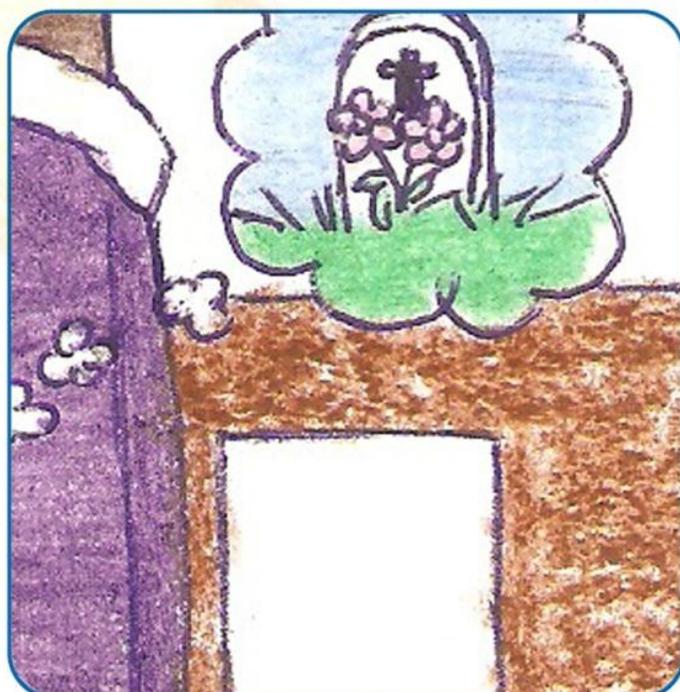
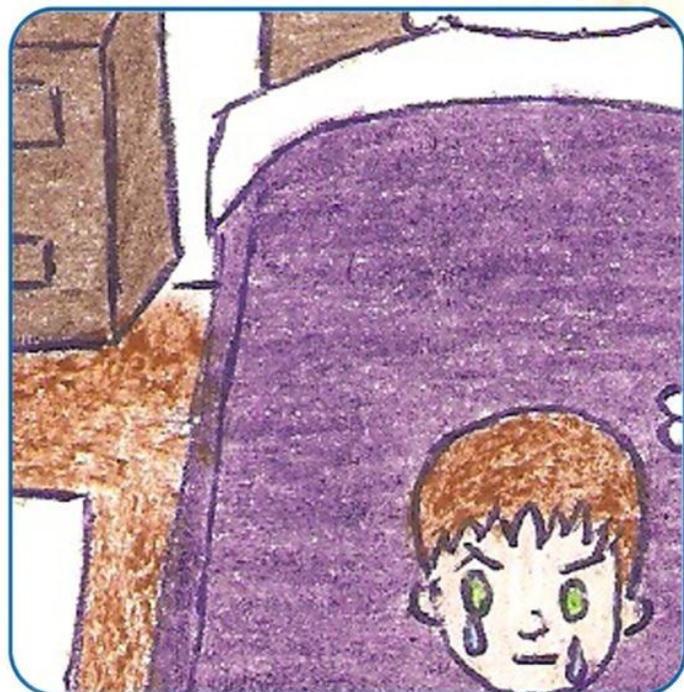


A doença da moda: depressão!



A doença da moda: depressão!

- Rui, não sais há dias do teu quarto. O que é que se passa? O pessoal sente a tua falta na escola. E estás com um aspecto miserável.

- Não sei o que se passa comigo, mas ando sem vontade de sair de casa e de conviver. Nada me dá ânimo, já nem mesmo os treinos de futebol.

- Mas se continuas fechado em casa pior. O que é que te deixou nesse estado?

- Sei lá, ando simplesmente desmotivado.

- Rapaz, tens apenas 16 anos e uma vida pela frente. Amanhã quero-te na escola. Há um



mês que o André morreu e queremos prestar-lhe homenagem com a projecção de algumas fotos dele. Tu, como melhor amigo dele que eras devias ir.

- Não sei, logo vejo.

- Não falhes. Fica bem e vê se arrebitas.

- Vou tentar. Manda cumprimentos ao pessoal.

-Na boa.

Quando é que estou em paz? Queria tanto ter sido eu a morrer em vez do André. Se não fosse eu, ele ainda estaria vivo. Raios, sinto-me tão mal com a situação. De certeza que toda a gente pensa que a culpa foi minha, mas ninguém tem coragem para me dizer. Maldita chuva, maldito treino de futebol e maldito autocarro que se atrasou...

Desde que tivera o acidente de mota, que Rui entrou em depressão. Culpava-se por ter pedido boleia ao amigo e com a correria, acabaram por se despistar, tendo André perdido a vida, ao chocar contra um poste de electricidade. Para Rui, ele é que deveria ter morrido, porque se não fosse ele, ainda hoje o amigo poderia estar vivo.

Bem, é melhor ir preparar uma garrafa com café, porque já vi que a noite vai ser longa.

- Rui cheguei, Já jantaste?

- Nem por isso, mas não estou com grande fome.

- Filho, não podes continuar assim, senão qualquer dia não te agentas em pé, de tão magro que estás. E foste às aulas?

- Sim fui. *(Se ela sonha que já não meto os pés na escola há quase um mês, estou bem tramado...)*

- Então e os teus colegas como estão? Ainda se fala muito do acidente?

- Nem por isso. Mas amanhã vão fazer uma homenagem ao André. Vão passar algumas fotos dele.

- Que bom. Ele era mesmo boa pessoa. Pobres pais. Já viste, poderia ser eu na situação dos pais dele. Tiveste uma estrelinha da sorte. Isto realmente, quando chega a nossa hora não há nada a fazer.

- Não digas isso, que eu preferia ter estado no lugar dele.

- Credo Rui, se isso são coisas que se digam. Não sei como iria aguentar. Já me bastou a morte do teu pai o ano passado. Se ficasse sem ti, perdia toda a razão de viver.

- Oh mãe, desculpa não te queria fazer sentir mal.

- Tudo bem filho. Mas não quero que penses que deverias ter sido tu.

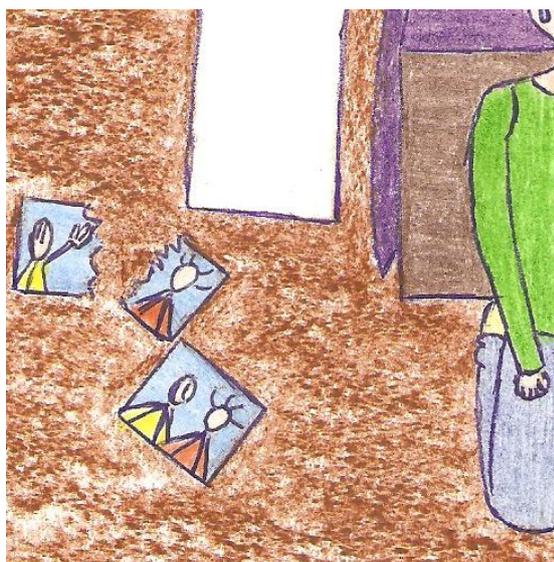
- Está prometido. *(Ai que ainda vou ser castigado, a fazer uma promessa que sei que não vou cumprir. Aliás, não penso noutra coisa, senão em morrer. O que vale é que*

ela não me consegue ler os pensamentos...) Bem vou descansar que

amanhã não quero chegar tarde à escola.

(Ups, mais uma mentira)

- Fazes bem. Leva aquelas fotos que tirámos naquele Verão em que fomos para Albufeira e levámos o André. Vocês eram tão novos, mas irradiavam uma felicidade imensa.



- Não sei onde estão e também não sei se me sinto confortável em mostrar essas fotos ao resto da escola.
- Porque não? O André era o teu melhor amigo. Vocês cresceram juntos. Aposto que ninguém tem tantas memórias como tu. Vocês eram como dois irmãos e sabes bem, que para mim ele era como um filho. Até fico com pena de não poder ir a essa homenagem. Vou ver se encontro as fotos e deixo-tas para lewares amanhã.
- Se achas que sim, ok.
- Vá agora vai lá descansar que está a ficar tarde. Mas dá cá um beijinho antes.
- Tu e os teus beijos, és mesmo uma beijoqueira.
- Não te queixes, que nunca hás-de receber beijos tão bons.

Mais uma noite em branco. Cada vez mais tenho pensamentos de morte, pelo menos não sentiria tanta dor como sinto. Porque é que a vida por vezes é injusta? Foi a morte do meu pai, que era o meu modelo, depois apoiei-me no meu melhor amigo e agora fico sem ele. Começo a ter medo de me apoiar na minha mãe, porque se ficasse sem ela seria o meu fim. Que vida injusta que me leva quem me é importante. Como será a morte?

Com estes pensamentos e esgotado de tanto reflectir, Rui acabou por adormecer já perto das quatro da manhã. Nem mesmo a enorme quantidade de café que bebeu, o manteve acordado. Rui não andava bem, mas o trabalho exigente da mãe, que lhe ocupava 15 horas por dia, não lhe permitia perceber o que se estava a passar verdadeiramente com o filho. Estas mortes de pessoas próximas, levaram-no a isolar-se e Rui estava mesmo a atravessar uma depressão. Lidar com a morte e processá-la estava a ser um processo complicado e ele precisava urgentemente de ajuda.

- Olá, eu sou a mãe do Rui. Ele está por aí? Ele contou-me da homenagem ao André e decidi vir fazer-lhe esta surpresa e vir assistir também.
- O Rui já não vem à escola há quase um mês, desde que aconteceu o acidente.
- Impossível. Ele tem-me dito que tem vindo. Até tem andado a estudar para os testes.

- Pois, mas a verdade é que anda a faltar. Se calhar o melhor é falar com a directora de turma. Ela disse que tem tentado contactá-la, mas que o número de telefone que tem está desligado.

- Vou já procurá-la para perceber o que se anda a passar. Obrigada pela informação.

A mentira de Rui tinha sido descoberta. Mas pelo menos, assim a mãe já poderia perceber o que se passava e procurar ajuda para o filho.

- Mãe, já por casa? Então que se passa?



- Isso pergunto eu. Não deverias estar na escola?

- Vou mais tarde. A professora da manhã avisou que ia faltar.

- Rui, tu não me mintas, Já sei toda a verdade. Estive a falar com a tua directora de turma e ela contou-me que há um mês que não vais às aulas. Que se passa contigo filho? Sabes que não precisas de me mentir, se não te sentes bem, falavas comigo e tentávamos resolver os dois, como temos feito sempre.

- Eu sei, mas não tenho andado bem. Nem contigo me apetecia falar disso.

- Mas o que tens?

- Desde que aconteceu o acidente, que tenho pensado muito na morte. Sinto-me culpado pelo que aconteceu. Deveria ter sido eu a morrer. Tudo isto mexeu muito comigo e sinto-me desanimado, sem vontade de estar com pessoas e de fazer o que quer que seja. Para ser o mais sincero possível, cheguei mesmo a pensar em suicídio.

- Ai, filho, tanto sofrimento sozinho! E eu sem saber disso. A morte é sempre difícil de aceitar e já que estamos a falar, confesso-te que ando a ter apoio psicológico uma vez por semana, para processar a morte do teu pai. Mas pensei que tu não precisasses. És mais novo e com muito ainda por fazer.

- Eu desconfiava que tu também não andavas bem, por isso é que não te quis sobrecarregar.
- Mas tu nunca me sobrecarregas. Não me podes é esconder estes problemas que são graves. A depressão é um problema que se instala facilmente e quanto mais cedo for detectado, mais depressa se cura. Tens apenas 16 anos e não é justo que já tenhas tantos pensamentos negativos. Tens que arrebitar e sair. Tu não tens culpa de nada.
- Eu no fundo sei disso, só que é duro.
- Não penses mais nisso. Vamos já procurar ajuda. Eu bem que sentia que nadavas meio perdido e o teu sorriso já há algum tempo que desapareceu. É urgente recuperá-lo.
- Mas achas que é mesmo necessário? Será que aos poucos não vou recuperando?
- Nada disso, senão ainda ficas com uma depressão mal curada e facilmente voltas a recair. Deixa a mãe ajudar-te.
- Combinado.



Rui teve sorte. Ainda estava no início de uma depressão e o caminho para combatê-la, certamente não seria complicado. Só que poderia ser bem pior... A depressão engana e consegue destruir a vida de uma pessoa. São muitos os sintomas que estão associados a ela (ansiedade, sentimentos de culpa, pensamentos suicidas, vontade de estar só, perda de energia, acessos de choro, inquietação, alteração no sono...), por isso não te deixes levar por esta terrível doença e perante o primeiro sinal, procura ajuda.