

DEPRESSÃO NA INTERNET: BANALIZAÇÃO DO TRANSTORNO OU REFLEXOS DE UMA GERAÇÃO EXPOSICIONISTA?

DEPRESSION IN THE INTERNET: TRIVIALIZATION OF DISORDER OR A GENERATION EXPOSICIONISTA REFLECTIONS?

DEPRESIÓN EN INTERNET: ¿BANALIZACIÓN DEL TRASTORNO O REFLEJOS DE UNA GENERACIÓN EXPOSICIONISTA?


Wesley da Silva Santos

Graduação em Pedagogia pela Universidade Federal do Tocantins (UFT). Orientador educacional do Colégio Batista de Palmas-TO, (CBP), professor, pesquisador e escritor. wesley2s@hotmail.com.

 0000-0002-8988-1320

Patrícia Medina

Graduação em Pedagogia pela Faculdade Porto Alegre de Educação Ciências Humanas e Letras, graduação em Direito pela Fundação Universidade Federal do Tocantins, mestrado em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul e doutorado em Educação pela Universidade Federal de Goiás. Atualmente é docente do Mestrado em Prestação Jurisdicional em Direitos Humanos da Escola Superior da Magistratura Tocantinense em cooperação com a Universidade Federal do Tocantins (UFT), professor adjunto IV da Fundação Universidade Federal do Tocantins. patriciamedina@uft.edu.br.

 0000-0001-9383-2858

Correspondência: Universidade Federal do Tocantins. Quadra 109 Norte, Av. NS 15, ALCNO 14, Plano Diretor

Norte, Bloco BALA II, sala 22.
CEP: 77.001-090, Palmas – TO, BRASIL.

Recebido em: 16.04.2023.

Aceito em: 19.06.2023.

Publicado em: 02.08.2023.

RESUMO:

Este artigo trata de questões relacionadas a ampla exposição na internet de transtornos de ordem psicológica, seja depressão ou angústia relacionada à ansiedade, entre adultos, jovens e crianças, seja por meio de redes sociais ou quaisquer outro tipo de plataforma digital, abordamos desde a concepção dos transtornos, o surgimento das mídias digitais com a internet, a relação que as pessoas estabelecem com os dispositivos, assim como os relacionamentos entre os produtores de conteúdo e seus seguidores.

PALAVRAS-CHAVE: Redes Sociais; Internet; Transtornos; Depressão; Melancolia.

Introdução

A percepção crescente de que a cada dia, o mal psíquico da depressão tem encontrado cada vez mais espaço na sociedade, transitando entre faixas etárias, classes sociais e gêneros, tem gerado diversas discussões e fóruns, entidades de apoio psicológicos, clínicas e os setores públicos buscam causas, efeitos e tratamentos. Enquanto isso, com o advento das redes sociais e o acesso democrático à internet, mais pessoas se sentem à vontade para compartilhar aspectos de seu cotidiano, seja moldado, através de um filtro, montagem e exposição seletiva, ou revelando a sua realidade e intimidade, aquele que possui um dispositivo minimamente tecnológico, com acesso à internet, consegue compartilhar: seu humor, suas preferências, seu almoço.

Por consequência dessa democratização da internet, o processo de globalização deu passos largos interligando as pessoas através de redes sociais, *chats* de conversas online e plataformas digitais, pessoas que se sentiam pouco ou nada relevantes, agora têm seguidores assíduos, curtindo sua publicação, seguindo seus passos via *web*.

Como sabemos, a proximidade, seja em sentido físico ou virtual, nos faz conhecermos aspectos diversos, uns dos outros, claro que, no sentido virtual a seletividade de quem posta faz com que isso fique mais resguardado. O que então, as questões emocionais e de ordem sociológicas têm a ver com o advento da internet e redes sociais? Por que uma adolescente posta uma foto ou faz uma *live* de vídeo falando acerca de suas frustrações e problemas psicológicos? Como explicar os fenômenos de suicídios cometidos com plateias virtuais em meio a uma transmissão para milhares de pessoas, que em sua maioria nunca conheceram pessoalmente a pessoa que está do outro lado da tela?

Propusemos esse estudo, a fim de que a discussão sobre os possíveis motivos, que levam à exacerbação exposicionista, ao ponto de pautas que antes eram tratadas dentro de consultórios, à base de medicação controlada e muito sofrimento familiar, agora sendo exposta a “estranhos interessados”. A depressão é posta em evidência, sofrendo até mesmo uma glamourização alcançando nível de destaque, o que por consequência acaba levando a mais casos. Escolas, shoppings e outros espaços sociais servem de meios de estudo para esse crescente fenômeno.

As redes sociais e a possibilitação de uma necessidade humana

Não é raro, hoje em dia, em meio a conversas, principalmente entre jovens escutarmos termos advindos do inglês relacionados às redes sociais: *Live*, *streamings*, *stories* e o termo que trouxe o interesse primário aos adeptos: *Like*. Amizades, que antes passava por um “rigoroso processo” de seleção, atualmente se limita a um clique na tela e o envio de um convite, que posteriormente será aceito (ou não) e assim somam-se aos milhares ou milhões de amigos que uma rede social comporta.

Com a intensificação da corrida tecnológica entre as empresas, os instrumentos eletrônicos tornaram-se elementos essenciais na vida das pessoas. Vale, portanto, o estudo sobre o comportamento dessa geração que vem influenciando a rotina do mundo inteiro (Cruz, Dea, Neto, Pereira & Pirolo, 2014).

[...] as redes sociais digitais (RSD), mesmo com todo o seu teor e viés econômico, criadas num momento em que a sociedade está altamente verticalizada, passaram a proporcionar aos seus usuários experiências de relações sociais horizontalizadas (Bertoncello, Velho & Vermelho, 2015).

Entendemos que, apesar de o motivo original que levou a criação das redes sociais, como conhecemos, tenha sido econômico, por motivos de divulgação de produtos e marcas, a popularização deu-se principalmente pelo fator de relacionamento. O anseio

por ter contato com outros, reencontrar e conhecer pessoas, levaram à grande popularidade das redes.

O homem, desde seus primórdios, é considerado um ser de relações sociais, que incorpora normas, valores vigentes na família, em seus pares na sociedade. Assim, a formação da personalidade do ser humano é decorrente de um processo de socialização (Savoia, 1989).

Então esse desejo por se relacionar e socializar é algo que está intrinsecamente ligado à própria condição humana, se tratando de um veículo que possibilita relacionamento, ainda que virtual, com uma grande quantidade de pessoas, com suas especificidades, cultura e contexto, a internet e suas redes sociais se tornam, de fato algo extremamente interessante que atrai várias pessoas. O que esperar então acerca desse processo de socialização? A professora Savoia (1989), propõe que:

O processo de socialização consiste em uma aprendizagem social, através da qual aprendemos comportamentos sociais considerados adequados ou não e que motivam os membros da própria sociedade a nos elogiar ou a nos punir (Savoia, 1989).

Ainda que ainda aja muita discordância acerca dos tipos de relacionamentos que se apresentam na web, seja por condições que atestam a validade das amizades (conhecer pessoalmente, ter contatos por outros meios, estar geograficamente mais próximos), ou mesmo pela necessidade de se criar uma nova nomenclatura para aquelas pessoas que “apenas” seguem outras na internet, por que a pessoa seguida é uma celebridade midiática ou de outra natureza, os relacionamentos nas redes sociais acabam suprimindo a necessidade de socialização, ao menos em parte, pela ilusão de estar se expondo, mas ao mesmo tempo ter a segurança de um dispositivo que dispensa o contato físico.

A partir do momento em que o sujeito escolhe e/ou seleciona quem pode ser o seu “amigo” em uma rede social digital, no caso do Facebook, se está demarcando um território, (re) construindo a subjetividade/identidade. Nesse sentido, o usuário cria suas próprias regras e/ou normas, resultando nos critérios de aceitação das relações, estabelecendo, dessa forma, por exemplo, que tipo de conteúdo é importante em sua leitura, o que deve ser publicado para os outros (compartilhamento) e com quem pode promover a comunicação, ou seja, estabelecer interação (Santos & Santos, 2015).

Nesse sentido, a atual geração transformou o ambiente virtual em um segundo lar, como se houvesse uma vida paralela, que devesse ser nutrida com as mesmas informações que se vive na “vida real”, e até informações que não procedem, seja como

uma forma de alcançar credibilidade, por interesses múltiplos ou simplesmente por não estar contente com a vida no mundo real e tentar idealidade uma nova e melhor.

No que concerne a algumas dicotomias resultantes desta utilização, alguns autores encontraram que no uso da rede social Facebook as noções do público e do privado se confundem, tornando-se difícil distinguir as barreiras entre estes dois conceitos, sendo que os jovens consideram o Facebook como uma extensão da sua esfera privada (Assunção & Matos, 2014, p. 541).

Surgem então, nesse contexto, de auto divulgação e autopromoção da imagem, os chamados: filtros que modificam fotografias, colocando quem posta em um padrão mais aceitável de beleza (segundo o padrão vigente), *Clickbaits*, títulos e mensagens sensacionalistas, histórias fictícias produzidas para atrair a atenção de leitores desinformados, e mais recentemente, as *FakeNews*, notícias transmitidas com o objetivo de soar verídicas, mas que também são resultado de manipulação ou completa invenção.

Nesse sentido, reforçando a relação entre fake news e o aspecto emocional chamado em causa pela noção de pós-verdade, os estudos confirmam a tendência dos utilizadores partilharem muito mais as notícias caracterizadas por uma linguagem e conteúdos sensacionalistas e excitantes (Baldi; Cardoso; Couraceiro; Pais; Paisana & Quintanilha, 2018).

Notamos o potencial manipulatório que existe na internet através das redes sociais, mas ao mesmo tempo, a capacidade de produção de conteúdo para discussão e debate, uma jovem tem um desentendimento em casa, com algum familiar, expõe essa discussão na rede e logo várias pessoas indiretamente estão participando de um desentendimento familiar. Percebemos que não há privacidade ou limite de acesso, passemos então a falar de questões de ordem de saúde relacionados a essa alta exposição.

As doenças psicológicas e sua relação com redes sociais

A mente humana e seu funcionamento é um fascínio ao ser humano, não obstante, muitos trabalhos foram e ainda são produzidos relacionados às questões de ordem psicológicas, nomes como: Freud, Cullen, Foucault até nossos contemporâneos, são pensadores que produziram grandes pesquisas, desenvolveram teorias e métodos que nos ajudaram a compreender a concepção da psique. Como um tema que atrai a atenção de várias pessoas, a depressão, está no *hall* de doenças ligadas a este século, tanto pela área da medicina, quanto pela própria cultura popular, sendo tema de filmes, músicas, pinturas dentre outras mídias e artes, classificada por veículo de informações e revistas

como: o mal do século. Os dados dos últimos anos, sobre as incidências e diagnósticos da doença revelam que ainda conviveremos por algum tempo com ela, assim como suas posições dentre as enfermidades mais preocupantes:

No último relatório da Organização Mundial de Saúde (OMS), a depressão se situa em quarto lugar entre as principais causas de ónus entre todas as doenças, e as perspectivas são ainda mais sombrias. Se persistir a incidência da depressão, até 2020 ela estará em segundo lugar. Em todo o mundo, somente a doença isquêmica cardíaca a suplantará (Gonçalves & Machado, 2007).

Por se tratar de uma questão tão delicada, por muito tempo tida como, de foro íntimo e familiar, a depressão permaneceu por algum tempo como (se é que, ainda não o é) um tipo de *tabu social*, onde pouco se sabia e falava a respeito. Efeitos possivelmente gerados pela sua classificação e métodos de tratamento, quando ainda era conhecida, apenas como melancolia:

[...] a melancolia era considerada, por muitos, intratável. Dessa forma, as pessoas que sofriam das formas mais graves eram submetidas a tratamentos aterrorizantes, como causar dor física, para distrair da dor da mente [...] (Gonçalves & Machado, 2007).

Por conta de tantas questões complexas relacionadas à depressão, esta, se tornou ao mesmo tempo, aterrorizante e interessante, algo que se sabia pouco ou nada a respeito. Quando analisamos esse mal a luz da pós-modernidade e da popularização da internet, percebemos que esta segunda se tornou um campo fértil para a propagação de conteúdos relacionados a isso, porém o que também é necessário ressaltar, seria que uma de suas causas também está ligada a alta exposição à internet, responsável por gerar transtornos de ansiedade:

Enquanto o tempo gasto online torna-se cada vez mais excessivo, o bem-estar psicológico de alguns usuários da internet está sendo prejudicado. No presente estudo, não foi significativa a associação entre a quantidade de tempo gasto na internet e a presença de sintomas ansiosos e depressivos. Os jovens parecem acessar a internet principalmente por motivos positivos (ascensão social), enquanto os motivos negativos (autoafirmação) parecem ter menos importância (Moromizato; Ferreira; Souza; Leite; Macedo & Pimentel, 2015).

Ou seja, a internet não é somente um veículo de informação e exposição da depressão, mas também um agravante e gerador de distúrbios relacionados à doença. Seja pela necessidade de ser visto, ou pela melancolia por falta de conquistas e insatisfação com a própria vida, as pessoas que têm muitas horas de acesso à internet se

tornam mais ansiosas e inquietas, posteriormente podem desenvolver transtornos mais sérios até o próprio estado de depressão.

Entender como funciona a mente e a capacidade de raciocínio de um nativo digital, se confunde com entender o funcionamento das redes sociais: tendências de moda, música, comida, ambientes, estudo, trabalho, as redes sociais atualmente expandiram seu campo de atuação, de mero entretenimento para serem utilizadas como ferramentas de marketing digital, padrões são estabelecidos e quando isso acontece, aqueles que não conseguem se adequar, seja por sua condição monetária, social ou fisiológica, têm que lidar com crises internas de necessidade de aceitação não suprida.

A era das mídias sociais trouxe consigo grande influência na maneira nas quais homens e, principalmente mulheres, veem e idealizam seus corpos desde muito jovens, trazendo consigo uma idolatria ao corpo e uma busca de algo perfeito que, muitas vezes, é inexistente ou impossível de ser alcançado, gerando, com isso, grandes índices de distúrbios alimentares, depressões e distorções em relação a autoimagem (Carvalho & Goulart, 2017).

Entendemos pela afirmação dos psicólogos, que há uma preocupação por parte de quem utiliza as redes sociais, de perceber o que o “mercado social” está demandando quanto a beleza estética, acessórios, tipificação física como um feedback para aqueles que buscam ser atraentes e desejáveis, atingindo assim a aceitação por parte da maioria. Imaginemos este cenário: uma adolescente penteia o cabelo, utiliza de maquiagem e outros recursos estéticos, veste sua melhor roupa, não para sair com suas amigas, seus pais ou mesmo um namorado, mas para fazer uma *live*, uma transmissão ao vivo pelo Instagram, afim de angariar mais seguidores, muitos *likes* e elogios à sua aparência, em suma não há tantos motivos para preocupação. Não é um cenário atípico de muitos adolescentes não somente no Brasil, mas de maneira geral, mas o que acontece quando essa pessoa, quando após receber muita atenção, deixa de tê-la, por vários motivos?

As mídias representam fluxos de informações, algumas permanecem em auge mais do que outras, mas um fenômeno chamado Viral ou Même, conteúdos de forte apelo humorístico, artístico ou comovente, são elevados ao patamar de relevância total, mas caem no esquecimento tão rápido quanto vieram à tona. Esta geração é transitiva e precisa de fluxo constante de informações e conteúdo, não se prendendo a nada específico.

As celebridades (midiáticas), se sustentam única e exclusivamente por meio da fama gerada pelos veículos de comunicação, no qual aparecem o maior número de vezes possíveis. Pela necessidade constante, da

própria sociedade, por novidades, as celebridades acabam tendo trajetórias curtíssimas (Cruz; Déa; Neto; Pereira & Pirolo, 2014).

Os produtores de conteúdos respondem a uma demanda da própria sociedade, significando que, se mais está sendo exigido, a produção deve também aumentar para responder a esta demanda, assim, cada dia mais as pessoas estão tentando se adequar aos padrões estabelecidos, alterando seus valores, conceitos e em alguns casos, sua própria identidade:

Acredita-se também, que a identidade pode ser gerenciada, justamente pelo fato de ser mutável e por isso, seria necessário projetar uma imagem desejada para que a identidade fosse moldada de acordo com o resultado esperado (Cruz; Déa; Neto; Pereira & Pirolo, 2014).

Essa mutabilidade exigida pelas demandas dessa geração, ligada ao sentimento de pertencimento, coloca esses indivíduos em uma posição de alta sensibilidade, que ao se deparar com a decepção de não ter tantos *likes*, seguidores, não ser mais aceito por aqueles que antes o enchia de elogios, entram em uma tristeza profunda, que se prolonga podendo evoluir para uma angústia melancólica.

O glamour contemplativo da dor alheia

O que fazer quando a alta exposição às redes sociais e conteúdo da internet causam transtornos, que em muitos casos, impedem os indivíduos de interagirem de maneira saudável, seja na internet ou no “mundo real”? Alguns jovens (mas, não somente), mergulham de vez na dor e externalizando, *posts*, que antes expunham as conquistas, alegrias, festas, a beleza padronizada, se convertem que postagens pessimistas de realidades vazias, tonalidades mais escuras nas fotografias, filtros em tons de azul e preto, remetendo ao sombrio, gótico moderno e outros movimentos sociais, que idolatram a melancolia como filosofia de vida.

Para a maioria dos pais, o cuidado com a saúde mental/emocional de seus filhos adolescentes, não é algo tão complexo e sério, seja por comparação às suas próprias experiências, o que nem sempre se aplica, pois estamos tratando de gerações diferentes, ou simplesmente por dificuldade em estabelecer um relacionamento de confiança e diálogo sadio, o que acarreta em consequências mais graves, como explica Abreu e Sousa (2017):

O adolescente pensa no futuro considerando um tempo muito mais curto que seus pais [...] é nesse momento que os pais se frustram com seus filhos, evidenciando o despreparo em encarar essa nova fase do

adolescente que têm em casa [...] o adolescente pode entender como alternativa para a solução de seus conflitos atentar contra a própria vida, sendo esse fenômeno um misto de diversas modificações biológicas, psicológicas e sociais (Abreu; Sousa, 2017).

Com o advento de conteúdos voltados a glamourização das disfunções emocionais e transtornos de identidade reprimida, seja na música mais melancólica, livros de tragédias românticas, vampiros e outras ficções fantásticas voltando a ter relevância à cultura pop, solidão e angústia em filmes e séries, como se espera, conteúdos relacionados a essas questões atraem a atenção de quem tenta lidar com as incertezas, angústias e problemas de ordem psicológica em sua própria realidade.

Assim outra modalidade de postagem vem ganhando fama, relacionada ao vislumbre da tragédia humana, aliada a um pessimismo em relação a vida, um flerte com o existencialismo e a desesperança na vida, algo que atrai os olhares e as visualizações, principalmente dos jovens, na internet, sabemos que se tal conteúdo atrai visualização, este se torna demanda, não à toa temos quantidades consideráveis de conteúdo com essas características. Segundo estudos feitos com postagens relacionadas ao tema, constatou-se que:

[...] pessoas que postam um tweet com mensagens, que tendem a ser de alguém com sintomas de depressão, utilizam as redes sociais como uma forma de expressar o que sentem no momento [...] (Oliveira; Sabino; Pupo; Aragusuku; Lima & Trigo, 2018).

Entendemos que, apesar de haver muita manipulação de uma demanda vigente, em busca de visualização, existem aquelas pessoas que postam suas dores e angústia por que sentem que, de alguma forma poderão lidar melhor com a situação, seja através de comentários de apoio ou de qualquer outra forma.

Considerações Finais

Não podemos estabelecer apenas em viés de regra o porquê de as pessoas que têm acesso a internet, a utilizam como meio de expor suas crises emocionais ou transtornos mentais, mas é fato que a internet faz parte de uma realidade contemporânea que, em estimativa permanecerá por muito tempo em evidência, visto que a cada dia cresce o número de nativos digitais, assim como configuração de mercado e caráter pessoal. Poucas pessoas que convivem em áreas urbanas não têm acesso a conteúdo online, o que faz desse uma parte importante da vida das pessoas, portanto cada indivíduo que, com sua especificidade tem motivações distintas.

No entanto podemos estabelecer uma relação direta com a demanda da exposição em troca de status que existe nas redes sociais e plataformas de streaming, não somente de pessoas que já tem sua fama estabelecida por milhares de seguidores, mas àqueles que consomem conteúdo online e decide fazer parte desse grupo de produtores de conteúdo. Assim sendo, se tratando de chamar a atenção de um público disperso ou buscando alguma forma de ajuda, os produtores e consumidores de conteúdo online permanecem postando suas mazelas em busca de quem se importa.

Há inúmeras outras questões a se levantar, nesse sentido, cabendo assim a produção de novos estudos e análises sobre a temática.

Referências

- Abreu, O. T., & Souza, M. B. (2017). A influência da internet nos adolescentes com ações suicidas. *Revista sociais & humanas*, 30(1).
- Assunção, R. S., & Matos, P. M. (2014). Perspectivas dos adolescentes sobre o uso do Facebook: um estudo qualitativo. *Psicologia em Estudo, Maringá*, 19(3), 539-547.
- Baldi, V., Cardoso, G., Cuirassier, P., Parents, P. C., Couraceiro, M., & Quintanilha, J. L. (2018). As fake news numa sociedade pós-verdade: contextualização, potenciais soluções e análise. *Obercom, Reuters Digital News Report*.
- Bertoncello, V., Velho, A. P. M., & Vermelho, S. C. (2015). Sobre o conceito de redes sociais e seus pesquisadores. *Educ. Pesqui.*, São Paulo, 41(4), 863-881.
- Carvalho, P. de A., & Goulart, C. F. (2017). *Corpo ideal e corpo real: a mídia e suas influências na construção da imagem corporal*. Psicologia.pt.
- Cruz, R. F., Dea, E. A., Neto, J. B., Pereira, F. M., & Pirolo, M. A. M. (2014). A Influência de Personalidades Midiáticas nas Gerações X e Y a partir da Construção de Imagem em Portais de Entretenimento. INTERCOM, Palhoça – SC.
- Gonçales, C. A. V., Machado, A. L. (2007). Depressão, o mal do século: de que século? *Renferm. UERJ*, (2), 298-304.
- Moromizato, M. S., Ferreira, D. B. B., Souza, L. M. de S., Leite, R. F., Macedo, F. N., & Pimentel, D. (2015). 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*, 41 497-504.
- Oliveira, A. B., Sabino, E., Pupo, R. A. M., Aragusuku, H. I. da S., Lima, L. F. de G., & Trigo, R. A. (2018). Classificação de sentimentos de redes sociais. *Revista Gestão em Foco - Edição nº 10*.
- Santos, V. L. da C., & Santos, J. E. (2015). As redes sociais digitais e sua influência na sociedade e educação contemporâneas. *Holos*, 6(30).
- Savoia, M. G. *Psicologia social*. (1989). São Paulo: McGraw-Hill.

ABSTRACT:

This article deals with issues related to wide exposure on the Internet of psychological disorders is depression or related distress to anxiety among adults, youth and children, either through social networks or any other type of digital platform approach from design the disorders, the emergence of digital media with the internet, the relationship that people have with the devices, as well as the relationships between content producers and their followers.

KEYWORDS: Social networks; Internet; Disorders; Depression; Melancholy.

RESUMEN:

Este artículo aborda temas relacionados con la exposición generalizada de trastornos psicológicos en internet, ya sea depresión o angustia relacionada con la ansiedad, entre adultos, jóvenes y niños, ya sea a través de redes sociales o cualquier otro tipo de plataforma digital, lo abordamos desde la concepción. de desórdenes, el surgimiento de los medios digitales con internet, la relación que las personas establecen con los dispositivos, así como las relaciones entre los productores de contenidos y sus seguidores.

PALABRAS CLAVE: Redes sociales; Internet; Trastornos; Depresión; Melancolía.