

## **“O impacto das redes sociais em relação a saúde mental do brasileiro”**

É fato que diversas doenças mentais como a depressão, ansiedade e crise do pânico que estão se desenvolvendo de forma crescente e exponencial na atual sociedade são reflexos dos problemas que envolvem as redes sociais e aos perigos incidentes da internet. Diante disso, cria-se um mundo virtual e idealizado por milhões de usuários, dividindo as pessoas no quesito de “status social”, muitas vezes atrelados por padrões inimagináveis, que trazem desconforto e insegurança a maioria das pessoas que estão fora desses padrões, principalmente, os mais jovens que possuem problemas de autoestima. Com isso, essa causa merece um olhar mais crítico de enfrentamento.

Em primeira análise, é válido ressaltar o filósofo suíço Zygmunt Bauman, em sua teoria de sociedade líquida, “Os tempos são líquidos porque tudo muda tão rapidamente. Nada é feito para mudar, para ser sólido”. No que tange esse contexto, os aspectos sociais da geração Z (nascidos entre 1990 e 2010) trazem divergências que podem se tornar irremediáveis, visto que a sociedade está adotando uma política isolacionista, por conta da separação das classes nas redes sociais, seja por meio de aparência física ou pela situação financeira. Essa divisão, apontada por especialista do vale do silício, indica que o humano criou o termo “status” para se referir as pessoas mais privilegiadas da sociedade – indicando a classe mais alta, excluindo a maior parte das pessoas.

Em consequência desse tema, as taxas de suicídios nos últimos vinculados a aspectos transtornos mentais, depressão, transtornos alimentares, fobias sociais, o que retrata ainda mais a influência maléfica das inovações tecnológicas e seus problemas crônicos no quesito de que a atual sociedade será espelho e reflexo para a próxima e, assim por diante. Ademais, é necessário ressaltar Rousseau, “A natureza faz o homem bom e feliz, mas a sociedade deprava-o e torna-o miserável”, como é o caso dos transtornos sociais atuais que devem ser resolvidos o quanto antes.

Logo, medidas devem ser efetivadas para mitigar essa problemática. Portanto, cabe não só ao Governo implementar políticas de veiculação e controle das mídias digitais, como também à sociedade mudar seu comportamento, quanto aos padrões sociais com o intuito de valorizar a vida, por meio de verbas governamentais e influências de propagandas, com o auxílio de especialistas em saúde mental – como psicólogos, somados à ajuda dos grandes centros de tecnologia para que se possa encontrar a solução do problema, criando uma futura geração mais empática aos indivíduos e protegida dos seus males.