

Entenda como um desequilíbrio no cérebro dos adolescentes ajuda a explicar os suicídios nessa fase da vida.

Quando o mês de setembro se aproxima, as autoridades do Japão começam a dobrar a atenção. O início do ano escolar no país costuma ser um período de grande ansiedade no arquipélago, responsável por um dos mais competitivos e rigorosos sistemas educacionais do mundo.

E o dia 1º de setembro é conhecido como o mais mortífero para os adolescentes nipônicos: historicamente, trata-se da data em que o maior número de jovens até 18 anos tiram as suas próprias vidas no país. Entre 1972 e 2013, mais de 18 mil japoneses com esse perfil etário tomaram tal atitude – por ano, em média, 131 deles se matam justo nessa data de reinício das aulas.

Apesar da redução observada nas taxas globais nos últimos anos, o suicídio é a segunda principal causa de mortes entre pessoas de 15 a 29 anos em todo o mundo, segundo dados da OMS (Organização Mundial da Saúde). Em alguns países, como o próprio Japão, trata-se da principal causa de mortes nessa faixa etária.

No Brasil, o suicídio entre crianças de 10 a 14 anos cresceu mais de 65% entre 2000 e 2015, e o assunto voltou a causar extrema preocupação com casos de jovens de escolas paulistas que tiraram as próprias vidas nos últimos meses.

Biologia

De acordo com especialistas, existe uma ques-

tão biológica importante a ser considerada nessa faixa etária. Neurologistas já observaram que o cérebro cresce de modo desequilibrado nessa fase da vida. O hipocampo e a amígdala (as duas regiões do órgão responsáveis pelos sentimentos e pelo armazenamento de emoções) amadurecem mais rapidamente que o córtex pré-frontal, que regula emoções e impulsos. Cientistas dizem que essa disparidade perdura até os 25 anos.

"Isso significa que nesse período há um risco aumentado para excessos emocionais acompanhado de pouco poder de discernimento", explica o psiquiatra infantil Timothy Wilens, do Massachusetts General Hospital (EUA) em artigo publicado no periódico "Journal Of The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry".

O desenvolvimento assimétrico do cérebro também faz com que adolescentes fiquem mais vulneráveis ao uso de drogas e mais suscetíveis a problemas de saúde mental, como a depressão. E todos esses fatores se relacionam ao suicídio. Para agravar o quadro, há pesquisas mostrando que a maioria das crianças consegue, a partir dos 8 anos, entender o que a morte autoinfligida significa.

Um estudo da psicóloga norte-americana Jean Twenge, publicado no periódico "Clinical Psychological Science" explica que tem havido nos Estados

Reprodução



A comunicação virtual pode aumentar o sentimento de solidão.

Unidos um aumento nos casos de depressão, suicídio ou tentativas entre jovens de todas as classes sociais, raças e etnias, e em todas as regiões do país.

Uma das conclusões do estudo, publicado em novembro de 2017, é de que o excesso de tempo passado pelos jovens utilizando aparelhos eletrônicos acaba exacerbando o problema. "Adolescentes que passam mais tempo em redes sociais e smartphones têm maior propensão a relatar problemas de saúde mental", diz Twenge no texto.

Para o brasileiro Neury Botega, especialista em saúde mental pela **Unicamp (Universidade Estadual de Campinas)**, é importante lembrar que a adolescência já é um período turbulento, mas atualmente os jovens sofrem grande pressão da família e da sociedade: "O cérebro adolescente não está preparado. Eles têm mais imediatismo e impulsos. O sistema de checagem e equilíbrio das emoções precisa ser cons-

truído como parte de um projeto cultural e social".

Complexidade

Enfrentar o problema é uma missão complexa. A OMS orienta que a prevenção ao suicídio de jovens requer coordenação e colaboração entre múltiplos setores da sociedade, "já que não há uma abordagem única que possa impactar por si só a questão".

Dentre as medidas recomendadas há esforços indiretos, como políticas para reduzir o uso de álcool nessa faixa etária e intervenções estruturais em locais como pontes ou estações que possam virar locais de suicídio.

Ao mesmo tempo, o artigo de Twenge diz que é importante observar "o modo como adolescentes passam seu tempo" e estimular mais interações interpessoais do que virtuais nessa fase. "Pesquisas sugerem que a comunicação virtual, em especial a de redes sociais, pode aumentar sentimentos de solidão."