

DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA RELACIONADA AO ADVENTO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA CONTEMPORANEIDADE

Geny Santos

Millene Silva

RESUMO

Assistimos às vertiginosas mudanças pelas quais tem passado a sociedade e como elas afetam no modo de ser e estar dos sujeitos, tanto seu comportamento, quanto sua realidade subjetiva tem ganhado novos contornos e isto acaba trazendo marcadores mais acentuados para determinados grupos, que por condições singulares já passam por transformações significativas no processo de desenvolvimento. O presente artigo buscou explorar a temática da depressão na adolescência, correlacionando o tema com o advento das mídias sociais na contemporaneidade. Objetiva chamar a atenção da comunidade acadêmica para a importância de se abordar a depressão na adolescência e atentar para a vulnerabilidade psicológico-emocional dos jovens. A metodologia foi qualitativa de caráter bibliográfico, reunindo investigações que preferencialmente tratassem de estudos com adolescentes em faixa etária dos 15 aos 17 anos, o que foi levantado a partir do estado da arte em sites científicos e repositórios acadêmicos. A guisa de considerações pontua-se que neste período do desenvolvimento o sujeito passa por transformações significativas em todos os âmbitos da sua existência, que invariavelmente constituem um desgaste emocional, afetando um número considerável de adolescentes com transtornos de humor, a exemplo da depressão. Diante deste cenário, apresentamos a necessidade de um olhar de suporte a este grupo, principalmente no que concerne aquilo que o adolescente tem de mais identitário, que são a construção das relações, a inserção nos grupos, o envolvimento entre os pares, que hoje tem sido através das diversas tecnologias, atendendo ao formato virtual de relação contemporânea.

Palavras-chave: depressão, adolescência, mídias sociais.

ABSTRACT

DEPRESSION AMONG TEENAGERS RELATED TO NOWADAYS SOCIAL MEDIA

We have been watching to the vertiginous changes that society has been through and how these same changes come to affect the ways of being of the subjects, in a way that so much their behavior as their subjective reality have gained new outlines nowadays. Those outlines bring fillers more accented to certain groups which, due to unique conditions, usually pass through meaningful transformations during their own development process.

The following article tries to explore depression along adolescence, linking the theme with the advent of nowadays social media. It aims for making the academic community aware of the importance of approaching depression among teenagers and paying special attention to the psychological-emotional vulnerability of younger people. The method is the qualitative, from bibliographic survey character, and it gathers studies that would rather deal with surveys about teenagers from 15 to 17 years old, which came from scientific websites and academic repositories. On the way of thinking, it is pointed that along this development phase, the subject goes through meaningful transformations in every single ambit of his very own existence, which invariably constitute big emotional wearing, affecting a considerable number of teenagers with humor perturbation, as depression, for instance. Ahead of such scenario, we have presented the necessity of a supporting watch to this group, mainly in what refers to that teenagers have as some of their most remarkable attributes: the relations' building; insertion at groups and the engagement between twosomes, which currently comes to happen by the many technological possibilities, according to the virtual shape of contemporary relationships.

Keywords: depression, adolescence, social media.

INTRODUÇÃO

A abordagem da depressão vem sofrendo transformações ao longo do tempo, umas dessas transformações reside no fato de cada vez mais ser conhecida, estudada, falada, debatida e exposta na mídia. É pauta de entrevistas e programas televisivos, é assunto de séries e livros, assim como é tema de pesquisas científicas, parte desses modos de abordar incorrem no risco de ser feito através de *achismos* e informações do senso comum.

Um dos motivos da expansão do assunto é que a depressão está sendo considerada um dos mais contundentes mal-estares do século à nível mundial (outros dois são a ansiedade e o estresse), a Organização Mundial da Saúde (OMS) nos apresenta dados alarmantes relacionados a um crescimento dos índices de depressão em 18% no mundo, entre os anos de 2005 e 2015, já são 322 milhões de pessoas que sofrem com a depressão. No Brasil 5,8% da população é afetada, o equivalente a 11,8 milhões de pessoas.

É sabido que a depressão atinge pessoas das mais variadas idades e envolve uma gama de fatores causais, segundo a OMS, “a depressão é resultado de uma complexa interação de fatores sociais, psicológicos, biológicos” (Folha informativa – Depressão,

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

2018. Entretanto, iremos nos ater exclusivamente aos adolescentes em faixa etária dos 15 aos 17 anos, correlacionando à patologia que pretendemos estudar com o advento das tecnologias, em especial, das redes sociais na contemporaneidade, este um campo de investigação recente, tendo em conta o volume de estudos acerca da depressão em adultos, deixando a infância e adolescência como ciclos vitais ainda pouco abordados.

Os estudos existentes até o presente não atingem a dimensão do problema; até a década de 70 não se acreditava que na adolescência a depressão fosse tão frequente, imaginando-se até mesmo que ela não existia. Com o passar do tempo as pesquisas foram ganhando espaço nessa área, o interesse foi crescendo e mais atenção foi dada para se pensar mais a fundo nas causas da depressão na adolescência, de acordo com Melo, Siebra e Moreira (2017, p. 21) “a partir do ano de 2003, houve um aumento gradativo de estudos envolvendo essa temática, passando de quatro para 18 em apenas três anos”, no entanto, muitas lacunas necessitam ser preenchidas, um olhar sensível a esta condição a fim de um entendimento que possa dar conta da problemática em termos científico-reflexivos, buscando uma compreensão mais apurada do problema.

O presente estudo não visa a conclusões definitivas, ao contrário, busca chamar a atenção da comunidade acadêmico-científica para a importância de se abordar a depressão na adolescência e atentar para a vulnerabilidade psicológico-emocional dos jovens, e assim, que mais pesquisas sejam desenvolvidas ensejando por uma compreensão daquilo que muitos adolescentes vivem na internet, vivências essas que são desencadeadoras de intensos estados de mal-estar afetivo-emocional e relacionais, afetando significativamente suas vidas, com influência no seu desenvolvimento, na formação da personalidade, e no modo como vivem suas experiências. Não à toa tem crescido os casos de violência via redes sociais e ou a banalização de atitudes perversas.

Sabemos que toda análise do ser humano deve ser realizada de modo holístico, abrangendo todas as dimensões em que o sujeito está envolvido, ao analisarmos um desses componentes não estamos desprezando a importância de todos os outros, nem tampouco sendo reducionistas, na verdade, buscamos apenas compreender esse aspecto de forma a evidenciá-lo, sem nos perdemos por caminhos que muito já foram debatidos e pesquisados por autores das mais diversas linhas de pensamento.

Inicialmente apresentaremos um conceito de adolescência ao desenvolver um enquadre nosológico da depressão, delimitando as diferenças entre um quadro de depressão e situações inerentes a condição humana de tristeza e luto que fazem parte de processos necessários e até estruturais na vida de cada pessoa, dentro desse contexto analisar-se-á a problemática do suicídio entre os jovens e o seu envolvimento em desafios e jogos suicidas, para posteriormente percorrermos caminhos que visam esclarecer as características dos sintomas depressivos, então através do método de pesquisa qualitativo de caráter bibliográfico buscaremos alcançar o objetivo de explorar a depressão na adolescência e suas particularidades e relacioná-la com o uso das redes sociais na contemporaneidade; para conclusivamente apontarmos uma reflexão sobre os riscos da exposição da vida privada no espaço online público.

1- DEPRESSÃO: UM ENQUADRE NOSOLÓGICO

Antes de qualquer enquadre, devemos estar atentos que a adolescência é uma construção cultural, pois vivida de modo diferente entre os vários povos, sendo ainda dentro de uma mesma cultura, como o caso do Brasil em que não falamos adolescência, mas “adolescências”, a pluralidade do termo aponta, sobretudo, para parâmetros socioeconômicos que envolvem os jovens brasileiros, e que conseqüentemente interferem nas condições de estudo, trabalho e bem-estar dos adolescentes e suas famílias, fazendo com que este adolescente se lance no mercado de trabalho e por vezes não complete seus estudos em tempo hábil ou faça parte das classes de aceleração no ensino noturno.

Um levantamento do estado da arte nesta temática foi feito por Melo, Siebra e Moreira (2017), que nos mostra o alto índice de prevalência da depressão entre os adolescentes com média de idade de 16 anos. Para estes autores isto significa um problema de saúde pública, sobretudo pela condição de reincidência. Ratificando ainda a importância do desenvolvimento de pesquisas na área, especialmente neste ciclo vital, até pouco tempo não discutido e evidenciado. Estes autores observam que “como todo indivíduo em sociedade, várias dimensões atravessam esse sujeito, afetando-o de maneira singular.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Logo, considerar uma situação estressora ou não dependerá diretamente do indivíduo, refletindo, assim, em uma variedade de possibilidades”. (MELO, SIEBRA E MOREIRA, 2017, p. 24). Desse modo, atribuímos ao nosso estudo, também esta observação, os fatores pelos quais a depressão na adolescência e o uso das redes sociais, não têm correlação determinante, ou seja, não necessariamente todo jovem com acesso às redes sociais terá depressão. O que aqui pontuamos é que estes meios de comunicação trazem predisponentes a desordens emocionais significativas, sobretudo, a uma fase do desenvolvimento em que tudo está tomando um novo lugar em termos psicológicos.

A depressão é tema constantemente debatido no sistema televisivo, na internet, nas salas de aula, mas apesar da grande quantidade de informações que nos bombardeiam, muitas delas são errôneas e repletas de preconceitos e tabus, precisamos delimitar coerente e cientificamente os sintomas das síndromes depressivas, deixando de lado o senso comum e levando ao público leigo informação clara e objetiva do assunto. De acordo com Dalgalarrodo:

Do ponto de vista psicopatológico, as síndromes depressivas têm como elementos mais salientes o humor triste e, na esfera volitiva o desânimo, mais ou menos marcantes. Tal tristeza e desânimo são, na depressão, desproporcionalmente mais intensos e duradouros do que nas respostas normais de tristeza que ocorrem ao longo da vida. (DEL PINTO, 2003 apud Dalgalarrodo, 2019, p. 345).

Torna-se então, imprescindível, destacar a intensidade e longa duração dos sintomas para que seja, de fato, considerado sintoma psicopatológico, visto que muitas vezes um episódio de tristeza, desmotivação ou isolamento já é considerado depressão sem na verdade se enquadrar nos parâmetros reais que são estabelecidos. Cabe salientar, inclusive, a necessidade de um diagnóstico produzido por um profissional apto conforme as diretrizes de diagnóstico estabelecidas, como um psicólogo ou psiquiatra que munidos por instrumental técnico específico consigam estabelecer um diagnóstico coerente, para então desenvolver um plano de reabilitação emocional específico, com sessões de psicoterapia ou em casos mais avançados o uso de medicamentos.

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-V (2014), também nos chama a atenção para que não se confunda quadros de tristeza e luto comuns

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

à condição humana com a ocorrência da depressão maior, pois esse transtorno é caracterizado por episódios distintos de pelo menos duas semanas de duração, marcado por alterações no afeto, na cognição e em funções neurovegetativas, e remissões inter episódicas. Quando a perturbação no humor dura por pelo menos dois anos chamamos de transtorno depressivo persistente ou distímia, que é considerada a forma mais crônica da depressão.

Segundo Rodrigues (2000), além do mais conhecido sintoma que é o humor deprimido, também pode-se identificar outros como alterações no sono, no apetite, agitação, retardo psicomotor, fadiga, excesso de culpa, pensamentos de morte, ideação suicida, tentativa de fato de cometer o suicídio, entre outros. Mas vale lembrar que para ser considerada depressão não necessariamente a pessoa deve apresentar todos esses sintomas. Por outro lado, não necessariamente estes sintomas se restringem somente a depressão. Desse modo, aqui atentamos para validação das singularidades nestes casos, não falamos tão somente da gravidade da depressão, observamos também, o momento em que ela ocorre, que pode ser confundido com outras constantes do comportamento adolescente.

De acordo com Bahls e Bahls (2002 apud Biazus e Ramires, 2012, p. 84) “a incidência de quadro depressivo na adolescência varia de 3,3 a 12,4%, ocorrendo em grande parte na passagem da infância para a adolescência, com predomínio do sexo feminino sobre o masculino”. Estes são dados amplamente significativos, pois ajudam na construção de prevenção e tipo de intervenção nos casos, lembrando ainda da importância para formulação de pesquisas que investiguem porque a depressão se encontra potencializada na puberdade, tendo a questão de gênero associada. A partir disso podemos fazer algumas inferências, como por exemplo, o lugar da liberdade de expressão e ação, que na cultura ocidental ainda é atribuído ao homem, os limites à sexualidade feminina, a contenção quanto aos grupos de amizade, enfim, as repressões voltadas à mulher são sempre maiores, o que pode resultar em um desgaste afetivo-emocional contundente.

Observações da clínica psicanalítica feitas por Ana Freud (2006) para a adolescência, levaram a autora concluir que na adolescência as moções pulsionais são indiscutivelmente intensas e evidenciam uma necessidade de estudo detido dessa fase, tendo em vista as mudanças físicas e de caráter, além das perturbações no equilíbrio

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

psíquico, com claras contradições que marcam este tempo da vida. Para Ana Freud (2006, p. 101) isto é o resultado da luta entre um “id relativamente forte e um ego relativamente fraco”, sendo uma espécie de recapitulação do período sexual infantil, mas que até então a criança conseguiu dar conta pela condição de latência em que se imprimia, além dos fatores externos, como a educação e os limites impostos que serviam como contenção, sobretudo para as angústias. Na adolescência o sujeito já não está mais a mercê da total determinação do adulto, precisa construir uma autonomia mínima, no entanto, as forças pulsionais estão com carga absoluta e o adolescente não sabe lidar efetivamente com isto por ser uma nova condição psíquica que se estabelece.

Daí os intensos conflitos vividos pelo adolescente e os efeitos contraditórios que isto traz ao seu comportamento. “Os impulsos agressivos são intensificados a ponto de completo desregramento; a fome converte-se em voracidade; e a traquinice do período de latência redundando no comportamento criminoso da adolescência” (FREUD 2006, p.104)

Outra referência psicanalítica para o processo de adolecer, ratifica que o período da adolescência é substancialmente importante e não se faz um verdadeiro estudo do que seja este período e suas dificuldades na ótica do próprio adolescente. Assim, vão se disseminando ideias do adolescente como um sujeito difícil de lidar, e a irritação pública com este período, não à toa, temos a expressão “aborrecente” como marcação do estado emocional do adolescente. Por isso, que para Winnicott (2011, p. 116) “a adolescência é tratada como um problema, e o fato de que cada adolescente está na verdade vivendo um processo ao cabo do qual se tornará um adulto consciente e integrado na sociedade é deixado de lado na questão”. A ideia defendida por este autor, é que a adolescência é um processo que precisa de tempo para poder acontecer de forma a resultar na maturidade necessária para encerrar a vida adulta, não podendo ser retardado ou acelerado, do contrário, isto poderia resultar em distúrbios psiquiátricos.

1.1 Suicídio na Adolescência

Quando falamos de depressão na adolescência, falamos também de suicídio na adolescência, o desfecho trágico da dor vivenciada em magnitude durante a depressão. Uma interface dos dois assuntos pode nos proporcionar uma melhor clareza do problema, um entendimento mais amplo para uma abordagem eficaz, pois estabelecem em muitos

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

dos casos uma relação estreita. “Verificamos que a depressão apresenta uma relação muito próxima com o suicídio, temática tão delicada nessa faixa etária, tendo em vista que se refere a uma das principais causas de morte nesse período”. (MELO, SIEBRA e MOREIRA, 2017, p. 29).

Em um estudo de prevalência de base populacional realizado por Jatobá & Bastos (2007), foram analisados 242 alunos de 14 a 16 anos e foi encontrada uma taxa de 34,3% de ideação suicida/tentativa de suicídio. Na pesquisa, a ideação suicida apresentou-se relacionada a sintomas depressivos leves ou moderados bem como a ansiedade moderada, já a tentativa de suicídio esteve fortemente associada a sintomas depressivos graves e ansiedade severa. Desse modo, podemos perceber que o grau da depressão pode influenciar diretamente no nível do comportamento autodestrutivo, podendo chegar a ser apenas uma ideação suicida, ou infelizmente, chegar no desfecho final da tentativa de suicídio e a realização do ato. Essa relação muito próxima entre a depressão, a ideação suicida e/ou a tentativa de suicídio é bem evidenciada no fato de que, assim como os índices de depressão têm aumentado, os índices de suicídio também acompanharam esse crescimento. “O suicídio é uma das principais causas de morte entre jovens, e aproximadamente entre um terço a dois ocorre em adolescentes clinicamente deprimidos, sendo, portanto, a principal causa de suicídio entre jovens”. (BAHLS & BAHLS, 2002, p. 5).

Os fatores de agravamento da depressão e caminho para fatalidade ganham força pelo período do ciclo vital, em se tratando da adolescência o sujeito se encontra em altas cargas de mudança biopsicossocial. A estrutura e a dinâmica do período da adolescência acabam tornando o sujeito vulnerável tendo em vista a passagem natural que está fazendo, onde terá que fechar um ciclo para dar ordem a um novo comportamento, organização de condutas com regras e limites que até então eram totalmente feitas pelos pais ou outros responsáveis. Aqui observamos que a estruturação de uma autonomia na adolescência não é tarefa fácil, podendo gerar uma série de marcações afetivas que o levem a um estado de vulnerabilidade emocional.

Existem alguns precipitadores que podem ser encontrados como causa de comportamentos suicidas, entre eles o luto vivido por determinada perda, abusos de ordem sexual, física ou psicológica, vivência de casos de suicídio de familiares, amigos,

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

ou de desconhecidos que chegam através da informação passada pela mídia, eventos estressores e crises relacionais são exemplos destes fatores predisponentes.

Além das redes sociais serem consideradas propulsoras da depressão e assim também do suicídio, como já exposto anteriormente, nos deparamos agora com uma onda crescente de desafios suicidas e jogos perigosos que invadem o ambiente virtual, levando cada vez mais usuários da internet a tentativas de suicídio que muitas vezes têm o peso da letalidade. E são os jovens o principal público afetado por esses desafios e jogos. Dentre os desafios que são recorrentes no âmbito virtual e que são responsáveis por levar uma série de jovens a cometerem o suicídio, encontramos o “Blue Whale” (Baleia Azul), o “Red Owl” (Coruja Vermelha) e o mais novo desafio suicida conhecido como “Momo”. Ambos têm em comum o fato de incitarem o suicídio através de uma série de tarefas que apresentam a morte como uma saída para a dor e o sofrimento, uma escapatória, uma forma de libertação.

Os jogos perigosos apesar de não apresentarem desafios, estão ancorados em mensagens que podem potencializar os sentimentos depressivos e os comportamentos suicidas. Dentre os jogos mais populares estão o “Undertale” e o “Can You”. No primeiro; os personagens assumem formas assustadoras e transmitem a mensagem de que o amor é inalcançável, já no segundo; o usuário do jogo tem a tarefa de enforcar um urso até a morte. Entendemos como jogos inadequados para determinadas faixas etárias, principalmente para aqueles que estão depressivos ou já tentaram suicídio, pelo teor de incitação à violência, ensejo de sentimentos de pesar e falta de perspectiva com a vida.

Um estudo realizado por Ramos et all (2018) a partir de um levantamento bibliográfico em bases de dados acerca da depressão na adolescência e correlação com o suicídio, foram apresentadas pesquisas em que aparecem os fatores que potencializam os sintomas depressivos como “a associação entre a presença de problemas psíquicos e agressividade, bullying escolar e a dependência ao acesso à internet com uso de meios eletrônicos, e os ataques cibernéticos que afetam a integridade social dos adolescentes” (BOTINO ET ALL. 2015, Apud, RAMOS ET ALL, 2018, p. 1439).

Dentro deste mesmo levantamento algo chama a atenção nos estudos realizados, o de que as diferentes regiões do Brasil são afetadas pela depressão na adolescência de modo muito particular, a exemplo do Nordeste que figurou como a região de maior

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

prevalência nos artigos encontrados para o tema, o que fez com que os autores inferissem que, “o interesse maior sobre a temática nessa região do país pode estar relacionado com os frequentes ataques preconceituosos e demais formas de *bullying* aos brasileiros nordestinos” (RAMOS ET ALL, p. 1443, 2018). A isto acrescentamos o *cyberbullyng* e toda sorte de ataque virtual à cultura e educação do povo nordestino, o que poderá desencadear os transtornos de humor como a depressão, a partir do sentimento de menos valia, diferenciação negativa, medo de se posicionar pelo seu lugar de fala, numa clara vivência do etnocentrismo e toda carga de preconceito e exclusão que ele traz.

A mesma pesquisa aponta que a posição de gênero também interfere no desenvolvimento da depressão e na possibilidade ao suicídio, figurando entre as mulheres os maiores índices, “as mulheres desenvolveram depressão mais que homens e a correlação com as tentativas suicidas também foi maior para as mulheres”. (RAMOS ET ALL, 2018, p. 1443). O que podemos inferir com algumas suposições é que as mulheres ainda estão relegadas à figura do cuidado, e nem sempre são cuidadas, a depender do meio em que transitam, as mulheres não têm lugar de fala ou têm reprimida suas possibilidades de expressão. Enfim, o estudo não revela as causas específicas desta diferenciação, o que aponta para uma necessidade de investigação que poderia favorecer para criação de políticas de prevenção e planos de ação mais contundentes.

2- DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA E REDES SOCIAIS

A adolescência é caracterizada por uma fase do desenvolvimento humano em que grandes e importantes mudanças estão ocorrendo, tanto do ponto de vista físico como psicológico, é um período onde o processo de formação de identidade está sendo revisto, além da entrada em um novo processo cognitivo. Na adolescência o sujeito passa a não mais precisar de objetos à sua frente para saber que eles existem, a referência é dada pela abstração do pensamento, ou seja, o adolescente é capaz de usar plenamente os processos mentais, como memória e inteligência, com posições criativas para resolução de problemas, passando por sensações e deduzindo uma compressão das mesmas, ou seja, fazendo a percepção do que sentiu.

De acordo com Pereira (2005, p. 1) “adolescência é um constructo teórico referente a um processo, e não um estado, caracterizado pelas mudanças psicológicas que ocorrem num período de transição entre a infância e a idade adulta”. Este processo não se dá de forma simples e igual para todos os jovens, como referido anteriormente, cada sujeito será capaz de vivenciar singularmente suas experiências para construção da identidade, a partir de marcadores culturais, socioeconômicos, familiares e subjetivos pela dinâmica de sua personalidade. É o que dizem Biazus e Ramires (2012, p. 84) “O sujeito, ao entrar na adolescência, passa a residir em um novo corpo, que clama por uma nova identidade e que marca a sua passagem da esfera familiar à esfera social”. Portanto, são mudanças em vários campos e precisam acontecer em uma totalidade, de modo que o sujeito não conviva com a sensação de fragmentação, uma vez que corporal e psicologicamente há uma reconfiguração.

Ainda de acordo com Biazus e Ramires (2012, p. 84) “A depressão sempre foi considerada uma psicopatologia específica da fase adulta. Somente a partir de 1960 sua ocorrência foi relacionada à infância e adolescência”. Isto vem significar, sobretudo, que durante muito tempo a adolescência não foi assistida aos cuidados em saúde mental no que tange aos transtornos de humor a exemplo da depressão. Atualmente, busca-se voltar o olhar a esta fase do ciclo vital em seus vários aspectos, tendo em vista não apenas o tempo em que a adolescência e sua condição psicológica estava longe das discussões, como também, o grande impacto sobre a vida psíquica do sujeito nesse período da vida.

Da criança ao idoso a depressão pode estar presente, contudo, cada fase apresenta características diferentes, assim como cada pessoa vivencia esse estado de mal-estar de forma única. Estabelecer algumas características básicas serve apenas como parâmetro para o diagnóstico, pois quando bem definido auxilia no plano de intervenção.

Especificar na adolescência e não em outras fases do ciclo vital, não anula os riscos da depressão para a criança, o adulto ou o idoso, tampouco dispensa o empenho de pesquisas nessas fases, apenas delimita um campo que necessita de mais atenção, por se constituir em um período da vida em que transformações físicas e psicológicas estão a um só tempo ganhando nova ordenação. Ligado a isto, o DSM-V revela que é no período da puberdade que aumentam as chances do transtorno depressivo maior aparecer. É também nos jovens que alguns sintomas são diferenciados, como a hipersonia (sonolência

excessiva) ou a hiperfagia (aumento patológico do apetite), e que por vezes, aparentam ser comuns a esta idade, surgindo daí a necessidade do diagnóstico diferencial.

Nem sempre adolescentes deprimidos estarão tristes, as crises de explosão são bem comuns, não raramente são instáveis e se irritam facilmente. Porém, muitas vezes são negligenciados, por haver uma crença da parte da família e das pessoas que convivem com esses adolescentes que seu comportamento é algo comum nessa idade não se sabendo diferenciar o que é “normal” daquilo que tem caráter patológico.

Para Pereira (2005, p. 8) “a adolescência é um período da vida que propicia a aparição de uma crise psicológica, decorrente de uma situação pessoal que surge quando estruturas de adaptação e de defesa bem experimentados deixam de ser adequadas à assimilação de novas exigências”. Ou seja, as certezas da infância, já não dão conta da nova fase, aliado aos fatores externos como pressão social e familiar, busca da identidade, reconhecimento e adaptação ao novo corpo, acarretam demandas como a depressão, ansiedade, bipolaridade e outros mais transtornos mentais graves com incidência na adolescência.

Conforme nos traz Erikson, o principal desafio da adolescência é a luta para formar um senso claro de identidade (WEITEN, 2002). Nessa busca para entender quem ele é, o mundo social tem forte influência, muitas vezes perdido busca encontrar-se no outro, questionar-se a partir dos padrões que percebe nas redes. As exigências sociais em consonância com a insegurança pessoal e o caráter marcante da instabilidade emocional fazem com os sentimentos depressivos de insatisfação e falta de sentido estejam presentes na construção da subjetividade.

O termo rede social vem sofrendo transformações ao longo do tempo, na primeira metade do século XX o sentido por trás desse termo era de teor mais abstrato, porém, já a partir da segunda metade deste século foi assumindo grandes proporções. O próprio significado pode trazer uma certa contradição, assim como pode ter sentido de aprisionar, também pode ter sentido de libertar.

Se, por um lado, ele permite colocar em contato entes localizados em locais distintos, uma vez que a rede possibilita estabelecer “relações entre dois pontos”, definição que está associada a estrutura de comunicação e transporte, por outro lado, o conceito também permite que seja utilizado em contextos nos

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

quais o que está posta é a limitação de movimentos e, portanto, de não comunicação. (VERMELHO, VELHO & BERTONCELLO, 2015, p. 5)

Mesmo que as redes sociais tenham diversos pontos positivos, possibilitando o encurtamento da distância e desenvolvendo a sociabilidade com pessoas diferentes de diversas partes do mundo, elas acabam acentuando os conflitos internos do sujeito. Segundo Bauman (1999), as redes sociais são muito úteis, oferecem serviços prazerosos, mas são uma armadilha. O adolescente começa a perceber-se a partir de uma falsa realidade, de uma plenitude forjada, de uma beleza editada que não condiz com o real, de uma felicidade forçada que mascara problemas de toda ordem. Além disso, os dispositivos com acesso à rede tendem a tornar as relações apáticas, sejam namoros ou amizades acabam se resumindo ao toque de uma tela, e conseqüentemente, aumentando o sentido de solidão e ou individualização forçada.

Uma personalidade e identidade forjadas, uma autoestima frágil e a instabilidade emocional são a porta de entrada para pensamentos negativos de todos os tipos, crises existenciais e conflitos internos. A grande questão presente é a frustração de não conseguirem ser populares, de não obter *likes*, de não ter seguidores na quantidade indicada para uma suposta aceitação. A alienação é tão intensa que não sabem mais distinguir o que realmente é seu daquilo que é do outro. Os adolescentes sentem-se rejeitados, como uma peça que não se encaixa nos padrões de estética e de vida que são cobrados para que se tenha popularidade na rede.

“Erikson entende que a identidade se forma através do processo de reflexão e observação, simultaneamente. Isso significa que o adolescente julga a si próprio observando como os outros o julgam comparando-o com eles mesmos”. (SUÁREZ, 2005, p.5). Aquilo que o jovem percebe nas telas dos diversos dispositivos com acesso à rede, serve na maioria das vezes como parâmetros para sua vida, como leis a serem seguidas, estilos de vida a serem incorporados. É a partir do outro que ele constrói aquilo que é seu, o negativo nesse ponto reside no fato de que não são poucas as vezes que o jovem abdica do que lhe agrada e melhor lhe define para encaixar-se naquilo que é tido como belo e perfeito no universo digital, para ser aceito como um daqueles populares na rede.

Para Moromizato et al (2017, p.5) “estar conectado facilita o comportamento de verificar as notificações das redes sociais. Isso reforça um sentimento de segurança social

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

com os amigos e parceiros, chamado de ‘busca de reafirmação’ relacionada com o medo da perda”. Dessa forma, o sujeito envereda por caminhos de dependência emocional e afetiva, ficando relegado a demonstrações virtuais de aprovação do outro que o acompanha virtualmente, perdendo muitas vezes sua própria identidade, alienando-se para se tornar aquilo que mais agrada ao grupo social com o intuito de não perder a aceitação do grupo.

Apesar de sabermos que existem pesquisas que relacionam o uso excessivo e inapropriado da internet ao desenvolvimento de transtornos como a depressão e a ansiedade, ainda não está bem definido se os sintomas depressivos são a consequência do uso inadequado das redes sociais, ou se eles são a causa do refúgio dos adolescentes no ambiente virtual, não se sabe em qual dos dois polos seria melhor o enquadre.

Como ainda nos traz Mamorizato et al (2017, p.5)

Dessa forma, a presença de sintomas tanto ansiosos quanto depressivos pode ser gerado pelo mau uso da internet e/ou redes sociais, ou os sintomas podem estar presentes e o uso desta representa somente um mecanismo de compensação.

Talvez essa questão necessite ficar em aberto para que cada caso dentro de seu contexto seja definido da melhor forma, associando as redes sociais como aspecto causal ou consequência dos sintomas depressivos. Levando em consideração a peculiaridade da situação, bem como a singularidade da vivência de cada sujeito, não seria adequado definir apenas um polo como verdadeiro, pois acabaria caindo em uma perspectiva reducionista que não atingiria a diversidade das demandas que surgem nos mais variados contextos de atuação profissional.

O individualismo doentio instigado pela nossa sociedade capitalista juntamente com o encarceramento digital está criando uma geração solitária e depressiva que grita por socorro, são gritos disfarçados em postagens, desenhos, no isolamento social, ou comportamentos desviantes, porém esses gritos muitas vezes não são escutados, ou até mesmo sufocados com a onda de comentários do tipo que associam a depressão com fraqueza, com falta de ocupação, com modismo, com falta de fé e tantos outros julgamentos preconceituosos.

É comum no cenário atual encontrarmos valiosas atitudes de empatia pelo sofrimento de uma celebridade, enquanto isso dentro dos lares falta acolhimento dos pais

para com os filhos, nas escolas dos professores para com os alunos, ou dos colegas para com o amigo que está vivenciando algum processo difícil e doloroso, talvez a empatia esteja limitada ao compartilhamento ou as *tags* de apoio e suposto altruísmo, e não está presente em ações concretas no cotidiano.

3- ARMADILHAS DA EXPOSIÇÃO DA VIDA PRIVADA

As redes sociais preencheram em tal nível a vida dos sujeitos que é incorporado uma certa obrigação de compartilhar suas vidas o tempo inteiro, levando-os a afundar sem que se perceba, tornando-se um hábito, uma parte indispensável da rotina. Compartilhar o que está comendo, vestindo ou até mesmo sentindo. Já não se pode mais passar muito tempo sem nenhuma postagem para não correr o risco de perder seguidores, amigos virtuais ou a visibilidade na rede.

Os adolescentes equipados com confessionários eletrônicos portáteis são apenas aprendizes treinando e treinados na arte de viver numa sociedade confessional – uma sociedade notória por eliminar a fronteira que antes separava o privado e o público, por transformar o ato de expor publicamente o privado numa virtude e num dever público. (BAUMAN, 2008, p. 9-10)

A linha entre o privado e o público está cada vez mais tênue, com apenas alguns comandos nos dispositivos com acesso à rede os adolescentes tornam acessível a todos as suas experiências, bem como os sentimentos envolvidos, suas frustrações, decepções, seus abismos existenciais. Como essas confissões são recebidas pelo público é a grande questão; como o outro reage ao meu desabafo?

Um dos riscos que se está suscetível ao usar redes sociais e compartilhar sentimentos e emoções, é receber comentários que nem sempre são de acolhimento, apoio e empatia, mas ao contrário podem agravar ainda mais o sofrimento. O que se percebe muitas vezes na internet é a falta de uma reflexão responsável sobre o alcance das palavras e suas consequências na vida do outro, o vazio de empatia e respeito com a dor que o outro está vivenciando.

Ainda citando Bauman:

Nós somos responsáveis pelo outro, estando atento a isto ou não, desejando ou não, torcendo positivamente ou indo contra, pela simples razão de que, em nosso mundo globalizado, tudo o que fazemos (ou deixamos de fazer) tem impacto na vida de todo mundo e tudo o que as pessoas fazem (ou se privam de fazer) acaba afetando nossas vidas. (BAUMAN, 1925, p.75-76)

A globalização nos interliga em uma rede, o que se precisa compreender é que essa rede não apenas nos aproxima facilitando os relacionamentos sociais, comerciais e afetivos, mas também nos responsabiliza pelas consequências de nossas ações, o que nos cobra uma atitude crítico-reflexiva constante em relação a nossa postura diante do outro que se apresenta face a face, ou através de dispositivos tecnológicos.

Faz-se necessário compreender também os motivos que envolvem a decisão de expor a vida pessoal na internet, e talvez encontremos entre esses motivos a ausência de um espaço adequado e eficaz para o desenrolar dos nós que sufocam o sujeito e que assim conduzam a libertação de sentimentos aprisionados. Não é que inexistam tais espaços, mas ainda não são totalmente abraçados pelos adolescentes, assim como pela sociedade em geral, que ainda cultiva tabus e preconceitos relativos ao espaço clínico da psicoterapia, muito já foi desmistificado, contudo, um longo caminho ainda precisa ser percorrido, para um acesso mais eficaz de todos aos serviços que os psicólogos podem oferecer.

Outro espaço de suporte defasado na atualidade é a família, que deveria ser o *locus* primordial de diálogo, acolhimento e desenvolvimento de apegos seguros no qual os adolescentes sentiriam a confiança e abertura para falar sobre os processos que são vivenciados por si e nos ambientes que fazem parte de sua vida. Segundo Avanci et al. (2008, p. 2), “apegos seguros têm sido relacionados à construtiva regulação afetiva, baixa ansiedade e hostilidade, elevada competência social e suporte familiar na adolescência”. Logo, a ausência desses apegos seguros que deveriam ser encontrados na família pode ser um dos fatores que conduzem os adolescentes ao desenvolvimento de sintomas depressivos.

Acerca disso, Ramos et al. (2018, p.7), nos mostra em um estudo bibliográfico “os principais sintomas identificados foram à falta de rede de apoio como distanciamento da

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

família e adversidades familiares, bem como baixa autoestima e insatisfação com a vida atual”. A família deve ser o lugar privilegiado das primeiras relações humanas e trocas de afeto, preparando o sujeito para sua vida em sociedade, para saber lidar com as diferenças, com as frustrações, sem perder sua subjetividade na teia das relações alienando-se ao outro, perdendo seu EU. É na família que o adolescente precisa encontrar uma rede de apoio que o acolha quando os desafios de viver em sociedade o confrontarem, quando suas próprias questões internas que são os conflitos típicos dessa fase do desenvolvimento humano aflorarem, necessitando do apoio primordial que a família deve fornecer, para que este adolescente possa transpor essa fase de forma saudável e benéfica para seu desenvolvimento. Cada vez mais as relações familiares se afastam do esperado, relegando seu dever primordial de interações positivas e rede de apoio a outras instituições, abrindo precedentes para o uso exagerado da internet que ocupa cada vez mais o espaço destinado ao convívio e diálogo familiar,

De acordo com Pratta & Santos (2007, p. 7) “a falta de diálogo no ambiente familiar pode, portanto, acarretar ou, em certos casos, acentuar algumas dificuldades, principalmente em termos de relacionamento, podendo afetar até mesmo o bem-estar e a saúde psíquica dos adolescentes”. É através do diálogo que os pais também podem e devem orientar seus filhos sobre os relacionamentos sociais presenciais e online, sobre os riscos da exposição da vida privada na internet, bem como sobre os limites e responsabilidades que eles devem ter em quaisquer tipos de relação.

4- CONSIDERAÇÕES

Conclusivamente para este estudo, evidenciou-se que a depressão tem se constituído nas últimas décadas como um transtorno de humor cada vez mais prevalente e comum nos diversos ciclos vitais, aqui procuramos lançar um olhar para a adolescência, pois pelo interesse de pesquisa e pelas investigações levantadas percebeu-se um número considerável de adolescentes acometidos pelos transtornos de humor, com o agravamento da ideação suicida, as tentativas e um número alarmante em sua letalidade, colocando um acento nas relações construídas em redes sociais virtuais, como janela para o desenvolvimento da depressão nessa fase

O período da adolescência é marcado por uma série de mudanças que vão desde as maturações biológicas e fisiológicas até a construção de uma identidade e a organização de afetos e regulação das emoções. Sendo assim, a própria estrutura da fase não é simples o que abre precedentes para vivência de conflitos, desordens emocionais e experiências intra subjetivas complexas. Observou-se com esta pesquisa que a depressão na adolescência pode estar atrelada ou ter como fator de risco o modo como os adolescentes constroem suas relações e fazem uso das mídias sociais. A exposição midiática tem trazido uma série de agravantes no que tange a vivência afetiva dos jovens, estes têm aparecido mais ansiosos, sensibilizados por uma necessidade premente de *likes*, comentários que enalteçam características forjadas em sucessivas aparições nas condições de cenário, ou seja, lugares e situações nos quais talvez só esteve de passagem.

Uma vida de aparência em que as frustrações, as dificuldades cotidianas e os vazios constitutivos do processo de subjetivação são superficialmente disfarçados pela efemeridade da aceitação. A construção de um novo lugar e uma nova posição na vida do sujeito adolescente acaba se voltando para este lugar relativamente pronto, efêmero e distante típico das redes sociais, aqui as implicações afetivas não precisam ser profundas nem duradouras. No entanto, ora são causa, ora consequência de fragilidades subjetivas, desenvolvidas na singularidade de um período de transição significativo, assim como, nas mudanças sociais ocorridas nas últimas décadas e que têm afetado profundamente no modo de construir afetos e vínculos.

Como foi dito em diversos pontos do trabalho, aqui não está o intento de trazer ideias conclusivas, o objetivo foi exatamente de abrir possibilidades de investigação para um problema prevalente e carenciado de intervenções efetivas. Por isso, podemos pensar que as diversas áreas do conhecimento e os diferentes campos de ação, podem contribuir a fim de minimizar os impactos, por vezes, fatalmente contundentes na vida afetiva dos adolescentes. Projetos de prevenção e intervenção nas escolas, a fim de que possa recriar vínculos e diluir os modos de violência a partir do bullying, refazer o lugar da autoridade parental de modo que o adolescente se sinta regulado por normas que repercutem em sua vida afetiva como o sentimento de pertença, equilíbrio no formato das relações interpessoais sendo elas virtuais, mas também presenciais, enfim, estas não são regras ou

conselhos, são possibilidades para construção de um plano de ação onde figure a promoção da saúde mental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIATION, American Psychiatric. **DSM-5 – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AVANCI, Joviana Q.; ASSIS, Simone G.; OLIVEIRA, Raquel V. C. Sintomas depressivos na adolescência: estudo sobre fatores psicossociais em amostra de escolares em município do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n.10, p. 2334-2346, out. 2008

BAHLS, Saint-Clair; BAHLS, Flávia Rocha Campos. Depressão na adolescência: características clínicas. **Interação em Psicologia**. Curitiba. P. 49-57, jan/jun. 2002.

BAUMAN, Zygmunt. **Capitalismo parasitário**. Rio de Janeiro: Zahar, 1925.

_____, Zygmunt. **Globalização: As consequências humanas**. Rio de Janeiro: Zahar, 1999.

_____, Zygmunt. **Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais – 3.ed.** Porto Alegre: Artmed, 2019.

BRASIL. OPAS/OMS. **Depressão na adolescência e comportamento suicida: uma revisão integrativa**. Folha informativa – Depressão. (março de 2018).

FREUD, Anna. **O ego e os mecanismos de defesa**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

JATOBA, Joana D’Arca Vila Nova; BASTOS, Othon. Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. **Jornal brasileiro de psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 56, n. 3, o. 171-179, 2007.

MAROMIZATO, Maíra Sandes et al. O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 41, n. 4, p. 497-504, out/dez. 2017.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

PRATTA, Elisângela Maria Machado; SANTOS, Manoel Antônio. Família e Adolescência: A influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. **Psicologia em estudo**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 247-256, maio/ago. 2007.

RAMOS, Aline Sharlon Maciel Batista et al. Depressão na adolescência e comportamento suicida: Uma revisão integrativa. **Enciclopédia Biosfera, Centro Científico Conhecer**, Goiânia, v. 15, n. 17, p. 1437-1447, 2018.

RODRIGUES, M. J. O Diagnóstico de Depressão. **Psicologia USP**, v. 11, n. 1, p. 155-187, 1 jan. 2000.

SUÁREZ, Adolfo Selmo. Crise de identidade na adolescência: Breve análise e implicações para a práxis religiosa segundo a teoria de Erik Erikson. **Acta Científica. Ciências Humanas**, v. 2, n. 9, p. 31-38, 18 out. 2005.

VERMELHO, Sônia Cristina; VELHO, Ana Paula Machado; BERTOCELLO, Valdecir. Sobre os conceitos de redes sociais e seus pesquisadores. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 41, n. 4, p.863-881, out/dez. 2015.

WEITEN, Wayne. **Introdução à psicologia: temas e variações**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002.

WINNICOTT, Donald. W. **A família e o desenvolvimento individual**. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

Recebido. 10/8/2020. Aceito: 2/12/2020.

Autoras:

Geny Santos - Psicóloga clínica, Terapeuta de Casal e Família pelo Instituto Libertas. Mestre em Ciências da Educação com ênfase em Educação Inclusiva. Doutora em Educação pela ULHT/Lisboa. Professora do curso de psicologia da Uninassau Caruaru/PE.

E-mail: genypsi@hotmail.com

Millene Silva - Estudante do 6º período do curso de psicologia na Uninassau Caruaru/PE. Realiza pesquisas com áreas de interesse em Transtornos de Humor, Transtornos Alimentares na Infância e Adolescência.

E-mail: millene_ms@hotmail.com