por ajuda por parte das pessoas depressivas. A tristeza profunda e desproporcional influencia o indivíduo a escolher guardar tudo o que ele está sentindo para ele, seja a angústia, o desânimo, a baixa autoestima, podendo até mesmo esconder de sua própria família e amigos. Essa carência provoca no depressivo a necessidade de buscar soluções sozinho, sejam das radicais ou não, como por exemplo o suicídio e automutilação, muito frequentemente encontradas por esses doentes.

Portanto, torna-se necessário que o Ministério da Saúde, em parceria com a escola, estabeleça como metas incentivos aos jovens a buscar por ajuda profissional, como psicólogos, e ajudá-los a resolver casos da depressão, por meio de palestras motivacionais e informativa sobre a doença e indicar a ajuda de psicólogos e terapeutas; a disponibilização de conversas individuais nas escolas com um profissional com o objetivo de fazer o indivíduo se “abrir” e não guardar os sentimentos. Assim, será possível apostar em uma diminuição nos números de casos de depressão entre jovens no Brasil.

Robson Almeida de Souza – 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Nossa Senhora da Vitória - Vitória/ES

No século XVIII, surgiu a 2ª fase do Romantismo poético, que difere da primeira, que era mais positiva, emocionalmente; a segunda fase destacava-se com temas como: depressão, tristeza, melancólicos. Isso pelo contexto histórico, depois da revolução francesa, os autores perceberam que não houve uma mudança social, tendo esses sentimentos pessimistas. Atualmente, no Brasil, pode-se encontrar tais sentimentos negativos em muitos jovens com depressão, cujas razões são a ligação forte com as redes sociais, passando, assim, a ser uma doença difícil de ser percebida. Sendo assim, a depressão é um dos maiores desafios do mundo juvenil no contemporâneo.

Em primeiro plano, os jovens baseiam sua felicidade nas redes sociais. Contudo, quando não alcança um alto perfil padrão, exigido pelo pensamento popular nas mídias, muitas vezes adquirem a depressão por não se encaixar no modelo social. Comparando com o mito da caverna de Platão, que a sociedade vive presa por corrente na caverna, que simboliza a bolha social e quando libertadas vão para fora encontrar a verdade e a felicidade.

Em segundo plano, essa doença mental é dificilmente percebida. Dados mostram que houve um aumento de 60% da doença na faixa de 12 a 25 anos, segundo a revista veja em 2019. Outrossim, os pais associam como simplesmente tristeza, mas a depressão vai muito mais que isso, sendo uma doença séria, que acompanha sintomas graves, além da tristeza profunda, como poder de interesse por atividades física, energia diminuída e baixa autoestima.

Diante desse panorama da depressão na fase juvenil, urge a tomada de providências para tal problemática. Com isso, as instituições religiosas, haja vista a religião ser uma das melhores formas de dar significado à vida, devem tirar o jovem da bolha social em que vivem, por intermédio de programas sociais, com objetivo de mostrar a felicidade fora das redes sociais. Ademais, o sistema de saúde pública deve realizar divulgações sobre essa doença mental, por meio da internet, considerando que é o meio de comunicação de maior capacidade de transmissão de informação para desmitificar e tornar mais visível a depressão. Problemas com depressão acontecem em diferentes momentos históricos, como no período literário apresentado, porém essas resoluções são para o mundo contemporâneo.

Rodolfo Franco Ribeiro – 3º Ano B  
ISJB - Colégio Salesiano Jardim Camburi - Vitória/ES

As produções culturais permitem uma análise dos traços comuns da humanidade, assim como a tragédia do teatro grego é um exemplo da perspectiva melancólica sobre as dificuldades que todo ser humano enfrenta. A depressão é uma doença que se torna cada vez mais preocupante, devido à forma como afeta o psicológico; os jovens são um dos grupos agressivamente acometidas por essa patologia, sendo afetados pelos valores de uma sociedade individualista, preocupada com aparências e status, consumidos sem saber como defender-se de suas próprias mentes.

A fim de denunciar essa realidade, diversas obras de ficção surgem. A série americana “13 Reasons Why” aborda os desafios de adolescentes ansiosos, depressivos, suicidas, com problemas de relacionamento com as outras pessoas e até com a família. O foco da obra é na personagem Hannah que, após sofrer e presenciar bullying, decepcionar-se com seus amigos e familiares, não sabia lidar com as pressões sociais do ambiente escolar e nem como conviver com suas preocupações e se suicida. Esse é o reflexo da instabilidade emocional da fase juvenil e de como os jovens não são educados para manter uma resiliência e inteligência mental e serem capazes de enfrentar os seus anseios cotidianos.

Além desse fato, a modernidade e tecnologia trouxeram agravantes em diversas situações. Como entoa o músico brasileiro, Raul Seixas, na canção “ouro de tolo”: “Eu devia estar alegre por (...) poder comprar um Corcel 73”. A música é uma crítica, entre outras, ao materialismo, à valorização dos bens-materiais e à posição social do indivíduo. Numa sociedade que estimula o consumismo predatório e que, por meio das redes sociais difunde um estilo de vida luxuosa como padrão e sinônimo de felicidade, a juventude tem suas perspectivas enclausuradas por necessidades inatingíveis e pelo sentimento de que não são aceitas pela comunidade, levando a uma busca por aceitação (normalmente, validada pelas “curtidas”).

Sendo assim, é urgente uma mudança na maneira como as crianças e adolescentes são educadas. Um trabalho de parceria entre famílias, escolas e órgãos de saúde e educação. Exemplo disso seria, no Brasil, o Ministério da Saúde desenvolver medidas e ações para identificar e tratar casos de depressão, preparando os professores e funcionários dos colégios para tal; ao passo que os pais ou responsáveis pelos infanto-juvenis devem propiciar o desenvolvimento da inteligência emocional deles e estimular o pensamento crítico, por meio de leitura, por exemplo; atos que já seriam iniciadas ao ambiente escolar.

Salatiel Maciel de Souza Filho – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Natal/RN

A depressão, mais conhecida como “mal do século”, é uma doença que atinge, em maior escala, os adolescentes. Causada por fatores como tristeza profunda e também baixo autoestima, ela, infelizmente, vem crescendo entre jovens de 12 a 25 anos, tendo um salto de quase 40% nos últimos 5 anos. Em regiões geograficamente desfavorecidas, como nas periferias cariocas, fatores como falta de acompanhamento pedagógico e ausência familiar na vida dos adolescentes podem culminar no agravamento desta problemática.

Não obstante, é um problema que está longe de ser resolvido. Somando-se o pensamento marxiano de que a economia é a base da sociedade e aos ideais darwinistas, constata-se que essas regiões periféricas, por serem consideradas entraves que não geram lucros, não recebem investimentos necessários para se desenvolverem e crescerem.

Dessa forma, as escolas não terão estruturas necessárias para fornecer o acompanhamento pedagógico às vítimas dessa doença, e os jovens não possuirão um apoio para procurarem e pedirem ajuda quando se sentirem sós e fracos. Destarte, tendo em vista que a família de muitos não se faz presente em seu cotidiano, para sequer reparar nos sintomas da depressão e buscar tomar alguma atitude para ajudá-los, esses jovens, segundo Darwin, não sobreviverão, pois buscarão outras saídas ao seu alcance, como o suicídio.

Segundo a Lei da Inércia, dois corpos tendem a permanecer em seu estado natural quando nenhuma força é exercida sobre eles, dessa forma, é necessário que medidas sejam tomadas para que a doença seja combatida. O Ministério da Educação e o da Cultura (MEC), junto com o Governo Federal, devem investir na estrutura escolar e em palestras aos pais e alunos para que eles sejam acolhidos e conscientizados sobre o mal que a depressão causa. Além disso, devem-se promover campanhas de apoio para que os jovens saibam onde procurar ajuda e que não estão sós para, enfim, se curarem dessas situações.

Samira Sucupira Paiva- 3º Ano A  
Instituto Nossa Senhora Auxiliadora - São Paulo/SP

Hodiernamente, a formação educacional familiar e a não aceitação pelas pessoas mais próximas coadunam para o desafio contemporâneo que é o combate à depressão na fase juvenil.

Segundo Sartre, filósofo francês, o ser humano é livre e responsável; cabe a ele escolher o seu modo de agir. Os pais sempre querem o melhor para os seus filhos, entretanto, muitas vezes, a maneira de agir adotada pode afetar o desenvolvimento dos mais novos, pois não lhes ensinaram a lidar com frustrações, já que sempre obtiveram tudo o que desejaram. E isso se torna evidente, principalmente na juventude, quando há situações em que os pais não podem fazer nada a respeito, porque não dependem deles, como por exemplo, o ingresso na faculdade é um desses momentos, em que doenças como ansiedade e depressão aparecem.

A adolescência é um período em que as opiniões estão se formando e as amizades se fortalecendo, por essa razão é para eles algo muito importante ser aceito pelo seu meio social, todavia quando isso não acontece a sensação constante de frustração e a falta de amor crescem e isso os deixam extremamente tristes, causando a isolamento, falta de perspectiva de vida, alimentação incorreta e o sentimento de insuficiência, além de parar de praticar atividades que gostavam.

Como bem ilustrou o físico Newton, toda ação gera uma reação na mesma intensidade. Por isso, o primeiro passo para o combate deve vir de casa, com o auxílio dos pais impondo regras como horário determinado para dormir e depois com a ajuda do Ministério da Saúde e o da Educação, promover projetos sociais nas escolas como aulas de teatro, música, futebol e balé, além do acompanhamento psicológico, para que haja interações entre as crianças, diminuindo gradativamente o índice de depressão.

Tamara Sousa Rodrigues Moreira – 3º Ano A  
MSMT - Salesiano Santo Antônio - Cuiabá/MT

No limiar do século XX, é notável o aumento da discussão em torno de distúrbios ou transtornos psicológicos, o que inclui a depressão. Esse fator tem impacto direto na frequência com que os jovens são diagnosticados com tal doença, como mostra um estudo realizado pela Universidade Colúmbia, que evidencia um salto de quase 40% na incidência da mesma.

Em primeiro plano, é de extrema importância que a conversa sobre o tema seja encorajada, até por questões de saúde pública. Ignorar a existência de doenças mentais é negar tratamento e qualidade de vida a uma grande parcela da sociedade, que, muitas vezes, sequer tem conhecimento de sua condição, o que o estudo citado anteriormente também comprova. Reconhecer a presença da depressão no mundo atual torna maior a suscetibilidade de diagnósticos, não tão frequentes em uma época em que transtornos psicológicos não eram discutidos.

Entretanto, o autodiagnóstico é um fator preocupante. É comum observar crianças e adolescentes, sem estudo algum e com pouca compreensão de suas próprias emoções, tirando conclusões precipitadas. Portanto, ocorre facilmente a banalização dessas doenças, o que coloca a saúde pública em risco novamente. Considerando que a depressão pode levar a outras doenças e ao suicídio, não levá-la a sério é extremamente perigoso.

Dessarte, é mister que a Assembleia Legislativa trabalhe em políticas públicas que encorajam a discussão em torno do tema, mas de forma responsável e estudada, além de oferecer suporte no sistema público de saúde. Dessa forma, a população toma conhecimento de questões relacionadas à sua qualidade de vida, além de poder buscar o tratamento adequado.

Thaís Ferreira de Souza – 3º Ano A  
Instituto N.Senhora da Glória - Castelo (IV) - Rio das Ostras/RJ

Desde o Iluminismo, entende-se que uma sociedade só progride quando um se mobiliza com o problema do outro. Entretanto, quando se observa o alto índice de depressão entre os jovens, no Brasil, verifica-se que esse ideal iluminista é constante na teoria e não desejavelmente na prática. Essa doença vem se agravando, seja pela carência de atenção, seja pela falta de acompanhamento dos pais.

Decerto que a contínua necessidade de atenção por parte dos adolescentes é um agravante para tal problema. A todo momento querem ser vistos e escutados, mas na maioria dos casos, não são compreendidos, buscando acolhimento em redes sociais, as quais proporcionam uma falsa sensação de conforto. Essa situação é contínua e prejudica mais ainda a saúde mental.

Outrossim, destaca-se a carência de acompanhamento dos familiares como fator preponderante. A relação familiar influencia diretamente, visto que é ela que direciona o comportamento e o caráter do jovem, na maioria das vezes.

É evidente, portanto, que ainda há entraves para a consolidação de um novo país. Destarte, o Estado deve investir em centros de apoio àqueles que são prejudicados, visando atenuar o problema. Além disso, o MEC deve promover palestras nas escolas sobre a problemática e, junto com os pais, maior alarme com indícios do fato. Poder-se-á, assim, construir um mundo melhor.

Thaíssa Fernanda Santos Silva – 3º Ano A  
Instituto Nossa Senhora de Lourdes - Gravatá/PE

Atualmente, a depressão é uma doença que tem afetado principalmente a camada jovem da sociedade. Segundo um estudo realizado na Universidade Colúmbia, a incidência da doença entre homens e mulheres de 12 a 25 anos de idade teve um salto de 40% nos últimos cinco anos. Portanto, esse entrave apresenta um índice preocupante e ocorre por raízes sociais e ideológicas.

De acordo com o psicólogo americano Rollo May, o conceito de depressão está ligado ao pensamento de incapacidade de construir um futuro, o que pode ser relacionado as pressões coletivas aplicadas pela sociedade sobre o indivíduo, enclausurando-o à perspectiva dos moldes tradicionais de que o cidadão tem a necessidade de ser bom em todos os aspectos que lhe são colocados, caso contrário, está isolado em uma espécie de “bolha” social dos que não conseguem se adequar aos parâmetros tradicionais da sociedade. Esse aspecto pode ter como consequências o isolamento social e o medo que, por sua vez, podem acarretar a situação de impotência diante das dificuldades cotidianas e a depressão em adolescentes, que se encontra frente ao amadurecimento mental.

Outro aspecto contemporâneo contribuinte para a ocorrência da doença é o uso intenso da internet e das redes sociais, que geram uma ilusão de “popularidade” vinda da possibilidade de conexão com milhares de “amigos” virtuais, mas que na realidade a maioria dos usuários não tem nenhuma relação fora das redes. A internet tem como público principal os jovens que, de modo geral, passam uma carga horária extensa no mundo virtual. Desse modo, muitos adolescentes usam as redes sociais como forma de compartilhamento do nada pessoal e busca por “status”, aspectos que geram frustrações se não tem tais objetivos concluídos.

Nesse viés, a depressão na fase juvenil tem sido um desafio a ser enfrentado e que precisa ser solucionado. O Ministério da Saúde, em parceria com o Estado, poderia promover palestras de cunho explicativo nas escolas, com o intuito de informar sobre a doença e suas causas e conscientizar os alunos, a fim de mantê-los saudáveis. Ademais, as escolas, em parceria com os profissionais da Área de Psicologia, poderiam solicitar atividades interdisciplinares entre as áreas de educação física e biologia, a fim de promover o bem-estar dos jovens. Assim, o problema será combatido com eficácia.

Tiago Marques da Costa Cruz – 3º Ano A  
MSMT - Salesiano Dom Lasagna - Araçatuba/SP

Rollo May em seu livro “Amor e Vontade” define depressão como “a incapacidade de construir um futuro”. Essa doença, que possui como sintomas a mudança de humor e uma tristeza profunda, tem sido, atualmente, um grande problema para os jovens. Embora a depressão não tenha causa justificável para tais sintomas, alguns motivos para o surgimento desses sentimentos podem estar atrelado à solidão no mundo tecnológico e à falta de relacionamento face a face.

Em primeiro lugar, apesar de viver em uma era digital, na qual consegue-se comunicar com amigos e parentes a quilômetros de distância, as relações interpessoais estão ficando cada vez mais falhas. Em “O último Discurso de “O Grande Ditador”, Charlie Chaplin afirmar que “criamos a época da velocidade, mas nos sentimos enclausurados dentro dela”. Ou seja, há meios para aproximar as pessoas, todavia, muitas vezes, o jovem prefere distrações no computador e/ou celular. Esse paradoxo pode levar a um isolamento do adolescente e, assim, causar a depressão.

Em segunda instância, com a vida corrida e atarefada, os pais quase não encontram com os filhos. O distanciamento impede que os pais identifiquem algum sintoma da depressão presente no filho; sem contar com a falta de afeto e diálogo decorrente da “falta de tempo”. Os fatores citados podem, conseqüentemente, causar a depressão.

Portanto, é necessário que os pais, responsáveis pelo adolescente, fiquem atentos à forma como o filho tem agido nas ocasiões do dia a dia, como por exemplo, na relação com amigos, na escola, nas festas. Isso deve acontecer por meio de um maior convívio e diálogo com o indivíduo, a fim de que eles se sintam mais próximos da família. Dessa forma, a depressão não será mais um desafio contemporâneo na fase juvenil.

Verônica Lourenço Guimarães – 3º Ano A  
Escola Nossa Senhora Auxiliadora - Ponte Nova/MG

Durante séculos, o espectro mental passou inexplorado, com a depressão sendo completamente desconsiderada, enquanto aqueles mais afetados tiraram suas próprias vidas. A era contemporânea veio, e os valores libertinos saíram valorizados, com a juventude liderando o processo, porém, enquanto se espera uma era de prosperidade inimaginável, o que se viu foi uma contemporaneidade com juventude formada por modelos educacionais falhos e valores humanos subvertidos.

Em primeira instância é importante notar que a depressão é uma doença abrangente; pode afetar pessoas de todos os contextos sociais; até Guilherme II, um dos monarcas mais poderosos da Europa, sofreu com depressão. Mas o que afeta a juventude atual é mais que uma anomalia, é uma condição infeliz que assola a juventude mundial.

Em segunda instância, sabe-se que o progresso científico nas últimas décadas foi passivo, porém este não foi acompanhado de uma modernização da educação, como pensado por Piaget na França; a juventude encontra-se em uma contradição enraizada no modelo educacional ainda atrelado aos valores passíveis de disciplina, valores militarísticos não mais requeridos pela sociedade; além disso, vê-se relações humanas cada vez mais subvertidas, pouco duradouras, fator que fortemente contribui para o isolamento social e consequente depressão, assim como pensado por Bauman.

Portanto, mostra-se crucial que o Ministério da Educação, atue, não só modernizando o sistema educacional, mas também fornecendo materiais didáticos que enfatizem o problema nas nossas relações sociais, para que a juventude perceba e discuta suas causas e consequências e não seja mais vítima. Com isso, espera-se uma queda nos índices de depressão e maior liberdade.

Vinício Oliveira Santos – 3º Ano A  
Liceu Coração de Jesus - São Paulo/SP

Segundo o Nobel Nelson Mandela, a democracia sem saúde para todos é uma concha vazia. Nessa perspectiva, verifica-se que o desafio da depressão na juventude contemporânea é uma consequência do sistema público de saúde. Dessa forma, é importante analisar que a falha desse serviço, em consonância com o descaso das famílias com os jovens que sofrem com a falta de ânimo, elevam os casos da doença em questão, que devem ser amenizados para o bem dos cidadãos.

Cabe pontuar, em primeiro plano, a falha do sistema público de saúde. Posto isso, ressalta-se que os serviços gratuitos brasileiros são defeituosa e desrespeitados pela maioria da população. Além disso, destaca-se que o pobre não tem dinheiro para pagar um plano de saúde particular, dependendo, então, do público. Sob essa ótica, entende-se que o jovem com poucos recursos financeiros não tem acesso a uma saúde pública de qualidade, não havendo o devido acompanhamento emocional e o tratamento nos casos de depressão, aumentando o número de casos dessa doença, que deve ser diminuído.

Ademais, um outro agravante é o descaso das famílias com os jovens que sofrem com a falta de ânimo. Nesse contexto, constata-se que a sociedade traz o estigma de que o desânimo para tudo é “frescura” ou fingimento da pessoa. Com isso, observa-se que os indivíduos que passam por isso são desassistidos por seus familiares. Nesse viés, depreende-se que o corpo social de baixa idade não recebe o apoio devido aos seres humanos mais próximos para superar a depressão, fazendo com que ele piore cada vez mais, agravando as doenças em questão, que deve ser combatida.

Sendo assim, a depressão na juventude deve ser atenuada. Para isso, cabe ao governo qualificar o serviço público de saúde, que é essencial para a vida dos indivíduos, por meio de um maior investimento financeiro nessa área, com o intuito de combater os desafios da depressão entre os jovens. Outrossim, com o mesmo objetivo, compete à mídia, que possui alta influência na população, divulgar as consequências da depressão, por meio de reportagens e propagandas. Assim, o pensamento de Mandela não se encaixará no Brasil.

Vinícius Fernandes Vilas Bôas- 3º Ano A  
ISJB - Colégio Salesiano Santa Rosa - Niterói/RJ

Desde o fim da Guerra Fria, nos anos 80, o desenvolvimento técnico – científico e informacional impulsiona um evento que permanece até os dias atuais: “a globalização”. Nesse contexto, observa-se um grande número de benefícios no cotidiano das pessoas, como a maior facilidade na comunicação e na propagação do conhecimento, por exemplo; porém, o uso excessivo e não controlado dos mecanismos proveniente dos avanços tecnológicos também acarreta várias consequências negativas, visto que fragiliza as relações sociais e deixa seus usuários mais propensos a serem acometidos pela depressão, doença que apresenta crescimento progressivo no mundo contemporâneo. Portanto, fica evidente a seriedade dessa situação, que deve ter seus parâmetros revistos por toda a população.

Parafraseando um dos pensamentos do filósofo polonês, Bauman, sobre a cognominada sociedade líquida, infere-se que as relações sociais na atualidade estão inseridas em um constante processo de superficialização. Nessa ótica, é importante mencionar que os adventos como o intenso fluxo informacional e as próprias redes sociais implicam a irônica carência na profundidade das interações humanas. Logo as gerações mais recentes, sendo o público majoritariamente jovem, sofrem constantemente com esse processo, o que agrava diretamente sua tendência a sofrer depressão, uma vez que a plenitude comunicacional funciona como fundamental medida profilática para evitar essa doença.

Outrossim, também é relevante mencionar que nunca foi dada à depressão a devida importância por parte da sociedade, já que questionamentos quanto a sua legitimidade como doença ainda são, infelizmente, comuns. Nessa perspectiva, compreende-se que a presença desse tabu social configura mais um impasse na busca pela diminuição dos tabus de casos de depressão. Assim, conclui-se que os fatores causadores dessa patologia são diversos, ao passo que não se restringe a questões do setor de saúde pública, mas também marcam presença no âmbito comunicacional e são influenciados por cétricos equivocados.

Portanto, a fim de que a depressão deixe de se propagar intensamente e que ocorra a diminuição do processo de liquefação social, mudanças são extremamente necessárias. Portanto, o Estado deve investir em projetos de cunho social e acadêmico que trabalhem esse assunto com a população a partir da realização de palestras em escolas e locais públicos que evidenciam o reconhecimento patológico da depressão e suas medidas profiláticas e de tratamento, além de fornecer suporte ao setor de saúde pública e parte de estímulos fiscais. Assim, caso a plenitude do impacto dessas medidas seja atingida, uma sociedade mais consciente, com fluidez nas relações sociais e com jovem menos propensos a serem acometidos por essa patologia seria apenas uma entre as diversas consequências benéficas.

Vinicius Henrique Medeiros- 3º Ano A  
Instituto Nossa Senhora Auxiliadora - Araras/SP

Em tempos hodiernos, há um pensamento socialmente predominante de que a depressão não é uma doença, mas sim um estado de tristeza contínua. Por ideias como essa, o diagnóstico em pessoas depressivas não é feito, visto que os dogmas sociais prevalecem sobre a racionalidade.

A depressão é causada por acontecimentos acumulados em que o indivíduo muitas vezes não se sente à vontade para desabafar, nem com a própria família. Um fator importante que causa depressão é o bullying, ele leva à exclusão social e ao sentimento de não pertencimento. A ocorrência da doença prevalece entre jovens de 12 a 25 anos e teve um salto de 40%, segundo estudo feito pela Universidade de Colúmbia, nos Estados Unidos. Esse alto índice reflete a realidade a que os jovens estão submetidos, na qual há uma pressão absurda em questões sociais e econômica. Tal preocupação afeta a saúde mental e física, causando sintomas como baixa autoestima.

Uma das consequências dessas intempéries é o suicídio, que segundo Durkheim, o suicídio egoísta ocorre quando o indivíduo não sente os laços sociais e comete o ato de violência por uma causa própria. Além disso, a mutilação é outra consequência violenta, em que a pessoa se machuca, muitas vezes para sentir algo além da sensação ruim que a sociedade causou e para fugir da realidade.

Portanto, deve-se haver acompanhamento familiar na vida dos filhos e, ciente do problema, ajude-os com tratamento psicológico adequado. Além disso, o Ministério da Educação deve implantar leis que tornem obrigatório o ensino sobre doenças psicológicas na rede pública e privada, visto que com as informações certas, os alunos poderão buscar ajuda.

Vitória Gorga Machado dos Santos – 3º Ano A  
Instituto N. Senhora da Glória - Castelo (IV) - Rio das Ostras/RJ

A tristeza é normal e tão importante quanto outras emoções, porém a partir do momento em que esse sentimento não ameniza e é acompanhado de outros que afetam diretamente o modo de vida da pessoa atingida, como desmotivação para realizar atividades antes prazerosas, e não persistentes, tem-se um indicativo de um quadro de depressão.

Desencadeada por atitudes ofensivas direcionadas ao indivíduo, como no caso do bullying, ou mesmo a perda do elogio ou alguém muito importante, a depressão conduz o afetado a um estado de desânimo e a perda da vontade, seja de fazer as atividades diárias, seja de levantar ao acordar. Comportamentos estes que são diversas vezes considerados preguiçosos pelas pessoas ao redor daquela que sofre desta doença. A depressão também está relacionada à grande pressão escolar que os jovens sofrem, do bullying ao cyberbullying.

Ainda pouco reconhecida e/ou mal interpretada pelos pais ou responsáveis, a depressão é associada à preguiça pela grande maioria, dificultando a ajuda médica, o diagnóstico e o tratamento adequado. Todavia, por vezes, o indivíduo que possui a doença alega o contrário e recusa ajuda. Em ambos os casos, a falta de tratamento prejudica o depressivo em vários aspectos, como o desempenho na escola/faculdade. Além disso, o agravamento desse quadro pode levar a um sentimento de vazio emocional que por vezes resulta em suicídio.

Portanto é de extrema necessidade a conscientização sobre o que é a depressão e como ela afeta a vida de uma pessoa. Essa doença mental deve ser tratada e combatida com calma e paciência, e, caso necessário, remédio antidepressivo. São necessários cuidados por parte de quem convive com alguém com a doença, pois pequenas atitudes podem afetar fortemente esse indivíduo.

Willian Teodoro Souza da Silva – 3º Ano A  
ISMA - Colégio Dom Bosco – Leste

No livro “ruim é você, Alasca, do autor John Green, a protagonista adolescente – Alicia – sofre de depressão devido a diversos traumas infantis sofridos – referentes, principalmente, à morte de sua mãe e aos impasses vivenciados em seu dia a dia, acarretando, assim, um quadro problemático na vida da personagem. Engana-se, porém, quem acredita que a depressão como desafio contemporâneo na fase juvenil só detém apenas às histórias literárias, uma vez que é indubitável que se diga que tal problemática está presente na realidade mundial, gerada pelo impasse na tomada de decisões na passagem da adolescência para a vida adulta e pelo fato de tal doença ser banalizada pelo senso comum devido a aspectos religiosos.

Em primeiro lugar, “A depressão” é a incapacidade de construir um futuro de acordo com o Rollo May, psicólogo americano, tal concepção é uma das mais aceitas, e observa-se, a partir desta, que a fase juvenil está ligada diretamente à doença, uma vez que, em tal período, é notório o número de tomadas de decisões necessárias para obter-se um futuro promissor – que é esperado socialmente. Assim, os adolescentes, muitas vezes despreparados e indecisos, veem-se em situações conflitantes (como escolha de um emprego, graduação, etc.) caem no grande buraco negro da depressão.

Em segundo lugar, a crença religiosa extremamente difundida no território mundial, principalmente no período medieval, deixou sequelas no pensamento e no senso comum da população, que se manifesta até a atualidade e tal característica exprime um “fato social”, conceito notado pelo sociólogo Emile Durkheim, evidenciado ao se analisar que diversas pessoas encaram a depressão como “falta de Deus”, assim, levando a doença a ser banalizada e fazendo com que os portadores desta tenham pouco apoio acarretando no agravamento do quadro médico desses.

Dessarte, para que o impasse da depressão como desafio contemporâneo na fase juvenil seja resolvido, é necessário que o MEC juntamente com as escolas – instituições sociais responsáveis pela educação e formação do senso crítico – proporcionem meio de acompanhamento com psicólogos desde os primeiros anos escolares. Que os jovens tenham ajuda para os seus problemas e que tenham com quem expor suas frustrações e indecisões. Concomitantemente, o governo – instância máxima federal – deve divulgar campanhas em diversos canais midiáticos e publicitários, a fim de promover a máxima de que a depressão é uma doença grave e deve ser tratada e vista como todas as outras. Assim, a sociedade, principalmente os adolescentes, não cairão no buraco negro como atualmente no cenário mundial.

Yasmim Carla Santos Fontes – 3º Ano A  
Escola Nossa Senhora Auxiliadora - Ponte Nova/MG

Uma vida apressada tornou-se a realidade da maioria das pessoas após o processo de globalização. Quando se observa a influência da tecnologia no cotidiano dos seres humanos, é perceptível que esse novo contexto social desencadeia diversas mudanças no modo de vida e nos costumes das pessoas, afetando, inclusive, as relações entre elas, podendo isolá-las umas das outras e, assim, gerar a depressão.

Analisando a revolução Industrial, basicamente o início da globalização, nota-se que, com a aceleração do modo de vida (como no Fordismo), a qualidade de vida das pessoas diminuiu drasticamente e, não muito distante, nos dias atuais, a tecnologia, muitas vezes, rouba grande parte do tempo das pessoas, majoritariamente dos jovens, os quais já nasceram inseridos em um contexto de extrema dependência tecnológica.

Essa situação pode ser bastante prejudicial aos indivíduos, tendo em vista que, com boa parte do tempo preenchida, o restante, que deveria ser dedicado à própria pessoa e à sua saúde, acaba sendo pouco, de má qualidade e, em alguns casos, até sacrificado, gerando diversas consequências negativas como estresse, ansiedade e depressão, os quais, posteriormente, podem acarretar em doenças mais graves.

Além desses fatores, a tecnologia tem uma grande capacidade de provocar isolamento, como dito no filme O Grande Ditador: “Criamos a época da velocidade, mas nos sentimos enclausurados dentro dela”. Esse isolamento leva o indivíduo a perder-se em um novo mundo criado por ele mesmo, afastando-o cada vez mais da realidade, agravando ainda mais sua ansiedade e depressão.

Diante dessas questões, é necessário um posicionamento das famílias e escolas para utilizar a tecnologia, por meio das redes sociais, e desenvolver projetos que mobilizem e incentivem os jovens a unirem-se e realizar atividades físicas e interativas, assim, evitando uma imersão total no mundo virtual e evitando o combatendo a depressão.

Yasmim Kamila da Costa Ribeiro – 3º Ano A  
Colégio Salesiano São José - Parnamirim/RN

No livro *Amor Líquido*, o escritor Bauman apresenta as relações frágeis da sociedade contemporânea, em que reflete os desafios encontrados para alcançar uma vida plena. Nesse sentido, essa percepção está diretamente ligada às dificuldades especialmente dos jovens, em saber lidar com as emoções e problemática no mundo contemporâneo, como a imposição de valores posta na sociedade, mas também a superficialidade no modo de vida. Assim, é alarmante o número de indivíduos com depressão, por não alcançar esse princípio destacado no livro.

Nessa perspectiva, os jovens desde cedo são cercados por normas pré-estabelecidas, a realização como pessoa só será efetivada se seguir esses fundamentos, por exemplo, entrar na faculdade; posteriormente, torna-se um profissional bem remunerado, ter família e bens materiais. No entanto, essa não é a realidade, pois a exigência do mercado, em que a cada dia a especialização é primordial, assim dificultando a obtenção de emprego, logo os jovens sentem-se pressionados, o que futuramente pode gerar angústia. Além do mais, adversidades nas escolhas, seja de uma profissão, seja do modo de se vestir, ainda é vista por muitos, com preconceito, dessa maneira, está atrelada à frustração do jovem em ser excluído, por não seguir suas ideias de como ser.

Ademais, muitos, mesmo seguindo as normas estabelecidas para alcançar a felicidade, não se sentem realizados e podem acabar vivendo uma vida superficial, isto é, “mascarando” a tristeza profunda no meio social. Entretanto, vale ressaltar que em determinado momento esse indivíduo chegará a seu limite e não verá outra saída, sobretudo, deixando de realizar atividades, conviver com pessoas, e em casos mais extremos cometendo suicídio.

Portanto, cabe ao Ministério da Educação, promover nas escolas projetos que visem à vivência com a diversidade, desenvolvendo o jovem em sua função na sociedade, por meio de diálogos, palestras com a finalidade de evitar a incidência da depressão. Como também, a disponibilização de psicólogos nas escolas, nos postos médicos a partir do Ministério da Saúde para o tratamento adequado. Com isso, os jovens terão maior liberdade de expressão.

Yasmin Eugenio Cruz – 3º Ano A  
Colégio Nossa Senhora Auxiliadora - Petrolina/PE

## “RE”HUMANIZAÇÃO

Século XXI, tempo o qual frequentemente a influência negativa cresce e molda a juventude. Todos os dias adolescentes mostram-se fortes contra o preconceito e a intolerância, temas que trazem tristeza e afetam psicologicamente o ser. Além disso, sabe-se que a luta contra tal doença e sua descoberta se tornam cada vez mais difícil. Um meio para remediá-la é um desafio na contemporaneidade.

Com o desenvolvimento dos meios digitais, advindo da revolução industrial e do crescimento tecnológico pós-guerra fria tudo facilitado. Informações disseminando o ódio são comuns, os chamados “haters” estão por todos os lugar e utilizam sua fala para o mal o “hoar” o que implica constantemente o aumento dos casos de depressão, segundo dados, somente no Brasil, houve mais de 18% no crescimento da doença nos últimos 10 anos.

Outrossim, deve-se lembrar que pessoas doentes (depressivas) se isolam do mundo, o que dificulta de forma inconsciente, qualquer método de ajuda, porém, a tristeza e a auto exclusão são facilmente visíveis e serão ainda mais, a partir do momento em que o lado humanista volte à tona.

Em última instância, seguindo o pensamento de Augusto Cury, o qual cita “Nunca despreze pessoas deprimidas, a depressão é o último estágio da dor humana”, releva a ideia de que se deve começar a abrir os olhos e enxergar a dor de cada ser, importar-se mais com o outro. Que o Ministério da Saúde, a partir de campanhas, promova o sentimento na população para que, unidos, consigam analisar e ajudar a quem precisa, na busca de remédios e profissionais, evitando assim outra terminologia que a depressão leva, suicídio.

Yasmin Rafaela Braun – 3º Ano A  
Colégio Dom Bosco - Rio do Sul/SC

## O AVANÇO DA DEPRESSÃO JUVENIL

No início do século XXI, a nomeação da depressão como o mal do século tornou-se mais efetiva, principalmente, quando se diz trata da juventude. Sua proximidade precoce como os meios virtuais, seu modo de vida acelerado, além da sua introdução em um mundo amplamente globalizado são aspectos-chave na hora de avaliar o real motivo da disseminação da depressão entre os jovens.

A crença comum de que a juventude deve simplesmente adaptar-se ao meio como forma de acostumar-se à magnitude dos eventos que a roteiam, muitas vezes, acaba por agravar o quadro suscetível de tais indivíduos à depressão. Além disso, a sua realidade repleta de informações em ritmo veloz é irreparável e pode acarretar complicações raramente reconhecidas por entes familiares e amigos, por exemplo.

Para o psicólogo Jean Piaget, “o objetivo da educação é criar pessoas capazes de realizar coisas novas, não simplesmente repetir o que as gerações anteriores fizeram.” Logo, diante da nova era em que a juventude está inserida, toda a sociedade deve unir-se visando à sua conscientização e à busca da nova perspectiva de que a depressão como doença é, de fato, uma verdadeira ameaça a todos os indivíduos, principalmente os jovens.

Portanto, os Estados devem agir na formulação de políticas públicas voltadas ao suporte e à conscientização da população, com a criação de campanhas em prol do auxílio aos jovens e seus responsáveis nas questões voltadas à depressão, por meio de investimentos, para que haja equilíbrio e saudável interação entre diferentes gerações, a fim de alastrar o conhecimento sobre o assunto e sobre as corretas formas de reagir mesmo na atualidade.

Yasmin Reis Nunes- 3º Ano A  
ISMA - Colégio Dom Bosco - Centro - Manaus/AM



A **Rede Salesiana Brasil de Escolas** e a **Editora Edebê** parabenizam os alunos que se destacaram nas redações que compõem este E-book com a Coletânea dos melhores textos da 5ª Edição do ENEM Salesiano - 2019.

**PARABÉNS!**

editora  
**edebê**

