POR Arlaine Castro reporter@gazetanews.com

A ideia de suicídio mascarada pelo mundo virtual

Mineira, formada em Comunicação Social - Jornalismo pelo Centro Universitário do Leste de Minas Gerais (UNILESTEMG). Traz em seu currículo experiências como assessora de comunicação, escritora, revisora e organizadora do livro Eta Babilônia. Atualmente é repórter do Gazeta News.

Quando se fala em cuidar do corpo e da alma há que se incluir nesse combo a mente. Por quê? Por que nem sempre uma pessoa que parece esbanjar saúde, tem um corpo saudável, leva uma vida acima de qualquer suspeita de fraquezas e decepções, está realmente bem. O que nos faz refletir são casos de pessoas que até então, aos olhos da maioria, deveriam estar superfelizes e de bem com a vida, mas acabam com a própria vida.

O suicídio é a segunda causa de mortes entre jovens entre 15 e 29 no mundo e já é considerado uma epidemia, segundo a Organização Mundial de Saúde.

Como a recente morte do coach e personal trainer Roberto Bueno, 46 anos, encontrado morto, na última segunda-feira, na casa onde morava em Miami. O profissional tirou a própria vida, segundo pessoas próximas, e o caso chocou o público. Entre amigos e clientes, conquistou mais de 2 milhões de seguidores no Instagram e era considerado 'guru das famosas'.

Bueno ajudou milhares de pessoas a melhorar a saúde, a autoestima, o conquistar o autocontrole, mas ele mesmo sucumbiu a tudo isso. Estima-se que mais de 300 milhões de pessoas sofram com a depressão no Brasil, de acordo com a OMS, e 800 mil cometem suicídio. No mundo, segundo a Organização Mundial de Saúde, o suicídio é a segunda causa de mortes entre jovens entre 15 e 29 e já é considerado uma epidemia.

Estar bem por dentro entende-se estar bem com a sua mente. A saúde mental, hoje ainda mais discutida e mostrada sua importância, faz vítimas o tempo todo. As pessoas que escondem que estão sofrendo, as que não conseguem, por 'N' motivos, expor o que estão sentindo são as principais vítimas.

Por trás de tudo isso existe uma "alavanca" - o preconceito. Até quando falar sobre depressão, sem ser julgado pela sociedade como incapaz ou preguiçoso, será considerado um tabu? A ideia de ter sempre que passar a imagem de sucesso, autocontrole e felicidade é avassaladora. Mais ainda para quem sofre da doença.

"É como se os suicídios se tornassem invisíveis, por serem um tabu sobre o qual mantemos silêncio. Os homicídios são uma epidemia. Mas os suicídios também merecem atenção porque alertam para um sofrimento imenso, que faz o jovem tirar a própria vida", alerta Waiselfisz, coordenador da Área de Estudos da Violência da Faculdade Latino-Americana de Ciências Sociais (Flacso).

Segundo a OMS, a depressão será a doença mental mais incapacitante do mundo até 2020. ... De acordo com dados da OMS, a quantidade de casos de depressão cresceu 18% em dez anos. Até 2020, esta será a doença mais incapacitante do planeta, na previsão da Organização Mundial da Saúde.

Tudo isso, aliado ao mundo das redes sociais, no qual muitas pessoas tentam passar uma vida que não é a que elas realmente vivem, pode ser a chave para uma depressão e uma falta de vontade de viver. Tudo porque, ao navegar nas redes sociais, têm-se a ideia de que todo mundo é muito feliz e só você está ali, com problemas e lotado de boletos para pagar.

"A postagem dos outros se torna uma provocação e é preciso se mostrar melhor. Mudar a aparência não é mais suficiente, é preciso fingir outra vida", define Cleonio Dourado no texto "A linda falsa vida que muitos sentem a necessidade de mostrar".

Infelizmente, há uma cobrança coletiva para sempre sermos felizes e iguais a todos. Por trás de cada foto postada espalhando sorrisos, pode haver uma pessoa que não está bem. E tentar competir nesse mundo é o que pode trazer obstáculos e sem muita demora, uma depressão.

Dessa forma, o limite entre o real e o virtual deve ser respeitado. A busca por uma vida boa e saudável pode e deve ser o mais importante. Não existe a vida perfeita como tentam mostrar nas redes. E Ninguém sabe o que se passa na mente de uma pessoa. Até a que parece feliz. Eis o segredo - a vida virtual não pode ser diferente da que se vive.

Oi! O TUCANO ECOLOGISTA - Fernando Rebouças

TELEFONES DE EMERGÊNCIA EMERGÊNCIA ligue 911 (Corpo de Bombeiros, Polícia ou Ambulância)

CONSULADO-GERAL DO BRASIL EM MIAMI
Setor de assistências a brasileiros:
(305) 285-6208 / (305) 285-6258 / (305) 285-6251

AEROPORTO INTERNACIONAL
Miami: (305) 876 7000
Fort Lauderdale: (954) 359 1200
Palm Beach: (561) 471 7400
Orlando: (407) 825 2001

AMERICAN RED CROSS
Miami Dade: (305) 644 1200
Broward : (954 797 3800
Palm Beach: (561) 833 7711 (South)
Palm Beach: (561) 746 1532 (North)
Orlando e Região: (407) 644 9300

ANIMAL CARE AND REGULATION DIVISION
Miami Dade: (305) 6441200
Broward: (954) 359 1313
Palm Beach: (561) 233-1200 | Orlando: (407) 836 6311

METEOROLOGIA weather.com

QUI	SEX	SÁB	DOM	SEG	TER	QUA
10/31	02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06
87°/77°	86°/76°	86°/75°	85°/76°	85°/77°	86°/76°	86°/75°

THE WEATHER CHANNEL

Gazeta Brazilian News
Fundado em fevereiro de 1994
Gazeta Brazilian News
1100 S Federal Highway #200
Deerfield Beach, FL. 33441
Tel.: (954) 938-9292
Fax: (954) 938-9227

www.gazetanews.com
info@gazetanews.com

Pontos de distribuições do jornal:
Veja no site www.gazetanews.com

EDITORIAL / STAFF
PUBLISHER:
Zigomar Vuelma (vuelma@gazetanews.com)
EDITOR IN CHIEF:
Fernanda Cirino (news@gazetanews.com)
GRAPHIC DESIGNER/ PROOFREADER:
Vanuza Ramos (art@gazetanews.com)
JOURNALISTS:
Arlaine Castro (arlaine@gazetanews.com)
Marisa A. Barbosa (marisa@gazetanews.com)
Vanuza Ramos (art@gazetanews.com)
CUSTOMER RELATIONS:
Tensy Cordeiro (cr@gazetanews.com)
PHOTOGRAPHERS: Bill Paparazzi e Nathalia Schumacker.

ADVERTISEMENT
SOUTH FLORIDA
Ana Assis
Eliane Gallotti
Gabriela Lara
Maurício Braz
sales@gazetanews.com
ORLANDO
Sandra Baptista

CONTRIBUTORS
Adriana Tanese | VIVER BEM
Claudia Fehribach | SAÚDE FINANCEIRA
Connie Rocha | BASTIDORES
Cristina Felix | ETIQUETA & BOAS MANEIRAS
Cristovam Buarque | OPINIÃO
Fernando Rebouças | PENSE GREEN
Gene de Souza | PLANETA MÚSICA
Ingrid Domingues | PERGUNTAS DE IMIGRAÇÃO
Ivani Manzzo | SAÚDE & BEM-ESTAR
Jamil Hellu | VIA LEGAL
Jana Nascimento Naganese | CINEMA
Lair Ribeiro | LAIR RIBEIRO
Rickson Amorim | AGENDA DE EVENTOS
Rosana Brasil | VIVER BEM

Partners of

As opiniões expressas em artigos são de responsabilidade de seus autores e não refletem necessariamente a opinião do jornal. Os serviços de propaganda são de responsabilidade dos anunciantes.