



Homens Vencendo a Ansiedade

Brasil está entre países com a pior taxa de saúde mental; veja ranking

Ranking The Mental State of the World apontou o Brasil como um dos cinco países com pior taxa de saúde mental do globo

Por: Milena Vogado

3 mai 2024 - 15h00

(atualizado às 16h36)

Compartilhar

[Exibir comentários](#)



Uma pesquisa realizada pela plataforma Neurotech Sapien Labs mostrou que o Brasil tem a quarta pior taxa de saúde mental do planeta. O país recebeu a nota 53, de um total de 110, ficando na frente apenas da África do Sul (50), Reino Unido (49) e Uzbequistão (48).

Brasil está entre países com a pior taxa de saúde mental; veja ranking

Ranking The Mental State of the World apontou o Brasil como um dos cinco países com pior taxa de saúde mental do globo

Por: Milena Vogado

3 mai 2024 - 15h00

(atualizado às 16h36)

Compartilhar

Exibir comentários

Uma pesquisa realizada pela plataforma Neurotech Sapien tem a quarta pior taxa de saúde mental do planeta. O país recomeça com um total de 110, ficando na frente apenas da África do Sul (50), Reino Unido (48) e Uzbequistão (48).

Brasileiros usam mais tranquilizantes do que europeus, aponta pesquisa da Proteste

Dos entrevistados do país, 45% contaram já ter tomado medicamentos como Rivotril, Valium e Prozac

O GLOBO

29/01/2013 - 10:53 / Atualizado em 29/01/2013 - 11:02



Dos brasileiros pesquisados, 35% apresentam sinais de dependência de antidepressivos como o Prozac Foto: FOTO: JB Reed / Bloomberg News

Brasil está entre países com pior taxa de saúde mental; veja ranking

Ranking The Mental State of the World com pior taxa de saúde mental do globo

Por: Milena Vogado

3 mai 2024 - 15h00 (atualizado às 16h36)

Ouvir texto

Uma pesquisa realizada em 110 países, incluindo o Brasil, tem a quarta pior taxa de saúde mental do mundo, ficando atrás de países como o Uzbequistão (48).

Cresce mais de 20% o consumo de antidepressivos no Brasil

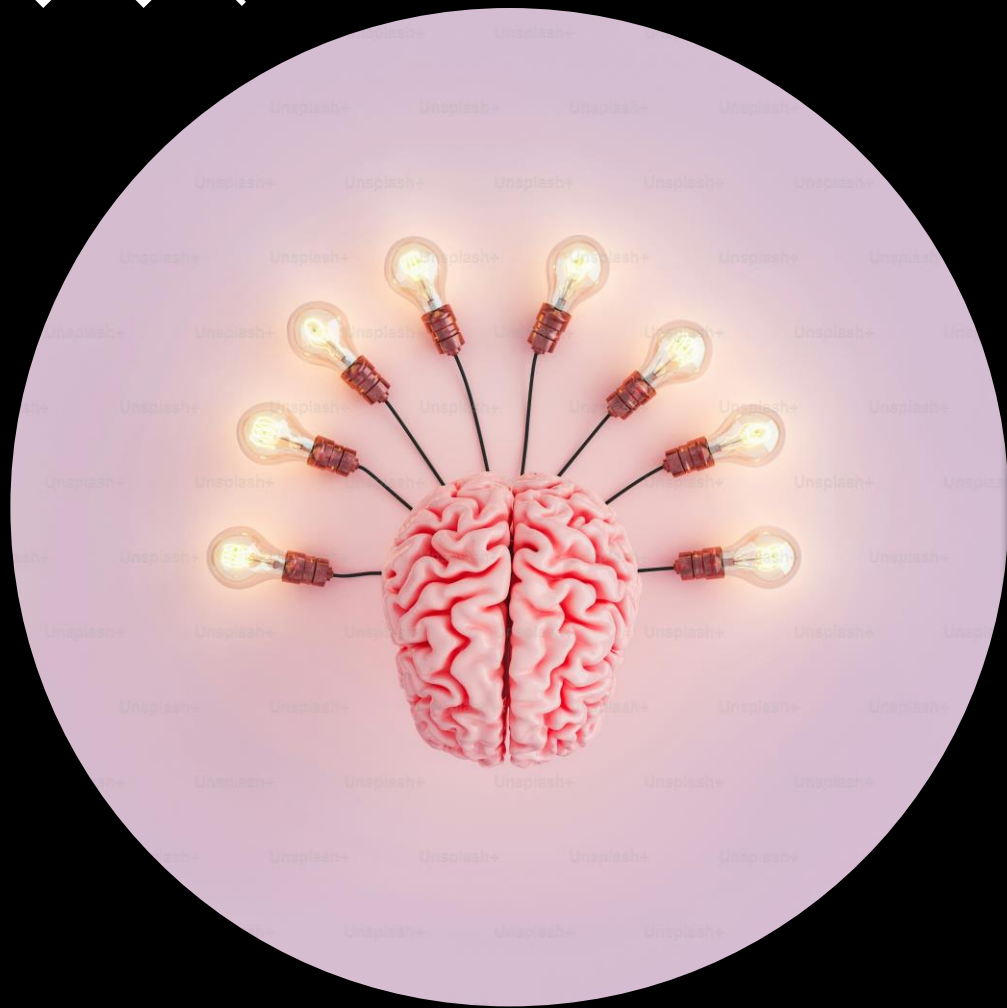
POR WANDY RIBEIRO. POSTADO EM FARMÁCIA CLÍNICA - 23023



Voltar



...% apresentam sinais de dependência de antidepressivos como o Prozac Foto: ...



Tempestade Cerebral (Em grupos de 3 ou 4...)

Quais são algumas áreas que causam ansiedade e preocupação na vida do homem?



**Ansiedade talvez seja o
principal pecado de
estimação dos nossos dias!**



25 — Por isso, digo a vocês: NÃO SE PREOCUPEM com a sua vida, quanto ao que irão comer ou beber; nem com o corpo, quanto ao que irão vestir. Não é a vida mais do que o alimento, e não é o corpo mais do que as roupas? ...

31 Portanto, NÃO SE PREOCUPEM, dizendo: "Que comeremos?", "Que beberemos?" ou "Com que nos vestiremos?"

34 — Portanto, NÃO SE PREOCUPEM com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados; basta ao dia o seu próprio mal. (Mateus 6:25-34)



NÃO ANDEIS ANSIOSOS de coisa alguma; em tudo, porém, sejam conhecidas diante de Deus as vossas petições, pela oração e pela súplica, com ações de graça. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os vossos corações e as vossas mentes em Cristo Jesus. (Fp 4.6,7)

Porque ficamos ansiosos?

1. Esquecemos da bondade e da misericórdia de Deus no passado.



Porque ficamos ansiosos?

- 1. Esquecemos da bondade e da misericórdia de Deus no passado.**
- 2. Ficamos amarrados em questões terrestres e não eternas.**



Porque ficamos ansiosos?

- 1. Esquecemos da bondade e da misericórdia de Deus no passado.**
- 2. Ficamos amarrados em questões terrestres e não eternas.**
- 3. Imaginamos que temos mais controle sobre as circunstâncias e o futuro do que realmente temos.**



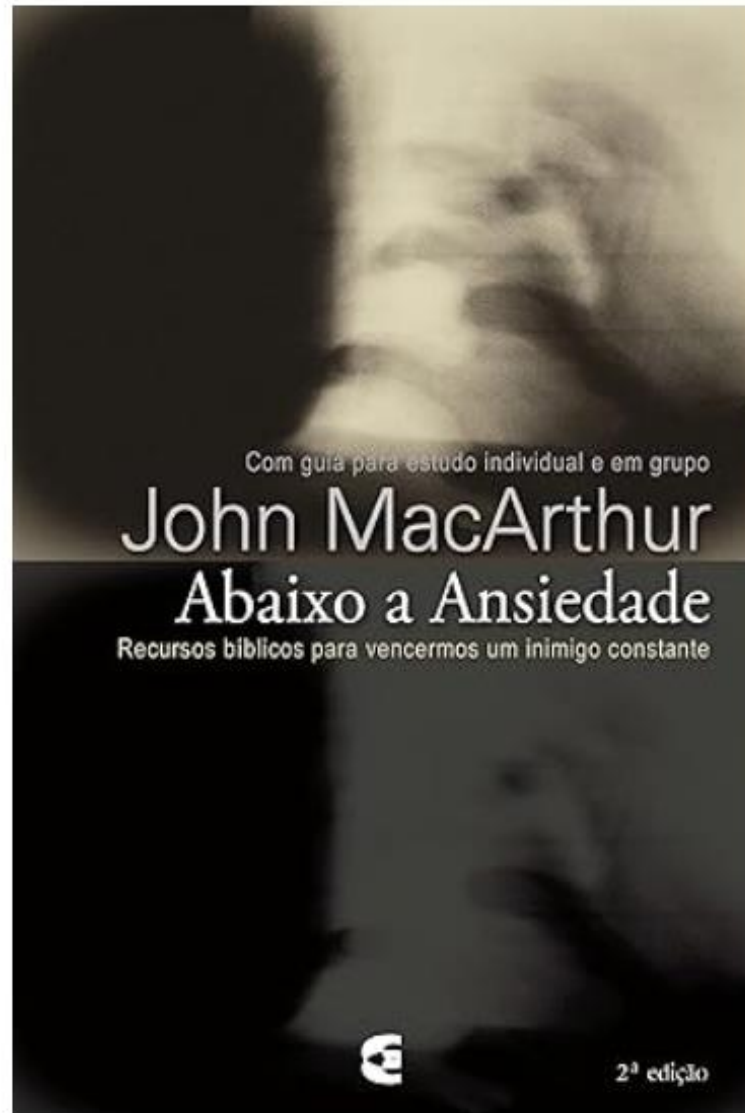
Porque ficamos ansiosos?

- 1. Esquecemos da bondade e da misericórdia de Deus no passado.**
- 2. Ficamos amarrados em questões terrestres e não eternas.**
- 3. Imaginamos que temos mais controle sobre as circunstâncias e o futuro do que realmente temos.**
- 4. Duvidamos do caráter (amor, bondade) e do poder (soberania, onipotência, onisciência) de Deus.**





**Homens Vencendo a
Ansiedade... pela OBSERVAÇÃO**



Data	Tema: Vencendo a Ansiedade por...	Professor
3 de agosto	Observação	Davi Merkh (pai)
17 de Agosto	Oração	Davi Merkh (pai)
31 de Agosto	Confiança (Fé)	Ricardo
14 de setembro	Comunhão (Relacionamentos)	Ricardo
28 de setembro	Paz	Davi Merkh Jr
5 de outubro	Falta de Reclamação	Jeremiah
12 de outubro	Satisfação (Contentamento)	Abmael

**Vencendo a Ansiedade
pela OBSERVAÇÃO
(Mt 6.25-34; Sl 8)**

Contexto: Investimentos Eternos

"por isso" - A decisão de viver sua vida em busca do tesouro eterno tem implicações diárias e práticas, especialmente no que diz respeito à ansiedade. (6.19-21)

O coração dividido não tem como escapar da ansiedade e das preocupações! (6.24)

Trabalhar em prol de UM reino e de UM mestre já é preocupação suficiente para UM dia (6.34)

Para Refletir

***Quando nossa paixão é o Reino de Deus,
nossa preocupação será com o céu e não com a Terra!***



SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR **(Mateus 6.25-34)**

1. Vida é muito mais do que necessidades físicas (6.25b)

SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR **(Mateus 6.25-34)**

- 1. Vida é muito mais do que necessidades físicas (6.25b)**
- 2. Temos muito mais valor que aves e flores, e Deus cuida delas (e de nós!) (6.26b, 30).**

SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR **(Mateus 6.25-34)**

- 1. Vida é muito mais do que necessidades físicas (6.25b)**
- 2. Temos muito mais valor que aves e flores, e Deus cuida delas (e de nós!) (6.26b, 30).**
- 3. Somos tão limitados que a nossa ansiedade não muda NADA (6.27)**

SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR

- 4. Os PAGÃOS (gentios) andam preocupados com coisas desta vida (e não devemos ser como eles-6.32)**

SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR

- 4. Os PAGÃOS (gentios) andam preocupados com coisas desta vida (e não devemos ser como eles-6.32)**
- 5. Deus SABE (melhor que nós) do que precisamos! (6.32b)**

SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR

- 4. Os PAGÃOS (gentios) andam preocupados com coisas desta vida (e não devemos ser como eles-6.32)**
- 5. Deus SABE (melhor que nós) do que precisamos! (6.32b)**
- 6. Se nós nos preocuparmos com Deus e Seu Reino, ELE CUIDARÁ DE TUDO PARA NÓS (6.33)**

SETE RAZÕES PORQUE NÃO SE PREOCUPAR

- 4. Os PAGÃOS (gentios) andam preocupados com coisas desta vida (e não devemos ser como eles-6.32)**
- 5. Deus SABE (melhor que nós) do que precisamos! (6.32b)**
- 6. Se nós nos preocuparmos com Deus e Seu Reino, ELE CUIDARÁ DE TUDO PARA NÓS (6.33)**
- 7. Já temos trabalho suficiente HOJE que não adianta desperdiçar energia preocupando-nos com o AMANHÃ (6.34)**

3 ANTÍDOTOS AO VENENO DA ANSIEDADE: OBSERVAÇÕES DO MUNDO NATURAL

A. Os Pássaros (alimento; Mt 6.26)

B. As Flores (roupa; Mt 6.28-30)

**C. O Universo Celestial (Cuidado;
Sl 8.1-4; 19.1-6)**

OBSERVAÇÕES DO MUNDO NATURAL

A. Os Pássaros (alimento; 6.26)



Observação: Os pássaros TRABALHAM mas sem ficar apavorados quanto ao amanhã!















Aplicação

- 1) TRABALHE, mas deixe os resultados com DEUS! (2 Ts 3.10; Sl 127.1,2)**
- 2) DESCANSE e CONFIE no amor, na soberania e no cuidado de DEUS (vs 30)**



OBSERVAÇÕES DO MUNDO NATURAL

A. Os Pássaros (alimento; 6.26)

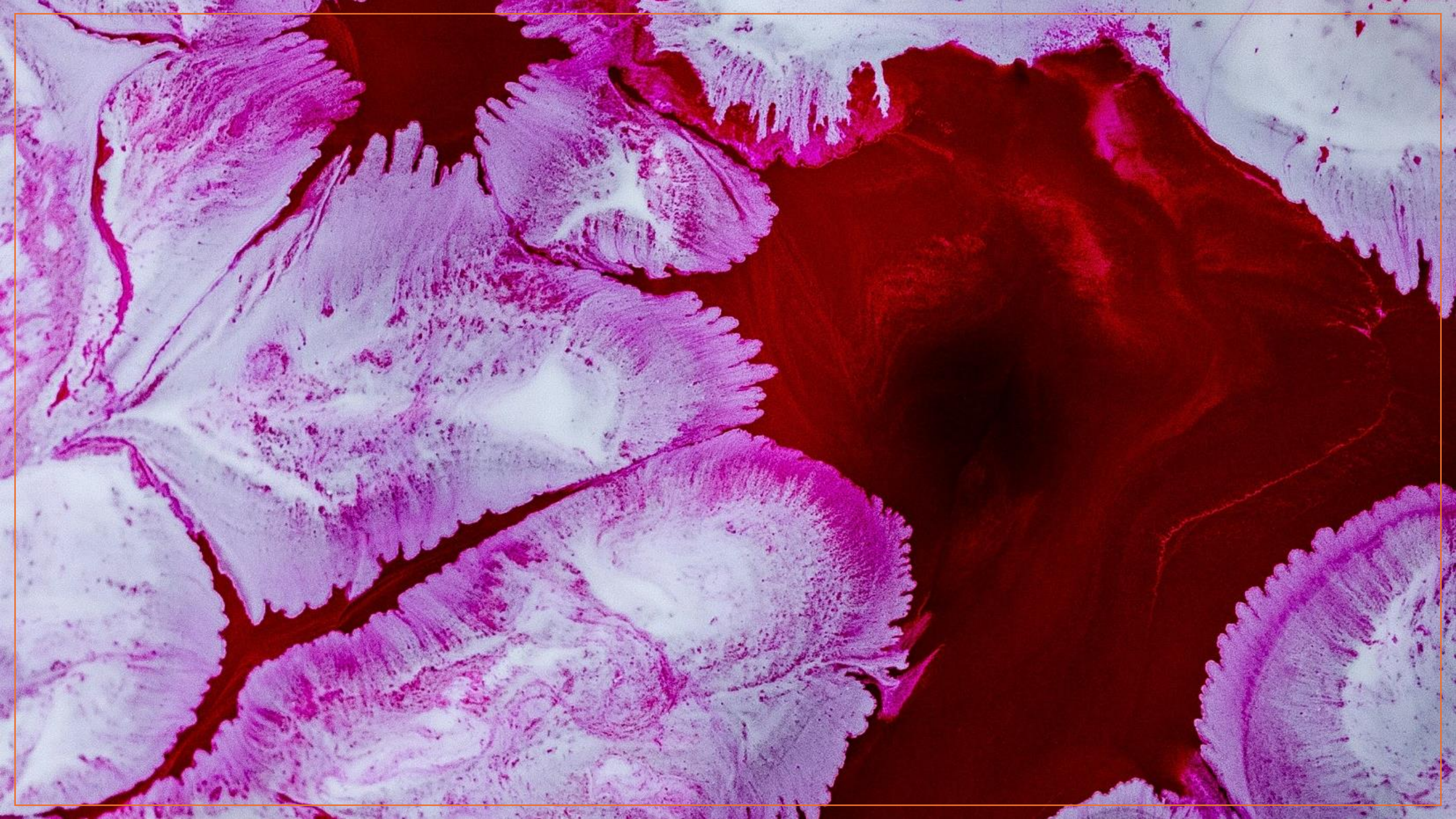
B. As Flores (roupa; 6.28-30)

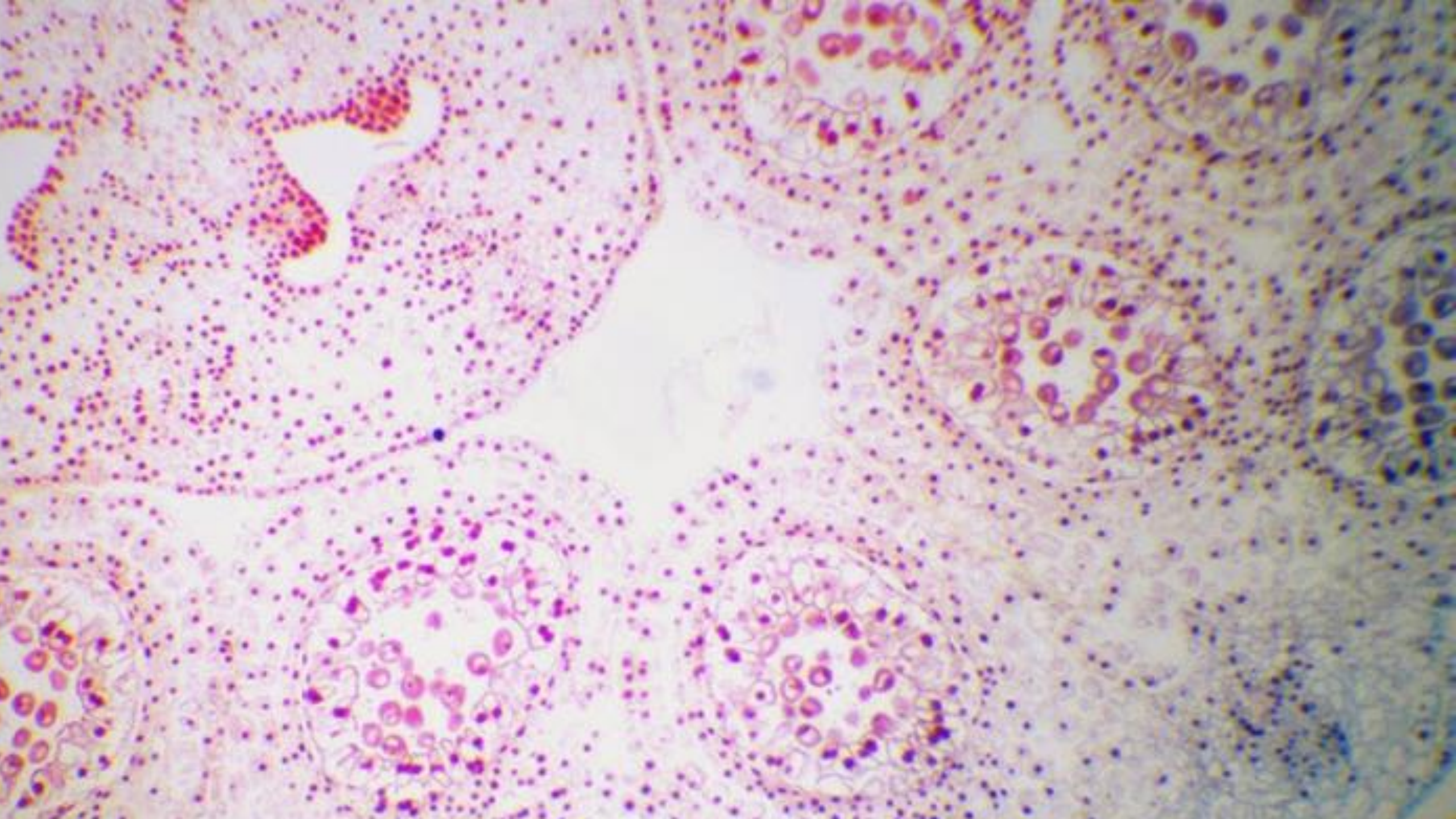












Aplicação

- 1) Descanse na bondade de um bom Pai que cuida bem melhor de nós do que as flores do campo.**
- 2) Devemos nos preocupar com o Reino de Deus em primeiro lugar e confiar que Ele cuidará das nossas necessidades (6.31-33)**

OBSERVAÇÕES DO MUNDO NATURAL

A. Os Pássaros (alimento; 6.26)

B. As Flores (roupa; 6.28-30)

**C. O Universo Celestial (Sl 8.1-4;
19.1-6)**

¹ Ó Senhor, Senhor nosso, como é magnífico o teu nome em toda a terra!

Pois puseste nos céus a tua majestade.

² Da boca de pequeninos e crianças de peito suscitaste força, por causa dos teus adversários, para fazeres emudecer o inimigo e o vingador.

³ Quando contemplo os teus céus, obra dos teus dedos, e a lua e as estrelas que estabeleceste,

⁴ que é o homem, para que dele te lembres?

E o filho do homem, para que o visites?

Salmos 8:1-4

**¹ Os céus proclamam a glória de Deus,
e o firmamento anuncia as obras das suas
mãos.**

**² Um dia discursa a outro dia,
e uma noite revela conhecimento a outra noite.**

**³ Não há linguagem, nem há palavras,
e deles não se ouve nenhum som.**

**⁴ No entanto, por toda a terra
se faz ouvir a sua voz, e as suas palavras
chegam até os confins do mundo. Salmos 19:1-4**

Eu e você moramos aqui!





O universo que até agora conseguimos observar tem uma extensão de 93 bilhões de anos-luz

**Há mais estrelas
no universo do
que grãos de areia
na Terra**





Até agora, o mais distante que um ser humano chegou fica 1,3 SEGUNDOS de ano-luz da Terra. A nave especial Voyager 1 chegou a quase UM DIA LUZ da Terra depois de 47 anos com velocidade de 60.000 km/hora!

***Se Ele consegue cuidar
de trilhões de estrelas, bilhões de
galáxias e partículas sub-atômicas,
Ele consegue cuidar de nós
e nossos problemas!***

**³ Quando contemplo os teus céus, obra
dos teus dedos,
e a lua e as estrelas que estabeleceste,
⁴ que é o homem, para que dele te
lembres?**

**E o filho do homem, para que o visites?
Salmos 8:1-4**

Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade,
porque ele tem cuidado de vós.

1 Pedro 5:7



Não andeis ansiosos de coisa alguma; em tudo, porém, sejam conhecidas, diante de Deus, as vossas petições, pela oração e pela súplica, com ações de graças. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará o vosso coração e a vossa mente em Cristo Jesus.

Filipenses 4:6-7

Aplicação

- 1) Ansiedade é PECADO! PARE DE BRINCAR DE DEUS!**
- 2) Quando tentado a ficar PREOCUPADO, OBSERVE... E ORE! (Fp 4.6,7; 1 Pe 5.7; Mt 6.11)**

Esclarecimento

- 1) Não significa preguiça mas diligência com dependência (Pv 6.6-11, 2 Ts 3.10, Sl 127.1,2).**
- 2) Não significa deixar de planejar mas fazer planejamento com humildade (cf Provérbios).**
- 3) Não significa ignorar o futuro mas agradecer pelo pão necessário de cada dia (Mt 6.11).**

Uma Última Observação

A grandeza do universo revela a imensidão do amor de Deus que, apesar da Sua grandeza e nossa pequenez, não somente se interessa por nós, mas ainda se tornou um de nós!



E o Verbo se fez carne e habitou entre nós, cheio de graça e de verdade, e vimos a sua glória, glória como do unigênito do Pai (Jo 1.14)

A manjedoura e a cruz vazia revelam o cuidado que Deus tem dos seus filhos (Hb 12.1-3; Rm 8.31, 32)



³¹ Que diremos, então, à vista destas coisas?
Se Deus é por nós, quem será contra nós?

³² Aquele que não poupou o seu próprio
Filho, mas por todos nós o entregou, será
que não nos dará graciosamente com ele
todas as coisas? Romanos 8:31,32



A Lição

A observação do mundo natural e a vida de Jesus servem como antídoto contra o veneno da ansiedade.



Conclusão e Aplicações

Das observações materiais que devem desarmar a ansiedade (pássaros, flores e o universo) qual oferece mais encorajamento para você e porque?

**Próximo:
Homens Vencendo a Ansiedade...
pela ORAÇÃO**



***NÃO TENHA
SOBRE TI
QUALQUER
CUIDADO
(C. AVULSO)***

**NÃO TENHA SOBRE TI
UM SÓ CUIDADO,
QUALQUER QUE SEJA.**

**POIS UM, SOMENTE UM
SERIA MUITO PARA TI**

***É MEU, SOMENTE MEU TODO
O TRABALHO,
E O TEU TRABALHO
É DESCANSAR EM MIM.***

**NÃO TEMAS QUANDO ENFIM,
TIVERES QUE TOMAR
DECISÃO
ENTREGA TUDO A MIM
CONFIA DE TODO CORAÇÃO**

***É MEU, SOMENTE MEU TODO
O TRABALHO,
E O TEU TRABALHO
É DESCANSAR EM MIM.***

O que estão dizendo...

“Ansiedade nunca rouba amanhã da sua tristeza, somente esvazia hoje da sua alegria.” (Leo Buscaglia)

“Ansiedade representa os juroos que você paga pela dívida que ainda não deve.” (Keith Caserta)

“Ansiedade é um abuso da imaginação.”

(Dan Zadra)



O que estão dizendo...

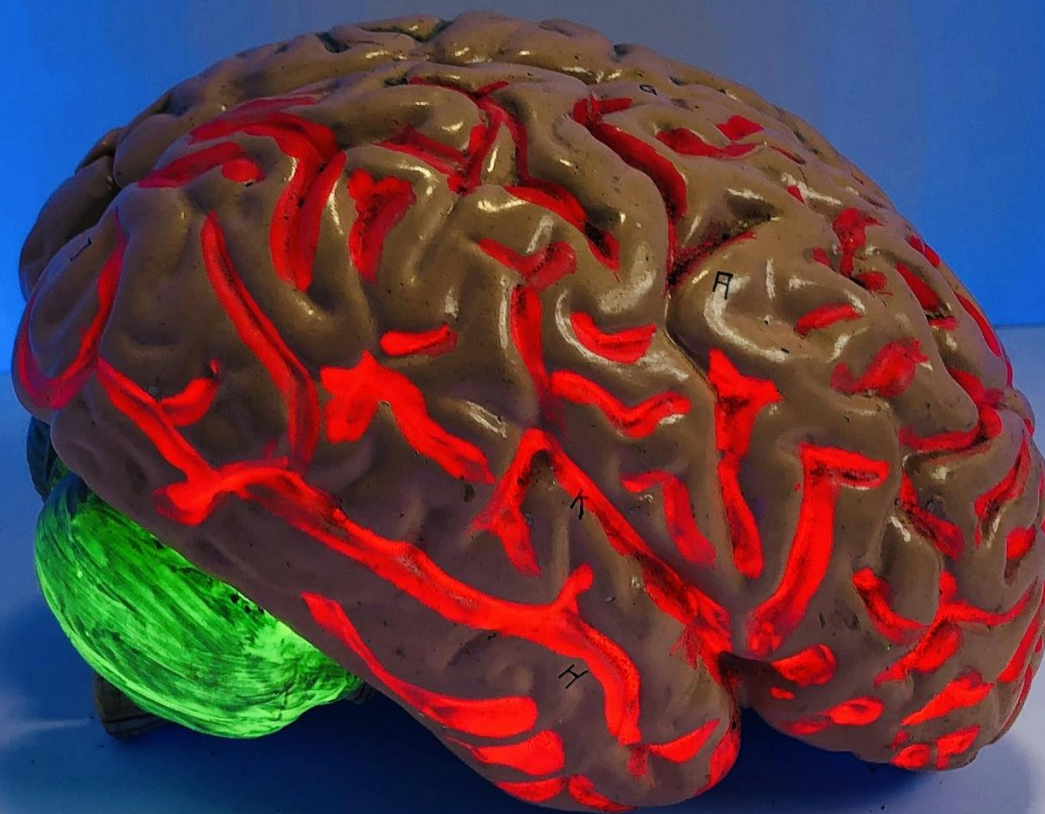
“Já sou um homem velho, e conheci muitas aflições, a maioria das quais nunca aconteceu.” (Mark Twain)

“Ansiedade é uma maneira orgulhosa de pensar que você tem mais controle sobre a vida e suas circunstâncias do que realmente tem.” (Jane Hunt)

“Não adianta abrir o guarda-chuva até que comece a chover!” (Alice Caldwell Rice)

Estrutura

- I. UMA ORDEM: “Não andeis ansiosos....”
(6.25, 31, 34)**
- II. TRÊS OBSERVAÇÕES:**
 - Pássaros (alimento)**
 - Flores (roupa)**
 - O Universo**
 - A Cruz**
- III. A APLICAÇÃO/CONCLUSÃO: “Portanto,
não vos inquieteis” (6.31-34)**



Renovando a mente falando a verdade para nós mesmos!



Há c. de 2 trilhões de galáxias no universo.

A Via Láctea, UMA galáxia, tem c. de 200 bilhões de estrelas.

1 milhão de terras caberiam no sol.

A Terra tem 8,1 bilhões de pessoas.

Um ser humano tem 37,2 trilhões de células.

100 trilhões de átomos compõem uma célula humana.

O quark (menor partícula considerada indivisível) é um bilionésimo do tamanho do átomo...