

COMO O VISAGISMO E A MAQUIAGEM PODEM INFLUENCIAR NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO PSICOTERAPÊUTICO DA DEPRESSÃO - A MATEMÁTICA E QUÍMICA PRESENTE NESSA PRÁTICA

Resumo

Segundo a Organização Mundial da Saúde pelo menos 350 milhões de pessoas (5% da população registrada) vivem com depressão e estima-se que em 2020 está será a segunda causa de incapacidade em saúde (Porto, 2004; World Health Organization, 2015).

No Brasil, segundo Andréa Guardabassi, mais de 75 mil pessoas foram afastadas do trabalho por depressão em 2016. Um dos pontos que devemos salientar é que esses números são extremamente altos, mas ilustram apenas um cenário onde as pessoas foram ou são capazes de reconhecer-se com a doença e buscar auxílio profissional.

De acordo com o Instituto de Psiquiatria da Universidade de São Paulo “A depressão é um distúrbio afetivo que acompanha a humanidade ao longo de sua história”. No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo, baixa autoestima, que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si. É imprescindível o acompanhamento médico tanto para o diagnóstico quanto para o tratamento adequado.

A depressão é e precisa ser enxergada pela sociedade como uma doença perigosa, silenciosa e tão avassaladora quanto o câncer, visto que traz impactos desastrosos tanto na vida de quem sofre quanto aos familiares. Em várias partes do mundo há campanhas que visam à prevenção e o combate a depressão. Campanhas como o Outubro Rosa, Setembro Amarelo, Agosto Azul visam auxiliar pessoas que sofrem ou que possam vir a ser pacientes dessa doença devido algum problema ligado ao emocional ou estético. Neste sentido nosso trabalho é imprescindível. Muitas pessoas que são diagnosticadas como depressão, passaram por algum fator que diminui sua autoestima.

Nosso trabalho apontará embasado em dados teóricos o quão importante é a autoestima no combate a depressão e como a maquiagem se torna uma aliada na luta contra a doença.

Introdução

A depressão é uma doença que se caracteriza por um conjunto de sintomas psicológicos e físicos, constantemente associada a altos índices de comorbidades médicas, incapacitação e suicídio. Denominam-se doenças ou transtornos os fenômenos nos quais podem se identificar ou presumir fatores causais, um curso homogêneo, mecanismos psicopatológicos característicos e respostas a tratamentos previsíveis (Dalgalarondo, 2008). É um dos transtornos mentais mais comuns na população geral e acarreta um peso substancial para os países em desenvolvimento e para os desenvolvidos (Baldwin & Birtwistle, 2002).

Infelizmente alguns sintomas da depressão são “enxergados” como, muitas vezes, como frescura, o que dificulta as pessoas que sofrem com a doença a buscarem ajuda médica. O maior problema da sociedade não enxergar a depressão como doença é que esse fato faz com que ela ceife novas vidas no decorrer dos anos.

Em reportagem divulgada pelo site G1, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) nosso país é o maior da América Latina com prevalências de prevenção e em nível mundial perde apenas para os Estados Unidos que possui 5,9% da população com depressão contra 5,8% da população brasileira.

Em 2015 segundo a OMS 9,3% da população brasileira sofria com problemas relacionados com ansiedade e depressão. Número que a cada ano cresce, principalmente entre as pessoas de baixa renda.

Quando a depressão não é diagnosticada a tempo acarretar problemas mais graves como: abusos de álcool e de drogas, comportamentos agressivos, automutilação e outros quadros preocupantes. Infelizmente a depressão não tratada e/ou acompanhada por profissionais da área da saúde pode evoluir para um quadro extremo onde a pessoa acabada cometendo suicídio.

Alguns cientistas relacionam autoestima às situações e problemas que levam a depressão ou até mesmo ao suicídio. Nesse processo, entendemos a importância de procedimentos ligados à beleza como a maquiagem. Há quem utilize e recorra a maquiagem apenas para corrigir pequenas imperfeições e assim se sentirem mais confortável com a imagem refletida no espelho mas há muitas pessoas que recorrer a maquiagem devido a problemas estéticos oriundos de problemas de saúde. De acordo com o site Saúde Abril, em uma pesquisa realizada, pelo hospital da clinica da Universidade Federal de Minas gerias em um grupo com 17 mulheres com lúpus eritematoso

sistêmico, (doença inflamatória que provoca manchas na pele, além de acometer as articulações, os rins, o cérebro e o coração) utilizar maquiagem no rosto fez toda a diferença.

No início do estudo, as pacientes relataram sentimentos como: tristeza, vergonha, depressão quanto ao tocante às marcas causadas pelo lúpus. Ao final, de acordo com o estudo a maioria das mulheres relatava algo como: “Hoje não saio sem usar a maquiagem. Minha autoestima aumentou muito. Não tenho mais vergonha das minhas manchas. Vou a qualquer lugar, sem medo de ficarem me olhando”, relatou uma das voluntárias, que teve o nome mantido em sigilo.

Desse modo apontaremos nesse projeto um enlace e pesquisa científica sobre a importância da autoestima na saúde da mulher e na luta contra a depressão. Vamos elucidar que comportamentos básicos de maquiagem no cotidiano elevam a autoestima. Muito se tem qualificado o ramo da beleza como um dos vilões na saúde psíquica principalmente das mulheres, entendemos que é possível salvar vidas através da beleza, utilizando a matemática para auxiliar na simetria correta. A presente pesquisa visa ressaltar as técnicas e conceitos básicos do visagismo e automaquiagem como uma terapia alternativa para a elevação da autoestima de pacientes em tratamento de depressão e prevenção da depressão, seguindo a risca os padrões diários de mulheres comuns, avaliando perfis de 15 a 35 anos. Visagismo é a arte de criar uma imagem pessoal de acordo com as características do indivíduo, respeitando estilo pessoal, estilo de vida, e tipo físico. Podem ser descritos pelo menos seis sintomas cognitivos apresentados na depressão: autoestima muito baixa, pessimismo, redução de motivação, generalização de atitudes negativas, exagero da seriedade dos problemas e processos de pensamento mais lentos. As mulheres são duas vezes mais propensas a serem acometidas pela depressão do que os homens como descrito acima. É certo que todo ser humano quando valorizado e percebido de uma forma positiva se sente mais forte diante dos obstáculos da vida, o profissional que trabalha com a técnicas e conceitos do visagismo pode ajudar de forma terapêutica um paciente que passa pelos sintomas da depressão, pois é função deste ressaltar o que a pessoa tem de melhor, buscando trazer a sua beleza de dentro para fora.

Objetivo

Este projeto tem como objetivo realizar um enlace e pesquisa científica sobre a importância da autoestima na saúde da mulher e na luta contra a depressão. Vamos elucidar que comportamentos básicos de maquiagem no cotidiano elevam a autoestima. Muito se tem qualificado o ramo da

beleza como um dos vilões na saúde psíquica principalmente das mulheres, entendemos que é possível salvar vidas através da beleza, utilizando a matemática para auxiliar na simetria correta tudo se torna visivelmente mais belo! Quando falamos sobre depressão é importante lembrar que é necessário acompanhamento e tratamento médico, seja por uso de antidepressivos e / ou psicoterapia. Não apontamos neste a autoestima como única solução para essa doença, porém entendemos que se sentir bem com a própria aparência faz toda a diferença, ainda mais para quem está passando por um período em que é preciso ter forças.

Recentemente um projeto intitulado “Projeto Toque da Beleza” apresentou maneira de resgata a autoestima de mulher através de dicas de beleza, ressaltando a importância da auto confiança. Criado pela Elabore em prol do Outubro Rosa¹ segundo Raquel Praxedes, sócia proprietária o objetivo é mostrar às mulheres que um toque de beleza realmente faz toda a diferença no processo de tratamento de algumas doenças, como: câncer e depressão. Afirma que “a moda pode ajudar muito na autoestima das mulheres e também pode mostrar que elas podem ousar, se sentirem livres de qualquer padrão ou preconceito, porque a beleza maior está dentro delas”.

Além disso pretendemos propor que a prefeitura de Guarulhos intervenha, isso é, que a prefeitura realize procedimentos que preparem as mulheres diagnosticadas com depressão em cursos e que tenham como parte estágios obrigatórios para a conclusão e através desses estagios, não remunerado, as alunas possam ajudar outras mulheres que sofrem com depressão.

Bibliografia

<http://www.atribuna.com.br/noticias/noticias-detalle/at-revista/brasil-tem-o-maior-numero-de-casos-de-depressao-da-america-latina/?cHash=1a14d366c4460d46da7ca28c7998af81>

<https://www.destakjornal.com.br/saude/detalhe/ate-2020-depressao-sera-doenca-mais-incapacitante-do-mundo>

<https://www.psicologiasdobrasil.com.br/mulheres-e-depressao-por-que-elas-tem-mais/>

<http://tcconline.utp.br/media/tcc/2017/05/VISAGISMO-COMO-TERAPIA-AUXILIAR-EM-INDIVIDUOS-DIAGNOSTICADOS-COM-DEPRESSAO-E-BAIXA-AUTOESTIMA.pdf>

<http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/dicas/76depressao.html>