



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO TRIÂNGULO MINEIRO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

A EXPRESSÃO DO COMPORTAMENTO SUICIDA EM REDES SOCIAIS ONLINE

Ricardo Augusto dos Santos

UBERABA-MG
2022

UNIVERSIDADE FEDERAL DO TRIÂNGULO MINEIRO

A EXPRESSÃO DO COMPORTAMENTO SUICIDA EM REDES SOCIAIS ONLINE

Ricardo Augusto dos Santos

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Linha de pesquisa: Psicologia e saúde

Orientador: Profa. Dra. Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo

UBERABA-MG

2022

**Catálogo na fonte: Biblioteca da Universidade Federal do
Triângulo Mineiro**

S238e Santos, Ricardo Augusto dos
A expressão do comportamento suicida em redes sociais *online* / Ricardo
Augusto dos Santos. -- 2022.
113 f. : il., tab.

Dissertação (Mestrado em Psicologia) -- Universidade Federal do Triângulo
Mineiro, Uberaba, MG, 2022

Orientadora: Profa. Dra. Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo

1. Suicídio. 2. Comportamento autodestrutivo. 3. Rede social. I. Frizzo,
Heloisa Cristina Figueiredo. II. Universidade Federal do Triângulo Mineiro. III.
Título.

CDU 616.89-8.441.44



Ministério da Educação
 Universidade Federal do Triângulo Mineiro
 Programa de Pós-Graduação em Psicologia
 Uberaba - MG

ATA DE DEFESA E QUALIFICAÇÃO

Programa de Pós-Graduação:	PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA				
Evento:	DEFESA DE DISSERTAÇÃO				
Data:	09/12/2022	Início em:	00h00	Término em:	00h00
Número de matrícula aluno:	2020.2015.1				
Nome do aluno:	Ricardo Augusto dos Santos				
Título do trabalho:	A expressão do comportamento suicida em redes sociais				
Área de concentração:	PSICOLOGIA				
Linha de Pesquisa:	PSICOLOGIA E SAÚDE				
Projeto de pesquisa vinculado:					

Reuniu-se de forma remota, utilizando-se a plataforma **Google Meet** em conformidade com as recomendações do Ofício Circular n.º 03F/2020/PROPPG/UFTM, a Banca Examinadora, designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Psicologia, assim composta das Professoras Doutoras: Vânia Paula de Almeida Neris da Universidade Federal de São Carlos, Karin Aparecida Casarini da Universidade Federal do Triângulo Mineiro; Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo orientadora do mestrando. Iniciando os trabalhos a presidente da mesa, Dr.ª Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo apresentou a Comissão Examinadora e o mestrando, agradeceu a presença do público, e concedeu ao Discente a palavra para a exposição do seu trabalho. A duração da apresentação do Discente e o tempo de arguição e resposta foram conforme as normas do Programa. A seguir a senhora presidente concedeu a palavra, pela ordem sucessivamente, às examinadoras, que passaram a arguir o mestrando. Concluída a arguição, que se desenvolveu dentro dos termos regimentais e que destacou as potencialidades e limites da dissertação, a Banca se reuniu e atribuiu o resultado final, considerando o mestrando:

APROVADO

Esta defesa faz parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Mestre.

O competente diploma será expedido após cumprimento dos demais requisitos, conforme as normas do Programa, a legislação pertinente e a regulamentação interna da UFTM.

Nada mais havendo a tratar, a sessão foi encerrada, dela sendo lavrada a presente ata, que foi assinada pela Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por HELOISA CRISTINA FIGUEIREDO FRIZZO, Professor do Magistério Superior, em 12/12/2022, às 10:50, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#) e no art. 34 da [Portaria Reitoria/UFTM nº 87, de 17 de agosto de 2021](#).

Ricardo Augusto dos Santos

A EXPRESSÃO DO COMPORTAMENTO SUICIDA EM REDES SOCIAIS

Data da aprovação: 09/12/2022

Membros Componentes da Banca Examinadora:

Presidente e Orientadora: Profa. Dra. Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo
Universidade Federal do Triângulo Mineiro

Membro Titular: Profa. Dra. Vânia Paula de Almeida Neris
Universidade Federal de São Carlos

Membro Titular: Profa. Dra. Karin Aparecida Casarini
Universidade Federal do Triângulo Mineiro

Local: Universidade Federal do Triângulo Mineiro

“Houve um tempo em que o nosso poder perante a morte era muito pequeno. E por isso os homens e mulheres dedicavam-se a ouvir a sua voz e podiam tornar-se sábios na arte de viver. Hoje, o nosso poder aumentou, a Morte foi definida como inimiga a ser derrotada, fomos possuídos pela fantasia onipotente de que nos livramos de seu toque. Com isso, nós nos tornamos surdos às lições que ela pode nos ensinar. E nos encontramos diante do perigo de que, quanto mais poderosos formos diante ela (inutilmente, porque só podemos adiar...) mais tolos nos tornamos na arte de viver. E, quando isso acontece, a Morte que podia ser conselheira sábia, transforma-se em inimiga que nos devora por detrás. Acho que para recuperarmos um pouco a sabedoria de viver seria preciso que nos tornássemos discípulos e não inimigos da Morte. Mas para isso seria preciso abrir espaço em nossas vidas para ouvir a sua voz. Seria preciso que voltássemos a ouvir os poetas....”

Rubem Alves

Agradecimentos

Agradeço a minha esposa Ana Beatriz, pela paciência e compreensão das longas horas de ausência em um momento tão importante nas nossas vidas como os primeiros anos de vida do nosso filho e por ter lidado com tudo com muito amor e dedicação.

A minha orientadora Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo, por ter aceitado essa jornada e segurado meus ímpetos diante a demanda desse estudo.

SUMÁRIO

Resumo	8
Abstract.....	9
Apresentação da dissertação	10
Resumo do estudo 1	13
Temática do estudo	13
Resumo do Método	14
Resumo das principais conclusões do Estudo 1	15
Resumo do Estudo 2	16
Temática do Estudo	16
Resumo do Método	17
Resumo das principais conclusões do Estudo 2	18
Considerações Finais da Dissertação	19
Referências da Dissertação.....	21
Apêndices	26
Apêndice A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	26
Apêndice B – Planilha de seleção das postagens	28
Apêndice C – Planilha de seleção das postagens mais relevantes	43
Apêndice D – Registro das tentativas de contato com os organizadores das páginas	52
Apêndice E - Dados do software Atlas.Ti para a sistematização dos dados	55
Anexos.....	57
Anexo A – Aprovação do trabalho no Conselho de Ética em Pesquisa da instituição	57

Resumo

No Brasil o suicídio tem se configurado como um grave problema de saúde pública com repercussões sociais com significativo aumento nas taxas nos últimos anos. Compreender as formas de expressão do comportamento suicida é processo chave na busca de estratégias capazes de preveni-lo. Nesse contexto, foram feitas duas pesquisas qualitativas e descritivas a respeito do comportamento suicida nas redes sociais. No Estudo 1, objetivou-se a avaliação de uma página em uma rede social, cujas postagens são temáticas em relação à expressão do comportamento suicida, por meio de imagens, vídeos e textos. Por meio da Etnografia Virtual e análise temática de conteúdos, realizou-se a sistematização e categorização das postagens, a fim de melhor compreensão e explorar como o comportamento suicida tem sido compartilhado no meio digital em redes sociais. No Estudo 2, buscou-se conhecer quais medidas são atualmente (2022) utilizadas por mídias sociais relevantes no Brasil, para prevenção do suicídio e apoio/suporte à pessoa em crise. Os resultados do Estudo 1 apontou para cinco categorias que evidenciam a expressão do suicídio em redes sociais e suas respectivas características, a saber :

- 1) Comportamento suicida (expressão do desejo de morrer);
- 2) Transtorno mental/sofrimento psíquico (associação entre o comportamento suicida e depressão);
- 3) Relações Sociais (vínculos e relacionamentos afetivos com familiares, e amigos);
- 4) Espiritualidade (instituições religiosas, crenças e transcendência);
- e 5) Busca de sentido em viver (tentativa de encontrar razão em continuar vivo).

Nota-se que a expressão do comportamento suicida é expressa por multimeios de comunicação a partir das linguagens escritas e expressivas, tais como vídeos, músicas, imagens com alto potencial criativo produzidas artisticamente de forma digital. No Estudo 2, destaca-se ações ofertadas pelas mídias sociais com o objetivo de prevenção do suicídio por meio de orientações aos usuários em relação à busca por ajuda em serviços de apoio, sugestão de outras formas de autocuidado, bem-estar e lazer; proibição de postagens que promovem o suicídio (Efeito Werther) e reforço a postagens de superação ao suicídio por outros usuários (Efeito Papageno). Em análise ao conjunto das ações ofertadas pelas mídias sociais aos usuários quanto à prevenção e manejo do comportamento suicida, destaca-se a pouca ênfase à indicação e encaminhamento a tratamentos especializados e específicos ofertados por profissionais da área da saúde mental. No geral, as recomendações foram feitas de modo generalista (“busque por ajuda”, “converse com alguém”), ou feito encaminhamento para serviços de apoio por telefone tradicional especializado em suporte emocional do Terceiro Setor, a saber o Centro de Valorização à Vida (CVV). Apesar dos esforços na busca de contribuir para a prevenção do suicídio Brasil, as ações ofertados por mídias sociais na

atualidade para estes fins são limitadas, uma vez que estas concentram seus esforços na perpetuação das lógicas já preexistentes na sociedade e no mundo offline, a exemplo da indicação do CVV, contanto com o mínimo aporte e subsídio de políticas públicas efetivas, com raras indicações a serviços especializados de saúde mental e/ou outras iniciativas de organizações sociais privadas. Apesar destas limitações, observa-se que há preocupação e esforço para mídias sociais, e considerando-se que estas mídias se configuram como meio de comunicação e informação de larga escala e alcance, há um grande potencial para o desenvolvimento de ações mais efetivas para se aproximar e oferecer orientações, apoio e suporte para usuários que buscam estes espaços como forma de expressão do comportamento suicida e conseqüentemente sofrimento psíquico advindo destas circunstâncias.

Abstract

In Brazil, suicide has been configured as a serious public health problem with social repercussions with a significant increase in incidence over the years. Understanding the forms of expression of suicidal behavior is a key process in the search for strategies capable of preventing it. In this context, two qualitative and descriptive studies were carried out regarding suicidal behavior in social networks. In Study 1, the objective was to evaluate a page on a social network, whose posts are thematic in relation to the expression of suicidal behavior, through images, videos and texts. Through Virtual Ethnography and thematic content analysis, the posts were systematized and categorized in order to better understand and explore how suicidal behavior has been shared in the digital environment on social networks. In Study 2, we sought to know which measures are currently (2022) used by relevant social media in Brazil, for suicide prevention and support/support to the person in crisis. The results of Study 1 pointed to five categories that evidence the expression of suicide in social networks and their respective characteristics, namely: 1) Suicidal behavior (expression of the desire to die); 2) Mental disorder/psychic distress (association between suicidal behavior and depression); 3) Social Relationships (bonds and affective relationships with family members and friends); 4) Spirituality (religious institutions, beliefs and transcendence); and 5) Search for meaning in life (attempt to find reason to stay alive). It is noted that the expression of suicidal behavior is expressed by multimedia from written and expressive languages, such as videos, music, images with high creative potential produced artistically in digital form. In Study 2, we highlight actions offered by social media with the aim of preventing suicide through guidance to users regarding the search for help in support services, suggestion of other forms of self-care, well-

being and leisure; banning posts that promote suicide (Werther Effect) and reinforcing posts about overcoming suicide by other users (Papageno Effect). In analyzing the set of actions offered by social media to users regarding the prevention and management of suicidal behavior, there is little emphasis on the indication and referral to specialized and specific treatments offered by professionals in the mental health area. In general, the recommendations were made in a general way (“search for help”, “talk to someone”), or referred to traditional telephone support services specialized in emotional support in the Third Sector, namely the Life Appreciation Center (CVV, from Portuguese). Despite efforts to contribute to the prevention of suicide in Brazil, the actions offered by social media today for these purposes are limited, since they focus their efforts on perpetuating the preexisting logics in society and in the offline world, for example, the CVV indication, provided with the minimum contribution and subsidy of effective public policies, with rare indications to specialized mental health services and/or other initiatives of private social organizations. Despite these limitations, it is observed that there is concern and effort for social media, and considering that these media are configured as a means of communication and information of large scale and reach, there is great potential for the development of more effective actions to approach and offer guidance support for users who seek these spaces as a form of expression of suicidal behavior and consequently psychological suffering arising from these circumstances.

Apresentação da dissertação

Nesta dissertação, são apresentados os dois trabalhos elaborados de acordo com o Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGP-UFTM), para obtenção do título de Mestre em Psicologia. O objetivo geral do trabalho foi buscar as formas de expressão do comportamento suicida em redes sociais online no Brasil, bem como avaliar o que tem sido feito pelas organizações responsáveis por este meio de comunicação para mitigar a incidência do suicídio entre seus usuários.

A fim de se aproximar e compreender as formas de expressão do comportamento suicida nas redes, foi utilizada a técnica da Etnografia Virtual, proposta por Hine em 2000 na qual o pesquisador acompanha de forma constante o(s) indivíduo(s), objetivando entender sua relação com o objeto de pesquisa, neste caso representado pelos usuários de uma página de uma rede social e o comportamento suicida.

Importante salientar que as mídias sociais foram escolhidas como palco para pesquisa graças ao poder de influência alcançado por elas nos dias atuais, permitindo a rápida disseminação de ideias entre seus usuários, tornando-as uma fonte rica de materiais (vídeos, comentários, textos e interações sociais) capazes de demonstrar o comportamento suicida, bem como a forma pela qual essas instituições lidam com a disseminação dessas informações entre seus usuários. Assim, desenhou-se o Estudo 1, com a finalidade de visualizar como os usuários demonstram características do comportamento suicida/suicídio (ideação, expressão de comportamentos, tentativa de suicídio e morte por suicídio) numa página na rede social Instagram, atualmente uma das redes sociais mais utilizada no mundo.

Falar sobre o suicídio atualmente, representa uma série de dificuldades, visto que o tema ainda representa um grande tabu em nossa sociedade, dificultando uma discussão que fuja dos preconceitos e também dos riscos relacionados ao debate público da temática – como reforço de estigmas culturais associados a pessoas com transtornos mentais. Por conta disso, conseguir selecionar páginas com tutores interessados em permitir a avaliação de suas postagens foi um desafio, e a baixa proporção de retorno em relação às tentativas feitas de contato, prejudicou a avaliação da expressão do comportamento suicida de uma forma mais abrangente.

Já no Estudo 2, a avaliação qualitativa direcionada às políticas empregadas pelas organizações responsáveis pelas mídias sociais foi um tema julgado como de relevância significativa a ser analisado. Isso porque essas mídias atualmente são de uso corriqueiro e frequente para a grande maioria dos brasileiros, e investigar como têm sido abordadas as publicações relacionadas ao suicídio (que inclusive tem potencial para desencadeá-lo) foi algo que despertou o interesse durante a elaboração da metodologia deste estudo. Perceber como ainda existem lacunas que precisam ser cobertas pelos desenvolvedores dessas páginas evidencia como o suicídio não é abordado de maneira completa, a fim de se verdadeiramente auxiliar pessoas que estejam em crise ou que expressam cronicamente o desejo de morrer por suicídio.

Tanto a leitura das publicações avaliadas no Estudo 1, quanto a atuação incompleta que tem sido feito em relação a prevenção do comportamento suicida/suicídio pelas redes sociais online, exposto no Estudo 2, evidenciam como ainda há muito a se fazer para de fato ajudar os usuários que precisam de aconselhamento e tratamento. Durante a avaliação das postagens do primeiro estudo, era marcante como os usuários compartilhavam de forma clara, e às vezes até explícita, características reconhecidas entre pessoas que morrem por suicídio como a desvalorização de si mesmo, exposição do desejo de se matar e a busca ajuda que nunca chega.

Realizar esta pesquisa deixou clara como podem ser identificadas e localizadas as pessoas que buscam por ajuda, expressando por meio das redes sociais seus sofrimentos e ideações sobre morrer por suicídio. Desta forma, por ter se pesquisado sobre o suicídio nas redes sociais, desde a sua expressão pelos usuários até as formas de prevenção adotadas pelos moderadores das plataformas frente a demonstrações de comportamento suicida, este trabalho detém uma relevância importante, visto que o cumprimento de seus objetivos permite se ter uma visão ampla acerca do que é apresentado sobre suicídio nestas redes.

Algumas dificuldades impediram o desenvolvimento de uma pesquisa mais ampla, sendo elas o acesso a poucas páginas e redes sociais no primeiro estudo e impossibilidade de inclusão plena dos pesquisadores no âmbito cultural dos usuários, bem como a defasagem na produção literária referente a eficácia dos serviços denominados “*hotlines*” e de produções que permitisse uma melhor análise das ferramentas aplicadas pelos desenvolvedores de redes sociais, sendo encontrados poucos trabalhos recentes que puderam servir de base para avaliar com maior precisão os impactos potenciais e comprovados das medidas adotadas pelos serviços de proteção do usuário ao suicídio.

Isto posto, percebe-se como os dois estudos se complementam, pois o suicídio é um fenômeno multifacetado, que precisa ser encarado em toda a sua complexidade, sendo importante reconhecer e compreender as suas formas de expressão, bem como analisar a efetividade de estratégias de prevenção vigentes. A seguir, segue a apresentação dos trabalhos.

Resumo do estudo 1

A EXPRESSÃO DO COMPORTAMENTO SUICIDA EM REDES SOCIAIS

THE EXPRESSION OF SUICIDAL BEHAVIOR IN SOCIAL NETWORKS

Temática do estudo

Atualmente, a questão do suicídio é fonte de grandes questionamentos na sociedade contemporânea. Como apresentado por Camus (1941), “Só existe um problema filosófico realmente sério: o suicídio. Julgar se a vida vale ou não vale a pena ser vivenciada é responder à pergunta fundamental da filosofia”. O limite entre idealizar o suicídio, a tentativa de autoextermínio e o suicídio propriamente dito é uma linha tênue (Teixeira; Souza & Viana, 2018), visto que a morte auto infligida é pensada, planejada e antecedida por tentativas, caracterizando um continuum de comportamentos denominado comportamento suicida. Desta forma o suicídio é um tema complexo, cujo motivo não deve ser resumido a um acontecimento específico, sendo necessário que a sua compreensão leve em consideração a individualidade de cada indivíduo e a sua subjetividade, trajetória de vida e contexto social em que está inserido.

Entre 2010 e 2019, ocorreram no Brasil 112.230 mortes por suicídio, com um aumento de 43% no número anual de mortes, de 9.454 em 2010, para 13.523 em 2019, indo na contra mão do mundo onde houve uma diminuição de 36% nas últimas décadas de morte por suicídio (Ministério da Saúde, 2021) (OMS, 2021). Compreende-se que o suicídio tem uma maneira de comunicação própria, composta por estetização, mensagens e cenários construídos, com receptores próprios dessa forma de comunicação denominados “espectadores” (Marqueti, 2014). Nesse sentido, as redes sociais online têm tido uma posição de influência importante sobre seus usuários, por se tratarem de um espaço que traz para seus consumidores a possibilidade de compartilhar entre si, mensagens, imagens e estímulos para comportamentos de risco. Isso é demonstrado por trabalhos que já categorizam as mídias – principalmente as redes sociais – como o terceiro motivador de suicídio em todas as faixas etárias (Loureiro, Moreira & Sachsida, 2013, p.22).

Desta forma, o presente trabalho tem como objetivo pesquisar em uma rede social online amplamente conhecida no Brasil, páginas sobre comportamento suicida e analisar suas postagens, a fim de se observar e caracterizar a forma pela qual o comportamento suicida e o suicídio são tratados e compartilhados pelos usuários, e suas respectivas interações.

Resumo do Método

Esse estudo foi uma pesquisa qualitativa descritiva através de estudo observacional de conteúdo postado em mídias sociais tendo como base do estudo o método de Etnografia Virtual. Esse método consiste na vivência prolongada em um ambiente, no qual o pesquisador compartilha de forma plena a vida da comunidade ou grupo social (Hine, 2000). Neste contexto, para melhor compreensão da expressão do comportamento suicida, a presente pesquisa foi realizada na rede social online *Instagram*®, a partir da realização da análise das interações, cultura e comportamento dos usuários na página pesquisada, e posteriormente a análise temática dos resultados.

O *Instagram*® foi escolhido como cenário deste estudo por ser a mídia digital com maior número de usuários no Brasil em conjunto com o *Youtube*® no ano de 2022 (Kemp, 2022). Inicialmente foram realizadas buscas por páginas que publicassem conteúdos sobre suicídio na referida mídia por meio das seguintes palavras-chaves em português: suicídio, depressão, autoagressão. Essa pesquisa utilizou dados postados em páginas públicas de conteúdo aberto, cuidando da segurança, privacidade e confidencialidade dos dados a partir da preservação da identidade e privacidade das fanpages e respectivos usuários, encontrando-se um total 22 perfis no período de 04/03/2021 a 09/08/2021.

Para a sistematização dos dados foi utilizado o software Atlas.Ti que auxilia na sistematização de dados qualitativos e foi utilizado a Análise Temática de Braun e Clarke (2006) como método de análise de dados permitindo identificar, analisar, interpretar e relatar padrões (temas) a partir de dados qualitativos. Nesta etapa foram enviadas 22 mensagens aos tutores das páginas pesquisadas via direct (privado) para os tutores/perfis que se enquadraram aos objetivos da pesquisa, 12 perfis retornaram ao primeiro contato, 03 perfis não apresentavam critérios de elegibilidade em função da identificação do tutor ser menor de 18 anos, 9 páginas apresentaram os critérios para a realização da pesquisa, declarando interesse prévio de participação na pesquisa e colhida a assinatura do “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido”. A pesquisa está de acordo com todos os procedimentos éticos previstos a partir das resoluções nº 466/2012 em relação à pesquisa com seres humanos, aprovado pelo CEP/UFTM por meio do número: 4.667.713 em junho de 2021 que indicou a necessidade dos pesquisadores solicitarem aceites prévias de possíveis tutores/curadores de mídias a serem pesquisadas por meio do TCLE.

Resumo das principais conclusões do Estudo 1

O suicídio é um tema relevante na atualidade, por ser capaz de perpassar diversas esferas de ordem social, cultural, psicológica e biológica. A expressão do comportamento suicida, é caracterizado por um processo que envolve idealização, expressão do intento de findar a própria vida, planejamento, tentativa e a morte por suicídio. Essas fases do comportamento suicida são frequentemente expressas pelos indivíduos em crise por meio de atos como a lesão auto infligida, declaração da intenção de morrer por suicídio. Este estudo objetivou compreender as expressões do comportamento suicida em uma página de rede social online, representadas aqui por meio de postagens no *Instagram*, ficando evidente que este é um tema comumente expresso nas redes sociais.

Por meio da categorização das postagens em temas associados ao suicídio (comportamento suicida, transtorno mental, espiritualidade, busca de sentido em viver e relações pessoais), foi possível identificar como os usuários de redes sociais online demonstram, muitas vezes, razões e desejos para findar a própria vida. A presença desse tipo de comportamento nas redes pode ser vista como uma janela de oportunidade para conscientização, identificação e possível intervenção frente a indivíduos que apresentam franco desejo de morrer por suicídio com a finalidade de preveni-lo.

Dentre as principais limitações deste trabalho destaca-se a utilização de apenas uma rede social online que fora mais amplamente acessível - por se tratar da rede mais utilizada atualmente pelos brasileiros - e disponível de forma livre, sem necessidade de acesso a dados particulares ou privados dos usuários para acessar suas expressões, relatos e publicações. No entanto, esta estratégia dificulta a generalização e extensão destes achados à população geral usuária de outras redes sociais.

Assim, trabalhos futuros podem investigar populações mais amplas e explorar a possibilidade de intervenção em saúde mental e/ou orientação para serviços de saúde mental especializados após identificação de usuários em crise. Neste contexto, propõe-se que as redes sociais sejam ambiente de ampla divulgação e conscientização acerca do suicídio e do comportamento suicida, para que o seu reconhecimento seja feito em momento oportuno, a fim de se prevenir mortes por suicídio, seja pela orientação aos usuários na busca de serviços de atendimento em saúde mental especializado mais próximo da sua localização.

Resumo do Estudo 2

COMPREENSÃO DAS POLÍTICAS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO DAS REDES SOCIAIS ONLINE

UNDERSTANDING OF SOCIAL NETWORK SUICIDE PREVENTION POLICIES

Temática do Estudo

O suicídio é um grave problema de saúde pública no mundo, matando mais que malária, câncer, homicídios e guerras, superando o número de mortos em todos os conflitos mundiais em conjunto (WHO, 2019). O suicídio é um fenômeno de grande complexidade, que perpassa por diversos significados de ordem pessoal, cultural, social e religiosa, impossibilitando seu estudo como uma simples patologia (MINOIS, 2018), mas sim como um continuum de autoagressões que envolvem a ideação suicida (ideias sobre a morte), plano suicida (planejamento de como morrer), tentativa de suicídio (meios utilizados) e o próprio suicídio, sendo fundamental a sua compreensão geral para permitir uma melhor percepção dos fatores que motivam tal comportamento (Bertolote, 2012).

Nesse aspecto, as redes sociais online têm ação crucial pelo seu elevado poder de influência sobre indivíduos mais vulneráveis, apresentando-se como espaço nocivo que traz para seus usuários estímulos para comportamentos de risco (Baker & Lewis, 2013). Em reação a este fato, em 26 de abril de 2019, a lei nº 13.819 com título “A política nacional de prevenção da Automutilação e Suicídio”, estabeleceu a criação do Sistema Nacional de cooperação entre estados, municípios e a União, juntamente com órgãos públicos e/ou privados para notificação da violência auto infligida e formação de parcerias entre empresas de conteúdos digitais, pesquisas na internet e gerenciadores das redes sociais online para divulgar serviços de atendimento ao sofrimento psíquico (Santos & Schimidit, 2019).

Neste contexto, destaca-se a relevância e apropriação do conhecimento acerca da expressão do comportamento suicida em mídias sociais como oportunidade para nortear programas de prevenção e proteção do suicídio. Desta forma, o presente trabalho teve como objetivo, compreender as políticas de prevenção ao comportamento suicida das mídias sociais *YouTube*®, *Facebook*®, *Instagram*®, e *Twitter*® nos anos de 2021 e 2022, utilizando a técnica da Etnografia Virtual (Hine, 2000) e a análise temática para interpretação dos dados de Clark e Braun (2006).

Resumo do Método

Trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva por meio de estudo observacional baseado no método da Etnografia Virtual (Hine, 2000), em busca de compreender as políticas de prevenção adotadas pelas redes sociais online em relação ao comportamento suicida e suicídio. Essa pesquisa foi realizada em redes sociais online de maior relevância utilizadas no Brasil, a saber: *Youtube*®, *Facebook*®, *Instagram*®, e *Twitter*® (kapos,n.d). As redes sociais online *Facebook Messenger*® e *WhatsApp*® foram excluídas em função de seus acessos restritos e privados ao usuário autor e responsável pelo seu próprio espaço digital. Para fins desta pesquisa, foram realizados o download dos aplicativos das diferentes mídias em aparelhos de celulares dos pesquisadores, seguido de realização do cadastro e exploração de perfis de conteúdo aberto, de acesso público relacionados a temática comportamento suicida/suicídio, por meio das ferramentas de buscas específica de cada rede social online. A pesquisa se iniciou com a inserção dos pesquisadores no campo de estudo com o objetivo de observar e explorar manifestações sobre comportamento suicida nessas plataformas, e analisar as políticas adotadas pelas redes sociais online para orientar e instruir os usuários em relação ao manejo de conteúdos e temas relacionados ao suicídio. Estas políticas adotadas pelas redes sociais online em relação a orientação ao manejo do comportamento suicida chamaram a atenção dos pesquisadores dado o destaque recebido pelo tema "suicídio" nos meios de comunicação atuais e o alto índice de mortes decorrentes desta causa no Brasil e no mundo como destacado anteriormente. Assim, considerou-se relevante compreender de forma mais abrangente as estratégias e como são tratadas as demonstrações de comportamento suicida nas redes pesquisadas. Para fins da coleta de dados, utilizou-se a exploração dos termos “suicídio”, “comportamento suicida”, “quero me matar”, “como morrer”, nas diferentes ferramentas de busca de cada rede social online, no período de janeiro de 2021 a abril de 2022. Para esta etapa, foi utilizado um roteiro elaborado pelos pesquisadores com vistas ao registro padronizado dos procedimentos adotados por cada mídia em relação ao manejo do tema comportamento suicida e suicídio. Como fonte complementar de dados foi utilizado registro em diário de campo. A interpretação e análise foi realizada por meio da análise temática (Clark & Braun, 2006).

Este estudo foi submetido e aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa na Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), protocolo n°. 4 667 713.

Resumo das principais conclusões do Estudo 2

Nesta pesquisa, foram observadas a centralidade da disponibilização do link de acesso ao Centro de Valorização da Vida (CVV), a preocupação com o efeito Werther (propagação do comportamento suicida entre pessoas) e estímulo ao efeito Papageno (ressalta comportamentos de superação ao suicídio e comportamentos associados), além da pouca ênfase dada ao encaminhamento de seus usuários que apresentam comportamento suicida a entidades governamentais especializadas, considerando as *hotlines* (serviços de apoio emocional) como principal protagonista na prevenção do suicídio, embora existam questionamentos sobre seu verdadeiro potencial em evitar o comportamento suicida.

De modo geral, as redes sociais desenvolveram estratégias próprias para prevenir o comportamento suicida entre seus usuários. As redes *Facebook*® e *Instagram*® estabelecem relações entre transtornos mentais (alimentar e depressivo) e o suicídio, e fornecem sugestões de tempo de uso dos aplicativos e orientações para a busca por pessoas de confiança, embora *YouTube*® e *Twitter*®, não discutam amplamente estratégias que podem ser utilizadas para minimizar e/ou buscar ajuda mediante as crises de comportamento suicida e não sugerem uma pausa no uso das redes sociais e da internet. Nota-se assim, que alguns pontos dos serviços de proteção ao usuário ainda apresentam falhas (como a não orientação à procura de profissional especializado de forma direta, possibilidade de se burlar algoritmos de proteção por meio de pontos ou traços nas ferramentas de busca e não estabelecimento de um mapa de cuidado em saúde mental), mas também pontos relevantes (orientação sobre conversar com alguém de confiança, se ausentar das redes sociais online por determinado período de tempo, buscar outras formas de lazer).

Neste cenário é significativo e necessário a responsabilização do Estado na construção de políticas públicas efetivas para prevenção ao comportamento suicida/suicídio nas mídias sociais. Deve-se elaborar programas que objetivam a oferta de serviços e profissionais qualificados para o cuidado em saúde mental, que não somente poderão ofertar ações pelo meio digital, mas também pela rede de serviços disponíveis e localizados próximos ao território do usuário com o intuito de dar continuidade ao seguimento iniciado mediante a uma possível crise suicida, construindo assim de fato uma política de prevenção e intervenção ao suicídio que leve em consideração a singularidade e especificidade do usuário que necessita de ajuda.

Considerações Finais da Dissertação

Deste modo, reconhece-se o suicídio como um tema relevante na atualidade, por perpassar diversas esferas de ordem social, cultural, psicológica e biológica. A expressão do comportamento suicida, fortemente associado ao suicídio, é caracterizado por um processo que envolve idealização, expressão do desejo de findar a própria vida, planejamento, tentativa e a morte por suicídio. Essas fases do comportamento suicida são frequentemente expressas pelos indivíduos em crise por meio de declarações da intenção de morrer por suicídio, sendo que atualmente, as mídias sociais têm se tornado um espaço com presença de publicações e compartilhamento de conteúdo que pode ser caracterizado como uma parte do comportamento suicida. Este estudo objetivou compreender como se deu a expressão do comportamento suicida em uma página de rede social, representadas aqui por meio de postagens no *Instagram* e também, compreender as políticas de prevenção ao comportamento suicida/suicídio das mídias sociais *Youtube*®, *Facebook*®, *Instagram*® e *Twitter*® por meio da técnica de Etnografia Virtual e análise temática para interpretação dos dados, a fim de se observar como essas mídias lidam com o compartilhamento de conteúdos relacionados ao suicídio, e quais medidas são tomadas para evita-lo.

Por meio da categorização das postagens em temas associados ao suicídio (comportamento suicida, transtorno mental, espiritualidade, busca de sentido em viver e relações pessoais), foi possível identificar como os usuários de redes sociais demonstram, muitas vezes, razões e desejos para findar a própria vida. A presença desse tipo de comportamento nas redes pode ser vista como uma janela de oportunidade para conscientização, identificação e possível intervenção frente a indivíduos que apresentam franco desejo de morrer por suicídio com a finalidade de se preveni-lo. Já a segunda parte deste trabalho, observou como as redes sociais dão centralidade à serviços como o Centro de Valorização da Vida (CVV), bem como tiveram preocupação em coibir a propagação do efeito Werther e estimularam o efeito Papageno, embora pouca ênfase tenha sido dada ao encaminhamento de seus usuários que apresentam comportamento suicida a entidades governamentais especializadas, considerando as *hotlines* (serviços de apoio emocional) como principal protagonista na prevenção do suicídio, embora existam questionamentos sobre seu verdadeiro potencial em evitar o comportamento suicida.

A categorização das publicações na página do *Instagram* demonstrou como os usuários apresentam vários comportamentos associados ao suicídio, como desejo de findar a própria vida (comportamento suicida), apresentavam transtornos mentais associados, como a depressão; não

encontravam sentido em continuar vivendo; tentavam encontrar na espiritualidade um refúgio para o sofrimento; e apresentavam relacionamentos fracos ou insuficientes. Frente a isso, as redes sociais desenvolveram estratégias próprias para prevenir o comportamento suicida entre seus usuários. As redes *Facebook*® e *Instagram*® estabelecem relações entre transtornos mentais (alimentar e depressivo) e o suicídio, e fornecem sugestões de tempo de uso dos aplicativos e orientações para a busca por pessoas de confiança. No entanto, *YouTube*® e *Twitter*®, não discutem amplamente sobre estratégias que podem ser utilizadas para minimizar e/ou buscar ajuda mediante as crises de comportamento suicida. Outro problema observado foi a facilidade com que se é possível de burlar algoritmos de proteção durante a pesquisa por conteúdo relacionado ao suicídio, simplesmente por inserir símbolos entre as palavras, fornecendo resultados que podem ser acessados a qualquer momento.

A responsabilização do Estado na construção de políticas públicas efetivas para prevenção ao comportamento suicida/suicídio nas mídias sociais, outro ponto pouco explorado pelas redes sociais, também precisa ser reforçado, uma vez que se trata de um problema grave de saúde pública que está sendo expresso neste espaço. Incluindo e integrando a oferta de serviços e profissionais qualificados para o cuidado em saúde mental, que não somente poderão ofertar ações por meio digital, mas também pela rede de serviços disponíveis e localizados próximos ao território do usuário com o intuito de dar continuidade ao seguimento iniciado mediante a uma possível crise suicida, construindo assim de fato uma política de prevenção e intervenção ao suicídio que leve em consideração a singularidade e especificidade do usuário que necessita de ajuda.

Com este trabalho foi possível identificar as principais características do compartilhamento de mensagens, textos e vídeos, relacionados ao comportamento suicida, bem como a análise de diretrizes estabelecidas por algumas das redes sociais mais utilizadas pelos brasileiros na prevenção do suicídio, confrontando, à luz literatura, as evidências por trás de cada uma das formas de prevenção apresentadas. Foi possível perceber que mesmo se tratando de redes influentes e internacionalmente reconhecidas, alguns pontos dos serviços de proteção ao usuário ainda apresentam falhas, mas também pontos relevantes. Essas informações podem fornecer orientações aos desenvolvedores dessas plataformas, suporte para a elaboração de diretrizes mais bem embasadas cientificamente no tocante às estratégias que são reconhecidamente efetivas na prevenção ao suicídio, levando em consideração as especificidades da cultura brasileira.

Dentre as principais limitações deste trabalho, tem-se a utilização de apenas uma rede social, bem como o acesso a uma única página nesta rede a partir da aplicação dos critérios de inclusão, o que limitou os achados do trabalho. Além disso a análise da eficácia das “hotlines”, uma das ferramentas mais utilizadas pelas mídias sociais, também foi prejudicada pela dificuldade de se encontrar trabalhos mais recentes que abordam essa temática sendo que muitos dos trabalhos mais completos sobre este tema foram realizados na década passada ou anteriores, e não contemplam as significativas mudanças atuais no uso de redes sociais e seus impactos na saúde mental dos usuários. Por fim, as informações presentes nas páginas de proteção ao usuário das respectivas mídias sociais foram avaliadas apenas em seu aspecto qualitativo, sem avaliar a eficácia das medidas adotadas pelas mídias sociais, o que não permite verificar se elas estão de fato conseguindo reduzir a incidência do comportamento suicida entre seus usuários.

Assim, trabalhos futuros podem investigar populações mais amplas e também a possibilidade de intervenção após identificação de usuários em crise. A observação de que existe a possibilidade de se acessar pessoas que necessitam de ajuda, demonstra a oportunidade que as mídias sociais apresentam para que seja feito o encaminhamento para tratamento adequado, além da divulgação de conteúdo capaz de promover a oferta de ajuda às pessoas em situação de vulnerabilidade em páginas que contenham publicações relacionadas ao suicídio. Propõe-se que as redes sociais sejam também um ambiente de ampla divulgação e conscientização acerca do suicídio e do comportamento suicida, para que o seu reconhecimento seja feito em momento oportuno. Dentre as estratégias que podem ser elaboradas, temos o fornecimento de orientações aos usuários sobre serviços de atendimento em saúde mental, que podem criar mapas de cuidado, traçando os locais de atendimento que são referência para essas pessoas, quanto pela localização de usuários com comportamento de risco e acionamento de serviços de emergências responsáveis para realizar atendimento de forma profissional, possibilitando de forma mais ativa a prevenção ao suicídio ante uma crise suicida. Pode-se investigar também a respeito da eficácia das medidas implementadas pelas mídias sociais em trabalhos de caráter mais quantitativo, para se obter números práticos que podem indicar medidas mais ou menos efetivas na prevenção ao comportamento suicida.

Referências da Dissertação

Barbosa, F. D. O., Macedo, P. C. M., & Silveira, R. M. C. D. (2011). Depressão e o suicídio. *Revista da SBPH*, 14(1), 233-243.

- Teixeira, S. M. O, Souza, L. E. C., & Viana, L. M. M. (2018). O suicídio como questão de saúde pública. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 31(3).
- World Health Organization. (2021, 17 de junho). *Uma em cada 100 mortes ocorre por suicídio, revelam estatísticas da OMS*. PAHO. Retirado em 16 de outubro de 2022. De: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2021-uma-em-cada-100-mortes-ocorre-por-suicidio-revelam-estatisticas-da-oms>
- Marquetti, F. C. (2014). O suicídio e sua essência transgressora. *Psicologia USP*, 25, 237-245.
- Associação Brasileira de Psiquiatria CFM/ABP (2014). Cartilha suicídio saber agir preveni [Versão Eletrônica]. Boletim epidemiológico. Recuperado em 16 de outubro de 2022. De <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2022/setembro/13/BE-suic--dio-24-final.pdf>.
- Loureiro, P., Moreira, T., & Sachsida, A. (2013). Os efeitos da mídia sobre o suicídio: uma análise empírica para os estados brasileiros. Obtido: 12 set., 2022, de http://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/2264/1/TD_1851.pdf
- Grimes, T, Anderson, JA & Bergen, L. (2008) *Media Violência e Agressão: Ciência e Ideologia*. SAGE..
- Hine, C. (2000). *Etnografía virtual*. Universitat Oberta de Catalunya, Barcelona.
- Kemp, S. (2022). Digital 2022: Brazil. DATAREPORTAL. <https://datareportal.com/reports/digital-2022-brazil>
- Botega, Neury José. Comportamento suicida: epidemiologia. *Psicologia Usp*, [S.L.], v. 25, n. 3, p. 231-236, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0103-6564d20140004>.
- Araújo, L. C., Vieira, K. F. L., & Coutinho, M. P. L. (2010). Ideação suicida na adolescência: Um enfoque psicossociológico no contexto do ensino médio. *Psico-USF*, 15(1), 47–57. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712010000100006>
- Carvalho, F., & Pacheco, É. (2016). Sentidos existenciais manifestos em cartas de suicidas. *Sinapse Múltipla*, 5(2), 89–89. Obtido: 12 set. 2022. De: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/sinapsemultipla>
- Shneidman, E. S. (1994). *Definition of suicide*. New Jersey: Aronson.
- Bachmann, S. (2018). Epidemiology of suicide and the psychiatric perspective. *International journal of environmental research and public health*, 15(7), 1425.
- Oliveira, M. R. D., & Junges, J. R. (2012). Mental health and spirituality/religiosity: psychologists' understandings. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 17, 469-476.
- Cunha, V. F. D., & Scorsolini-Comin, F. (2019). The Religiousness/Spirituality Dimension in Clinical Practice: An Integrative Review of the Scientific Literature. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 35.
- Inoue, T. M., & Vecina, M. V. A. (2017). Spirituality and/or religiosity and health: A literature review. *J. Heal. Sci. Inst*, 35, 127-130.

- Hamdan, S., & Peterseil-Yaul, T. (2020). Exploring the psychiatric and social risk factors contributing to suicidal behaviors in religious young adults. *Psychiatry research*, 287, 112449.
- Norko, M.A., Freeman, D. Phillips, J., Hunter, W., Lewis, R., Viswanathan R. (2017). A religião pode proteger contra o suicídio. *J. Nerv. Mento. Dis.*, 205(1), pp. 9-14.
- VanderWeele, T. J., Li, S., Tsai, A. C., & Kawachi, I. (2016). Association between religious service attendance and lower suicide rates among US women. *JAMA psychiatry*, 73(8), 845-851.
- Hamdan, S., & Peterseil-Yaul, T. (2020). Exploring the psychiatric and social risk factors contributing to suicidal behaviors in religious young adults. *Psychiatry research*, 287, 112449.
- Frankl, V. E. (1990). *Dar sentido à vida: a logoterapia de Viktor Frankl*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Aratanga, E. W. et. al. (2017). *Como lidar com a automutilação*. São Paulo: Hogrefe Base. (2018, 19 de out.). *Suicide Statistics / Befrienders*. Befrienders.org. <https://www.befrienders.org/suicide-statistics>
- Barbosa, F. D. O., Macedo, P. C. M., & Silveira, R. M. C. D. (2011). Depressão e o suicídio. *Revista da SBPH*, 14(1), 233-243.
- Barz, M. (2001) *Assessing suicide hotline's volunteers' empathy and motivations*. Tese (Doutorado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia, University of Florida, Gainesville.
- Bertolote J. M. (2004). Suicide prevention: at what level does it work? *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 3(3), 147–151.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative reaserach in Psychology*, 3 (2). Pp 77-101. ISSN 1478-0887. Disponível em: <http://eprints.uwe.ac.uk/11735>. DOI: <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706>
- Cerquetani, S. (2022). Efeito werther: banalizar o suicídio pode aumentar número de casos. (V. Bem, Ed.) [Review of Efeito werther: banalizar o suicídio pode aumentar número de casos.]. UOL. <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2022/02/15/efeito-werther-banalizar-o-suicidio-pode-aumentar-o-numero-de-casos.htm?next=0001H237U11N>
- Dockhorn, C. N. B. F. & Werlang, B. S. G. (2008) Programa CVV: Prevenção do suicídio no contexto das hotlines e do voluntariado. *Revista Textos & Contextos*. Porto Alegre v. 7 n. 2 p. 183-198.
- Facebook. (2022). Facebook.com. Obtido 14 de setembro de 2022, de <https://pt-br.facebook.com/>

- Gould, M., Jamieson, P., & Romer, D. (2003). Media Contagion and Suicide Among the Young. *American Behavioral Scientist*, 46(9), p. 1269-1284.
- Hine, C. (2000). *Etnografía virtual*. Universitat Oberta de Catalunya, Barcelona.
- Instagram Help Center. (2018). Instagram.com. <https://help.instagram.com/>
- Kemp, S. (2022, February 9). Digital 2022: Brazil. DataReportal – Global Digital Insights. <https://datareportal.com/reports/digital-2022-brazil>
- King, E., & Frost, N. (2005). The New Forest Suicide Prevention Initiative (NFSPi). *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, 26 (1), 25.
- Login Instagram. (sem data). Instagram. Obtido 14 de setembro de 2022, de <https://www.instagram.com/explore/>
- Loureiro, P., Moreira, T., & Sachida, A. (2013). Os efeitos da mídia sobre o suicídio: uma análise empírica para os estados brasileiros. Obtido: 12 set., 2022, de http://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/2264/1/TD_1851.pdf
- Marquetti, F. C. (2014). O suicídio e sua essência transgressora. *Psicologia USP*, 25, 237-245.
- Niederkrötenhaler, T., Voracek, M., Herberth, A., Till, B., Strauss, M., Etzersdorfer, E., Eisenwort, B., & Sonneck, G. (2010). Media and suicide: Papageno v Werther effect. *BMJ: British Medical Journal* (online), 341, c5841. doi: 1136/bmj.c5841
- Pereira, C., & Botti, N. (2017). O suicídio na comunicação das redes sociais virtuais: revisão integrativa da literatura. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 17. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0179>
- Pereira, A. S., Willhelm, A. R., Koller, S. H., & Almeida, R. M. M. D. (2018). Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adultez emergente. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23, 3767-3777.
- Phillips, D. P. (1974). The influence of suggestion on suicide: Substantive and theoretical implications of the Werther Effect. *American Sociological Review*, 39, 340-354.
- Política sobre suicídio e automutilação - Ajuda do YouTube. (n.d.). Obtido 14 de set. de 2022, de support.google.com: <https://support.google.com/youtube/answer/2802245?hl=pt-BR>.
- Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio, nº 13.819 (2019, abril 26). From: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/113819.htm
- Rosenbaum, A., Calhoun, J (1977). The use of the telephone hotline in crisis intervention: a review. *Journal of Community Psychology*, n. 5, p. 325-339.
- Sisask, M., & Värnik, A. (2012). Media Roles in Suicide Prevention: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(1), 123-138.
- Stanley, B., & Brown, G. K. (2012). Safety planning intervention: a brief intervention to mitigate suicide risk. *Cognitive and behavioral practice*, 19(2), 256-264.

- Suicide and Self-Injury Resources | Facebook Help Center. (n.d.). Obtido 14 de set. de 2022, de [www.facebook.com](https://www.facebook.com/help/1553737468262661/?helpref=hc_fnav):
https://www.facebook.com/help/1553737468262661/?helpref=hc_fnav
- Suicide prevention. (n.d.). Obtido 14 set. 2022, de Organização Mundial da Saúde:
https://www.who.int/health-topics/suicide#tab=tab_2
- Suicide in the world. (n.d.). Obtido: 14 set. 2022, de Organização Mundial de Saúde: <https://www.who.int/publications/i/item/suicide-in-the-world>
- Twitter. (2022). Twitter. Obtido 14 de setembro de 2022, de <https://twitter.com/>
- Vedana, K. G. G. (2018). Mídias sociais e suicídio: Universidade de São Paulo. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto. SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português), 14 (4), p. 194.
- What to do about self-harm and suicide concerns on Twitter. (n.d.). Obtido 14 de set. de 2022, de Help.twitter.com: <https://help.twitter.com/en/safety-and-security/self-harm-and-suicide>
- Young Health Movement (2017, May). Obtido: 14 set. 2022, de #StatusOfMind. Royal Society for Public Health.
- YouTube. (2022). Youtube. Obtido 14 de setembro de 2022, em <https://www.youtube.com/?BR>

Apêndices

Apêndice A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Convidamos você a participar da pesquisa: “A expressão do comportamento suicida em mídias sociais”.

O objetivo desta pesquisa é compreender como tem sido a expressão do comportamento suicidas em mídias sociais. Sua participação é muito importante, pois o conhecimento da forma dessa expressão, torna-se relevante para nortear programas de prevenção e proteção deste comportamento, através de possibilidades de construção de políticas permanentes que levam em consideração as mídias sociais como espaço relevante de interação entre as pessoas que utilizam essas plataformas como lugar de expressão de suas angústias e sofrimento diante da intenção suicida.

Compreendermos que comportamento suicida pode ser entendido como ideias de abreviar a vida, tentativas de suicídios anteriores ou qualquer comportamento que tem como objetivo de lesionar o próprio corpo, independentemente de sua finalidade em obter alívio emocional ou com o objetivo de morrer.

Caso você aceite a participar desta pesquisa será necessário à sua autorização para que seja observado e analisados os conteúdos postados em sua mídia social e suas respectivas interações durante o período de 30 dias. Os conteúdos de interesse para a pesquisa serão transcritos e a comunicação visual será copiada para a realização das análises dos conteúdos postados, em nenhum momento serão divulgado os nomes ou a identidade digital de nenhum participante dessa pesquisa, os dados coletados serão guardados por cinco anos pelo pesquisador responsável em pasta digital com senha de acesso e após esta data será apagada completamente do computador e da sua memória interna .

As informações coletadas nas conversações dos participantes das mídias sociais pesquisadas não oferecerão risco imediato, porém durante a coleta dos dados, é possível que possa haver manifestações, sentimentos ou lembranças desagradáveis ou receio de perda de confiabilidade dos dados por se tratar de postagens sensíveis que possam gerar desconforto emocional em saber que as postagens estão sendo observados e analisadas por uma pessoa que não faz parte dos objetivos central do espaço virtual, caso isso ocorra estaremos a disposição para conversar sobre essas questões emocionais que surgirem e caso haja o interesse em não mais participar desta pesquisa será realizado de forma imediata a suspensão da pesquisa bem como a destruição do todo o material pesquisado na página analisada até então.

Espera-se que a sua participação nos ajude a compreender a importância das redes sociais como espaço de interações não só de questões relacionado a questões de bem estar social e emocional como também espaço de manifestações de sofrimentos e angústias diante da intenção suicida.

Assim com o conhecimento adquirido, o presente estudo tem como objetivo demonstrar a importância de levar em consideração as mídias sociais como espaço relevante de interação entre as pessoas perante intenção suicida, para construção de melhores estratégias de prevenção ao suicídio nas redes sociais, bem como contribuir com a comunidade científica a respeito dessa temática abordada. Destaca-se que esses são os benefícios que essa pesquisa pode ofertar

Informamos que esse projeto de pesquisa foi submetido ao comitê de Ética e pesquisa da UFTM, sendo aprovado pelo número (?) na data (?).

Sua participação nesta pesquisa é voluntária e em decorrência dela você não receberá qualquer valor em dinheiro. Você poderá não participar do estudo, ou se retirar a qualquer momento, sem que haja qualquer constrangimento junto aos pesquisadores. Você não terá nenhum gasto por participar nesse estudo, pois qualquer gasto que você tenha por causa dessa pesquisa lhe será ressarcido, bastando você dizer ao pesquisador que lhe entregou este

documento. Você tem direito a requerer indenização diante de eventuais danos que você sofra em decorrência dessa pesquisa. Você não será identificado neste estudo, pois a sua identidade será de conhecimento apenas dos pesquisadores da pesquisa, sendo garantido o seu sigilo e privacidade. Você poderá obter quaisquer informações relacionadas a sua participação a qualquer momento que desejar, por meio dos pesquisadores do estudo.”

Contato dos pesquisadores:

Nome: Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo E-mail: heloisafrizzo@yahoo.com.br Telefone: (16) 9-9164-1535. Endereço: Av. Frei Paulino, nº30 Bairro: Abadia cidade Uberaba.

Nome: Ricardo Augusto dos Santos E-mail: d201911419@uftm.edu.br Telefone: (34) 9- 9196 75-94. Endereço: Rua do Mecânico 114 ap 201 Bairro: Planalto cidade Uberlândia. Identificação do CEP/UFTM:

Em caso de dúvida em relação a esse documento, favor entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, pelo telefone (34) 3700-6803, ou no endereço Av. Getúlio Guaritá, 159, Casa das Comissões, Bairro Abadia – CEP: 38025-440 – Uberaba-MG – de segunda a sexta-feira, das 08:00 às 12:00 e das 13:00 às 17:00 ou pelo e-mail cep@uftm.edu.br. Os Comitês de Ética em Pesquisa são colegiados criados para defender os interesses dos participantes de pesquisas, quanto à sua integridade e dignidade, e contribuir no desenvolvimento das pesquisas dentro dos padrões éticos.

Endereço de e-mail

Eu li o esclarecimento acima e compreendi para que serve o estudo e a quais procedimentos serei submetido. A explicação que recebi esclarece os riscos e benefícios do estudo. Eu entendi que sou livre para interromper minha participação a qualquer momento, sem justificar minha decisão. Sei que meu nome não será divulgado, que não terei despesas e não receberei dinheiro para participar do estudo. Concordo em participar do estudo “A expressão do comportamento suicida em mídias sociais”, e receberei uma cópia de minhas respostas pelo e-mail fornecido para respostas ao questionário.

Consinto participar da pesquisa

Não consinto participar da pesquisa.

Apêndice B – Planilha de seleção das postagens

Publicação	Data:	Descrição publicação:	Interações	Likes
P1	30/12/2016	As pessoas que prometem te ajudar , ao ficar ao seu lado. São as primeiras que	5	503
P2	31/12/2016	Às vezes so precisamos de um abraço	5	522
P3	31/12/2016	E sempre aparece aquela vontade de desistir . Nada mais faz sentido , estou morta por dentro ,	8	489
P4	31/12/2016	Eu deveria ser forte, eu deveria ter aprendido a lidar sobre isso, mas eu nao	6	459
P5	31/12/2016	Pessoas caladas tem mentes barulhentas	3	541
P6	31/12/2016	Nós podemos nos achar , e nos perder, dentro de nós mesmo	2	248
P7	01/01/2017	Pessoas que gostam de preto!	5	348
P8	01/01/2017	Pessoas que gostam de cinza !	2	251
P9	02/01/2017	Hoje eu sei que há maneiras diferentes de morrer... Meu corpo Respira , meu coração continua batendo... mas	1	325
P10	02/01/2017	Se voce ficar sozinho, pega a solidao e dança. (Marcelo Camelo)	2	223
P11	02/01/2017	Descrição: Imagem de uma mulher com olhar de desespero, com as duas mãos	3	210
P12	03/01/2017	Querida cabeça, cama é lugar de dormir e não de pensar , Brigadão	1	339
P13	04/01/2017	Sou um ser , preenchido pelo vazio da minha propria solidão.	0	191
P14	05/01/2017	- Onde esta aquel garota sorridente ? - Esta no banheiro pondo para fora td q os	4	253
P15	06/01/2017	Antes de fala ouça. Ante de agir pense. Ante de criticar pense. E antes de de	1	162
P16	06/01/2017	Dificil encontrar alguem q te entenda, Quando vc não consegue por em palavras	1	165
P17	08/01/2017	- Como vc consegue fingir que esta bem ? 'Da mesma forma q vc consegue fingir	1	348
P18	08/01/2017	Me sinto um peso na vida das pessoas !!	3	257
P19	09/01/2017	Ninguem faz ideia do quão profundo é o burado em q estou !!!	3	206
P20	10/01/2017	Esta doendo tanto. Eu so quero gritar!!!	0	284
P21	10/01/2017	Me sinto cansada, triste e solitaria frequentemente, tenho dores na cabeça e no peito. Não sei o que aconteceu	4	171
P22	11/01/2017	Sumir seria uma otima opção !!!	5	255
P23	12/01/2017	Eu so queria alguém para abraçar... e contar as coisas boas do dia	7	174
P24	13/01/2017	Eu vivo um pesadelo	3	219
P25	13/01/2017	Tem gente q me perde um pouco cada dia. Aí eu vou percebendo que nunca fiz tanta diferença , e q eu pensava	2	140
P26	13/01/2017	Sofro calada e sozinha, minha dor não precisa de plateira	1	233
P27	13/01/2017	Você esta bem ? É uma pergunta retórica. Não faz diferença disser que faz	2	170
P28	14/01/2017	Eu so queria ouvir um : - Vc é importante pra mim !!!	6	205
P29	14/01/2017	Palavras não podem expressar qualquer tristeza neste momento	1	139
P30	14/01/2017	Eu vou ficar bem, Com o todas as outras vezes. É so fingir q não esta doendo , colocar uma droga de um sorriso	4	183
P31	15/01/2017	A criança que voce era , teria orgulho da pessoa que você é hoje ?	8	204
P32	16/01/2017	Pessoas cansadas deitam e dormem, pessoas tristes apenas deitam, há uma diferença entre estar cansado do	2	136
P33	16/01/2017	Dói . Sempre dói, mas ninguem precisa saber!!	3	199
P34	17/01/2017	Um corpo vivo e uma alma morta !!	4	195
P35	17/01/2017	Então respirei fundo, pq sabia q se uma lágrima caísse, não conseguiria mais	1	237
P36	18/01/2017	Já tomei tanto cuidado para nao magoar certas pessoas, no fim , elas q me	3	206
P37	19/01/2017	" Ela é louca" " Ela quer chamar atenção" " É drama" "É frescura" Se mata logo" Aproveita e corto o pescoço" Sabe como é dificil escutar isso ?	8	204
P38	19/01/2017	Descrição da imagem de duas mulheres sentadas de costas , imagem de cores	8	204
P39	20/01/2017	Sorria, ninguem precisa saber da sua dor...	3	313
P40	20/01/2017	Eu sempre me falo de durono... mas aqui dentro dói tanto...	3	195
P41	21/01/2017	Eu falo mais comigo mesmo que com os outros!!!	1	163
P42	21/01/2017	Comenta "Eu"e me responde 13 perguntas no DD	69	96
P43	21/01/2017	Às vezes não reconheço mais a pessoa no qual acabei me tornando...	4	246
P44	22/01/0207	Todo mundo tem as suas dores secretas, que o mundo não sabe e as vezes nos chamam de frios, quando estamos apenas tristes!!!	1	193
P45	23/01/2017	Cada pensamento uma batalha , Cada inspiração é uma guerra , eu acho que	1	156
P46	25/01/2017	A gente nunca pode julgar o que acontece dentro dos outros.	1	201
P47	26/01/2017	As pessoas sempre dizem : " Eu te conheço" Aaaaa se vc me conhecesse de vdd... Talvez nem tivesse mais ao meu lado, teria ido embora como todos fazem...Tudo q vc sabe sobre mim, é o q te conto , ou o q deix o q você veja	8	190
P48	27/01/2017	Eu sinto q nunca vou ficar realmente bem!!!	2	161
P49	27/01/2017	Não estou tão bem quanto pareço !	2	161

P50	28/01/2017	Nao sei mais quem sou...	2	137
P51	31/01/2017	Eu estou cansado de me sentir mal, ok ? Eu prefiro não sentir nada.É melhor,	2	254
P52	02/02/2017	Somos prisineiros na nossa própria prioridade identidade, vivendo em prisões que	1	118
P53	03/02/2017	A solidão é minha companhia ...	0	121
P54	04/02/2017	A tristeza nos ensina e nos mostra coisas, afinal so conseguimos ver as estrelas	3	118
P55	05/02/2017	Eu precisava da música para nao ficar a sós com meus pensamentos ...Eles	0	166
P56	05/02/2017	Gosto de fazer as pessoas felizes, mesmo quando estou triste.	1	332
P57	06/02/2017	Não mexa no meu silêncio, se não puder lidar com meu barulho!!	0	156
P58	08/02/2017	E quantas vezes, com os olhos cheio de lagrimas você sorriu ?	7	201
P59	08/02/2017	Isso esta me correndo por dentro!!!	4	188
P60	11/02/2017	Não escrita- Descrição de imagem de uma mulher vestida de vestido com cores	3	207
P61	12/02/2017	E a música como sempre, é a unica q me compreende!!	0	161
P62	13/02/2017	Todo mundo me abandona , é tão normal...	5	168
P63	13/02/2017	Não descrita - Descrição de uma mulher com o rosto em um espelho em um local semelhante ao banheiro, vestida com um sutiã , imagem colocada apenas	2	199
P64	14/02/2017	Não adiante insistir na beleza de alguém que é vazio de sentimentos. Bonito mesmo é alguém que te arranca sorrisos , não suas esperanças .	1	159
P65	15/02/2017	O silêncio de um abraço apertado, às vezes supera qualquer tentativa de dizer, o	0	97
P66	16/02/2017	Fingir q está tudo bem , já se tomou um habito....	6	349
P67	16/02/2017	Essa guerra dentro de mim .	0	134
P68	17/02/2017	Vc alguma vez já se sentou com seus amigos e percebeu que vc é o amg menos importante do grupo ? vc n faria diferença se estivesse ali ou não.	7	308
P69	18/02/2017	Aqueles dias em que você não sabe o que esta pior. sua cara , seu cabelo e sua	4	322
P70	18/02/2017	Não descrita - Descrição de uma mulher encima de um predio alto , vestido de preto e salto alto preto , com as mãos empurrando a parede dando a impressão	2	259
P71	19/02/2017	Aquela vontade enorme de te mandar uma msg... dizer como me sinto, dizer q esta doendo...que não estou bem ... mas não posso fazer isso...pq sei q vc está	7	181
P72	20/02/2017	Estou bem...Até ficar sozinho...e ultimamente tenho ficado sozinho o tempo	0	150
P73	21/02/2017	As feridas parecem nao cicatrizar... Essa dor é tão real..	1	155
P74	22/02/2017	Eu me sentia um lixo...As pessoas só pioravam..	1	169
P75	23/02/2017	Alguma vez vc já parou E percebeu, Que se não tivesse Conhecido uma determoindada pessoa, Sua vida poderia ter sido Completamente diferente...?	2	153
P76	23/02/2017	O quarto esta silencioso... mas a mente esta gritando...	4	192
P77	26/02/2017	Nesse imenso mar de sentimentos , estou me afogando...	1	189
P78	27/02/2017	Eu gosto de gente que abraça. Abraça mesmo, forte apertado , gostoso, com	2	130
P79	28/02/2017	Somos como penela de pressão, Sem uma valvula de escape , Explodimos	2	395
P80	28/02/2017	"Ah mas tem gente que q esta pior q vc, não reclame"ué, mas eu não sabia que tinha entrada em uma Olimpiada de problema.	2	202
P81	28/02/2017	Não descrita - Imagem de um casal de jovem sentados em uma ponte de madeira , apresentam que estão satisfeitos , imagem de cores opacas.	4	136
P82	02/03/2017	Não se mede carater por aparência e nem felicidade por somiso...- Taylor Momsen	1	169
P83	03/03/2017	Você ja sentiu tão tristeza... a ponto de nem conseguir chorar ?	8	227
P84	09/03/2017	Sabe o que mais mais doeu ? Quando eu fui embora vc n chorou...Vc não se importou ... Disse estar triste ... Mas seu rosto mostrou q você estava bem fodase...Não fez diverença eu ir embora ... Apesar de tudo sinto a sua falta ...E isso	6	159
P85	10/03/2017	Nao descrita- Imagem de uma mulher com roupa de fio com a mão direita no rosto , os cabelos lisos e longo no rosto, cores utilizadas cinza e preto.	1	207
P86	11/03/2017	Solidão dói pra caralho !!	2	231
P87	12/03/2017	Eu sei que você ja sentou no chão do banheiro e chorou com a porta trancada , para ninguém te ver chorando ...Sei que você ja passou a madrugada acordada (o)chorando.Eu sei que vc já segurou o choro, faze isso dói muito , Não é mesmo	7	239
P88	13/03/2017	Mesmo no riso, o coração talvez sinta dor!!!	0	172
P89	14/03/2017	O silêncio assuta pq a gente não tem ideia se a pessoa esta sentindo a sua falta, ou se está gradualmente aprendendo a nos esquecer ...	1	139
P90	15/03/2017	Apreendi a ser forte quando entendi que, dali para frente, teria que levantar	0	173
P91	15/03/2017	Eu queria ter o poder de poder te apagar da minha memória...	0	161
P92	16/03/2017	Parece brincadeira ... mas ela fingi ser feliz todos os dias!!	2	302
P93	16/03/2017	Sorria...assim não vai ter que explicar toda a sua dor!!	2	242
P94	17/03/2017	Tudo passa... chuva passa...tempestade passa...até furacão passa.. Difícil é	0	152
P95	20/03/2017	Um dos maiores erros foi acreditar em você ... Acreditar que vc realmente se	0	170
P96	21/03/2017	Eu me afasto quando percebo q não faz diferença estar ali ou não!!!	4	213
P97	25/03/2017	Vc fez me sentir especial, figiu se importar , e prometeu estar sempre cmg...	3	210
P98	26/03/2013	Descrição: Quatro imagens juntas diferentes todas das cores cinzas , primeira imagem em foco cabelo longo cinza de uma mulher, a segunda imagem 2 gatos	3	257
P99	27/03/2017	Tentei ser forte e não chorar , mas as vezes o choro é o melhor desabafo!!	1	201
P100	28/03/2017	Descrição: Imagaem de uma mulher onde mostra apenas o cabelo longo e a mao elevada a boca , nao é possivel ver o rosto, cores preto e cinza.	3	197

P 101	28/03/2017	Me sinto uma completa idiota , por ainda sentir a sua falta...	1	179
P 102	30/03/2017	Tem coisas que marcam as nossas vidas... coisas que por mais que quisemos ,	1	141
P 103	31/03/2017	Descrição- Imagem da lua vista de baixo para cima, sob a ótica de de árvores com galhos secos , imagem cinza e cores escuras.	5	232
P 104	01/04/2017	E mesmo casando da vida vc aguenta firme ... por algo ou por alguém!!!	8	271
P 105	03/04/2017	Quando chega a noite e vc esta sozinho(a) e pode desabafar , colocar para fora o	1	196
P 106	03/04/2017	É difícil quando um amigo , se toma apenas um desconhecido...	3	232
P 107	04/04/2017	Descrição- Imagem de uma mulher sentada segurand com a mão esquerda os joelhos e com a mão esquerda tampando todo o rosto com os cabelos jogados a	2	276
P 108	07/04/2017	Reprimir nossos sentimentos é sufocante , angustiante ... E de tanto acumular , acabamos " explodindo" e isso pode ser bem dolorosos...	2	172
P 109	10/04/2017	Existem pessoas que mesmo de longe...nos causam sentimentos absurdos	0	173
P 110	10/04/2017	Todos os dias enfrento meus monstros internos , e ninguém sabe...Tem dia q o cansaço me arranca lágrimas... Tem dia q a esperança me acolhe em riso...Temos que ser gentins um com os outros , mesmo sem entender ...Cada	0	196
P 111	11/04/2017	É horrível dormir com vontade de nunca mais acordar, sorrir quando na verdade esta quebrada (o) , ser julgada (o) todos os dias, mentir dizendo que esta td bem e não precisa de ajuda. É horrível se sentir no fund do poço , se olhar no espelho e sentir nojo e desprezo de si mesmo,se sentir a segunda opção de todo	7	339
P 112	13/04/2017	Às vezes acho que sou um incômodo na vida das pessoas...	10	335
P 113	14/04/2017	Sou uma ótima atriz , sempre estou sorrindo , enquanto grito por dentro , Ninguém percebe a tristeza em meus olhos . Às vezes não sei se estou feliz , ou	1	228
P 114	14/04/2017	Enquanto eu acreditar que você esta aqui poderei acreditar na vida , mesmo que pareça silencio da sua ausência eu vou ouvir a sua voz entre as sombras , até	0	207
P 115	15/04/2017	Relaxa eu to bem , Só não to feliz !!	2	297
P 116	15/04/2017	E o final do dia , puta merda...o foda é o final do dia !!	0	258
P 117	16/04/2017	-Nao quero mais ficar aqui - É apenas uma noite , Miles. Não estou falando do	2	415
P 118	17/04/2017	Madrugada , um fone , uma boa música , e mil pensamentos...	0	295
P 119	20/04/2017	A solidão quando se apondera de alguém, gera raízes e se toma um vício...	2	258
P 120	21/04/2017	Já se sentiu como se estive sozinha no mundo ? como se ninguessse te amasse , ou como se ninguém se importasse com vc ??	34	277
P 121	21/04/2017	Se eu soubesse q aquela seria a última vez , eu teria te abraçado mais forte...	2	270
P 122	24/04/2017	Às vezes bate uma vontade de desistir !!!	4	308
P 123	26/04/2017	Eu achava q alguma pessoas sempre estariam comigo,só achava isso mesmo...	2	268
P 124	01/05/2017	Queremos dizer tanta coisa, e no fim ficamos calados!!!	1	385
P 125	02/05/2017	Tudo começa com a falta de diálogo...Falta de atenção...Ir deixando de lado... Isso sim distância as pessoas...Forma abismo entre elas... As tomam	0	222
P 126	11/05/2017	Ela é chuva . Apesar de muitas q a desejam , poucos ficam quando desaba...	0	206
P 127	11/05/2017	Um sorriso no rosto para esconder a angústia da alma, e a vontade de chorar....	1	322
P 128	13/05/2017	Quando estou triste eu me isolo em um cantinho só meu , coloco aquela música mais triste da playlist, e deixo a tristeza me invadir...	4	281
P 129	13/05/2017	Eu confiei cegamente em você , só q me me esqueci q, Confiar em alguém é abrir o seu coração a uma possível decepção...	0	237
P 130	14/05/2017	Descrição- Imagem de uma mulher sentada com as pernas de lado na cama , com os cabelos cobrindo todo o rosto, imagem de cores opacas	5	231
P 131	18/05/2017	Então eu me olho no espelho e odeio o q vejo , enxergo apenas defeitos...	0	311
P 132	19/05/2017	Acaba sendo doloroso guardar tudo para si, reprimir seus sentimentos , mas com certeza , guarda-los dói menos q liberta-los e deixar com q sejam estilhaçados!!!	2	251
P 133	22/05/2017	Suas palavras me agriem!!!	2	211
P 134	23/05/2017	Eu sinto. Sinto muito. Esse é o problema.	0	248
P 135	24/05/2017	Não preciso de ninguém ao meu lado , fingindo q se importa cmg	3	348
P 136	26/05/2017	Eu queria q parasse de doer ...Mas nunca parou!!!	8	340
P 137	29/05/2017	Então vc vai acumulando e suportando as coisas, até que uma hora vc desaba!!!	4	331
P 138	31/05/2017	Sinto o abraço frio e depressivo da solidão, enquanto me perco nessa imensa	3	269
P 139	31/05/2017	Não existe momento pior do que aquele em q vc quer gritar, berrar, chorar, jogar tudo para o alto,mas fica parado encarando um ponto fixo, com aquele	2	317
P 140	03/06/2017	A cada dia vc esta mais distante de mim, Só queria entender o pq...Já não sei mais o q fazer pra te manter por perto, Ainda não estou pronta pra dizer adeus ...	2	254
P 141	13/06/2017	Um turbilhão de pensamentos me invadem...São tantos q acho q irei	2	280
P 142	14/06/2017	Eu sou uma prisão , Trancada por dentro , Juro q construí paredes tão altas, Que	0	384
P 143	16/06/2017	Sinto que estou desmoronando!!!	3	337
P 144	22/06/2017	Mudei foi preciso, talvez não tenha sido melhor , Mas foi o melhor q eu fui capaz	1	284
P 145	26/06/2017	Erros, erros... Às vezes parece q isso é tudo que de q sou capaz !!!	1	346
P 146	29/06/2017	Te magoei, não fiz de propósito, não vou pedir perdão , pq sei que não mereço ,	1	337
P 147	08/07/2017	Não aguento mais mentiras , pessoas q fiquem se importar , promessas vazias ,	0	392
P 148	14/07/2017	As vezes quando existe uma dor muito grande em nós Ela transborda pelos	2	520
P 149	15/07/2017	Descrição- imagem de 9 desenho em um mesmo quadrado , um desenho de uma adolescente de olhos com o semblante triste , onde o fundo é branco e a adolescente em cada bloco vai pegando o fundo branco e o enrolando em si o	3	588
P 150	16/07/2017	Find Your Soul	1	312

P151	17/07/2017	Não espera eu morrer para dizer q me ama...	2	624
P152	18/07/2017	Todos nós temos um caos dentro de si...	0	315
P153	19/07/2017	Eu me sinto com um nada!!!	9	678
P154	20/07/2017	Pare de julgar	2	355
P155	20/07/2017	Descrição- Imagem de desenho de uma mulher de costas abraçando a imagem de um homem que o seu entorno e feito de azul escuro com pontos brancos	1	304
P156	21/07/2017	Muitas pessoas dizem que eu sou uma boa ouvinte. Engraçado né ? Ninguém	3	478
P157	22/07/2017	ALONE	4	329
P158	23/07/2017	YOU ARE SO STRONG AND SO CAPABLE OF MANY WONDERFUL THINGS	2	168
P159	23/07/2017	Suicídio parece alto tentador, mas precisa haver coragem para cometer !	30	851
P160	24/07/2017	A dor pode desaparecer, mas as cicatrizes servem como lembrete de sofrimento	4	557
P161	25/07/2017	Sinto orgulho do meu coração, Ele já foi partido, Traído , Pisoteado, Maltratado E	1	406
P162	26/07/2017	Para quem acha que depressão é "frescura" , eis a diferença entre o cérebro de	11	513
P163	26/07/2017	A vida é Um ciclo constante de Términos E inícios	0	422
P164	27/07/2017	MINHA VIDA É UM CONTO DE <i>Falhas</i> .	10	584
P165	28/07/2017	Ela fica sozinha chorando sozinha no quarto Ela não é mais a menina de antes	14	1134
P166	28/07/2017	Parece que o universo ta me testando pra ver até onde eu aguento	0	595
P167	29/07/2017	MORRI POR DENTRO E NINGUÉM PERCEBEU	11	837
P168	30/07/2017	- Tudo bem? - Tudo ! - Mentir é feio. - Fingir que se importa também.	1	840
P169	31/07/2017	Você parece feliz Mas você não se sente feliz É isso que a depressão faz com	16	910
P170	01/08/2017	Às vezes , segurar... Machuca mais ... Que deixar ir...	8	877
P171	02/08/2017	as pessoas acham que depressão é brincadeira. quando na verdade é o ultimo estágio da dor humana. o último pedido de socorro.	19	738
P172	03/08/2017	a gente nunca sabe quando é a ultima vez..	3	614
P173	04/08/2017	SORRY	9	299
P174	05/08/2017	Desliga o complicômetro	0	281
P175	06/08/2017	Blue Whale pode ter acabado, porém ainda existe muitos jovens com depressão , precisando de um simples " eu me importo com você."	4	587
P176	07/08/2017	- E agora ? - Seque seu coração. - Qual dos pedaços ?	15	692
P177	08/08/2017	Sou de carne , osso de surtos	0	438
P178	09/08/2017	Seja gentil, pois você nunca saberá o quanto a pessoa ao seu lado tem sofrido.	1	522
P179	10/08/2017	"Algumas pessoas morrem aos 25 e só são enterrados aos 80."	21	868
P180	13/08/2017	Você pode se perdoar Hoje Pedoar alguém que te feriu ou apenas tentar porque	0	580
P181	13/08/2017	O QUE VOCÊ SENTE NÃO É DRAMA	10	582
P182	14/08/2017	Descrição - Desenho da imagem da regioa dos olhos nariz de uma mulher com	8	447
P183	15/08/2017	vamos brincar quem tem a vida pior	20	635
P184	16/08/2017	" Nem teus piores inimigos podem fazer tanto dano como teus próprios	2	778
P185	17/08/2017	Você não pode evitar que os problemas batam à sua porta. Mas não há necessidade de oferecer-lhes uma cadeira para sentar. Joseph Joubert	1	312
P186	18/08/2017	Descrição - Imagem do desenho da metade da face uma uma mulher chorando , tirando uma mascara que esta sorrindo . Cores opacas cinza e escuro	2	635
P187	19/08/2017	o sorriso do seu rosto não é o que você sente	6	460
P188	20/08/2017	PSYCHOTHERAPY 5297	2	194
P189	20/08/2017	Bem vindos a este HOSPICIO aqui somos todos loucos, uns pelos outros	0	407
P190	21/08/2017	Stay here	1	409
P191	21/08/2017	Me recuso a afundar	6	438
P192	22/08/2017	Quando alguém parte o seu coração. Você sente que a vida ACABOU, vai , não consegue , Respirar , Mas a gente SOBREVIVE.	8	374
P193	22/08/2017	Eu sei como é suportar tudo dando errado e sorrir fingindo que esta tudo dando	13	1116
P194	23/08/2017	De vez em quando pergunte pra você: Quantos obstáculos são reais e quantos	2	458
P195	23/08/2017	Sintomas de Depressão; Mente Dificuldade de concentração falta de memória pensamentos de morte e suicidio. Sentimentos Tristeza Culpa Vazio interior Pessimismo Ansiedade Desesperança Comportamento Perde de interesse em atividades antes prazerosas, incluindo sexo. Inquietação Irritabilidade Isolamento.	36	743
P196	24/08/2017	Era quase irônico que uma menina que sempre fazia os outros rirem , tivesse	11	811
P197	24/08/2017	UMA CERTA ESCURIDÃO É NECESSARIA PARA VER AS ESTRELAS	0	509
P198	25/08/2017	Quem diabos fica triste sem motivos ? EU	16	476
P199	25/08/2017	Como tratar a AUTOMUTILAÇÃO - Descrição - cartilha informando sobre dicas para tratar a automutilação informando o site www.oficinadepsicologia.com	0	179
P200	26/08/2017	Mas ninguém entenderia, Então guardei pra mim ...	3	867

P201	26/08/2017	Você merece tanta coisa boa, tanta gente ainda pode tocar a sua alma, te tirar da órbita , Revirar você, se permita ser feliz de novo !!!	5	396
P202	27/08/2017	Todo mundo vai te amar quando o cozeiro dizer : "- 5 minutos para fechar o	19	893
P203	27/08/2017	Estou cansado, cara. Pra mim chega.	5	629
P204	28/08/2017	Não TA TUDO BEM	9	729
P205	28/08/2017	Me acorde por dentro , e me salve desse nada que eu me tomei...	8	670
P206	29/08/2017	As memórias são traiçoeiras, num momento, vc está perdido num carnaval de prazeres com aroma de infância. No outro, ele te levam a lugares onde a	0	416
P207	30/08/2017	Algumas vezes quando estamos sozinha, e está tarde e quieto eu só ...só quero	4	683
P208	31/08/2017	Você esta morrendo por dentro, não é ?	107	1052
P209	31/08/2017	Cuidados com as pessoas que morrem ao seu redor todos os dias e você nao	2	749
P210	01/09/2017	"Três palavras difíceis de dizer: Inconstitucionalíssimamente, paralelepípedo e	2	564
P211	02/09/2017	Te cuida , Vê se não some , Manda mensagem quando chegar em casa, Se precisar vem falar comigo, Fica bem , viu ? Às vezes a gente não precisa dizer "	10	685
P212	02/09/2017	Você já notou que quando você chora todos querem saber o motivo ? Mas raramente alguém se dispõe a dizer : Me abraça, pois tudo vai ficar bem.	5	1387
P213	03/09/2017	Se a vida tá te batendo tanto, é porque tu aguenta , é porque tu é forte.	9	748
P214	03/09/2017	Prazer, anti-social da Família.	15	965
P215	04/09/2017	- Qual seu maior talento? - Somir embora esteja chorando por dentro.	9	1135
P216	05/09/2017	Tudo passa... chuva passa...tempestade passa...até furacão passa.. Difícil é	1	512
P217	06/09/2017	Não é drama Não é para chamar atenção Nem é falta de Deus E muito menos frescura SETEMBRO AMARELO prevenção ao suicídio.	8	928
P218	06/09/2017	Você sobreviverá a isso de alguma forma	3	529
P219	07/09/2017	Esta tudo desmoronando. Bora tentar de novo? Tente de novo	5	440
P220	07/09/2017	Nem todas as feridas são superficiais. Algumas feridas são mais profundas do	5	920
P221	08/09/2017	CONTINUE VIVO- Você precisa ouvir sua música favorita mais uma vez . Seu bichinho sentirá a sua falta se você partir . A lua é bonita demais para nunca mais ser vista , Você ainda nao viu a próxima temporada daquela série incrível , Você tem que ver as luzes de natal esse ano , o barulho da chuva vai te relaxar	27	729
P222	08/09/2017	Nós passamos nossa vida em busca de alguém , achando que que a nossa felicidade depende de outra pessoa , e q não é possível ser feliz sozinho.Porém não estou procurando minha outra metade, afinal de contas sou uma pessoa	1	433
P223	09/09/2017	Goto de ficar sozinho. Ou me convenço de que é melhor assim.	1	851
P224	09/09/2017	A depressão te engana. Faz você Pensar que não vai fazer falta e é melhor morrer, Nessa neblina de dor fica difícil exergar Que tem um monte de gente que	7	710
P225	10/09/2017	Nunca conheci alguém que não desapontei.	0	416
P226	10/09/2017	Você nao consegue controlar tudo ao seu redor. e tudo bem.	1	744
P227	11/09/2017	-Temos tanto em comum. - Depressão, auto-destruição...	4	483
P228	12/09/2017	De repente ela não sentia mais nada. Não conseguia chorar. Nem sorrir...E mais	5	1057
P229	12/09/2017	E não importa o quanto eu tente, não consigo parar de imitar todo mundo.	0	553
P230	13/09/2017	Algumas vezes você tem que sangrar pra saber, que você esta vivo e tem uma	4	657
P231	14/09/2017	Ninguém sabe o que realmente se passa na vida de outra pessoa.	6	1070
P232	14/09/2017	Você nao pode remover a sua dor até q você remova totalmente a causa dela!!!	8	625
P233	15/09/2017	Tentarem nos enterrar mas nao sabiam que éramos sementhes!	0	455
P234	17/09/2017	É deploravel a maneira como ficamos tristes, no meio de tantas razões para	21	882
P235	17/09/2017	Eu sou assim. Dou risada o dia inteiro e até solto gargalhadas. Mas apens eu e meu travesseiro sabemos que as noites não tem sido tão fácil como parece.	22	1160
P236	18/09/2017	Tudo certo como dois e dois são cinco.	0	668
P237	18/09/2017	Certo, eu estou deprimida mas nao vou me matar. Podem voltar com a sua	16	1005
P238	19/09/2017	Descrição- Desenho de uma mulher sentada no chao com o olhar triste com uma mão apaoiando o queixo, vestida saia , desenho com características a desenho	17	572
P239	19/09/2017	Uma nuvem de tristeza apareceu , Não para de chover e a dor cresceu , Eu deito para dormir e não sei se quero acordar , Arrumem outra pessoa pra ficar no meu	15	1145
P240	20/09/2017	Você ja se pegou alguma vez chorando , em um canto por ser ... Você ?	45	945
P241	21/09/2017	- Não quero mais ficar aqui. É apenas uma noite, Miles. Não estou falando do	13	990
P242	21/09/2017	As pessoas não entendem muito sobre mim.	4	733
P243	22/09/2017	Por que sei como é ter o coração partido. E eu não desejaria pra ninguém.	3	767
P244	22/09/2017	Pode até não parecer nada , Mas você têm vivido uma jornada incrível , E existem pessoas que amam ter você aqui , E torcem para você jamais desistir.	27	777
P245	23/09/2017	O que você faria se não tivesse com medo?	263	839
P246	23/09/2017	Descrição- desenho de uma adolescente de lado com fone de ouvido, olhando pra baixo , não é possível enxergar seu rosto , parte do cabelo tampa a face, imagem	39	951
P247	24/09/2017	- Preciso que a coisa pare. -O precisa parar ? - Preciso que tudo pare. As	2	661
P248	25/09/2017	Não se perca em sonhos. A realidade vai te destruir.	8	901
P249	26/09/2017	Queria tanto perder a memória. Sei lá, começar do zero. Esquecer as dores,	20	1607
P250	27/09/2017	mas debaixo de deste viscul legal tem um ser humano triste.	1	571

P251	27/09/2017	tô nem ai meu anjo	1	526
P252	27/09/2017	A vida é Um ciclo constante de Términos E inícios!!!	3	446
P253	28/09/2017	Ta foda Mano	12	972
P254	29/09/2017	É amor, não há lógica.	1	609
P255	30/09/2017	Você merece tanta coisa boa, tanta gente ainda pode tocar a sua alma, te tirar da órbita , Revirar você, se permita ser feliz de novo.	15	763
P256	01/10/2017	Tentei ser forte mas não deu.	16	1010
P257	02/10/2017	Já me disseram coisas que eu não fui capaz de esquecer...	10	1015
P258	03/10/2017	Tem saído muito? Do quarto ? as vezes .	7	915
P259	04/10/2017	Aprenda a ficar sozinho e gostar disso. Não há nada mais libertador e poderoso do que aprender a gostar da sua própria companhia.	1	916
P260	05/10/2017	Ela esta mudada. Pensativa. Calada. Fria. Quieta. Desconfia de tudo...Mas no fundo, Ela só não quer ter o coração partido outra vez...	5	953
P261	05/10/2017	Você não vai se curar , Voltando ao que te deixou em pedaços.	40	2518
P262	06/10/2017	Esse coração está fora da área ou desligado. Por favor, tente mas tarde.	4	806
P263	07/10/2017	Você se surpreende ao perceber o quanto pode suportar...	11	862
P264	08/10/2017	Às vezes um sorriso estampado no rosto, esconde uma grande dor no coração!!	6	800
P265	09/10/2017	Grandes garotas choram quando seus corações estão quebrados .	8	1024
P266	09/10/2017	Chorar me acalma me ajuda a suportar...o peso do meus problemas.	7	1556
P267	10/10/2017	Mas que menina estranha, somi como se fosse a pessoa mais feliz do mundo. Mas olha para as pessoas como se estivesse pedindo socorro.	18	1639
P268	10/10/2017	você vai se curar, você vai ficar bem . você vai deixar ir.	13	1112
P269	11/10/2017	- O que é isso ? - Uma marca de nascença. Parece uma cicatriz. Você é suicida	2	1154
P270	13/10/2017	Eu sou do tipo de pessoa que vai sentar no chão do banheiro e chorar. E logo em seguida vai sair como se nada tivesse acontecido.	24	1966
P271	13/10/2017	Sabe qual é o problema com todos?	3	790
P272	13/10/2017	Se esta flor fosse a sua alma , Qual seria o Reflexo dela?	100	942
P273	14/10/2017	Não. Eu não sou especial . Eu sou só uma pessoa com sentimentos	1	1080
P274	14/10/2017	Siga em frente e enfrente o que vier.	7	666
P275	14/10/2017	Eu não tenho problemas fúteis . Eu não "finjo"ter depressão pra ficar deitado; Eu não sou preguiçoso; Eu tenho que sair da cama; Eu não consigo muitas vezes , mas tento; eu quero me curar disso; Eu não tenho pena de mim; nem quero que tenham por isso, Eu não finjo estar doente; Eu não choro por qualquer besteira. Depressão não é besteira, depressão não é bonito. A única coisa bonita é a vontade de lutar contra seus pensamentos que os depressivos tem . Depressão é	10	1123
P276	15/10/2017	Eu quero morrer , mas não quero morrer, pois existe uma pessoa que não quero	56	2075
P277	17/10/2017	Descrição - Imagem de parte de um teclado de computador , com um botão de	14	713
P278	17/10/2017	eu não sou de fingir amor.	7	953
P279	18/10/2017	Las batallas más deficitos estan (ilegível) a las más valentes GUERRERAS .	35	1109
P280	18/10/2017	O mundo é fodido	6	707
P281	19/10/2017	NÓS TODOS ESTAMOS PROCURANDO POR ALGO QUE LEVE EMBORA	5	1120
P282	19/10/2017	EXISTEM DIAS QUE CONSIGO ARRASTÁ-LOS BEM Ansiedade e depressão MAS NÃO TODOS Ansiedade e depressão	34	2355
P283	20/10/2017	Quando você não sabe quem é, como decidir quem quer ser ??	4	680
P284	20/10/2017	Descrição: Imagem de uma pessoa aparentemente deitada no chão com o	12	531
P285	21/10/2017	Parecia forte pela manhã, mas seu mundo desabava todas as noites.	10	902
P286	22/10/2017	"Só tem depressão quem quer" Ah claro, a pessoa acorda e pensa nossa que dia gostoso para não conseguir fazer nada, se sentir um lixo , e querer morrer	37	2032
P287	22/10/2017	Descrição - Foto de duas mãos estendida sob uma cama segurando levemente uma rosa de cor rosa , corpo da rosa verde , cores opacas .	17	802
P288	23/10/2017	Duas pessoas remando contra a maré a probabilidade do barco afundar é menor!	4	305
P289	23/10/2017	SAVE ME	66	1141
P290	24/10/2017	Tweet você retweetou textos cruéis demais @textoscruéis Não se cobre tanto. Entenda que as pessoas só fazem aquilo que elas conseguem. Você fez o que	6	893
P291	24/10/2017	Analgésicos não aliviam as dores que você me causou.	10	1248
P292	25/10/2017	GIROU O MEU MUNDO e no fim , me deixou parado no meu lugar .	5	854
P293	25/10/2017	Depressão o mal do século	44	883
P294	25/10/2017	Ela pedia ajuda todos os dias, mas ninguém se importava o suficiente para ver!!!	17	1041
P295	27/10/2017	A gente finje que não dói, mas certas coisas nos destroem	10	1116
P296	28/10/2017	Descrição- Foto do contorno de uma pessoa de cabelos grandes com uma das mãos preparadas para pegar um pluma, fundo preto , pluma azul se destacando e	1	527
P297	29/10/2017	O que pra mim é uma bomba , pra você pode ser uma faísca e vice-versa, aprenda a respeitar a intensidade das pessoas!!	4	801
P298	30/10/2017	O barulho da chuva é a melodia perfeita para se sonhar!!	3	976
P299	31/10/2017	A vida não é uma competição de problemas, cada um sabe exatamente o quanto	0	567
P300	03/11/2017	Eu não muito boa em dizer como me sinto !!!	8	938

		Vídeo : Uma tristeza profunda invadiu minha alma, Estou perdida dentro de mim mesma, Caindo em um abismo sem fim Escutando os gritos da minha alma não consigo sonhar. E um baraco enorme arde meu peito , Nada consegue amenizar		
P301	04/11/2017		112	1517
P302	06/11/2017	Mania minha de achar que os outros importam!!!	29	1228
P303	06/11/2017	Nem todo dia é dia de ser feliz , Alguns dias você terá	14	1274
P304	07/11/2017	Você é meio anti-social, sabia? É, tanto faz.	2	1331
P305	07/11/2017	A vida não é uma competição de problemas, cada um sabe exatamente o quanto	5	1501
P306	08/11/2017	Todos os momentos que temos são muito mais importantes do que achamos	2	1095
	11/11/2017	"Há sempre o momento de pedir ajuda, de se abrir, de tentar sair do buraco. Mas, antes, é imprescindível passar por certa reclusão. Fechar-se em si, reconhecer a dor e aprender com ela. Enfretá-la sem atuações. Deixar ela escapar pelo nariz, pelos olhos , deixar ela vaziar pelo corpo todo, sem pudores. Assim como protegemos nossa felicidade , temos também que proteger nossa	13	1293
P307				
P308	12/11/2017	Sou um depósito de sentimentos não ditos.	1	821
P309	13/11/2017	A verdade é que palavras bonitas se tomam descartáveis perto das atitudes	3	904
P310	14/11/2017	Não encha o saco por favor	4	1436
	15/11/2017	Se arrume pra você , Sorria pra você , Faça planos pra você , Seja feliz pra você, E se alguém quiser compartilhar com você , tudo bem , Se não... Mais pra você!!	0	851
P311				
P312	17/11/2017	Não quero criar conflitos entao eu finjo... que estou bem... mesmo quando não	22	2585
P313	19/11/2017	Descrição : Imagem de uma mulher hovem sentada com as pernas cruzadas em uma cama, com o rosto virado em direção a uma janela com os cabelos cobrindo	11	586
P314	22/11/2017	Ela é um caos disfarçada de calma!!	5	1001
P315	25/11/2017	Corações partidos acabam partindo corações.	7	1883
P316	28/11/2017	Se as pessoas soubessem o peso das palavras, dariam mais valor ao silêncio!!	7	1394
P317	29/11/2017	Best Friends	143	1023
P318	30/11/2017	Ela é o tipo de pessoa que prefere morrer sufocada ao invés de falar o que sente.	30	1946
	01/12/2017	Lembre-se que às vezes , A ausência de algumas pessoas , Pode causar menos dor , Do que a permanência delas em nossas vidas.	22	2252
P319				
P320	03/12/2017	Eu tomo uma pilula para dormir e outra para acordar, são duas para não chorar e mais três pra lembrar de não me matar!	81	2313
	04/12/2017	Descrição - Imagem de uma mulher deitada abraçada com um esqueleto com formato de corpo humano , onde é possível ver o desenho da mulher segurando o seu coração. O desenho da mulher esta nu , com adereço na cabeça com formato de esqueleto , o esqueleto esta abraçando a mulher. O resto do esqueleto	73	1621
P321				
P322	07/12/2017	Tudo bem se falhar desde que siga tentantol	8	1055
P323	09/12/2017	É pesado viver assim cheio de culpa!	24	1412
P324	10/12/2017	É uma bênção e uma maldição, sentir tudo tão profundamente.	3	1054
P325	11/12/2017	be original.	12	604
	12/12/2017	Você é aquilo que ninguém vê. Uma coleção de histórias, istórias, memórias, dores, delicias , pecados, bondades , tragédias , sucessos, sentimentos e pensamentos. Se definir é si limitar.Você é um eterno parenteses aberto,	2	892
P326				
P327	13/12/2017	Algumas vezes as pessoas estão morrendo por dentro e agente não percebe , que no meio de risadas , existem pedidos de socorro.	37	1843
P328	14/12/2017	Algumas pessoas nao mudam , elas apenas nunca foram o que imaginamos.	1	1046
P329	17/12/2017	Descrição - A foto de uma mulher com um vestido curto olhando para uma janela com a cortina entre aberta sentada na cama nao é possível ver o rosto , cabeleo	40	1142
P330	19/12/2017	Algumas pessoas nos quebram tanto por dentro, que é quase impossível de	37	1716
	22/12/2017	O que quer dizer que , no final do dia, tudo que temos é nós mesmo. E nada nesse mundo te faz se sentir mais solitário do que isso.	4	1402
P331				
P332	23/12/2017	Esta satisfeito que a vida tomou?	45	1100
P333	24/12/2017	Quero que saiba...que sempre estarei aqui porto de você.	51	1619
P334	25/12/2017	He's not perfect , but he's all want.	12	690
P335	26/12/2017	Então me condenem: eu ainda acreditava em romance.	6	1171
P336	29/12/2017	Você sempre diz que esta tudo bem. Que dia foi ótimo. Eu sei . Você sempre	39	1931
P337	31/12/2017	Diga algo , estou desistindo de você	19	1044
P338	01/01/2018	Acho que o amor é para sempre . O se muda são as pessoas, não o amor.	9	1137
P339	03/01/2018	Talvez agente se encontre , talvez a gente em contre explicação	4	1067
P340	04/01/2018	Quando você ama alguém , Você confia naquela pessoa, e quando ela quebra	12	1165
	04/01/2018	REBECCA, sobreviveu a uma DEPRESSÃO, e depois de vários meses ele deu conta de usar roupas que mostram as CICATRIZES que ficaram no seu CORPO.	13	1212
P341				
P342	06/01/2018	REBECCA, essas marcas mostram a FORÇA que você precisou para estar	42	2618
P343	06/01/2018	Se Deus realmente só dá o fardo que a pessoa pode carregar...Deus deve ter	4	1206
	09/01/2018	É a vida. Diminua as suas expectativas.		
P344		AS VEZES A TRISTEZA ME DÁ A MÃO , EU DEIXO ELA ME LEVAR , NÃO QUE ELA SEJA MINHA MELHOR AMIGA , É QUE ELA TEM UMAS COISA	12	2420
P345	10/01/2018	Se você engolir tudo que sente no final você se afoga!!	38	2269
P346	10/01/2018	Todos nós cometemos erros.	11	1113
P347	12/01/2018	Descrição- Imagem de uma mulher joven com vestido curto preto encima de um predio vendo o horizonte se apoiando em uma colunca do predio, não é possível	17	1389
P348	14/01/2018	Não posso viver olhando o passado	16	1194
	15/01/2018	Descrição - Imagem de um relógio antigo de bolso segurado na palma da mão com enfoque no relógio que esta se desfazendo com formato de pequenas borboletas, brancas . Imagem de fundo escuro , relógio com tons dourados	30	1048
P349				
P350	17/01/2018	Vá até onde a sua vista alcançar e, ao chegar lá, você sempre conseguirá	11	1648

P351	19/01/2018	Alguns segredos são tão dolorosos , que você apenas os esconde do mundo,	8	2203
P352	20/01/2018	Às vezes, as coisas bobas podem significar mais do que alguém imagina.	12	1548
P353	21/01/2018	Me sinto tão perdida!!	24	1377
P354	23/01/2018	Não te culpo por não ter ficado, eu também fingia de mim se pudesse...	26	1670
P355	24/01/2018	Em um minuto está bem, no outro está péssimo. Prazer eu.	44	1993
P356	25/01/2018	Por trás de toda frieza , existe alguém que já se importou demais...	16	1700
P357	28/01/2018	Quando for fazer uma lista de amigos , faça a lápis!!	15	1478
P358	29/01/2018	Descrição- Imagem de uma mulher agachada com a mão no rosto , roupa preta, encostada na parede em frente observa-se algo quebrado, imagem	85	2302
P359	30/01/2018	Eu não estou bem, Mas estou sempre sorrindo!!	103	4035
P360	01/02/2018	Há cicatrizes que ninguém vê. Lágrimas que não molham. Feridas que não	16	1663
P361	04/02/2018	Aquele momento que você tem aquela crise de choro no seu quarto e você percebe que ninguém sabe o quanto você realmente é triste !!	41	2135
P362	05/02/2018	Sinto muito, sinto tanto, sinto uma imensidão , mas finjo que não sinto nada!!	29	2003
P363	06/02/2018	De vez enquanto bate um broqueio social, não quero falar ou interagir com ninguém. Apenas ouvir minhas músicas, Silêncio e paz.	21	1807
P364	07/02/2018	Quem nasceu com a sensibilidade exacerbada, sabe o quão é difícil é engolir a vida. Porque tudo, absolutamente tudo devora agente por inteiro.	9	1342
P365	08/02/2018	Minhas crises mais desesperadoras acontecem quando surto em silêncio. Quando parece que existe um universo inteiro querendo sair do meu peito, mas por	35	1956
P366	12/02/2018	Não sei dizer ao certo o que eu estou sentindo, só sei dizer que dói, e você não	41	1546
P367	13/02/2018	Há dias que o tédio e a solidão andam de mãos dadas, e meu peito é o palco	13	1660
P368	14/02/2018	Todos nós carregamos coisas por dentro, que ninguém mais pode ver.	23	1788
P369	17/02/2018	Nunca se sinta inferior a quem se acha melhor que você, pois a chuva por mais alta que seja, sempre cai aos nossos pés!!	1	1334
P370	22/02/2018	Descrição- Desenho de duas pessoas que estão dentro de um onibus andando em uma estrada em uma montanha , a pessoa sentada do lado esquerdo da imagem estava vendo apenas pedras e esta com o semblante triste a pessoa que	54	2172
P371	28/02/2018	Talvez nenhum de nós , seja o que parece.	5	1732
P372	01/03/2018	Precisamos enfrentar as idiotices que fazemos .	17	1884
P373	02/03/2018	Como é que cabe tanta gente ruim no planeta.	23	2460
P374	09/03/2018	Não seja arrastado pelos seus problemas, seja guiado pelos seus sonhos!!	21	1517
P375	15/03/2018	Mesmo que soe clichê ou bobo, Nunca se esqueça de dizer às pessoas que você ama, O quanto elas são importantes , É o sorriso em ambos os rostos, Que	17	1681
P376	21/03/2018	CONTROLE SUA MENTE	7	808
P377	26/03/2018	As pessoas sempre decepcionam você. Poquê não se esqueça delas e faz algo	21	1517
P378	26/03/2018	Descrição- Desenho do contorno de um homem onde seu interior apresenta a imagem de estrelas , segurando a imagem de uma mulher com a pema esquerda enfaixada o rosto da figura feminina esta com os olhos fechados o contorno do	61	2068
P379	30/03/2018	Um olhar diz muita coisa. Mas já parou pra pensar o quanto um sorriso pode	13	1544
P380	02/04/2018	Sabe qual o problema de fingir forte o tempo todo? As pessoas passam a não se lembrar, que você também tem sentimentos.	17	1739
P381	03/04/2018	Descrição- Desenho de uma mulher encolhida de calcinha preta , contorno preto , fundo branco encima da mulher existe um Badaid que a cobre	246	4002
P382	04/04/2018	E AQUELA FOI UMA noite que eu não CONSEGUI DESLIGAR meus	5	1449
P383	05/04/2018	Cada batida do meu coração, Como ouvir Deus dizer , NÃO DESISTA AINDA	22	2293
P384	06/04/2018	O cérebro é o órgão de maior destaque. Funciona durante 24 horas, 365 dias, desde seu nascimento... até o momento que você se apaixona.	13	2668
P385	07/04/2018	NÃO DESISTA DE VOCÊ !	42	780
P386	09/04/2018	Você partiu em paz e me deixou em pedaços!!	8	1408
P387	10/04/2018	TEM DIA QUE É DIFÍCIL NÉ ?	41	2043
P388	12/04/2018	Mas o erro foi tentar ancorar em corações rasos.	3	1477
P389	13/04/2018	É BESTEIRA RECUSAR A FELICIDADE!	3	1238
P390	14/04/2018	EU AINDA ME IMPORTO COM VOCÊ , MAIS DO QUE COMIGO MESMO!	47	1771
P391	15/04/2018	Descrição- Imagem de uma mulher em um local alto , onde é possível ver casas em baixo , mulher esta com os braços estendidos semelhante a uma cruz , com	17	1079
P392	17/04/2018	E DURANTE AQUELA MANHÃ PERCEBI QUE O SOL BRILHOU OUTRA VEZ!	5	1430
P393	21/04/2018	E NO MEIO DE UMA TEMPESTADE, É DIFÍCIL ENXERGAR UMA LUZ !	13	1734
P394	23/04/2018	Eu queria gritar o quão ruim minha situação estava. Mas o medo de ser julgado, era maior que a vontade de ser compreendido.	48	3307
P395	26/04/2018	Quando alguém parte seu coração ... Você sente que a vida , acabou, vai morrer, não consegue respirar , mas agente sobrevive.	17	1495
P396	27/04/2018	Tem muita coisa acontecendo dentro de mim. Me perdoe se eu não conseguir	25	2610
P397	30/04/2018	Eu não considere aquele momento como solidão, sim como uma liberdade!	1	1262
P398	01/05/2018	Palavras são permanentes . Algum dia dirá algo que desejará não ter dito.	7	1607
P399	02/05/2018	Existia um oceano de emoções dentro de mim !	1	1458
P400	03/05/2018	Lágrimas escorriam, mas eu continuava a digitar "KKK"	31	2023

P401	04/05/2018	Eu te guardei no meus pensamentos quando fui embora!	13	1573
P402	06/05/2018	Sempre há pessoas que querem que você desista, não facilite o trabalho delas.	14	1276
P403	09/05/2018	FOI SUFOCANTE PASSAR por aquilo! Mas foi GRATIFICANTE VENCER	17	1550
P404	10/05/2018	Desculpa, esqueci que você só lembra de mim quando os outros esquecem de	15	2637
P405	11/05/2018	Eu renasci para a vida naquela manhã!	0	1012
P406	12/05/2018	A beleza de alguém não significa a ausência da sua.	3	1229
P407	13/05/2018	FOI PRECISO LIGAR O SOM NO ÚLTIMO VOLUME para não escutar aquelas	5	1169
P408	14/05/2018	Eu havia perdido todas as forças que eu achava que tinha.	34	3114
P409	15/05/2018	Eu precisei fazer aquilo, para entender que eu não deveria ter feito!	22	1714
P410	16/06/2018	Se você não tiver por quem continuar , continue por você mesmo.	8	1539
P411	17/05/2018	EU ANDEI SOZINHO PELA CIDADE AQUELA NOITE , TENTANDO encontrar	2	1072
P412	18/05/2018	EU ESTAVA ALI POR VOCÊ , E VOCÊ ME MANDOU EMBORA.	17	2107
P413	20/05/2018	VOCÊ É MEU PONTO DE PAZ.	96	1474
P414	21/05/2018	DEIXE PARA TRÁS O QUE NÃO TE LEVA PARA FRENTE.	10	1669
P415	22/05/2018	CHOREI VINTE E SETE MINUTOS INETERRUPTAMENTE NAQUELE banheiro. Senti uma solidão profunda, devastadora, invencível e inexplicável.	23	2016
P416	23/05/2018	Quando se tem o peso do mundo nas costas, é difícil se abrir para as pessoas, confiar nelas mesmo quando só querem o melhor pra você.	9	1928
P417	25/05/2018	RESOLVI DAR UMA CHANCE PRA MIM MESMO, QUANDO abri a janela e vi o	0	1201
P418	26/05/2018	Antes de jogar palavras ao vento , Lembre-se que o vento pode soprar em você.	4	1800
P419	27/05/2018	FOI NECESSÁRIO TRILHAR aquele caminho SOZINHO, TIREI LIÇÕES	1	1075
P420	28/05/2018	Nem todas as feridas são superficiais. Algumas feridas são mais profundas do	16	2395
P421	29/05/2018	E DEPOIS QUE EU ME librei de tudo que ME FAZIA MAL, A vida se tornou mais	14	1213
P422	30/05/2018	Seu pudesse voltar para aquele que nos conhecemos, eu provavelmente voltaria	21	1718
P423	01/06/2018	EU NÃO SEI SE VOCÊ JÁ SE sentiu assim. Querendo dormir por MIL ANOS. OU SIMPLEMENTE NÃO existir. Ou apenas não estar ciente de sua	52	2208
P424	02/06/2018	Eu finjo que não faz diferença, mas na verdade, isso acaba comigo.	30	3407
P425	03/06/2018	Eu sabia dos riscos que nosso amor traria, mas mesmo assim aceitei!	32	2131
P426	05/06/2018	É deplorável a maneira como ficamos triste, no meio de tantas razões para	36	3314
P427	06/06/2018	É mais facil fugir do lutar pelo que você realmente quer.	11	2311
P428	08/06/2018	Você é muito boa para o mundo!	33	2272
P429	09/06/2018	Quem estava lá quando você mais precisava ?	424	4038
P430	11/06/2018	FAÇA SUA ALMA VOAR!	11	1846
P431	12/06/2018	Você quebrou meu coração e não há nada que possa fazer.	20	2541
P432	13/06/2018	Assim como a caneta, eu falho. Assim como a chuva eu caio. Assim como	22	4870
P433	16/06/2018	Ninguém vale o seu desequilíbrio emocional.	12	3440
P434	20/06/2018	Tem tanta coisa acontecendo dentro de mim, e eu não dividir isso com ninguém!!	104	4736
P435	27/06/2018	Não prometa nada quando estive feliz, não responda nada quando estiver irritado,	16	3158
P436	04/07/2018	Todo mundo viu teu corpo bem marcado implorando atenção, Ninguém foi capaz de sentir tua alma se decompondo a cada batida do teu coração.	26	4105
P437	11/07/2018	Perdi as contas de quantas vezes segurei o mundo dos outros e deixei o meu cair.	57	5014
P438	20/07/2018	Então você sorri, pois sabe que ninguém está interessado em saber os motivos	50	5410
P439	25/07/2018	LOST	166	4206
P440	03/08/2018	eles te machucaram e agem como se você os tivesse machucado.	48	5155
P441	13/08/2018	Ela já venceu solidões , saudades, desafetos, ausências e vários ciclos negativos. Então não a hesite. Ela é forte o suficiente para enfrentar muitas	37	5333
P442	22/08/2018	É realmente difícil passar por tudo sozinho...	94	6437
P443	02/09/2018	As pessoas mudam. E muitas vezes, se tornam as pessoas que elas disseram	57	5140
P444	03/09/2018	Descrição - Imagem onde é possível verificar o céu , onde é possível verificar parte da imagem de telhados de casas , juntamente com fios de lampadas	89	3061
P445	06/09/2018	FIQUE - você não precisa partir. sente-se aqui ao meu lado e me conta sobre a sua vida me conta sobre o caos dentro de ti me conta os teus medos e até mesmo como foi teu dia. o seu mundo está pesado, eu sei mas não precisa ser assim, divide ele comigo deixa eu levar um pedaço pra você. deixa eu te mostrar que é cedo demais para ir embora sem tomar um chá e rir durante horas comigo	167	4790
P446	11/09/2018	CONTINUE VIVO- Você precisa ouvir sua música favorita mais uma vez. Seu bichinho sentirá sua falta se você partir. A lua é bonita demais para nunca mais ser vista. Você ainda não viu a próxima temporada daquela série incrível, Você	180	6263
P447	24/09/2018	Mesmo no riso, o coração talvez sinta dor!!	54	4390
P448	10/10/2018	Ela figia estar bem feliz. Tentava colocar um sorriso do no rosto a cada amanhecer, mas no fim do dia só lhe restavam lagrimas.	63	7322
P449	16/10/2018	Você já quis chorar e não saía nenhuma lágrima, então você só conseguiu sentir	104	7355
P450	29/10/2018	Nunca podemos julgar a vida dos outros, porque cada um sabe de su própria dor	25	2577

P451	08/11/2018	tão fragil, tão quebrado, tão triste e tão sorridente...	45	5387
P452	17/11/2018	Eu sorrio Mas chorei a noite inteira. Eu digo que estou bem. Mas estou totalmente acabada. Falo que é falta de sono. Mas é só pra disfarçar o quanto	190	11,5
P453	12/12/2018	Eu apenas suspirei, respirei fundo e sorri, mas minha alma gritava, chorava e	92	8573
P454	25/12/2018	Sempre haverá uma verdade por trás do estou brincando. Emoções por trás de "eu não me importo" "É uma dor por trás de " Eu estou bem"	43	6071
P455	17/01/2019	Minha depressão é como uma metamorfose, em um dia ela é tão pequena quanto um vagalume na pata de um urso, e no próximo dia, é o urso.	59	5772
P456	20/01/2019	Estranho mesmo é sentir tudo, e não saber descrever nada.	40	5031
P457	22/01/2019	Desculpa, esqueci que você só lembra de mim quando os outros esquecem de	22	5064
P458	24/01/2019	O que pra mim é uma bomba, pra você pode ser uma faísca, e vice-versa, aprenda a respeitar a intesidade das pessoas!!!	23	2597
P459	25/01/2019	Todos nós temos um caos dentro de si...	27	4570
P460	29/01/2019	Você partiu em paz e me deixou em pedaços!!!	22	2909
P461	30/01/2019	Descrição - Imagem de uma mulher vista de lado com os olhos fechados com a cabeça descolada pra cima, cores cinzas escura opacas, chuva caindo.	77	3029
P462	06/02/2019	É pesado viver assim, cheio de vazios!!	38	4166
P463	09/02/2019	Um olhar diz muita coisa. Mas ja parou pra pensar o quanto um sorriso pode	15	2924
P464	13/02/2019	O cérebro é o órgão de maior destaque. Funciona durante 24 horas, 365 dias, desde seu nascimento...até o momento que você se apaixona.	23	4345
P465	13/02/2019	Descrição- imagem de uma mulher de cabelo curto visto de baixo para cima olhando para cima, céu com cores meio avermelhado é possível verificar fios de	35	2103
P466	24/02/2019	Sou um depósito de sentimentos não ditos!!	8	2795
P467	08/03/2019	Sinto o abraço frio e depressivo da solidão enquanto me perco nessa imensa	20	4013
P468	10/03/2019	As pessoas me assustam. Elas mudam de idéia tão rápido. Um momento é " eu te amo" e " você me faz feliz" e o próximo é "não tenho mais certeza" e " isso não	22	3096
P469	13/03/2019	Em algum momento eu comecei a olhar mais para o chão do que para o céu. É difícil até mesmo respirar. Eu estendo a minha mão, mas ninguém segura.	46	4129
P470	18/03/2019	Descrição- Imagem de uma mulher vista de costas com a imagem de baixo para cima, apontando o dedo para o céu em direção a lua, o céu esta semelhante do	52	3757
P471	20/03/2019	Sou muito fechado, tenho mania de guardar tudo pra mim, não gosto de dividir meus problemas com ninguém, prefiro aquecer tudo sozinho, em silêncio...Até	77	4514
P472	25/03/2019	Descrição- Imagem de um homem visto de lado, com a mão no rosto, em frente luz forte de frente para um sol. Camisa chadres vermelho e preto.	71	2398
P473	29/03/2019	Você já notou que quando você chora todos querem saber o motivo? Mas raramente alguém se dispõe a dizer "me abraça, vai ficar tudo bem." Preocupação	15	3138
P474	30/03/2019	Existem tantos sorrisos chorando por aí.	43	4351
P475	31/03/2019	Não existe momento pior do que aquele que você quer gritar, chorar jogar tudo para o alto, mas fica parado encarando um ponto fixo, com aquele sentimento de	27	4142
P476	04/04/2019	Era quase irônico que uma menina que sempre fazia os outros rirem, tivesse uma	23	2717
P477	06/04/2019	Quando chega a noite e você está sozinho, e pode desabafar, colocar para fora o	42	4063
P478	08/04/2019	Eu confiei cegamente em você, só que me esqueci que confiar em alguém é abrir seu coração a uma possível decepção.	19	3972
P479	10/04/2019	Eu sei que é difícil manter aberto o coração, quando até seus amigos parecem te	17	4445
P480	15/04/2019	SUAS PALAVRAS ME AGREDEM!!!!	12	3377
P481	17/04/2019	Ela é a chuva apesar de muitos que a desejam, poucos ficam quando desaba.	14	3147
P482	19/04/2019	Me sinto cansado, triste e solitario, frequentemente tenho dores de cabeça e no peito. Não sei o que aconteceu, mas por parte isso me assusta.	78	5465
P483	21/04/2019	Ela pedia ajuda todos os dias mas ninguem se importava o suficiente para ver.	95	5385
P484	21/04/2019	Somos um geração de fotos sorridentes e de travesseiros encharcados.	45	4892
P485	30/04/2019	Eu sempre me faço de durona, mas aqui dentro dói tanto.	57	6236
P486	02/05/2019	Descrição- Foto de um por do sol em uma avenida onde é possível verificar a imagem de uma pessoa andando na rua, carros estacionados, cores opacas. cor	9	1571
P487	04/05/2019	Se eu falasse metade do que está preso dentro de mim, você choraria.	67	5776
P488	08/05/2019	Descrição- Imagem de uma mulher de perfil com um sorriso largo, cabelos lisos	18	2246
P489	09/05/2019	Desculpa a falta de assunto, é que eu acostumei a ser só.	53	4999
P490	11/05/2019	É impressionante como eu sempre penso nas pessoas antes de tomar uma decisão ou como eu me importo com elas, mais é incrível como elas não estão	22	3811
P491	16/05/2019	Então você vai suportando e acumulando as coisas, até que uma hora vc desaba.	35	3764
P492	17/05/2019	Descrição- foto de uma mulher no fundo de um poço, sentada em uma pedra coberta por um tecido marrom mulher olha para cima e aparenta esta sentindo	42	2175
P493	20/05/2019	Cuidado comigo, costuma desabar.	31	4550
P494	22/05/2019	Descrição- foto de uma mulher encolhida em uma baheira com agua, estava vestida com uma camisa branca, cores branca, esverdeado opacas.	92	4599
P495	23/05/2019	Eu sei que é triste e doloroso mas, as pessoas muitas vezes irão abandonar sem nenhum aviso prévio e principalmente, sem ligar para os seus sentimentos.	28	4027
P496	25/05/2019	Descrição- Foto de um viaduto, no final de uma tarde chuvosa, e possível ver cores quentes vindo dos postes, ebaixo um rio, cores frias, opacas, azul e	31	3865
P497	27/05/2019	Eu sou assim. Dou risada um dia inteiro. Mas apenas eu e meu travesseiro sabemos que as noites não tem sido tão faceis como parece.	62	8831
P498	29/05/2019	Descrição- Foto da imagem de um coração feito de lede ligado por dois fios na extremidade, cores vermelha, fundo azul claro.	95	3067
P499	31/05/2019	Você desliga a televisão, o celular, desliga tudo. Mas o que não te deixa dormir	33	5206
P500	03/06/2019	Descrição- foto de um homem de costas, em um ambiente escuro, onde é possível observar que esta em um comôdo onde existe pouca iluminação de cor	15	1642

P501	06/08/2019	Nunca fui amável o suficiente, Nunca fui linda o suficiente, Nunca fui legal o suficiente, Eu nunca fui o suficiente para ninguém.	132	7615
P502	07/08/2019	Descrição- Foto de uma mulher vestido de um vestido escuro olhando para cima, caindo muito chuva, segurando seus sapatos em uma estrada. Mulher olha para	14	2383
P503	09/08/2019	Agente nunca pode julgar o que acontece dentro dos outros.	19	4721
P504	11/08/2019	Aos poucos você vai cansando de dizer que está tudo bem... Vai percebendo que de fato ninguém se importa. E começa a ficar mais calado, começa a se afastar	137	9744
P505	14/08/2019	Agente nunca sabe quando é a última vez...	74	8130
P506	15/08/2019	Aqueles momentos felizes foram embora, fui dominada pela tristeza e o vazio	73	7994
P507	21/08/2019	Parecia forte pela manhã, mas seu mundo desabava todas as noites.	87	9109
P508	27/08/2019	Descrição- Foto de um homem magro, sentado na cama desarrumada, com a costas da mão na testa encolhido esta sem camisa, calça preta, cores preto,	37	4848
P509	03/07/2019	As pessoas vão te apunhalar pelas costas, e em seguida, vão perguntar por que	28	8128
P510	08/07/2019	Descrição- Foto de uma mulher sentada ao lado de uma janela, olhando para baixo, com uma pema encolhida, semblante triste, cores opacas, marrom,	11	2517
P511	09/07/2019	Estou afundando em mim mesma e isso me puxa para baixo. Esse sentimento	38	8278
P512	14/07/2019	Descrição- Mulher encolhida em uma cama, olhando para a janela, com as	80	3595
P513	23/07/2019	Descrição- Foto de perfil de uma mulher olhando para frente com outras imagens sobrepostas uma sobre a outra. Cores preto e cinza.	183	7889
P514	18/08/2019	- Me ensina? - O que ? (Pagina talvez) - Ate ignorar, como você me ignora!	143	####
P515	28/08/2019	Descrição- Foto de uma homem jovem boiando no mar com o rosto para cima	157	5538
P516	09/09/2019	Descrição- Foto de um caderno sem linda com o desenho de três corações, o primeiro da esquerda para a direita de um coração simples, o segundo metade do coração ganhando outro formado com desenhos de artéria e veias e o terceiro	83	8555
P517	22/09/2019	Descrição- Uma foto de um jovem olhando o por do sol entre os prédios de uma cidade, homem visualiza o por do sol, cores do sol forte as demais cores mais	156	3480
P518	13/10/2019	Descrição- desenho de uma mulher segurando um guarda chuva onde não possível ver a sua face apenas parte do seu corpo, mulher segurando o guarda chuva com as duas mãos, vestido amarelo, guarda chuva, branco com amarelo.	45	3470
P519	22/10/2019	Sou vendaval e te convído, dança comigo nessa tempestade que é ser eu.	22	3729
P520	27/11/2019	O silêncio sempre foi meu grito mais alto.	103	11,4
P521	27/11/2019	Não se culpe pelas coisas que você não tem o controle!	70	7917
P522	29/11/2019	Você é uma pessoa muito foda pra ficar medigando amor de gente fudida.	84	7181
P523	04/12/2019	Enquanto no mundo tem gente pensando que sabe muito, eu apenas sinto Muito	58	7054
P524	14/12/2019	Carrego trovões no peito que ninguém escuta, Mas todo mundo aparece quando	99	10,1
P525	18/12/2019	O meu coração é um museu de versões de mim, morrendo sem fôlego.	97	11,3
P526	21/12/2019	Não foi o fim do mundo, mas algo dentro de mim morreu.	188	9384
P527	22/12/2019	Solidão é ter muita gente pra não nos entender.	87	7304
P528	25/12/2019	Prefiro a solidão inteira do que meia presença.	141	7738
P529	10/01/2020	Video- Acredita em mim, um dia todas essas crises vão parar de te machucar, um dia essa depressão não vai te deixar noites em claro, um dia toda essa angústia e medo que você guarda no seu coração simplesmente vai sumir, pode acreditar em mim, um dia todo esse medo e angústia vão ser só lembranças de	387	94,2
P530	27/01/2020	O CORPO IDEAL É O SEU!	109	5878
P531	08/02/2020	Descrição- Imagem de uma mulher de costa, vestido branco, cabelo loiro, aparece que esta dançando em uma rodovia, é possível notar que os faróis de	35	4991
P532	07/02/2020	RES OLVI DAR UMA CHANCE PRA MIM MESMO, QUANDO abri a janela e vi o	88	4522
P533	14/02/2020	Descrição- Imagem de uma mulher loira com as duas mãos passando pelo rosto juntamente com o cabelo, esta de jaquete jeans, cores quentes, vermelho.	98	4551
P534	28/02/2020	Todo mundo viu teu corpo bem marcado implorando atenção, Ninguém foi capaz de sentir tua alma se decompondo a cada batida do teu coração.	117	8282
P535	10/03/2020	Hoje eu acordei e me levantei. Mas eu não queria, eu juro que não. Queria ficar lá o dia todo, como se nada mais existisse. Onde eu pudesse sofrer em silêncio.	124	7980
P536	12/03/2020	Vendo a luz passar pela veneziana. Eu estava bem, apesar de me sentir péssimo. O fato de me sentir inferior aos demais sempre me diz que não sou bom o suficiente, que nunca serei bom o suficiente, eis os males do meu ser.	134	7435
P537	25/03/2020	Descrição- Imagem de uma mulher de costas na água rio ou mar, rosto em direção a água, as duas mãos segura com força os ombros, esta a parte de cima	152	6189
P538	08/04/2020	Às vezes agente só percebe a importância de um momento... quando ele se	110	11,2
P539	01/05/2020	O mundo pouco se importa quando minha alma sufoca.	70	8890
P540	02/05/2020	Tem sido disa confusos sabe??	152	9097
P541	08/05/2020	Descrição- Imagem de uma mulher sentada em um banheiro, foto de lado não é possível ver seu rosto, cabelo curto, olha para baixo, pegando, cores que estão na água com uma mão, banheiro de cor branca, roupas de cor branca, cores	174	8079
P542	13/05/2020	Ser sozinho nem sempre é estar só, afinal todos são sozinhos mesmo rodeados	83	8324
P543	05/08/2020	Ele observava todos de longe. À espera de algo diferente. Mesmo sendo todos iguais, ele permanecia inerte, a decepção não era opção. Afinal nele não existia	28	3174
P544	07/08/2020	Descrição- Imagem do rosto de uma mulher chorando olhando para baixo, e possível ver apenas parte do seu ombro, foto focado no rosto que sai lagrimas.	292	8351
P545	08/08/2020	Descrição- Imagem de três janelas com a cortina transparente e parte dela esta entre aberta em duas, é possível verificar que a imagem se assemelha a um por do sol. devido ser possível ver a ênfase no céu na foto m que apresenta cores	27	2515

P546	11/06/2020	Video- Não é que eu não quero ficar feliz , apesar de tentar eu não consigo sentir feliz, eu me sinto sufocada , embaraçada , confusa. Por que eu tenho que ser assim? Tenho uma ótima família, amigos incríveis , bons resultados acadêmicos.No papel está tudo bem, Ainda assim tudo que eu vejo é triste e cinzento, É como se houve um fardo em mim, me puxando para o chão. É , no entanto , pensar de você tentar. Você não consegue me tirar. Eu não consigo me impor, com nada nem eu, nem ele, nem ela. Viver tem se tornado um constante passado. A sociedade vai tentar me dizer logo , ir caminhar, fazer meditação, Eu lhes digo que isso não pode ser resolvido com exercício e medicação. É uma doença que afeta em todos os aspectos da minha vida. Meu trabalho , minhas relações , minha educação. É até hoje as pessoas perguntam, Apesar dos melhores esforços para explicar eu sempre me encontro em uma hesitação cega, as pessoas me perguntam, As pessoas me perguntam porquê vc está tão triste. Eu lhes digo que eu não sei, eu não sei , É que eu acordo todas as dias me sentindo absolutamente uma merda. É isso se torna minha norma. Eu tenho medo do mundo.Eu tenho medo de baixar minha guarda. Me de ser julgada por algo que não , onde esta imparcialidade dos outros , você acha que eu gosto de sair a minha própria queda, neste buraco de auto-ódio vergonha e abominação.Então eu escondo e crio um muro. É tão alto , que você nunca verá minha dor ou qualquer falha. Eu crio essa personagem, ela é	189	81,8
P547	11/06/2020	Descrição- Imagem de um homem sentado no chão encostado em um porta de comercio com um pernas estica outra encolhida , olhando para baixo , não é possível ver seu rosto, está vestindo roupas pretas , tenia preto , é possível verificar	81	3453
P548	13/06/2020	Eu gosto de ficar sozinha, mas eu me odeio me sentir sozinha.	94	8887
P549	17/06/2020	Você diz que me entende , quando na verdade, nem eu mesma me entendo.	80	8053
P550	22/06/2020	Video - Não importa quantas vezes você é julgada, você é criticada , você é humilhada, não importa, porquê o que as pessoas fazem de você não muda quem você é , não permita que você venha a chorar por aqueles que não querem a sua alegria, continue sendo forte , porquê a cada tombo você se torna mais forte assim? Não desista independentemente de tudo , continue sendo forte garota, Agente está torcendo por você eu torço por você , torça por você mesma , torça por aquele que te ama, torça para o seu bem , torça para a sua vida. por mais	77	55,3

P551	28/06/2020	Eu sei que é difícil manter aberto o coração, quando até seus amigos parecem te	121	10,7
P552	13/07/2020	Pessoas cansadas deitam e dormem, pessoas tristes apenas deitam. Há uma diferença entre estar cansado do dia e estar cansado da vida.	172	13,2
P553	18/07/2020	Descrição - Imagem de perfil de uma mulher de cabelo liso , porém não é possível visualizar a face, apenas o contorno , imagem escura , fundo azulado.	103	2749
P554	24/07/2020	Eu sou uma bagunça.	67	5484
P555	30/07/2020	Descrição - Imagem de duas mãos quase se encontrando , uma mão esta embaixo e outra acima na posição vertical, fundo preto, as mãos estão no escuro sendo possível ver apenas devido o reflexo da janela, janela é possível	50	3650
P556	05/08/2020	NÃO SE PREOCUPE EU SOBREVIVO.	67	4753
P557	07/08/2020	Eu me sentia um lixo, e as pessoas só pioravam...	156	8548
P558	15/08/2020	Eu precisava desabafar , o problema é que eu não tinha ninguém.	388	13,3
P559	16/08/2020	Depressão Quando a boca cala.	210	5906
P560	16/08/2020	Video - Como falar para meus pais que quero ir ao psicólogo, FAÇA UM PLANO- Escolha momento se necessário escreva o que você vai dizer, seja proativo, faça uma lista de psicólogos (preço , localização) , pense no que você esta tendo dificuldade, pratique o que você vai dizer e como você acha que eles vão reagir, " Ultimamente tenho me sentido _____penso que me afetou em _____e acho que um psicólogo poderia ser uma boa escolha. Você pode me ajudar? NÃO SAIU COMO ESPERAVA - Lembre-se que muitas faculdades e prefeituras possuem esse serviço GRATUITO e CONFIDENCIAL.	93	96,5
P561	19/08/2020	Mundo fechado, feridas abertas...	28	3871
P562	23/08/2020	Então me obriga a sorrir para que ninguém perceba e sou bastante coricente.	180	12,6
P563	25/08/2020	Video- Em janeiro João tinha toc então foi chamado de bobo, Em fevereiro, Paula era bipolar, e a chamaram de doida, Em março , Júlia tinha crises de ansiedade, e dizem pra ela focar no presente. Em abril, Leandra tinha anorexia, e ouvia as pessoas rindo e falando dela, Em maio, Maria teve síndrome do Pânico, e disseram que era frescura!. Em junho, Pedro teve depressão, e foi chamado de fraco. Em julho , Lucas descobriu a esquizofrenia, e disseram que era invenção da cabeça dele. Em agosto, Daniel teve transtorno de personalidade borderline, e falavam que ele queria chamar atenção. Em setembro, tudo ficou amarelo, as	57	66,4
P564	01/09/2020	As feridas invisíveis são as mais profundas.	69	5996
P565	03/09/2020	Video- Como ajudar alguém durante um ataque de pânico? - Mantenha a calma e utilize frases curtas " o que você precisa agora?" Se possível acompanhe a pessoa a um lugar tranquilo. Se possível ajude a respirar LENTAMENTE , respire	128	####
P566	10/09/2020	Descrição- Imagem de um mulher loira com metade do cabelo no rosto , foto de perfil , atra é possível ver iluminação de lede de cor azul , cores frias, esta	12	2136
P567	11/09/2020	As feridas não parecem cicatrizar, essa dor é tão real...	191	9218
P568	12/09/2020	Video- Seu eu pudesse descrever a ansiedade e a depressão de alguma maneira seria um buraco muito grande , e agente não entende porquê esta la, mas agente sabe que ele ta lá, e esse buraco atrapalha agente a fazer as coisas que agente gosta, de ir nos lugares que agente gosta de cuidar de quem agente gosta , agente sabe que isso esta errado que agente esta fazendo mal sabe? E dói que agente sabe e não consegue levantar e simplesmente fazer , agente se sente incapaz e inútil as vezes sabe? Então é muito complicado mas eu escreveria assim, Escreveria com uma sobra que esta la e agente não pode dizer vai embora some da minha vida sabe? Mas sim que agente tem que aprender a	462	87,4
P569	25/10/2020	Descrição- Imagem de uma mulher loira roupas pretas, é possível verificar que esta debaixo de uma agua que parece um oceano e imagem percebe do quadril para cima , esta de roupa preta cabelo pra trás , e vem um borboleta de encontro	169	5989
P570	26/10/2020	Estou aprendendo a sorrir, mesmo quando os olhos insistem em transbordar em	150	10,4
P571	14/11/2020	Eu sou do tipo de pessoa que vai sentar no chão do banheiro e chorar, e depois	288	15,5
P572	17/11/2020	Descrição - Imagem de um grade preta , quadrados pequenos, é possível ver o destaque de duas mão brancas segurando as grandes, não é possível ver o rosto da mulher pois os cabelos estão jogados pra frente, cabelos lisos , imagem	270	4825
P573	24/11/2020	No meio de tanta escuridão, tento acreditar no amanhecer de cada dia que	33	3899
P574	29/11/2020	Descrição- Imagem de uma pessoa deitada , cabelos curtos , é possível ver parte do seu corpo do quadril para cima , esta com um dos braços esticados e o outro com o cotovelo no na face , o rosto esta em direção ao colchao. esta sem a parte de cima da roupa, é possível verificar que esta em um quarto , com janelas	222	4691
P575	09/11/2020	Descrição- Imagem de uma mulher olhando para cima , é possível ver sua face entre os cabelos molhados que estão em seu rosto, esta com a cabeça encostada em um possível vidro, esta nua tampando o seio, o rosto transmite	103	6804

P576	12/12/2020	Espelho, espelho meu existe alguém mais vazio do que eu ? Desconheço	136	8361
P577	14/12/2020	Descrição- Imagem de uma mulher jovem de cabelos curtos , afundando em um oceano, esta de vestido branco , olhos fechados mãos estendidas e pernas	87	6628
P578	22/12/2020	Meus pecados ficaram pesados, doíam meus ombros cansados, meus olhos lacrimejados denunciavam... O fim está próximo, tenha calma , nem a alma mais	61	5369
P579	23/12/2020	Descrição- Imagem de um vulto em um brinde , onde é possível apenas ver o formato da pessoa, porém esta com a mão aberta no espelho vendo de forma	98	5414
P580	27/12/2020	Agente fingi que não dói, mas certas coisas nós destroem.	231	12,3
P581	28/12/2020	Descrição - Fundo preto imagem de duas mão diferente encontradas uma nas outras do lado ao contrario da palma da mão , as mãos esta sendo entrelaçadas por uma corda , fina sutil de cor marrom , sendo entrelaçado principalmente os dedos indicadores de ambas as mãos e no final é possível ver um pequena for do	64	2839
P582	30/12/2020	Descrição - Imagem com cores alegres coloridas de céu azul claro, com o foco em um ramallete de flores de cule verde , pétalas brancas e meio amarelo.	24	1572
P583	01/01/2021	O pior sentimento do mundo é quando agente acha que se perdeu.	243	####
P584	05/01/2021	Descrição - Imagem de um homem magro cabelo preto de lado com as duas mãos a face, sendo forma preta como se fosse fumaça e como se sua cabeça	150	4831
P585	09/01/2021	O importante da vida é acreditar que enquanto estamos vivos nunca é tarde	82	4550
P586	11/01/2021	Descrição - Imagem de três mulheres a primeira que esta embaixo e ultima encima tem o cabelo vermelho , a do meio cabelo mais esbranquiçado , a mão de ambas esta toda de vermelho forte intenso onde a primeira tampa o ouvido da segunda (meio) que por sua vez tampa a boca da ultima ; A ultima tampa o ouvido da segunda que por sua vez tampa os olhos da primeira sendo nessa	185	5139
P587	28/01/2021	Porque eu me comparo com todo mundo? E eu sempre aperto o botão da auto-destruição , e me pergunto quando me amar será o suficiente.	269	####
P588	15/03/2021	Descrição- Imagem de um jovem cabelo curto liso , de joelhos olhando para a tela de um computador que esta encima da cama , quarto escuro , esta com as	111	2325
P589	24/03/2021	Acredite , eu não estou tão bem quanto pareço.	184	7991
P590	02/04/2021	Separe um momento para você!	10	1060
P591	02/04/2021	Descrição- Imagem de uma mulher de frente , olhando fixamente para um ponto, fones de ouvido segurando um celular , imagem escura e cinza	191	5632
P592	04/04/2021	Já se pegou chorando em algum canto por ser simplesmente ... você?	347	6255
P593	08/04/2021	Descrição - Imagem de um homem jovem , sentada em uma cadeira com as duas maos fechadas na testa , aparentemente esta sentado em um corredor ,	59	2668
P594	13/04/2021	se machou se cortou é muito difícil tentar explicar porquê ela fez isso, porque alguém decidira voluntariamente fazer mal ao proprio corpo, porque você escolheria sentir dor, por estranho que isso pareça milhares de pessoas fazem isso todos os dias em momentos de crise, e hoje quero tentar explicar o porquê , mas antes, deixa ei te dizer que o assunto é bem complexo. Você precisa assistir até o final pra entender. Então se você não pode olhar o video todo agora, salve ele para assistir inteiro depois, tá? A primeira coisa que você precisa entender é que todo comportamento que agente faz virá um habito porque ele alcança algum objetivo.O comportamento de abrir a torneira faz a agua sair do cano. O comportamento ligar para a tele-integra faz a pizza chegar em casa. O comportamento de lavar o carro faz ele ficar cheio depois. Se você que entender porque alguém se machuca, você tem que olhar para o que acontece depois do corte.Qual consequência ele traz? Existem três objetivos principais, que levam alguém si machucar desse jeito. O segredo é que se você entende cada um deles , você pode ajudar alguém que se cortar a alcançar esse mesmo objetivo de um jeito mais saudável, sem precisar se cortar. Essa é a grande missão. O primeiro objetivo é conseguir focar em uma coisa só. Quando você esta em um turbilhao de pensamentos e emoções sua mente, fica pulando do passao para o futuro como uma bola de pingue-pongue. É uma montanha russa emocional que bagunça o seu corpo e sua mente você pode ficar perdido entre um pensamento e outro sem nada para se agarrar. Nessas horas muita gente se corta como um jeito de se concentrar em algo real, mesmo que seja uma dor , aquilo serve como uma âncora que faz ela se distrair dos pensamentos e se focar de algum jeito no presente. Acontece que tem muitos outros jeitos de lidar com o turbilhão de pensamentos (inclusive gente fez um video só sobre esses jeitos, que tá aqui na inscrição) como segurar varios cubos de gelo na mãos até arder , tomar um banho super frio, fazer o exercicio do 5,4,3,2,1... muita gente nunca ouviu falar , nem praticou essas tecnicas. Ela acaba recorrendo ao que ela sabe que "funciona", que são os cortes . O segundo objetivo é aliviar um dor emocional com uma dor física. Quando você se corta , o seu braço libera no seu sangue substâncias chamadas opióides, que acusam um efeito analgésico e este efeito, alvia temporariaemente a dor. Existem muitos jeitos de aliviar a dor emocional	67	6 000
P595	17/04/2021	Video- Dica rapida como este item pode te ajudar com a crise de ansiedade, meu nome é Larissa eu sou psicologa. Quando agente esta tendo uma crise de ansiedade todos aqueles pensamentos e sintomas físicos tomam quanto da gente. Agente não consegue em pensar em outra coisa , quanto mais agente pensa que nao quer sentir aquela coisa , mas agente sente. Se eu ti falar a não pensar em um elefante branco, você vai pensar em um elefante branco. Tá mais como o gelo vai me ajudar? Existe varias técnicas para te ajudar a lidar com a ansiedade, mas o gelo vai te ajudar a foca na percepção sensorial.Então quando você pega o gelo e passa aqui no seu pulso e foca na sensação gelada que isso	67	36,6
P596	20/04/2021	Cansa demais sabe ? sustentar esse sorriso, distribuir " eu estou bem"e	126	8995
P597	22/04/2021	Descrição - Imagem de um jovem de cabelos longos calça jens , jaqueta preta , camisa branca , com as pernas acolhidas em si, esta sentado em uma muleta	66	3645
P598	27/04/2021	Atendimento Psicanalítico On Line Geovana Tlrado Lela 61 9 9115 5591 valor	5	437
P599	27/04/2021	Use esse post para desabafar e dizer como se sentem!!!	2760	3362
P600	01/05/2021	Descrição- Imagem de um casal onde é possível verificar apenas o formato do casl fundo azul, imagem escura do formato do casal.	29	1830

P 601	18/05/2021	Me salve de mim mesmo, Não me deixa afogar...	193	10,1
P 602	24/05/2021	MÁSCARA Aline Maly. (musica)	13	21,2
P 603	04/06/2021	Descrição - imagem de uma mulher segurando a grade de um viaduto, rosto encostada na grade é possível verificar um carro ao fundo vindo em direção é	87	2218
P 604	07/06/2021	Video- Pensamentos continua correndo dentro da minha cabeça , eu não sei	75	####
P 605	09/06/2021	O vazio é mais pesado do que você imagina...	73	6692
P 606	16/06/2021	Tem dia que dói...	125	9923
P 607	19/06/2021	João Cássio Alves DIÁRIO DE UM GAROTO- Que desenvolveu distúrbios alimentares- Este livro narra minha trajetória na escola e quais motivos, me levaram tentar suicídio , desenvolver distúrbios alimentares e ansiedade . Espero que essa obra , seja um grito de resistência a milhares de garotos e garotas ,	14	665
P 608	25/06/2021	Mais um momento deste silêncio, a solidão está me assombrando e o peso do mundo está ficando mais difícil de suportar.	60	4270
P 609	26/06/2021	Vagas por taxa social de 130.00 por 20.00 reais , Marque eu quero que eu tro em contato. Atendimento online PDF para Email @terapeuta_integrativaemocional .	32	616
P 610	29/06/2021	Você que tira todo mundo do buraco , quem te salva quando você cai do	271	9962
P 611	30/06/2021	Video- Quando frequentava a escola, Eu simplesmente achava incrível observar, contemplar as pessoas rindo e fazendo piadas como se compartilhassem das coisas mais intimas. Não me incluíam, as vezes eu me esforçava muito para me encaixar, e doía ver que comigo nunca ia ser natural. Que não tinha espaço para mim em nenhum daqueles grupos. Se sentir excluído denota com fevor um dos piores sentimentos que se possa sentir. Aquela garotinha, que puxa assuntos	85	4738
P 612	13/07/2021	Descrição- Imagem de uma avenida onde foca as ruas mas com enfase no céu, com cores vivas , vermelho e amarelas como em um por do sol.	94	2373
P 613	28/07/2021	Tudo bem não estar bem o tempo todo!!	84	7072
P 614	07/08/2021	Descrição- Imagem de duas mão quando se encontrando uma mão parece ser de mulher e outra de um homem, a mão do homem esta mais acima e a da mulher mais embaixo , céu azul, bastante claro ,imagem das mãos esta com um tom	29	2553
P 615	08/08/2021	Então eu me consolei, porque ninguém te acolhe quando você começa a desabar. A gente se torna o refúgio de tanta gente mas quem é o nosso??	86	4400
P 616	14/08/2021	Se o silêncio é o meu grito mais alto quanto tempo tenho que ficar caladoo pra	147	5693
P 617	20/08/2021	Descrição- Imagem de uma mulher de cabelo curto vista de lado, olhando para baixo semblante triste , fundo parte de baixo vermelhos vivo semelhante a alguma	66	1874
P 618	26/08/2021	Acho que a razão de sermos tão apegados em memórias, é que elas não mudam, mesmo que as pessoas tenham mudado.	50	7411
P 619	28/08/2021	134 K Seguidores! THANK YOU! VOCÊ É ESPECIAL. NÃO DESISTA!	2	319
P 620	29/08/2021	Video- Eu pensava que o pior sentimento do mundo é perder alguém que você ama, mas eu estava errada, o pior sentimento é quando você percebe , que você	29	3551
P 621	04/09/2021	Criei tantas camadas para esconder que sou, vesti tantos sorrisos e abraços para disfarçar a dor, amei mas não fui amado, vivi mas nunca estive vivo...	96	5823
P 622	08/09/2021	Descrição- Imagem de um espelho quebrado em diversas partes , onde é possível ver a imagem de uma mulher com o semblante triste , esta maquiada , batom	71	2360
P 623	08/09/2021	Ninguém fica por perto quando preebe a enorme bagunça que eu sou, e tá tudo bem ir embora, se eu pudesse também fugiria de mim...	143	8142
P 624	10/09/2021	Video- A pessoa falando que vai ficar tudo bem... E eu sabendo que estou sentindo faz tempo é so agora decidir falar. Mentira, Mentira, Mentira.	85	5354
P 625	11/09/2021	Descrição- Imagem de um viaduto , esta chovendo , parece ser final de tarde é possível ver as luzes de alguns postes , não a carros e e nem pessoas.	17	2278
P 626	11/09/2021	Video- Eu toda vez que converso com alguém: "Vc não é importante" "Vc não faz diferença aqui" "Vc é exagerada" Sua voz é ridícula" Ninguém tá interessado no a vc tá falando" "Você com certeza tá incomodando" Vc fala demais" "Só falam com vc por pena" "As pessoas não gostam de vc" "que risada estranha" "Você é	196	6303
P 627	13/09/2021	Eu poderia te dar meu coração, mas isso significaria me abrir e mostrar todas as minhas inseguranças, e eu não quero que vc veja o quão quebrado estou.	83	4386
P 628	24/09/2021	Descrição- Imagem das mãos juntas a mão esquerda segurando uns dos dedos , é possível ver que o pulso esta coberto com um moleton. Imagem cinza.	18	2319
P 629	29/09/2021	Video- você nao entende ? dói. dói a forma como você fala. sempre consigo como se estivesse sendo obrigado, dói toda a indiferença, dói a sua mudança repentina, na qual um dia você me ama infinitamente e no outro nem me conhece	142	9484
P 630	06/10/2021	O silêncio também é uma forma de dizer adeus...	88	8663
P 631	09/10/2021	Não importa quantas vezes nos despedimos das pessoas que saem das nossa vida, sempre via doer como se fosse a primeira vez.	omentarios	Não a
P 632	16/10/2021	As vezes o coração demora pra aceitar o que a mente já sabe.	omentarios	Não a
P 633	24/10/2021	Descrição- Imagem de uma pessoa com as duas mãos na cabeça como um sinal de dor ou desespero, esta com a face na cama , pessoa esta de joelhos.	omentarios	Não a
P 634	27/10/2021	ARE YOU LOST?	omentarios	Não a
P 635	28/11/2021	A decisão de ir pode machucar, mas ficar te destruiria pra sempre.	50	6076
P 636	10/12/2021	Silence, speaks volumes.	omentarios	1732
P 637	18/12/2021	Video- Sinais que você esta entrando em depressão, sensação continua , cansaço constante, alterações no apetite e no sono.	146	####
P 638	26/12/2021	Descrição- Imagem apenas do quadril de uma pessoa que esta vestido de preto , segurando uma flor na sua mão direita , a flor tem as cores brancas e verde ,	10	1505
P 639	27/12/2021	Você esteve tão perto de chorar, mas sorriu mesmo assim.	55	6129
P 640	28/12/2021	não, não se vá assim você não sabe o tempo que eu levei pra te encontrar.	87	3626
P 641	30/12/2021	Juro que tentei ser forte, mas nao consigo. Sinto que a cada dia algo dentro de	109	4763
P 642	30/12/2021	A cada dia que passa vou me despedindo desse mundo e ninguém vê, ninguém se importa. Se pelo menos eu tivesse alguém. H.M	349	5402
P 643	07/01/2022	Descrição- Imagem de varios desenhos alguns com formas outros não desenhados e escritos em papel colado em uma parede, não é possível	68	1313
P 644	31/01/2022	Video- Somos baseados em danos reais.	36	34,4
P 645	02/02/2022	Descrição- imagem de raio x de duas pessoas se beijando , onde é possível verificar o esqueleto das duas pessoas , cores predominantemente azul fundo preto, dentro dos crânios é possível observar borboletas e traços e formatos	22	1083
P 646	06/02/2022	Suas cicatrizes são constelações, você é céu e eu amo astronomia!!	31	2714
P 647	15/02/2022	N O Control	47	979
P 648	04/03/2022	Não romantize o que te rasga o peito!!	73	1899

Apêndice C – Planilha de seleção das postagens mais relevantes

Pub/	Data	Descrição publicação:	Nº/Com	Likes	5 primeiros/ Comentários
P:245	23/09/2017	O que você faria se não tivesse com medo?	263	839	1) Viveria, mas viver dâi tanto 2) daria uma facada em mim mesma.3) Roubava um banco e dava toda o dinheiro pras necessitadas.4) Me mataria...Mais um dia eu consigo...5) Me mataria , mais não consigo
P:301	04/11/2017	Video : Uma tristeza profunda invadiu minha alma, Estou perdida dentro de mim mesma, Caindo em um abismo sem fim Escutando os gritos da minha alma não consigo sonhar. E um baraco enorme arde meu peito , Nada consegue amenizar essa dor, minha vida esta assim , minha alma esta assim, Cada dia que passa eu me	112	112	1) Alguém me envia?, 2) estou desse jeito, 3) Me manda por favor, 4) Me manda por favor, 5) Estou desse jeito
P:317	29/11/2017	Best Friends	143	1023	1) obrigada por tudo , 2) @loarena_sampaio, 3) @
P:381	03/04/2018	Descrição: Desenho de uma mulher encalhada de calcinha preta , contomo preto , fundo branco encima da mulher existe um um Badaid que a cobre.	246	4002	1) Eu acho que nem todos vieram no mundo pra ser feliz não, 2) Deus tem seus preferidos pode acredita , 3) , 4) @arjane_mateen, 5) E o pior é quando achamos que estamos bem... e no final tudo volta ser como antes. Tentamos ser fortes, buscamos sonhos, projetos e no fim aquela grande sensação de vazio! Amigos? Procuram apenas quando precisam de algo! Talvez a solidão seja boa para vermos que não necessariamente precisamos de alguém ao nosso lado... até porque ninguém se importa com ninguém de verdade! Tudo é uma questão de: querer saber da vida alheia! Algumas pessoas foram feitas para viver só e no fim, acaba se tornando "normal"! Ninguém está preparado para enfrentar a bagunça interna de outra pessoa.
P:429	09/06/2018	Quem estava lá quando você mais precisava ?	424	4038	Ninguém, Ninguém apenas Deus tem ouvido meu clamar e minha dor, O pior é que não tinha ninguém! Só Deus e eu, Deus , Minha familia, parentes nao, familia
P:439	25/07/2018	LOST	166	4206	@claracalacio, , Como foi bom lê isso obrigado, @rany_gi vi esse texto e meio que me identifiquei e pensei em vc tbm, por algumas partes eu te amo muito amiga, @kinhajesus01
P:445	06/09/2018	FIQUE - você não precisa partir. sente-se aqui ao meu lado e me conta sobre a sua vida me conta sobre o caos dentro de ti me conta os teus medos e até mesmo como foi teu dia. o seu mundo está pesado, eu sei mas não precisa ser assim, divide ele comigo deixa eu levar um pedaço pra você. deixa eu te mostrar que é cedo demais para ir embora sem tomar um chá e rir durante horas comigo ; assistir sua série favorita; dançar a sua música loucamente. e ser for para você mesmo partir... se voce tiver realmente certeza disso que seja em direção aos meus braços. eu	167	4790	1) @ , 2) , 3) @exercito.da.vittar , 4) , 5) .
P:446	11/09/2018	CONTINUE VIVO- Você precisa ouvir sua música favorita mais uma vez. Seu bichinho sentirá sua falta se você partir. A lua é bonita demais para nunca mais ser vista. Você ainda não viu a próxima temporada daquela série incrível, Você tem que ver as luzes de natal esse ano. O barulho da chuva vai te relaxar novamente.	180	6263	1) E quando tudo isso deixa de fazer sentido/ O que vocês fazem quando o vazio tom a conta, é como se eu não estivesse mais aqui, e a vida das pessoas vai continuar. e talvez elas fiquem melhores.../ 2) Está tão difícil me manter viva , 3) na vdd eu já desisti, 4) mas ã fiz por completo ainda pelos meus dois gatinhos, 5) mas tvz eles ficassem melhor sem mim/ parece q foi feito pra mim
P:449	16/10/2018	Você já quis chorar e não saía nenhuma lágrima, então você só conseguiu sentir o mundo desmoronar dentro de você.	104	7355	1) Quase todo dia/ 2) Quem quiser conversar comigo e só chamar/ 3) @ , 4) E a pior sensação do mundo./ 5) Sempre.

P:452	17/11/2018	Eu sorrio Mas chorei a noite inteira. Eu digo que estou bem. Mas estou totalmente acabada. Falo que é falta de sono. Mas é só pra distarçar o quanto estou triste.	190	11,5	1) Não esconda!!!! Não finja!!! Diga a alguém o que vc está sentindo/ 2) O Nome Do Filme??? hanna marin/ 3) @mariana.mendes.526875 eu/ 5) @wender_junior26 é tudo só por fora
P:501	06/06/2019	Nunca fui amável o suficiente, Nunca fui linda o suficiente, Nunca fui legal o suficiente, Eu nunca fui o suficiente para ninguém.	132	7615	1) Eu sempre / 2) As vezes só tenho vontade de morrer/ 3) / 4) Assim me sinto um lixo inútil, fedido, me Deus me ajuda/ 5) Eu sou um lixo.
P:504	11/06/2019	Aos poucos você vai cansando de dizer que está tudo bem... Vai percebendo que de fato ninguém se importa. E começa a ficar mais calado, começa a se afastar das pessoas, e termina se isolando dentro de você mesmo.	137	9744	1) / 2) Me definiu completamente/ 3) @xxx/ 4) Obrigada!!! / 5) Fato.!
P:513	23/07/2019	Descrição- foto de perfil de uma mulher olhando para frente com outras imagens sobrepostas uma sobre a outra. Cores preto e cinza.	183	7869	1) Sabe oque mais dói de e que.. no meu caso eu não teria quem me doasse, eu teria que ficar a mercê dos médicos da fila de espera. E, e isso que dói pois não teria em quem contar / 2) / 3) Me sinto fora de um mundo. Acabei colocando minhas energias em muitas pessoas e coisas e isso está me acabando. Cada sorriso é uma facada na alma. Cada lágrima que cai é um buraco mais profundo que estou indo. Sinto que não tenho sentindo mais , estou me derrubando, sabotando e afastando de pessoas que amo e eu não conseguir me controlar enquanto a Isso. Já são tantos sentimentos e traumas que não consigo segurar isso em mim mais. As vezes me vejo caindo em um buraco de verdade e lá procurando sentido. Sonho com pesadelos e bebo remédios para dormir e não durmo, trabalhando insatisfeita e infeliz, a minha felicidade vem do meu avô. Hoje ele tem 95 anos e está doente, só eu que não quero enxergar que ele está partindo e me deixando. E isso é um sentimento egoista meu. Já não sei como sair desse sentimento que me sufoca/ 4) @j(/ 5) / .
P:514	18/08/2019	- Me ensina? - O que ? (Pagina talvez) - A te ignorar, como você me ignora!	143	12100	@k... / @_ / @_ 8 as vezes parece / @katarina_maltez ooooo
P:515	28/08/2019	Descrição- Foto de uma homem jovem boiando no mar com o rosto para cima com os olhos fechados, rosto triste.	157	5536	se precisa conversar estou aqui/ Eu sinto isso / Já não tenho mais forças. Fujo de mim mesma, já me perdi. Só quero morrer mas nem pra tirar minha vida tenho coragem. Eu grito com tanta força dentro de mim que me toma um vazio . / / .
P:517	22/09/2019	Descrição- Uma foto de um jovem olhando o por do sol entre os prédios de uma cidade , homem visualiza o por do sol , cores do sol forte as demais cores mais opacas.	156	3460	Véi as vezes você pensa, se eu ficar eu vou sofrer, se eu morrer os outros também sofreram / / / @cicero_dantas / Pelo amor de Deus!!! Só escuto que é fase, que vai passar. NUNCA PASSA!!!!!! Que dor é essa que sufoca????? /
P:520	27/11/2019	O silêncio sempre foi meu grito mais alto.	103	11,4	1) / 2) @r... /maryellengmacedo / 4) @... el / 5) Alguém pra conversar ?
P:526	21/12/2019	Não foi o fim do mundo, mas algo dentro de mim morreu.	168	9384	1) Morreu sim, minha vontade de viver / 2) / 3) Morreu sim,e dói muito viver esse luto interior,uma dor sufocante/ 4) / 5) .
P:528	25/12/2019	Prefiro a solidão inteira do que meia presença.	141	7736	1) / 2) / 3) / 4) / 5) Alguém conversar?

P: 546	11/06/2020	<p>video- não e que eu não quero ficar assim , apesar de tentar eu não consigo sentir feliz , eu me sinto sufocada , embaraçada , confusa . Por que eu tenho que ser assim? Tenho uma ótima família, amigos incríveis , bons resultados acadêmicos.No papel esta tudo bem, Ainda assim tudo que eu vejo é triste e cirzento, É como se houve um fardo em mim, me puxando para o chão. E , no entanto , apensar de você tentar. Você nao consegue me tirar. Eu não não consigo me importar, com nada nem eu, nem ele, nem ela. Viver tem si tomado um constante pasadelo. A sociedade vai tentar me dizer ioga , ir caminhar, fazer meditação, Eu lhes digo que isso não pode ser resolvido com exercicio e medicação. É uma doença que afeta em todos os aspectos da minha vida. Meu trabalho , minhas relações , minha educação. E até hoje as pessoas perguntam, Apesar dos melhores esforços para explicar eu sempre me encontro em um a hesitação cega, as pessoas me perguntam, As pessoas me perguntam porquê vc estão tão triste. Eu lhes digo que eu não sei eu nao sei , É que eu acordo todos os dias me sentindo absolutamente uma merda. E isso se torna minha norma. Eu tenho medo do mundo.Eu tenho medo de baixar minha guarda. Me de ser jugado por algo que não , onde esta imparcialidade dos outros , você acha que eu gosto de assistir a minha própria queda, neste buraco de auto-ódio vergonha e abominação.Então eu escondo e crio um muro. É tão alto , que você nunca verá minha dor ou qualquer falha. Eu crio essa personagem, ela é invencível, ela é perfeita , ela é invencível,E assim eu levo as duas vidas, um para o público , e uma só pra mim terde da noite. Porque é mais faci do que admitir que se tem um problema. E esse é o problema. O estigma é pessoas reais, e isso não acabara até percebermos que a saúde mental é coisa importante, é uma doença oculta que afeta muitas vidas , Acorde e ouça os gritos silenciosos, é uma criança que nunca fala , a mulher que é emocional demais , o cara que foi demitido , porque ele estava muito ausente, ele não pode levantar da cama devido a sua saúde mental, mas usã como que uma pessoa melhor que</p>	189	81,8	<p>1) Eu lutei tanto para me libertar, e agora meu menino, meu anjo passa por isso // 2) @... // 3) @... // 4) Nome do filme? // 5) INSTAGRAM?</p>
P: 551	28/06/2020	Eu sei que é difícil manter aberto o coração, quando até seus amigos parecem te machucar.	121	10,7	<p>1) Nem amigos pra me julgar eu tenho, pra me julgar... só tem minha família, ninguém mais. // 2) november rain // 3) ai miga // 4) @j... 76 não fica assim amigaa // 5) Afts .e tão ruim sofre isso pra piorar minha mãe falar que tem vergonha de ser my mãe // //</p>
P: 552	13/07/2020	Pessoas cansadas deitam e dormem, pessoas tristes apenas deitam. Há uma diferença entre estar cansado do dia e estar cansado da vida.	172	13,2	<p>1)Cansada da vida // 2) @...uras // 3) @... ahhhh não // 4) // 5) Tô nesse pé</p>
P: 557	07/08/2020	Eu me sentia um lixo, e as pessoas só pioravam...	156	6548	<p>1) E, muitas vezes, as pessoas nem precisam dizer alguma coisa, só de vc supor o que elas dizem, rasga a alma! // 2) // 3) Eu me sentia um lixo e as pessoas me fizeram ter certeza de que eu realmente era! // 3) Eu na vida // 4) é difícil // 5) Sempre</p>
P: 558	15/08/2020	Eu precisava desabafar , o problema é que eu não tinha ninguém.	388	388	<p>1) Eh // Eu não aguento mais, não aguento ficar tomando remédios, ir a terapia, ser uma pessoa diferente das outras. Eu não quero viver eu quero ir embora. São 20 anos de tratamento tenho transtorno bipolar tipo 2) Só sei que não quero mais viver// 3) Realmente, as vezes a gente so quer falar sobre coisas idiotas ate e nao tem ninguém... // 4) Vdd // 5) E nada mudou... // // // // // // // //</p>
P: 559	16/08/2020	Depressão Quando a boca cala.	210	5906	<p>1) Existindo até criar coragem de fato esgotada // 2) Eu já morri faz tempo, estou apenas existindo // 3) A cada dia minha vontade só me leva a esse caminho! // 4) Me ajuda // 5) eu acho realmente que a morte, seria o } melhor pra mim...</p>

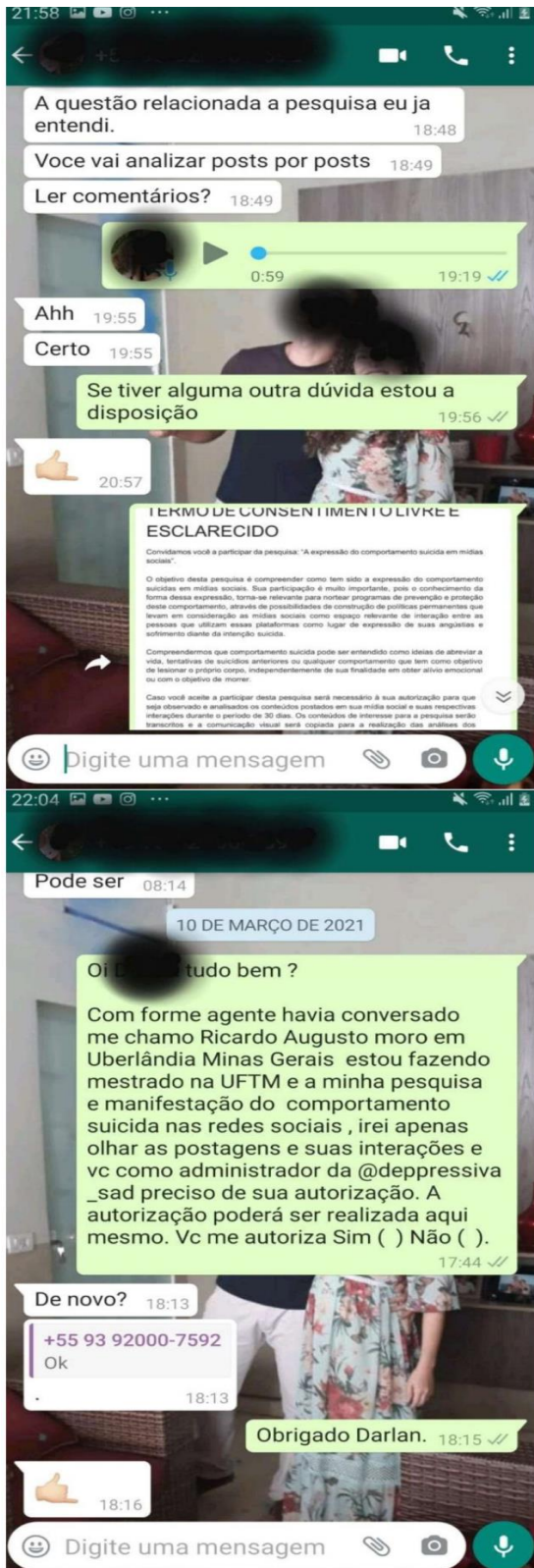
P:562	23/08/2020	Então me obriga a sorrir para que ninguém perceba e sou bastante convincente.	180	12,6	Vivendo a pior fase da minha vida deservoM uma ansiedade e surtos q não consigo controlar // Isso dói dms // Às vezes fingir se torna necessário // Hoje me fingi de triste pq "eu n ia dar um presente a minha mãe" mas tão bem quanto fingi estar mal sei fingir estar feliz sem q ninguém descubra (aprendi com a vida) //
P:565	03/09/2020	Video- Como ajudar alguém durante um ataque de pânico? - Mantenha a calma e utilize frases curtas " o que você precisa agora?" Se possível acompanhe a pessoa a um lugar tranquilo. Se possível ajude a respirar LENTAMENTE , respire junto com a pessoa.Utilize frases como: " Você esta segur@" " Eu estou com você".	128	99000	1) @n...ia @...asmin016 @...? // 2) Que linda // 3) Eu surto, choro da vontade de quebrar tudo //4) @l...h_ // 5) @f...saa
P:567	11/09/2020	As feridas não parecem cicatrizar, essa dor é tão real...	191	9218	Há tantas coisas que o tempo não pode apagar... evanesce //4) ...5) Eu sempre fui na igreja Mas sem)pre sentia um vazio na alma, sentia que a vida n tinha menor sentido... Dúmdava da existência de Deus... Vivia escondendo isso da minha família (sou filha de pastores) Até que um dia eu me encontrei... Me encontrei com o Jesus de quem tanto ouvia falar... Eu o conhecia só de ouvir falar mas um dia o encontrei... O encontrei em meu quarto em uma noite que resolvi "Orar" pois já ñ aguentava viver daquela forma ... Sentí ele me curando de feridas... Ele vem preenchendo meu vazio e me dando sentido pra viver... JESUS Ñ É RELIGIÃO JESUS FOI AQUELE QUE VEIO E MORREU EM TEU LUGAR PRA TE SALVAR... Hj sou uma nova pessoa... Alguém imperfeita mas que tem buscado melhorar... Espero que esse comentário ajude alguém... Se precisa de algum conselho Ou se vc se encontra assim como eu me
P:568	12/09/2020	Video- Seu eu pudesse descrever a ansiedade e a depressão de alguma maneira seria um buraco muito grande , e agente não entende porquê esta lá, mas agente sabe que ele ta lá, e esse buraco atrapalha agente a fazer as coisas que agente gosta, de ir nos lugares que agente gosta de cuidar de quem agente gosta , agente sabe que isso esta errado que agente esta fazendo mal sabe? E dói que agente sabe e não consegue levantar e simplesmente fazer , agente se sente incapaz e inútil as vezes sabe? Então é muito complicado mas eu escreveria assim , Escreveria com uma sobra que esta lá e agente não pode dizer vai embora some da minha vida sabe? Mas sim que agente tem que aprender a aceitar e a conviver. E as vezes de negar e dizer não a sim mesmo e de lutar contra , esta mais para aceitar esse lado da gente , aceitar que agente não é perfeito, aceitar que agente têm nosso problemas. Entra no equilíbrio sabe? Acho que essa é a palavra. Equilíbrio... é gostei dela!	462	87,4	1) Desse jeito, aceita e conviver até morrer ...// 2) VERDADE // 3) // 4) // 5) Não desistam por favor, tem solução ! Acreditem . Entre em contato .

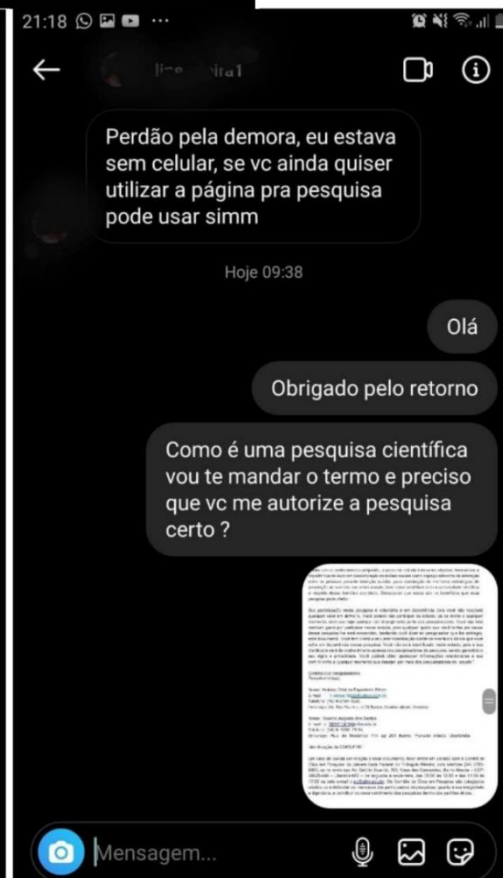
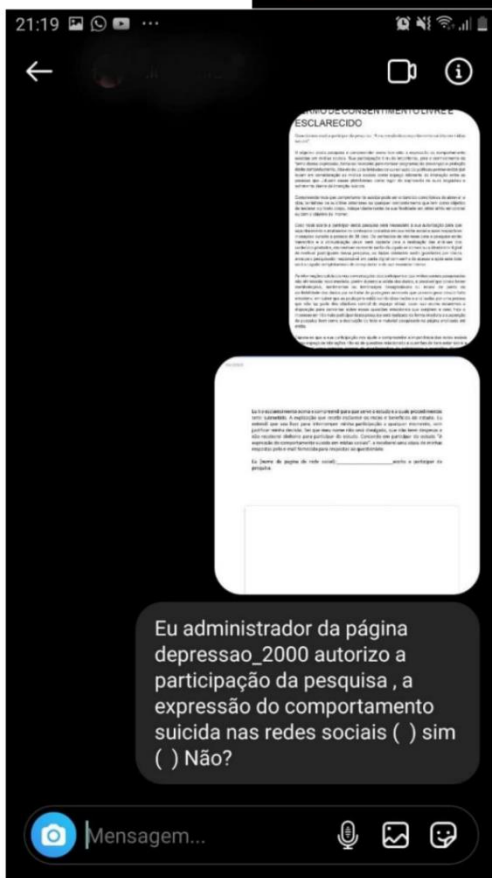
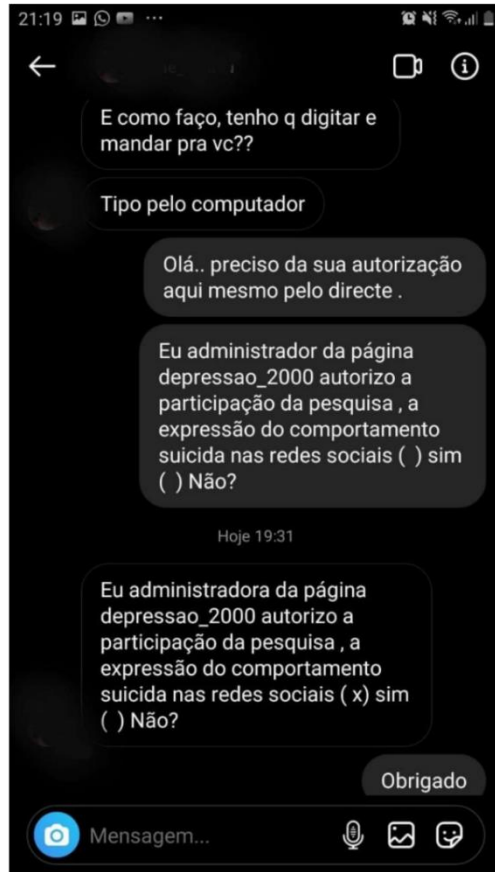
P:584:	05/01/2021	Descrição - Imagem de um homem magro cabelo preto de lado com as duas mãos a face, saindo forma preta como se fosse fumaça e como se sua cabeça estive de desfazendo.	150	4831	Tá tudo tão difícil 🤔🤔🤔🤔 // Esse texto é tão pesado, é como um grito entalado!!! 🤔🤔 // 🤔🤔 // Eu fracassei feio, sem forças para continuar // Oi, imagino que as coisas têm estado meio ruins ultimamente. Mas, senti no coração de vir e te deixar uma mensagem. Muitas vezes me senti mais pra baixo e não conseguia fazer nada, pior que isso, sentia que ninguém viria para me ajudar, e assim ficava sempre me culpando. Mas ei, vou te falar de alguém que me ajudou quando me senti assim, quero que isso te faça tão bem quanto fez para mim. Quando eu passava por isso, me lembrava que Jesus me amou antes mesmo que eu pudesse sequer imaginar. Ele me ama de uma tal maneira que morreu em meu lugar. E quando recebi o amor d'Ele, eu percebi que isso tirava de mim o peso da insegurança, e também o peso do medo sobre o que poderia acontecer. Mas enfim, quero muito que você se sinta amado(a) tanto quanto eu me sinto com Ele, porque você é AMADO(A) por Ele! E, se você quiser conversar mais sobre isso, não hesite em ligar (41) 996970996 (WhatsApp). Isso fará a diferença na sua vida!
P:586	11/01/2021	Descrição - Imagem de três mulheres a primeira que esta embaixo e ultima encima tem o cabelo vermelho, a do meio cabelo mais esbranquiçado, a mão de ambas esta toda de vermelho forte intenso onde a primeira tampa o ouvido da segunda (meio) que por sua vez tampa a boca da ultima;. A ultima tampa o ouvido da segunda que pos sua vez tampa os olhos da primeira sendo nessa ultima possivel observar que escorre um liquido vermelho, estão em um ambiente onde é possivel verificar o chão de terra o arvóres, todas estão maquiadas, cor de pele branco semblante tenso.	185	5139	Isso é verdade, me sinto exatamente assim, dentro de uma caixa🤔🤔 // eu na vida 🤔🤔 // 🤔🤔🤔🤔🤔🤔🤔🤔 sem palavras // Essa sou eu, já perdi a quanta de quantas vezes, gravei áudios enormes na intenção de que alguém pudessem me ajudar, ou escrevi textos e apaguei por achar que a pessoa pensaria que era bobeira minha. Tbm já perdi a conta de quantas vezes pensei em como diria para alguém como eu realmente me sinto, e não disse nada por simplesmente não conseguir, já dei inúmeros sinais de que EU NÃO ESTOU BEM, já mostrei pra minha mãe teste em que deram que eu tenho ansiedade, depressão e estresse grave e ela não está nem aí pra isso, e são esses tipos de coisas que me fazem ficar presa na caixa// Eu to quase desistindo da minha vida.
P:587	28/01/2021	Porque eu me comparo com todo mundo? E eu sempre aperto o botão da auto-destruição, e me pergunto quando me amar será o suficiente.	269	10100	🤔🤔 // 🤔🤔 // @ [redacted] re 🤔🤔 vc é incrível! Se ame ! // @ [redacted] s obrigada amiga🤔🤔🤔 // 🤔🤔🤔🤔🤔🤔.
P:588	15/03/2021	Descrição- Imagem de um jovem cabelo curto liso, de joelhos olhando para a tela de um computador que esta encima da cama, quarto escuro, esta com as duas mãos juntas proximo ao nariz no rosto.	111	2325	1) É frescura eles disseram, luto eterno eles postaram... // 2) 🤔🤔 // 3) INSTAGRAM DO FULANO POR FAVOR? // 4) 🤔🤔 // 5) Parar de viver...
P:589	24/03/2021	Acredite, eu não estou tão bem quanto pareço.	184	7991	1) 🤔🤔🤔🤔🤔 / 🤔🤔 / 2) @pessanhamarcusviničius // 3) Preciso de ajuda, de apoio não consigo mais aguentar essa dor, angústia, ansiedade, essa falta de ar, dor no peito, sensação de estar sufocando, essa insegurança, me achar incapaz, indecisão, medo do que as pessoas vão achar de min, alimentação conturbada, de tudo que passei até agora.🤔🤔🤔🤔🤔 Não estou conseguindo aguentar mais isso./4) guerra_interior 5) admirável a sua coragem em pedir ajuda, mas como pessoas que passam o mesmo que você ou pior poderiam te ajudar? Só conseguem te entender, mas não têm nada a lhe oferecer... E acredito que para um fim do sofrimento precisa de alguém que, sim, te entenda, mas lhe apresente uma solução também. Se aproxime de pessoas que encontraram a solução e que estarão dispostas a te ajudar. @neip.ru

P:591	02/04/2021	Descrição- Imagem de uma mulher de frente , olhando fixamente para um ponto, fones de ouvido segurando um celular , imagem escura e cinza.	191	5632	1) Como que preciso trabalhar 12 horas por dia // 2) Ok // 3) Tentei hj mano, só consegui chorar// 4) @...lle quer conversar // 5) @...zo ai nossaaaaa q vida terrível ela tem
P:592	04/04/2021	Já se pegou chorando em algum canto por ser simplesmente ... você?	347	6255	1) Sempre! // 2) Agora // 3) Já , choro muito por ser quem sou daria tudo pra n ser assim tão sentimental // 4) Sempre... // 5) Só a escuridão da noite sabe quem sou...
P:596	20/04/2021	Cansa demais sabe ? sustentar esse sorriso , distribuir " eu estou bem " e interpretar o papel de " sou forte".	126	8995	1) dói demais // 2) Não tá fácil // 3) Não aguento mais // 4) // 5) Cansa muito .
P:599	27/04/2021	Usem esse post para desabafar e dizer como se sentem!!!	2760	3362	1) Eu não aguento mais me sentir assim,eu to tão cansada tão deprimida que nem sei mais // 2) Tristeza, vazio, insegurança são as palavras que me definem . Dói e essa dor é imensurável uma dor indescritível um vazio enorme que não dói somente o peito dói a alma. A triste vontade de desistir , dos meus sonhos das minhas vontades , desistir de mim. Uma vida frustrada uma vida vazia e uma dor que jamais passa. Dói dói sentir o seu peito cheio de amor , mas o meu ser cheio de vontade de desistir fala mais alto. A vida em si é linda , mas o vazio no peito tá sendo maior do que tudo. Olhem para o outro ame o outro sejam amor pq isso falta e a falta de amor mata. Quase desistindo... // 3) Cansada de mim mesma, esgotada vontade de morrer // 4) Dói. Dói saber que não é amor de vdd, é interesse, mas p não ter nada, vc acaba se sujeitando a migalhas, pq é melhor pingar do que secar...// 5) Estive tão perto de chorar, e
P:601	18/05/2021	Me salve de mim mesmo, Não me deixa afogar...	193	10,1	1) Sua banda favorita é simplesmente a melhor banda do mundo // 2) Mais tem q me ajudar tbm // 3) @...nri_ com certeza... // 4) @...nri_ // 5) @...moraes não irei
P:606	16/06/2021	Tem dia que dói...	125	9923	1) hoje tá insuportável // 2) Todos eles // 3) // 4) https://instagram.com/help.fju?utm_medium=copy_link // 5)

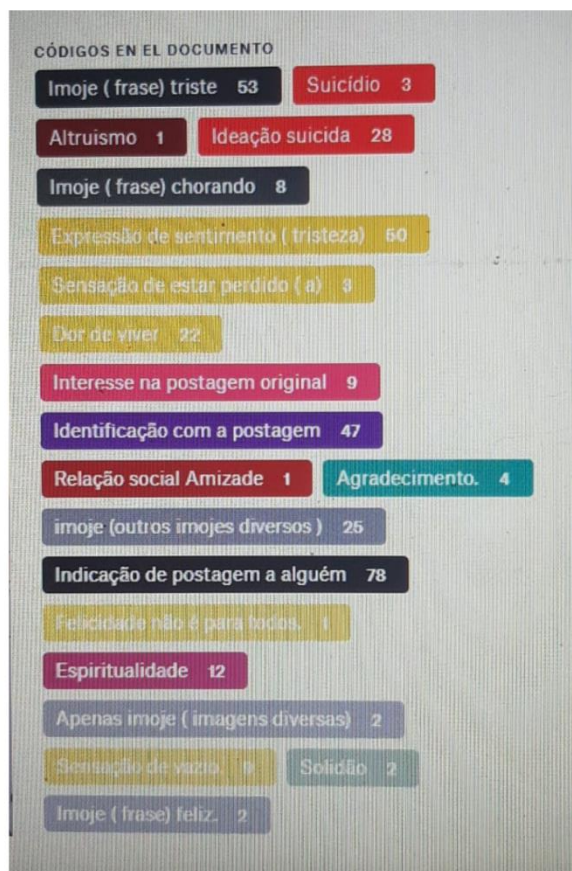
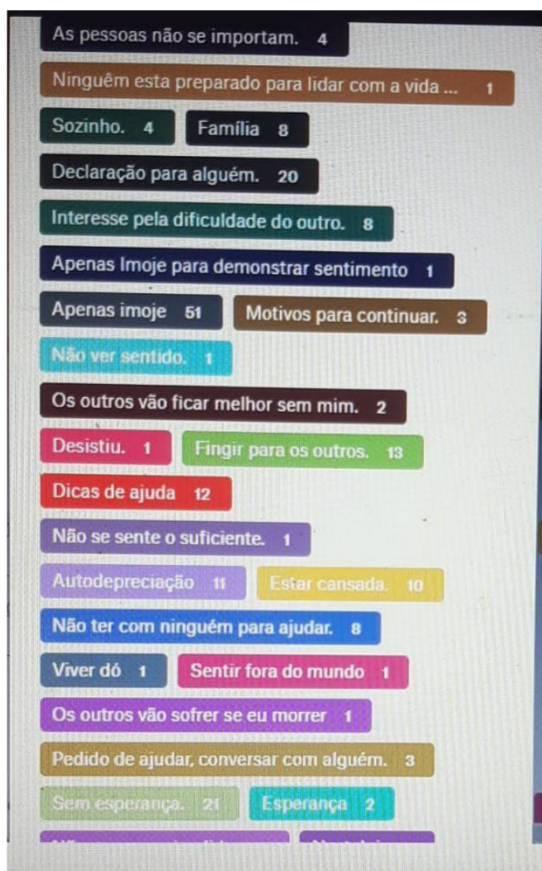
P:610	29/06/2021	Você que tira todo mundo do buraco , quem te salva quando você cai do penhasco?	271	9962	1) @andressaa15 ☐ // 2) @raayane05 eu te amoo, tô aq smp☐ // 3) Meu antidepressivo foi embora // 4) Eu não sei ☐ // 5) Eu mesma.☐
P:616	14/08/2021	Se o silêncio é o meu grito mais alto quanto tempo tenho que ficar caladoo pra algém me escutar?	147	5693	1) ☐ // 2) ☐ // 3) ☐ // 4) O silêncio é só uma forma de dizer adeus // 5) Acho que nao consigo mais☐
P:623	08/09/2021	Ninguém fica por perto quando perebe a enorme bagunça que eu sou, e tá tudo bem ir embora, se eu pudesse também fugiria de mim...	143	8142	1) @adventombaro230 // 2) Oie, meu amor quer conversar ? // 3) @_pedrohgr_ // 4) _ volta comigo, eu não sou um monstro não, por favor volta comigo... // 5) _ talvez por isso você me deixou... Mas isso dói muito... Muito mesmo ☐
P:626	11/09/2021	Video- Eu toda vez que converso com alguém: "Vc não é importante" "Vc não faz diferença aqui"" Vc é exagerada"" Sua voz é ridícula"" Ninguém tá interessado no a vc tá falando""Você com certeza tá encomodando"" Vc fala deamais""Só falam com vc por pena""As pessoas não gostam de vc" "que risada estranha""Você é estranha""Você não se encaixa aqui"	196	6303	1) Sou rejeitado por todos ☐ // 2) Eu tenho baixissima auto estima, sou insegura ate com meu namoro..... medo medo : / // 3) _ / 4) Meu Deus ☐☐☐☐☐☐☐☐ // 5) A terapia trg tem um protocolo que trabalha todas essas inseguranças☐
P:629	29/09/2021	Video- você nao entende ? dói. dói a forma como você fala. sempre comigo como se estivesse sendo obrigado, dói toda a indiferença, dói a sua mudança repentina, na qual um dia você me ama infinitamente e no outro nem me conhece mais, dói ainda te amar tanto, mas não conseguir sair disso por mais que eu queira.	142	9484	1) Tá escuro por dentro e um vaziooo // 2) Mi sinto muito!sozinha ☐ // 3) Dói senti a falta de ser a sua garotinha pai... // 4) ☐☐☐☐☐☐☐☐ // 5) Só a morte pode me salvar dessa escuridão ☐
P:637	18/12/2021	Video- Sinais que você esta entrando em depressão, sensação continua , cansaço constante, alterações no apetite e no sono.	146	####	1) Eu estou triste e nem sei o motivo☐ // 2) É angustiante, dói muito! // 3) ☐ ☐ // 4) Já e ninguém percebe // 5) Muito se faz com a trg nesses casos☐
P:642	30/12/2021	A cada dia que passa vou me despedindo desse mundo e ninguém vê, ninguém se importa. Se pelo menos eu tivesse alguém. H.M	349	5402	1) Pessoal, Jesus ama demais ocesss tudooo. O diabo quer colocar na cabeça de vcs, que vcs não tem valor, mais Deus sabe o valor de cada um de vcs. Ele ama tanto, tanto todos nós que colocou seu filho único para morrer na cruz. 2) ☐ se vcs precisarem pode me chamar. ☐☐☐☐☐☐☐☐ que nesse momento o espírito santo de Deus, renove cada um de vcs. Soprando sobre a vida de cada um. Eu repleendo no poder e na autoridade que tem o nome de Jesus o Espírito da morte. JESUS TE AMA. // 3) Eu tô assim. Eu preciso de ajuda. Eu não tenho ninguém! // 4) _ cansado da minha Respiração☐ // 5) ☐

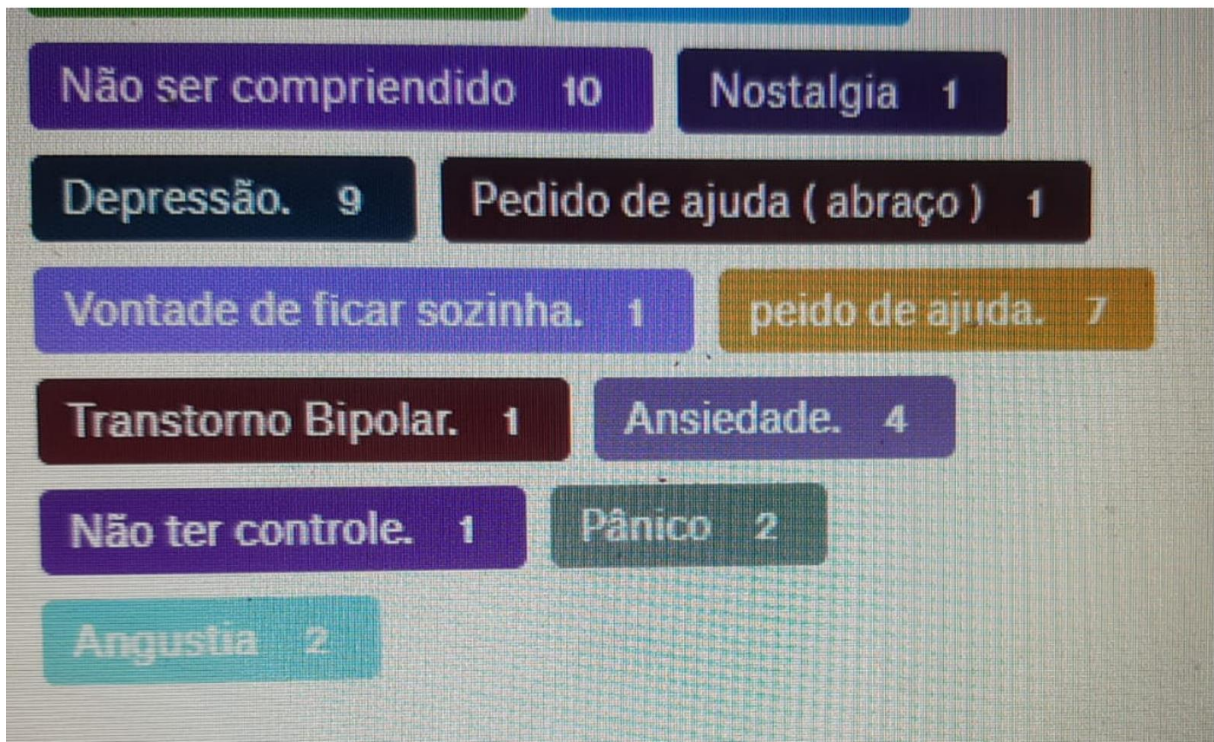
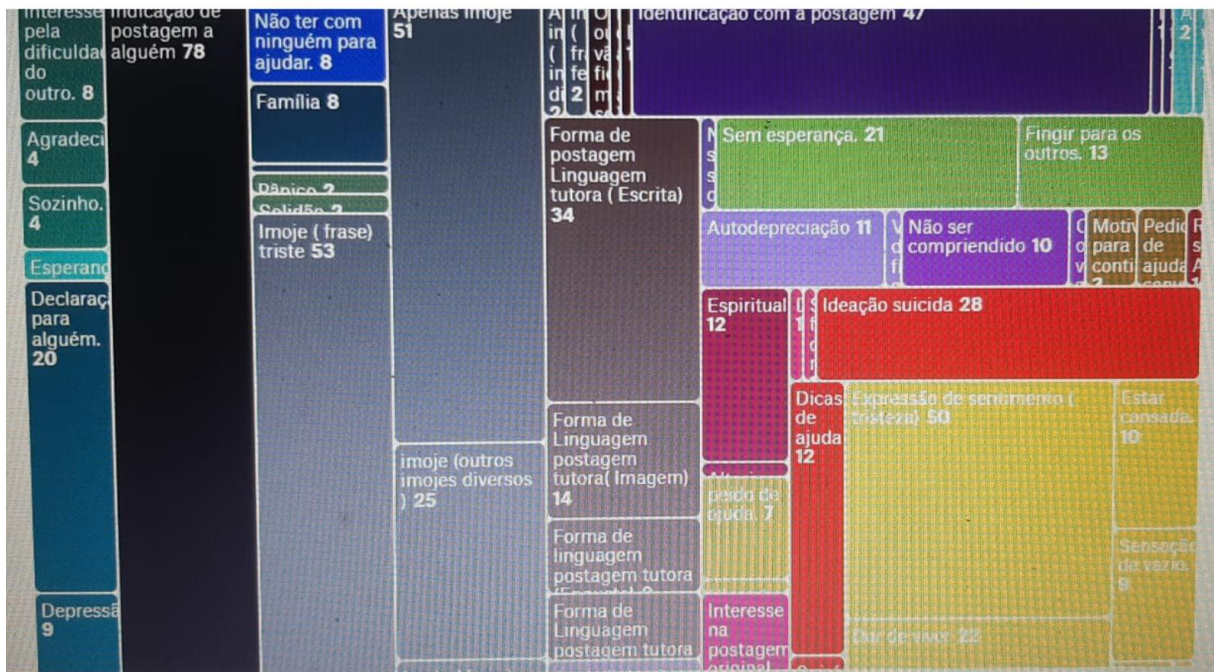
Apêndice D – Registro das tentativas de contato com os organizadores das páginas





Apêndice E - Dados do software Atlas.Ti para a sistematização dos dados





Anexos

Anexo A – Aprovação do trabalho no Conselho de Ética em Pesquisa da instituição

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: A expressão do comportamento suicida em mídias sociais

Pesquisador: Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 41190920.5.0000.5154

Instituição Proponente: Pro Reitoria de Pesquisa

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.667.713

Apresentação do Projeto:

O projeto está sendo reapresentado com o objetivo de atender pendência(s) apontada(s) no parecer nº 4.563.099.

Segundo os pesquisadores:

“INTRODUÇÃO: A Organização Mundial de saúde (OWS, 2014, p.7) define suicídio como óbito que resulta de uma ação, com a intenção, ou a missão, iniciada de causar a própria morte. De acordo com a instituição em 2012 mais de 804 mil pessoas suicidaram em diversas regiões do mundo e, a cada adulto que comete suicídio pelo menos outros 20 atentaram contra a própria vida, tornando -se, a decima quinta causa de mortalidade da população em geral no mundo.

No Brasil de acordo com dados do Ministério da Saúde no período de 2011 a 2016 foram notificados

1.173.418 caso de violência interpessoais ou auto provocadas. Desse total, 176.226 (15%) foram relativos à prática de auto lesionar, sendo que 65,9% eram mulheres e 34,1% de homens. Levando somente a ocorrência de lesão auto provocada, foram identificados 48.204 casos de tentativas de suicídio ou seja 27,4%, sendo que 33.269 (69%) eram mulheres e 14.391 (31%) eram homens. Entre o período estudado de 2011 a 2016 observou o aumento de casos notificados de lesão autoprovocada de mais de 209% em mulheres e 194% em homens.

Em dia 26 de abril de 2019 foi criada a lei nº 13819 “A política Nacional de prevenção da Automutilação e Suicídio”, trouxe como inovação a criação do Sistema Nacional a ser criado em cooperação da União, Estados e Municípios. Trazendo mudanças importantes na lei como; a obrigatoriedade da notificação de órgãos públicos ou/e privados em informar os casos

suspeitos ou confirmados de violências auto infligida, a possibilidade de parceria entre empresas de conteúdos digitais, de pesquisa da internet, gerenciadores de mídias sociais, entre outros, para a divulgação de serviços de atendimento a pessoas com sofrimento psíquico. Expressando desta forma o devido reconhecimento, pelas autoridades, da necessidade de se colocar o tema na agenda pública do país Santos & Schmidt (2019).

Este cenário tende a se agravar a partir do advento da pandemia Covid-19, que trouxe diferentes fatores de risco para o comportamento suicida como: isolamento social, insegurança, medo do contágio, luto e desesperança Reger, Stanley & Joiner (2020).

Trazendo consigo questões psicossociais importantes que devem ser considerados, devido ao receio do contágio de amigos e parentes próximos, aproximação com a possibilidade da morte de si e do outro e a crise econômica ocasionada pelo isolamento social.

O contexto vivido pelo homem contemporâneo encontra-se em questionamento existências segundo Camus (1941) “Só existe um problema filosófico realmente sério: o suicídio. Julgar se a vida vale ou não vale a pena se ser vivenciada é responder à pergunta fundamental da filosofia”.

O termo suicídio tem como origem no latim: Sui (si mesmo) e caederes (ação de matar) ou seja ação de matar a si mesmo, é um ato voluntário por motivos multifatoriais com elevado grau de sofrimento, o indivíduo encontra na morte a forma de resolver o seu problema Barbosa, Macedo e Silveira (2011). O limite entre idealizar o suicídio, a tentativa de si matar e o suicídio propriamente dito é uma linha tênue Teixeira; Souza e Viana (2018) esse limite nos alerta que a morte auto infligida por vezes é pensada, planejada e antecedida por tentativas.

Contudo para as mesmas autoras suicídio se caracteriza como um fenômeno complexo, humano e universal, cujo a causa não deva ser resumida a um acontecimento específico, sendo necessário que para compreendê-lo deva ser levado em consideração a trajetória de vida do indivíduo em toda a sua complexidade e subjetividade.

Para os fins dessa pesquisa será utilizado o termo comportamento suicida se referindo a qualquer comportamento que tem como objetivo lesionar o próprio corpo independentemente de sua finalidade em obter algum alívio emocional ou com o objetivo de morrer.

Para melhor compreensão desse fenômeno é importante compreendermos o momento social em que vivemos, intitulado como pós modernidade, processo esse que se iniciou na segunda metade do século XX e se caracterizou por profundas mudanças de como vivemos e nos relacionamos em sociedade Hall (2006).

Trazendo consigo várias formas de expressão das interações humanas, novas formas de representação de si e novas estruturas de comunicação, transformando assim as chamadas novas formas de si socializar Trindade (2015).

Assim as mídias sociais têm se apresentado como um marco desse período apresentando-se como mediadoras das relações sociais humanas. Para Lemos (2003) esse momento é caracterizado pela cibercultura, que teve nos anos de 1980 e 1990 a sua evolução através a popularização da internet que ganhou força após a criação do “world wide web” (www).

O homem tem a necessidade de se comunicar e através dela, que ele se inseriu em sociedade Araújo (2012). Para Flusser (2007) a comunicação nos faz esquecer a dificuldade do homem de encontrar sentido diante da vida e “explica que o homem antes de qualquer definição é um

animal político, não pelo fato de ser um animal social, mas porque não tem a capacidade de viver na sozinho”.

Portanto, o fenômeno atual que mais representa as novas formas de sociabilidade e de se comunicar no século XXI são as redes sociais Araújo (2012). Cabe ressaltar que redes sociais não surgiram apenas com o advento da tecnologia as pessoas estão sempre de forma constante e permanente se comunicando entre si. Para Castells (2003) as “redes sociais digitais são teias de relacionamento, mediada pela Internet, entre pessoas que têm entre eles vínculo de identidade e/ou interesse”.

Existem diversas mídias sociais com diferentes finalidades e público-alvo, que proporcionam a comunicação entre seus usuários, se relacionando com conteúdo produzidos por eles mesmos através de postagens de fotos, vídeos, áudios e mensagens de texto Ciribeli & Paiva (2011).

As mídias sociais são tecnologias e práticas on-line, usadas por pessoas, para divulgar conteúdo, gerando compartilhamento de ideias, experiências e opiniões Fontoura (2009), ou seja, são plataformas onde estão inseridas as redes sociais que são sites que tem como objetivo principal trocas de experiências e informações entre as pessoas, conforme nos diz Recuero (2009, p.29). “Rede social é gente, é interação, é troca social. É grupo de pessoas, compreendido através da metáfora de estrutura de rede. Os nós da rede representam cada indivíduo e suas conexões, os laços sociais que compõem os grupos. Esses laços são ampliados, complexificados e modificados a cada nova pessoa que conhecemos e interagimos “

O Brasil em 2019 contava com 134 milhões de usuários de internet que representa 47% da população e as atividades mais frequentemente utilizadas são; comunicação através de envio de mensagens instantânea realiza por 92% dos usuários da Internet, seguido pelo uso de redes sociais 76% com exposição média diária 4h59 de segunda a sexta Centro Regional de Estudos para o desenvolvimento da sociedade de informação Brasil Cetic.br (2019). É evidente que a Internet através redes sociais atua como uma importante ferramenta de conectividade entre as pessoas, principalmente entre pessoas que se sentem sozinhas (Botti & Silva, 2018)

Estudos tem demonstrado que as redes sociais influenciam os indivíduos que estão mais vulneráveis de duas formas principais: como espaço de amparo, troca de experiências e apoio emocional, diminuindo a sensação de estar sozinho ou como espaço nocivo como troca de informações anônimas ou com estímulos para comportamentos de risco (Baker & Lewis, 2013)

Em um estudo realizado por Loureiro, Moreira & Sachsida (2013) apontam que as “mídias digitais configuram-se como o terceiro motivador de suicídio, depois do desemprego e da violência, para todos os grupos de pessoas”

Deste modo o compartilhamento do comportamento suicida mediado pelas mídias sociais é a transformação mais pessoal de uma sociedade que já tem em sua cultura o compartilhamento de passeios refeições, intimidades e experiências da sua vida Pacífico & Gomes (2020).

Nesse cenário verifica-se que as práticas de comportamento suicida mediadas através redes sociais demandam três categorias que podem ser analisadas como; casos em que os suicidas são incentivados e orientados pelos usuários da mídia social, criação de grupos onde as pessoas se encontram em fóruns sobre o assunto e criam um pacto de morte coletiva e casos em que o suicida torna a prática pública em vídeo e ao vivo a partir do acesso através da webcam Pacífico & Gomes (2020).

Diante do exposto o presente trabalho buscar compreender como o comportamento suicida é expresso nas redes sociais?”

MÉTODOS A SEREM UTILIZADOS:

Tipo de Pesquisa: Qualitativa

Método: Etnografia Virtual

Trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva através de estudo observacional de conteúdo postado em mídias sociais tendo como base do estudo o método de Etnografia Virtual.

A etnografia Virtual Hine (2000) estuda as práticas sociais na internet e o significado destas para seus participantes. Permite um estudo aprofundado das relações nos espaços virtuais, no qual internet e o meio

de encontro das pessoas que permite a formação de comunidades, grupos estáveis e a emergência de novas formas de se socializar. Busca compreender as experiências pessoais que surgem na comunicação mediada pelo computador, de forma especial nos jogos de papéis, a partir das observações de campo e entrevistas em profundidade realizadas através da internet Turkle (1997).

O método utilizado na Etnográfica virtual consiste na vivência prolongada em um ambiente, no qual o pesquisador compartilha de forma plena a vida da comunidade ou grupo social. Nos ambientes virtuais ocorrem interações entre as pessoas que entram e saem em diversos contextos sociais e distintas conversas que ocorrem ao mesmo tempo Leopoldo (2012).

Portanto, conforme Angrosino (2009), o método etnográfico descreve um grupo humano buscando compreender o seu comportamento, crenças e produções materiais e artísticas. Diversos estudos têm utilizado o método etnográfico como forma de estratégia de pesquisa que tem como objetivo estudar temas como sociabilidade e identidade.

Nesse método a mediação da tecnologia através da Internet está presente durante todo o processo, desde a construção de dados a observação dos participantes, portanto, a mediação técnica (registro textual, vídeos, áudios, fotografias) é a chave na pesquisa etnográfica Leopoldo (2012).

Diante do exposto o método utilizado da etnografia virtual será através de observação das interações mediadas pelo computador através das mídias sociais para Worthen, Sandes & Fitzpatrick (2004) a observação permite compreender as atividades, atitudes e comportamentos interações e relações entre os participantes. Os registros serão realizados através de diário virtual onde serão registrados a observação periódica dos conteúdos publicados pelos integrantes durante um determinado tempo.

Esse diário de campo virtual, que será construído ao longo das observações, com detalhadas do conteúdo publicado, para Gibbs (2009) o pesquisador registra no diário de campo suas ideias, discussões como percepções sobre os membros de uma comunidade virtual como também o próprio processo de pesquisa e da análise de dados. O diário é um documento pessoal do pesquisador e representa o próprio trajeto ao longo do estudo, que inclui reflexões sobre os rumos da coleta de dados, comentários cotidianos sobre as percepções observadas.

E será utilizado o método Análise do conteúdo como forma de interpretação dos dados levantados pois de acordo com Bardin (1977) “é um conjunto de técnicas de análise de comunicações visando obter, procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição das

mensagens, indicadores, que permitam a inferência de conhecimento relativos às condições de produção [...]”

Conforme a mesma autora esse método se constitui em três grandes etapas compostas por pré-análise que consiste em organizar o trabalho, exploração do material através da codificação dos dados e por último o tratamento dos resultados como o objetivo de classificar os dados em função de suas semelhanças e diferenciação para a realização da interpretação das informações obtidas.

Para melhor compreensão do fenômeno a ser estudado, o presente trabalho será constituído em duas fases distintas, porém complementares;

Fase 1) Serão realizados os downloads dos aplicativos das diferentes mídias sociais, realização do cadastro e análise de perfis de conteúdo abertos ao público.

E serão realizadas as primeiras incursões em ambiente virtual, com o objetivo da imersão do pesquisador em diferentes mídias sociais, escolhidas através de maior popularidade e maior número de usuários no Brasil, mídias essas que serão exploradas através de busca de conteúdos postados com a temática comportamento suicida/ suicídio, por meio do roteiro previamente elaborado.

Essa fase tem como principal objetivo explorar as mídias sociais para a melhorar a familiarização e compreensão da dinâmica do ambiente virtual Beneti (2010).

Fase 2) Após coleta de dados preliminar nas diferentes mídias sociais, será realizada a escolha de uma mídia social para aprofundar a análise dos conteúdos postados durante o período de 30 dias após a autorização dos curadores das páginas/mídia social através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScAhC-x_NHz72I_JpD2weHnoGxZwQJuHP_A71YURGexyWJOEA/viewform?usp=pp_url na

busca de uma melhor compreensão do fenômeno estudado. Para essa fase serão elencados critérios de elegibilidade da mídia a ser estudada, conforme dados levantados na primeira fase desta pesquisa.”

“CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO DOS PARTICIPANTES”

Para a realização dessa pesquisa será utilizada com critérios de inclusão mídias abertas com registros de conversas públicas com pessoas maiores de 18 anos. E critérios de exclusão mídias fechadas onde há a necessidade de solicitar a participação em contas privadas.

De acordo com a política de segurança padrão de segurança WhatsApp® (2020) as mensagens são criptografadas e apenas o usuário e o destinatário conseguem ler as mensagens enviadas, elas são protegidas com um cadeado único, todo o processo é realizado de forma automática, não sendo necessário ativar configurações especiais ou criar conversas secretas para garantir a segurança das mensagens, onde terceiros não poderão lê-las.

E conforme a política de segurança do Facebook Messenger® (2020) o aplicativo possui criptografia total, onde as pessoas são capazes de se comunicar de forma privada, sem que ninguém ouça ou monitore as conversas.

Portanto serão excluídos da pesquisa mídias sociais que não se enquadram nos critérios levantados como WhatsApp ® e Facebook Messenger ® ambas as mídias de mensagens

instantâneas de cunho privado, ou seja, é necessário a autorização do administrador para participar do chat.”

Objetivo Da Pesquisa:

Segundo os pesquisadores:

OBJETIVO GERAL: Compreender a expressão do comportamento suicida em mídias sociais

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Mapear as diferentes mídias sociais e respectivos espaços temáticos sobre o comportamento suicida; Conhecer a expressão do comportamento suicida e suas diferentes formas de manifestação no universo das mídias sociais.”

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo os pesquisadores: o presente estudo busca minimizar qualquer risco que possa ocasionar a exposição e identificação dos autores dos conteúdos postados nas mídias sociais, bem como algum desconforto emocional/subjetivo que possa ocorrer, portanto serão tomadas as seguintes medidas de prevenção de possíveis danos que possam ocorrer na execução do projeto e seus benefícios.

Ao identificar mídias sociais com conteúdo afins dessa pesquisa, o pesquisador fará contato com tutor/ curador da mídia social através da própria plataforma, por meio de ferramentas de comunicação privada da específica mídia.

Neste contato do pesquisador com o curador da mídia social serão apresentados os objetivos da pesquisa e será realizado convite para participação.

Caso haja o aceite do curador da mídia social declarando consentimento será enviado de forma privada um link https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScAhC-x_NHz72I_JpD2weHnoGxZwQJuHP_A71YURGexyWJOEA/viewform?usp=pp_url de acesso Google Forms, onde o curador encontrará disponível eletronicamente o TCLE, que após leitura atenta para fins de esclarecimentos relacionados a pesquisa, poderá declarar o seu consentimento.

Para garantir o anonimato dos conteúdos pesquisados, serão utilizados codinomes dos ambientes virtuais e respectivas postagens.

No que tange a possibilidade de perda do material coletado, os pesquisadores estão cientes que deverão suspender a pesquisa independentemente das intercorrências geradas para a execução da mesma, e informar de forma imediata ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP).

Os dados coletados ficarão sob a guarda dos pesquisadores sobre um período de 05 anos arquivados de forma adequada e em segurança no formato digital em pasta com acesso restrito. Após o prazo de 05 anos, o material será deletado pelos pesquisadores.

As informações coletadas nas conversações de cada participante das mídias sociais pesquisadas não oferecerão risco de imediato aos mesmos, porém, durante as coletas de dados é possível que possa haver manifestações de riscos subjetivos, que tragam desconforto emocional, constrangimento, sentimentos ou lembranças desagradáveis. Caso alguma dessas situações ocorram, os participantes poderão optar pela suspensão imediata ou cancelamento das análises de conteúdo postados. E o pesquisador poderá utilizar de sua expertise para amparar o

participante e realizar os encaminhamentos caso haja a necessidade para a rede de atenção psicossocial (RAPS) vigente no sistema único de saúde (SUS).

O presente estudo tem como seu principal benefício em contribuir através do conhecimento científico as expressões do comportamento suicida em mídias sociais para possíveis construções de programas de prevenção e proteção ao comportamento suicida, através de políticas permanentes que levam em consideração as mídias sociais como espaço relevante de interação entre as pessoas que utilizam essas mídias como lugar de expressão de suas angústias e sofrimento diante da intenção suicida."

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de retorno de parecer anterior Nº 4.563.099, em que os pesquisadores atenderam todas as solicitações do CEP-UFTM.

Os pesquisadores propõem realizar um estudo de Etnografia Virtual, tratando-se de uma pesquisa qualitativa descritiva através de estudo observacional de conteúdo postado em mídias sociais tendo como base do estudo o método de Etnografia Virtual, sobre a temática/o objeto de estudo "expressão do comportamento suicida em mídias social".

O estudo será realizado com 32 participantes, com idade acima de 18 anos, que serão recrutados por meio da autorização. Serão realizados: Fase 1) Serão realizados os downloads dos aplicativos das diferentes mídias sociais, realização do cadastro e análise de perfis de conteúdo abertos ao público e Fase 2) Após coleta de dados preliminar nas diferentes mídias sociais, será realizada a escolha de uma mídia social para aprofundar a análise dos conteúdos postados durante o período de 30 dias após a autorização dos curadores das páginas/mídia social através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Equipe de pesquisadores vinculada na Plataforma Brasil: Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo (Responsável Principal, Docente do Programa de Pós Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro/UFTM) e Ricardo Augusto dos Santos (discente do Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro/UFTM).

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Termos de apresentação obrigatória adequados.

Recomendações:

O CEP solicita que nas próximas submissões, o cronograma seja apresentado em meses/ano conforme determinado pelo sistema CEP/CONEP e informado a comunidade acadêmica por e-mail.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

De acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 510/16 e Norma Operacional 001/2013, o Colegiado do CEP-UFTM manifesta-se pela aprovação do protocolo de pesquisa proposto.

O CEP-UFTM informa que de acordo com as orientações da CONEP, o pesquisador deve notificar na página da Plataforma Brasil, o início do projeto. A partir desta data de aprovação, é necessário o envio de relatórios parciais (semestrais), assim como também é obrigatória, a apresentação do relatório final, quando do término do estudo.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_D O_P ROJETO_1682794.pdf	24/03/2021 02:56:59		Aceito
Outros	Doc.docx	24/03/2021 02:53:50	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Aceite3.pdf	24/03/2021 02:51:04	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Aceite3.docx	24/03/2021 02:50:53	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Aceite2.docx	24/03/2021 02:49:51	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Aceite2.pdf	24/03/2021 02:49:36	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Aceite.pdf	24/03/2021 02:47:22	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Aceite.docx	24/03/2021 02:46:59	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Projeto Detalhado /	Projeto.docx	24/03/2021	Heloísa Cristina	Aceito

Brochura Investigador		02:44:05	Figueiredo Frizzo	
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.pdf	24/03/2021 02:43:35	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Orçamento	Orcamento.pdf	18/12/2020 21:32:39	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Orçamento	Orcamento.docx	18/12/2020 21:32:26	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Cronograma	Cronograma.pdf	18/12/2020 21:27:40	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito

Cronograma	Cronograma.docx	18/12/2020 21:27:28	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Brochura Pesquisa	Brochura.pdf	18/12/2020 21:23:53	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Brochura Pesquisa	Brochura.docx	18/12/2020 21:23:23	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto.pdf	18/12/2020 21:11:15	Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

UBERABA, 23 de abril de 2021

Assinado por:**Alessandra Cavalcanti de Albuquerque e Souza**
(Coordenador(a))