



INSTITUTO
UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

**Representações da Saúde Mental nas séries de televisão:
Impactos na Consciência e Atitudes Sociais - o caso da série "*Euphoria*"**

Carolina Isabel Aleixo Almeida

Mestrado em Comunicação, Cultura e Tecnologias de Informação

Orientadora:

Doutora Rita Espanha, Professora Associada com Agregação,
ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa

Outubro, 2025



SOCIOLOGIA
E POLÍTICAS PÚBLICAS

Departamento de Sociologia

**Representações da Saúde Mental nas séries de televisão:
Impactos na Consciência e Atitudes Sociais - o caso da série "Euphoria"**

Carolina Isabel Aleixo Almeida

Mestrado em Comunicação, Cultura e Tecnologias de Informação

Orientadora:

Doutora Rita Espanha, Professora Associada com Agregação,
ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa

Outubro, 2025

À minha família,

por todo o apoio, amor e paciência ao longo deste percurso.

Agradecimentos

Em primeiro lugar, quero deixar um agradecimento do fundo do coração à minha mãe. És, e sempre foste, a minha maior inspiração. Obrigada pelo amor incondicional, pela paciência infinita e por nunca desistires de mim. Este trabalho é também teu, porque sem ti não teria chegado até aqui.

Agradeço também aos meus amigos, que estiveram ao meu lado mesmo nos momentos em que a minha ausência se fez notar. Obrigada pelas palavras de incentivo, pelas conversas que me ajudaram a respirar fundo e por me lembrarem de que não estava sozinha neste caminho.

Agradecer também à minha orientadora, Prof. Doutora Rita Espanha, pela disponibilidade, rigor académico e pelas orientações valiosas que guiaram cada etapa deste trabalho.

Quero também agradecer ao ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa e ao corpo docente do Mestrado em Comunicação, Cultura e Tecnologias de Informação, pelo conhecimento transmitido ao longo do percurso académico e pelo estímulo à reflexão crítica.

Por fim, agradeço a todos os que, de alguma forma, fizeram parte desta jornada. Cada gesto, cada palavra e cada presença contribuíram para que este percurso se tornasse possível e, acima de tudo, memorável.

A todos, o meu mais sincero obrigada.

Resumo

A presente dissertação analisa as representações da saúde mental na série televisiva *Euphoria* (HBO, 2019–2022), explorando o impacto potencial destas narrativas na formação da consciência social e nas atitudes dos jovens relativamente ao sofrimento psíquico. A escolha da série justifica-se pela sua relevância cultural e pela forma ousada como aborda temas sensíveis, incluindo depressão, ansiedade, dependência química, identidade de género, sexualidade e violência.

O estudo adotou uma metodologia qualitativa, com enfoque na análise documental e na técnica de análise de conteúdo (Bardin, 2011). O corpus empírico corresponde às duas temporadas da série, totalizando dezoito episódios. A análise foi estruturada em categorias temáticas derivadas da literatura e dos objetivos da investigação, contemplando dimensões como sofrimento psicológico, estigma, estratégias de enfrentamento, relações interpessoais e recursos visuais e sonoros na construção da narrativa.

Os resultados demonstram que *Euphoria* apresenta um retrato multifacetado e humanizado da saúde mental, afastando-se de estereótipos simplificadores frequentemente reproduzidos pelos media. As personagens centrais — Rue, Jules, Nate, Cassie e Kat — revelam experiências de sofrimento que se cruzam com determinantes sociais, culturais e emocionais, promovendo uma compreensão mais complexa da juventude contemporânea. Contudo, a estética da série, marcada por forte estilização visual e musical, apresenta ambiguidades interpretativas, podendo, em alguns contextos, favorecer leituras de romantização da dor.

Conclui-se que as representações mediáticas em *Euphoria* têm potencial para desconstruir estigmas, ampliar a empatia e fomentar o debate público sobre saúde mental entre jovens. Todavia, os seus efeitos dependem de processos de receção e mediação crítica. A investigação contribui, assim, para o aprofundamento das discussões no campo da Comunicação sobre o papel dos media na sensibilização e na construção social da saúde mental.

Palavras-chave: saúde mental; representações sociais; séries televisivas; juventude; *Euphoria*

Abstract

This dissertation examines the representations of mental health in the television series *Euphoria* (HBO, 2019–2022), exploring the potential impact of these narratives on the social consciousness and attitudes of young people towards psychological suffering. The choice of this series is justified by its cultural relevance and by the bold way it addresses sensitive issues, including depression, anxiety, substance dependence, gender identity, sexuality, and violence.

The study adopted a qualitative methodology, focusing on documentary analysis and content analysis techniques (Bardin, 2011). The empirical corpus comprises the two seasons of the series, totaling eighteen episodes. The analysis was structured into thematic categories derived from the literature and the research objectives, covering dimensions such as psychological suffering, stigma, coping strategies, interpersonal relationships, and the use of visual and sound resources in narrative construction.

The results show that *Euphoria* offers a multifaceted and humanized portrayal of mental health, moving away from the simplistic stereotypes often reproduced by the media. The main characters — Rue, Jules, Nate, Cassie, and Kat — reveal experiences of suffering intertwined with social, cultural, and emotional determinants, promoting a more complex understanding of contemporary youth. However, the series' highly stylized visual and musical aesthetics present interpretative ambiguities, which in some contexts may foster readings that romanticize pain.

It is concluded that the media representations in *Euphoria* have the potential to deconstruct stigma, enhance empathy, and foster public debate on mental health among young people. Nevertheless, their effects depend on reception processes and critical mediation. This research thus contributes to the advancement of Communication studies by highlighting the role of media in raising awareness and shaping social constructions of mental health.

Keywords: mental health; social representations; television series; youth; *Euphoria*

Índice

Agradecimentos	iii
Resumo	v
Abstract	vii
Introdução	1
Capítulo 1. Enquadramento Teórico	5
1.1. A saúde mental: conceitos, evolução histórica e social	5
1.2. Representações sociais: teoria e importância	6
1.3. Televisão e narrativas mediáticas: o papel das séries televisivas	6
1.4. Estudos anteriores sobre representação de saúde mental nas séries	7
Capítulo 2. Metodologia	9
2.1. Abordagem metodológica	9
2.2. Seleção do objeto de estudo	10
2.3. Corpus e categorias de análise	12
2.4. Critérios éticos e limitações da investigação	15
Capítulo 3. Análise da Série <i>Euphoria</i>	17
3.1. A série <i>Euphoria</i> : contexto e relevância	17
3.2. Representações da saúde mental nas personagens principais	19
3.3. Principais narrativas e mensagens sobre saúde mental	21
3.3.1. Sofrimento mental como experiência real, subjetiva e contínua	21
3.3.2. Recaída, ambivalência e fragilidade no processo de recuperação	22
3.3.3. Invisibilidade, silêncio e falta de suporte social	22
3.3.4. Estética do sofrimento: linguagem visual como expressão emocional	23
3.3.5. Juventude como tempo de vulnerabilidade e potência	23
3.4. Análise Crítica e impacto potencial das representações no público	24
3.4.1. A construção empática do sofrimento e a legitimação da dor psíquica	24
3.4.2. Ambivalências estéticas e o risco da romantização da dor	24
3.4.3. A dimensão coletiva do sofrimento: crítica ao individualismo terapêutico	25

3.4.4. A juventude como território de vulnerabilidade e resistência	25	Capítulo 4.
Discussão e Implicações	27	
4.1. Representações midiáticas e formação da consciência social		27
4.2. Séries televisivas, sensibilização e literacia em saúde mental		27
4.3. Implicações comunicacionais e sociais		28
4.3.1. Literacia mediática e emocional como instrumentos de intervenção		28
4.3.2. Desconstrução de estigmas e comunicação pública		29
4.3.3. Juventude, comunicação e políticas públicas		29
4.3.4. Desafios éticos e metodológicos		29
Capítulo 5. Conclusões		31
5.1. Conclusões gerais		31
5.2. Limitações da investigação		33
5.3. Sugestões para futuras investigações		33
Referências Bibliográficas		35
Anexos		39
Anexo A: Grelha de Análise Expandida da Série <i>Euphoria</i>		39

Introdução

A saúde mental tornou-se uma temática central na sociedade contemporânea, sendo amplamente discutida por académicos, profissionais de saúde, agentes sociais e cidadãos em geral. O interesse crescente por esta temática resulta do reconhecimento do impacto significativo da saúde mental no bem-estar individual e coletivo. De facto, a saúde mental é hoje entendida não apenas como a ausência de doenças psíquicas, mas como um estado de equilíbrio emocional, psicológico e social que permite aos indivíduos enfrentar os desafios do dia a dia, estabelecer relações saudáveis e tomar decisões adequadas. A Organização Mundial da Saúde (OMS) tem reiterado a importância de políticas públicas e estratégias de intervenção que promovam o bem-estar psicológico das populações, especialmente dos jovens, um grupo particularmente vulnerável a perturbações mentais devido às exigências sociais, emocionais e educacionais a que está sujeito.

Paralelamente, o papel dos media, em particular das séries televisivas, na disseminação e moldagem das perceções sociais sobre saúde mental tem sido reconhecido como um fator decisivo na formação da consciência pública e atitudes coletivas. As representações mediáticas moldam significados sociais ao normalizar comportamentos e influenciar padrões de pensamento e ação. Neste contexto, os media funcionam como agentes de socialização e educação não formal, desempenhando um papel fundamental na construção da realidade social e na definição do que é considerado aceitável ou estigmatizado. As séries televisivas, enquanto produtos culturais amplamente consumidos, não são apenas formas de entretenimento, mas plataformas de enunciação social que constroem e veiculam discursos poderosos sobre temas sensíveis como a saúde mental.

As narrativas audiovisuais emergem, portanto, como agentes poderosos capazes de influenciar as perceções sociais acerca de temas complexos como a saúde mental. Este fenómeno pode ser compreendido à luz da “teoria do cultivo”, proposta por Gerbner e Gross (1976), que sustenta que a exposição contínua a conteúdos televisivos pode alterar significativamente a perceção das audiências sobre a realidade social. Esta perspetiva tem sido reforçada por estudos mais recentes, que confirmam a influência das representações mediáticas na formação das perceções e atitudes sociais (Igartua & Barrios, 2012). A forma como estas

representações são construídas — realistas, estereotipadas, empáticas ou sensacionalistas — tem implicações diretas na maneira como o público compreende a saúde mental e as pessoas que vivem com perturbações psicológicas.

Dentro deste contexto, a série norte-americana *Euphoria*, lançada pela plataforma HBO em 2019, destaca-se pela abordagem explícita e inovadora que apresenta sobre diversas questões relacionadas à saúde mental. Ao longo das suas duas temporadas, a série aborda profundamente temas como ansiedade, depressão, toxicod dependência, violência, sexualidade, identidade de gênero e conflitos familiares. Estes tópicos são retratados de modo realista e direta, contribuindo para desmistificar tabus e incentivar a reflexão pública, especialmente entre jovens adultos (Motta & Pelúcio, s.d). A protagonista, Rue Bennett, interpretada por Zendaya, é uma jovem que lida com dependência e perturbações psicológicas, oferecendo ao espectador uma narrativa íntima e visceral da experiência com a saúde mental.

A escolha deste tema justifica-se pela relevância social das questões abordadas pela série e pela necessidade de compreender o papel que as narrativas audiovisuais têm na formação das percepções públicas sobre saúde mental. Adicionalmente, ao abordar explicitamente temas frequentemente marginalizados, a série *Euphoria* oferece um cenário ideal para explorar a forma como as representações mediáticas impactam as atitudes sociais. Esta investigação insere-se, assim, no campo das Ciências da Comunicação, procurando problematizar o papel das indústrias culturais na constituição de discursos sobre o sofrimento psíquico, os modelos de intervenção e os processos de estigmatização ou sensibilização social.

Para além da relevância científica e social da temática, a motivação para esta investigação decorre também da minha experiência profissional na área da televisão. O contacto diário com os processos de produção de conteúdos mediáticos permitiu-me observar de perto a forma como as narrativas televisivas influenciam conversas sociais e moldam percepções coletivas. Esta experiência reforça a pertinência de analisar criticamente os modos como a saúde mental é representada em produtos culturais de grande alcance, como as séries televisivas.

Diante destas considerações, surge como questão central desta investigação: De que forma as representações específicas da saúde mental presentes na série *Euphoria* influenciam a consciência social e as atitudes dos jovens espectadores relativamente à saúde mental?

Neste sentido, o objetivo geral da investigação consiste em analisar criticamente as representações da saúde mental veiculadas pela série *Euphoria*, examinando o impacto destas narrativas audiovisuais na percepção pública e nas atitudes sociais dos jovens. Para atingir este objetivo geral, definiram-se os seguintes objetivos específicos:

- Identificar as representações específicas sobre saúde mental veiculadas na série televisiva *Euphoria*;
- Avaliar o impacto destas representações na percepção e compreensão pública dos jovens acerca da saúde mental;
- Analisar como as representações da saúde mental apresentadas influenciam as atitudes e comportamentos sociais dos jovens espectadores;
- Refletir sobre as implicações destas representações audiovisuais para a área da Comunicação, nomeadamente no campo da sensibilização, da literacia mediática e da educação informal em saúde mental.

É essencial considerar também que, em contexto digital, as narrativas audiovisuais adquirem um potencial acrescido de disseminação e influência. A proliferação das plataformas de *streaming* e das redes sociais amplifica significativamente o alcance destas narrativas junto das audiências jovens, facilitando discussões amplas e contínuas sobre saúde mental. Estudos como o de Preti (2023) enfatizam precisamente como a interação entre conteúdos audiovisuais e redes sociais pode multiplicar e intensificar os efeitos das representações mediáticas, gerando não apenas um impacto imediato, mas também discussões duradouras e profundas em contextos digitais diversos.

Além disso, importa salientar a relevância desta investigação no contexto português, onde estudos empíricos sobre o impacto das narrativas audiovisuais em saúde mental ainda são limitados. A maioria das investigações concentra-se em contextos culturais distintos, predominantemente norte-americanos, deixando um espaço significativo para uma análise aprofundada das percepções e atitudes dos jovens portugueses. Compreender esta realidade no contexto nacional permite desenvolver estratégias comunicacionais e educativas mais eficazes, adaptadas às particularidades socioculturais locais.

A estrutura desta dissertação encontra-se organizada da seguinte forma: após esta introdução, o primeiro capítulo aborda uma revisão teórica detalhada sobre saúde mental, representações sociais e o papel das narrativas audiovisuais na formação das percepções públicas.

O segundo capítulo explicita a metodologia adotada, apresentando o desenho da pesquisa e os instrumentos de análise (incluindo uma grelha de episódios e cenas). O terceiro capítulo apresenta a análise crítica das representações específicas sobre saúde mental em *Euphoria*. Por fim, o quarto capítulo discute as implicações destas representações, refletindo sobre o impacto que podem ter na comunicação pública, na literacia mediática e na sensibilização social.

Deste modo, pretende-se contribuir para o aprofundamento do conhecimento académico acerca da influência das narrativas audiovisuais na consciência pública sobre saúde mental, disponibilizando fundamentos teóricos e empíricos relevantes para futuras investigações e para a construção de estratégias comunicacionais mais responsáveis.

Enquadramento Teórico

1.1 A saúde mental: conceitos, evolução histórica e social

A saúde mental é uma dimensão fundamental do bem-estar humano e tem vindo a ganhar crescente atenção nas últimas décadas, não apenas no campo da saúde, mas também nas esferas sociais, educacionais e políticas. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) define saúde mental como um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece as suas capacidades, pode lidar com os estresses normais da vida, trabalhar de modo produtivo e contribuir para a sua comunidade. Esta definição destaca a saúde mental como um processo dinâmico e integrado na vida quotidiana, e não apenas como a ausência de perturbações mentais.

Historicamente, a saúde mental foi frequentemente tratada de modo marginal, associada a ideias de desvio, loucura e exclusão. Durante séculos, pessoas com perturbações mentais foram institucionalizadas, segregadas e estigmatizadas, muitas vezes privadas de direitos fundamentais (Foucault, 1972). No século XIX, com o avanço da psiquiatria enquanto disciplina médica, iniciou-se um processo de medicalização da saúde mental, centrado na categorização e diagnóstico das perturbações mentais, frequentemente sob uma ótica biomédica e patologizante (Amaral, 2007). No século XX, com o desenvolvimento da psicologia, da psicanálise e das ciências sociais, surgiram abordagens que ampliaram o entendimento do sofrimento psíquico. Os movimentos de desinstitucionalização contribuíram para repensar modelos de tratamento e para a reintegração social (Barros & Passos, 2015).

Nas últimas décadas, o conceito de saúde mental expandiu-se, incorporando dimensões como direitos humanos, cidadania, qualidade de vida e ambientes saudáveis, refletindo-se em políticas públicas — incluindo o caso português — baseadas na comunidade e na promoção do bem-estar emocional, em consonância com as orientações da OMS (DGS, 2019). A compreensão da saúde mental é também culturalmente mediada: as experiências de sofrimento e os significados atribuídos às perturbações variam consoante os contextos (Kleinman, 1988).

O estigma permanece um obstáculo à procura de ajuda e ao acesso a cuidados. Os media têm historicamente contribuído para reforçar estereótipos negativos — perigosidade,

imprevisibilidade, incapacidade — com efeitos concretos na exclusão social (Wahl, 2003). Com a ascensão das plataformas de *streaming* e das redes sociais, a saúde mental tornou-se um tema recorrente em conteúdos audiovisuais consumidos por milhões, sobretudo jovens. Representações realistas e empáticas podem favorecer a literacia em saúde mental e atitudes mais inclusivas; representações sensacionalistas tendem a reforçar preconceitos (Pirkis et al., 2006; Rosenberg & Egbert, 2011). Daí a relevância de analisar como as séries televisivas constroem e difundem significados sobre a saúde mental no espaço público.

1.2 Representações sociais: teoria e importância

A teoria das representações sociais explica como grupos constroem conhecimentos de senso comum sobre objetos complexos, integrando-os em quadros inteligíveis do quotidiano (Moscovici, 1984; Jodelet, 1989; Arruda, 2002). Esses conhecimentos resultam de processos de ancoragem, inscrição do novo no já conhecido, e objetivação, tornar visível/“concreto” o abstrato, que simplificam realidades e as tornam socialmente circuláveis. Aplicada à saúde mental, esta perspetiva ajuda a entender estereótipos persistentes, bem como as condições sob as quais novas imagens, mais informadas, menos estigmatizantes, se podem sedimentar.

No campo das Ciências da Comunicação, esta problemática articula-se com os estudos da representação cultural, que sublinham a mediação simbólica dos significados (Hall, 1997/2013). Representações não “espelham” a realidade: produzem-na discursivamente. Além disso, o *framing* (enquadramento) destaca como os media selecionam e tornam salientes certos aspetos, orientando interpretações e inferências (Entman, 1993). Em suma, categorias de representação e enquadramento são decisivas para compreender como a saúde mental é construída em narrativas audiovisuais e com que efeitos potenciais.

1.3 Televisão e narrativas mediáticas: o papel das séries televisivas

A televisão e, hoje, as plataformas de *streaming*, ocupam um lugar central na ecologia mediática. Para além do entretenimento, as séries funcionam como narrativas culturais que articulam personagens, conflitos e escolhas estéticas, contribuindo para a construção simbólica da realidade (Livingstone, 2007; Buckingham, 2008). Em ambientes de convergência e circulação transmediática, conteúdos televisivos estendem-se para redes sociais, fóruns e podcasts, ampliando debates e formas de participação (Jenkins, 2006).

A literatura de efeitos dos media oferece chaves úteis. A teoria do cultivo indica que a exposição prolongada a universos ficcionais pode moldar percepções de normalidade e expectativas sociais (Gerbner & Gross, 1976). A teoria social cognitiva explica processos de aprendizagem vicária e modelagem por observação de personagens e das consequências narrativas de suas ações (Bandura, 2001). A persuasão narrativa mostra que envolvimento e identificação reduzem contra-argumentação e podem favorecer mudanças de atitude (Igartua & Barrios, 2012). Aplicadas à saúde mental, estas perspectivas ajudam a compreender como determinadas escolhas narrativas (e.g., humanização vs. sensacionalismo) influenciam a literacia, a empatia e, potencialmente, comportamentos de procura de ajuda.

A emergência de séries como *Euphoria* — com estética distintiva e frontalidade temática — evidencia esse potencial: o texto audiovisual, as opções de montagem, cromatismo e banda sonora intensificam a receção emocional, enquanto a circulação digital prolonga a vida social dos episódios, multiplicando interpretações e debates (Masanet, 2021; Preti, 2023).

1.4 Estudos anteriores sobre representação de saúde mental nas séries de televisão

A investigação empírica mostra tanto padrões estigmatizantes como retratos informados de saúde mental. Revisões clássicas evidenciaram a associação recorrente entre doença mental e perigosidade e imprevisibilidade (Stout, Villegas, & Jennings, 2004; Sieff, 2003), relação que pode afetar negativamente atitudes públicas (Pirkis et al., 2006). Em contraste, abordagens humanizadas e complexas demonstram potencial para reduzir preconceitos e aumentar literacia (Wahl, 2003).

No caso específico de *Euphoria*, trabalhos recentes analisam estereótipos de género, masculinidade hegemónica e processos de tradução de tabus (Berni Laguna, 2022; Fallgatter, da Silva, Melo, & de Carvalho Gama, 2021; Gómez León & López Ramudo, 2021), bem como a receção em redes sociais, onde espectadores partilham experiências e ampliam a identificação com personagens (Preti, 2023). Estudos comparativos destacam ainda o papel da estética audiovisual — cromatismo, montagem não linear, banda sonora — na experiência imersiva e na intensificação da ligação emocional com os temas retratados (Martins, 2023; Masanet, 2021).

Em síntese, a literatura converge em dois pontos: (i) o modo de representar importa — categorias, enquadramentos e opções estilísticas condicionam significados; (ii) a receção e a circulação digital amplificam impactos — envolvimento e identificação modulam perceções e atitudes. Deste modo, justifica-se uma análise que articule categorias temáticas (sofrimento psicológico, dependência/recuperação, estigma, procura de ajuda, suporte social), enquadramentos narrativos e marcadores estilísticos, demonstrados por exemplos de cenas/episódios — base necessária para discutir os potenciais efeitos comunicacionais junto do público jovem.

Metodologia

2.1 Abordagem Metodológica

A presente investigação insere-se no paradigma qualitativo, adotando como principal abordagem metodológica a análise documental de natureza interpretativa. A escolha por uma metodologia qualitativa justifica-se pela natureza do objeto de estudo – as representações de saúde mental nas narrativas audiovisuais – que exige uma análise aprofundada dos significados simbólicos, das estruturas discursivas e das dimensões subjetivas veiculadas pelas personagens e enredos da série *Euphoria*.

De acordo com Denzin e Lincoln (2018), a investigação qualitativa é um campo de práticas interpretativas que visa compreender os fenómenos sociais a partir do ponto de vista dos sujeitos, valorizando os contextos culturais e os significados atribuídos às experiências. Trata-se de um processo indutivo e reflexivo que procura explorar a complexidade do real, em vez de reduzir os fenómenos a variáveis isoladas e quantificáveis. Neste sentido, a investigação qualitativa é particularmente adequada para estudar representações sociais, uma vez que estas envolvem estruturas simbólicas coletivas que se manifestam em discursos, imagens e práticas sociais (Jodelet, 1989).

Dentro do propósito da investigação qualitativa, optou-se pela análise documental como técnica central de recolha e interpretação dos dados. A análise documental consiste no exame sistemático de materiais já existentes, com o objetivo de extrair significados, padrões e interpretações que contribuam para a compreensão do fenómeno em estudo (Cellard, 2008). No presente trabalho, os documentos analisados correspondem aos episódios da série *Euphoria*, compreendendo os diálogos, cenas visuais, estruturas narrativas, construção de personagens e enquadramentos temáticos relacionados com a saúde mental.

Esta análise é orientada por uma perspetiva interpretativa que reconhece os conteúdos audiovisuais como dispositivos simbólicos que refletem, reproduzem e, por vezes, contestam as representações sociais dominantes. Assim, não se trata apenas de identificar a presença ou ausência de determinadas temáticas, mas de compreender como estas são representadas, em que

contextos narrativos surgem, que discursos evocam e que implicações podem ter na percepção dos espectadores. Tal abordagem permite aprofundar a análise das mensagens subjacentes às imagens e palavras, bem como a forma como estas contribuem para reforçar ou desafiar estigmas e estereótipos ligados à saúde mental (Rosenberg & Egbert, 2011).

A investigação fundamenta-se ainda na proposta de análise de conteúdo qualitativa de Bardin (2011), que propõe a organização dos dados em categorias temáticas a partir de um processo de codificação e interpretação. Esta técnica permite sistematizar as informações recolhidas a partir dos episódios selecionados, identificando padrões narrativos, simbologias recorrentes e estratégias discursivas utilizadas na construção das personagens e das suas experiências relacionadas com a saúde mental.

Optou-se também por uma análise com inspiração nos pressupostos da hermenêutica contemporânea, entendendo os textos audiovisuais como portadores de significados múltiplos, passíveis de diferentes leituras conforme os referenciais teóricos e culturais do investigador. Tal postura metodológica valoriza a polissemia das narrativas e reconhece a posição ativa do investigador na construção da análise (Minayo, 2012).

Em suma, o tipo de investigação desenvolvido nesta dissertação é de natureza qualitativa, com foco na análise documental, recorrendo a técnicas de análise de conteúdo e interpretação hermenêutica. Esta abordagem revela-se particularmente apropriada para o estudo das representações de saúde mental na série *Euphoria*, uma vez que permite aceder às camadas simbólicas e narrativas que estruturam o discurso audiovisual, contribuindo para a compreensão do seu impacto potencial nas atitudes sociais e na percepção pública da saúde mental.

2.2. Seleção do objeto de estudo

A escolha da série *Euphoria* como objeto de estudo para esta investigação fundamentase em diversos critérios de relevância científica, social e cultural. Lançada em 2019 pela plataforma *HBO*, *Euphoria* rapidamente se destacou no panorama audiovisual contemporâneo por abordar, de modo intenso e estética provocadora, temas sensíveis como a saúde mental, a toxicod dependência, a identidade de género, a sexualidade, a violência e os conflitos familiares. O seu impacto junto das audiências jovens, a receção crítica significativa e a riqueza narrativa das suas personagens fazem da série um material privilegiado para a análise das representações sociais da saúde mental no contexto das narrativas televisivas (Martins, 2023; Masanet, 2021).

A protagonista da série, Rue Bennett, interpretada por Zendaya, é uma jovem que regressa à escola secundária após ter sido internada devido a uma overdose. Ao longo das temporadas, Rue enfrenta episódios de depressão, ansiedade, ataques de pânico e recaídas no consumo de substâncias, constituindo um retrato complexo e multifacetado da experiência de sofrimento psíquico na adolescência. Esta personagem, e a forma como é construída narrativa e visualmente, permite explorar de modo aprofundado as dimensões simbólicas e emocionais da saúde mental, bem como os discursos sociais que a envolvem (Fallgatter et al., 2021; Wahl, 2003).

Além da protagonista, outras personagens da série também vivenciam experiências de sofrimento psicológico e emocional, ainda que em diferentes intensidades e contextos. Cassie, Nate, Jules, Kat e outras personagens enfrentam desafios relacionados com autoestima, traumas, identidade de género, abandono, violência e distúrbios emocionais, compondo um mosaico narrativo rico em complexidade humana e diversidade de experiências. Essa pluralidade contribui para a construção de uma representação social da saúde mental que se afasta da estereotipia simplificadora e se aproxima de uma abordagem mais realista e humanizada (Preti, 2023).

Do ponto de vista técnico-narrativo, *Euphoria* utiliza recursos visuais e sonoros que intensificam a experiência emocional do espectador. A utilização de planos estilizados, montagem não linear, banda sonora imersiva e monólogos interiores confere profundidade ao discurso narrativo, permitindo o acesso subjetivo ao mundo interior das personagens. Essa estética, que se afasta do realismo tradicional, não compromete a credibilidade, mas antes potencia a empatia e a identificação do espectador com o sofrimento psíquico retratado (Martins, 2023).

A escolha desta série justifica-se, ainda, pela sua relevância junto do público jovem, que constitui o principal grupo consumidor de conteúdos audiovisuais em plataformas de *streaming*. De acordo com estudos de consumo mediático, os jovens adultos são os mais expostos a narrativas audiovisuais e os mais propensos a discutir publicamente, através das redes sociais, temas como saúde mental, identidade e sexualidade (Buckingham, 2008; Preti, 2023). *Euphoria*, por reunir um público altamente engajado e por provocar discussões nas esferas online e offline, configura-se como um caso paradigmático para o estudo da relação entre media, juventude e saúde mental.

Adicionalmente, diversos estudos anteriores já reconheceram o potencial analítico da série *Euphoria* para a investigação de temáticas sociais relevantes. Autores como Berni Laguna (2022), Motta e Pelúcio (s.d.) e Gómez León e López Ramudo (2021) analisaram diferentes dimensões da série – como os estereótipos de género, as identidades não binárias e os tabus culturais – reforçando a sua importância como objeto de estudo académico. A presente investigação pretende, assim, aprofundar esta linha de análise, focando-se especificamente nas representações da saúde mental e no seu impacto potencial na consciência e nas atitudes sociais.

Finalmente, a escolha de *Euphoria* responde a critérios metodológicos de acessibilidade e densidade analítica. A série encontra-se disponível integralmente em plataformas acessíveis ao público, o que garante a possibilidade de revisão rigorosa dos episódios e facilita a análise documental. A densidade das estratégias e a recorrência de temas ligados à saúde mental ao longo das duas temporadas justificam a seleção deste material como *corpus* principal da presente investigação. Assim, a escolha de *Euphoria* justifica-se não apenas pela sua relevância temática, mas também pelo seu valor enquanto objeto de estudo comunicacional, permitindo analisar como os media constroem representações sociais da saúde mental e como estas circulam e repercutem na esfera pública.

2.3. Corpus e categorias de análise

A presente investigação baseia-se na análise documental de carácter qualitativo, sendo os episódios da série *Euphoria* o principal material empírico utilizado para a recolha e interpretação dos dados. A escolha por este tipo de *corpus* fundamenta-se na pertinência dos conteúdos audiovisuais enquanto documentos culturais contemporâneos, que veiculam discursos sociais, constroem representações simbólicas e influenciam a perceção pública sobre temas sensíveis como a saúde mental (Rosenberg & Egbert, 2011; Wahl, 2003).

De acordo com Cellard (2008), a análise documental consiste na leitura crítica de fontes previamente produzidas, com o objetivo de extrair significados relevantes para a problemática em estudo. Este tipo de análise não se limita à descrição dos conteúdos, mas implica a sua interpretação à luz de referenciais teóricos e objetivos específicos de investigação. No caso da presente dissertação, os documentos analisados são os episódios da série *Euphoria* (duas temporadas, totalizando 18 episódios), sendo considerados na sua integralidade textual, visual e sonora.

A análise será orientada pela técnica da análise de conteúdo temática, conforme proposta por Bardin (2011), que permite organizar os dados em categorias, subcategorias e unidades de significado. Esta abordagem envolve três fases principais: (1) a pré-análise, que inclui a seleção do corpus, a leitura flutuante e a definição dos objetivos analíticos; (2) a exploração do material, com a codificação e categorização dos dados; e (3) o tratamento e interpretação dos resultados, à luz do referencial teórico.

Para operacionalizar a análise, foi construído um quadro de categorias temáticas com base na revisão da literatura, nos objetivos específicos da investigação e nas questões orientadoras do estudo. Estas categorias dizem respeito a aspetos fundamentais da saúde mental representada na série, como:

- **Sufrimento psicológico e emocional** (ex: sintomas de depressão, ansiedade, trauma);
- **Toxicod dependência e comportamentos de risco** (ex: uso de substâncias, automutilação);
- **Relações interpessoais e suporte social** (ex: família, amizade, isolamento);
- **Estigma e discriminação** (ex: exclusão social, preconceito);
- **Recursos de superação e procura de ajuda** (ex: psicoterapia, medicação, silêncio);
- **Narrativas visuais e estéticas do sofrimento** (ex: enquadramentos simbólicos, cores, música, ritmo narrativo).

A codificação foi realizada manualmente, através de uma grelha analítica preenchida a partir da visualização sistemática dos episódios, acompanhada de anotações e transcrições parciais de cenas significativas. Esta estratégia visa garantir a coerência e a profundidade da análise, respeitando os princípios da análise qualitativa e a complexidade dos textos audiovisuais.

A interpretação dos dados será sustentada por um quadro teórico interdisciplinar, que articula os contributos da teoria das representações sociais (Moscovici, 1984; Jodelet, 1989), da teoria do cultivo (Gerbner & Gross, 1976) e da análise crítica das narrativas audiovisuais (D'Angelo, 2015; Wahl, 2003). Este referencial permitirá compreender não apenas o conteúdo explícito das representações, mas também os subtextos, as estratégias narrativas e os possíveis efeitos simbólicos dessas representações sobre o público, em especial os jovens.

Por fim, considera-se que a combinação entre análise temática de conteúdo e análise documental de obras audiovisuais oferece uma abordagem metodológica robusta para alcançar os objetivos da presente investigação. Tal metodologia permite desvendar os significados socialmente construídos sobre a saúde mental que estão inscritos nas narrativas televisivas, contribuindo para o debate académico e para práticas profissionais em áreas como a

comunicação e a saúde, especialmente no que respeita à sensibilização pública e à literacia em saúde mental.

Para facilitar a sistematização do corpus, elaborou-se uma grelha categorial com base na literatura e nos objetivos da investigação. A versão sintética das categorias encontra-se apresentada na **Tabela 1**, enquanto a versão integral, com os excertos completos e notas detalhadas, está disponível no **Anexo A**.

Categoria temática	Exemplo (episódio/ fala)	Observação geral
Sofrimento psicológico e emocional	Rue (S1E01): <i>“Trying to outrun my anxiety”</i>	A saúde mental é apresentada como experiência subjetiva e contínua
Toxicoddependência e recaída	Rue (S2E05): crise de abstinência em confronto com a mãe	Mostra a não linearidade da recuperação e o ciclo de recaídas
Relações interpessoais e suporte social	Jules (S1E07): <i>“I feel like I’m a burden”</i>	Fragilidade dos laços sociais e solidão emocional
Estigma e masculinidade tóxica	Nate (S1E04): agressividade no carnaval	Repressão afetiva transformada em violência e domínio
Autoestima e instabilidade emocional	Cassie (S2E03): <i>“Nobody ever chooses me”</i>	Procura de validação externa ligada a sofrimento psíquico
Identidade digital e sexualidade	Kat (S1E06): <i>“I feel invisible”</i>	Contraste entre persona online empoderada e isolamento real
Luto e trauma	Rue (S2E08): <i>“This feels like a movie”</i>	Dissociação e dor ligada à morte do pai

Tabela 1 – Categorias temáticas de análise das representações de saúde mental em Euphoria Fonte. Elaboração própria a partir de *Euphoria* (HBO, 2019–2022).

Esta grelha constituiu o instrumento central de codificação, permitindo organizar e interpretar o corpus empírico. A sua aplicação orientou a análise detalhada das representações de saúde mental, desenvolvida no Capítulo 3.

2.4. Critérios éticos e limitações da investigação

A presente investigação baseia-se na análise documental de carácter qualitativo, tendo como corpus os episódios da série *Euphoria*, entendidos como documentos culturais contemporâneos que constroem representações simbólicas e influenciam perceções sociais sobre saúde mental (Rosenberg & Egbert, 2011; Wahl, 2003). De acordo com Cellard (2008), a análise documental implica uma leitura crítica das fontes previamente produzidas, orientada por referenciais teóricos e objetivos específicos.

O estudo recorre à técnica da análise de conteúdo temática (Bardin, 2011), operacionalizada através de uma grelha categorial construída a partir da literatura e dos objetivos de investigação. Embora a codificação tenha sido realizada manualmente por uma única investigadora, foram registadas notas reflexivas e transcrições parciais para reforçar a coerência e a profundidade da análise.

Entre as limitações do estudo destaca-se a impossibilidade de aferir empiricamente a receção ou os efeitos da série sobre os espectadores, uma vez que não foram recolhidos dados junto de públicos. As conclusões devem, portanto, ser entendidas como inferências fundamentadas em teorias das representações sociais (Moscovici, 1984; Jodelet, 1989), do cultivo (Gerbner & Gross, 1976) e da crítica narrativa (D'Angelo, 2015), que sustentam a interpretação dos conteúdos analisados.

Análise da série *Euphoria*

3.1. A série *Euphoria*: contexto e relevância

A série *Euphoria* é uma produção televisiva norte-americana criada por Sam Levinson, lançada em junho de 2019 pela plataforma de *streaming* HBO. Adaptada de uma série israelita homônima de 2012, a versão americana distingue-se por uma abordagem estética sofisticada e uma narrativa densa, que mergulha nas complexidades da juventude contemporânea. A produção conta, até o momento, com duas temporadas e um episódio especial dividido em duas partes, totalizando dezoito episódios. O enredo centra-se nas experiências de um grupo de adolescentes norte-americanos que enfrentam questões relacionadas com saúde mental, identidade, sexualidade, toxicod dependência, violência e conflitos familiares (Martins, 2023). Trata-se, portanto, de um corpus que, pela sua densidade simbólica e impacto cultural, permite examinar empiricamente representações de saúde mental e os seus potenciais efeitos comunicacionais.

A protagonista da narrativa é Rue Bennett, interpretada por Zendaya, cuja atuação foi amplamente reconhecida com vários prêmios, incluindo o Emmy de Melhor Atriz em Série Dramática. Rue é uma adolescente de 17 anos que retorna à sua rotina escolar após um período de reabilitação, enfrentando uma luta constante contra a toxicod dependência e perturbações psicológicas como depressão e ansiedade. A narrativa é construída a partir da sua perspectiva subjetiva, recorrendo a monólogos interiores e recursos visuais que expressam o seu estado emocional, conferindo à série uma abordagem intimista e sensorial sobre o sofrimento psíquico (Fallgatter et al., 2021). Exemplos como os retratados no episódio piloto, em que Rue descreve os seus diagnósticos clínicos e primeiros ataques de pânico, ilustram já desde o início a centralidade das representações de saúde mental na trama (ver tabela, *SIE01*).

Para além de Rue, *Euphoria* desenvolve arcos narrativos complexos com diversas personagens que enfrentam desafios igualmente marcantes: Jules, uma jovem transgénero em busca de identidade e afeto; Nate, um rapaz com comportamentos agressivos e repressões

emocionais relacionadas à masculinidade tóxica; Cassie, uma adolescente com baixa autoestima e padrões de relacionamento destrutivos; Kat, que enfrenta conflitos entre sexualidade, corpo e identidade digital; e Maddy, envolvida num relacionamento abusivo. Estas personagens representam diferentes formas de vivenciar o sofrimento psicológico, possibilitando uma análise plural e interseccional das representações de saúde mental na adolescência (Berni Laguna, 2022; Motta & Pelúcio, s.d.). A pluralidade de experiências é confirmada por cenas de alto impacto emocional, como a crise de Rue durante a abstinência (ver tabela, S2E05), ou os conflitos entre Maddy e Nate (ver tabela, S1E04; S2E04), que explicitam o entrelaçamento entre saúde mental, gênero e violência relacional.

Do ponto de vista técnico e estético, a série adota uma linguagem visual inovadora, com uma cinematografia altamente estilizada que recorre ao uso expressivo de cores, iluminação, *slow motion* e montagem não linear. A banda sonora, composta por artistas como Labrinth, desempenha um papel crucial na construção emocional da narrativa, reforçando a imersividade da experiência do espectador. Estes elementos conferem à série uma atmosfera de fantasia e por vezes perturbadora, que reflete a instabilidade emocional e os estados psíquicos alterados das personagens (Martins, 2023). Ao observamos episódios como o final da segunda temporada, em que Rue reflete sobre o luto e a recuperação (ver tabela, S2E08), percebe-se como escolhas estéticas intensificam a receção emocional e reforçam a construção simbólica da saúde mental.

A abordagem narrativa de *Euphoria* diferencia-se pela sua frontalidade ao tratar temas frequentemente marginalizados nos media convencionais. A série não evita a exibição explícita de comportamentos autodestrutivos, violência, abuso de substâncias e sofrimento psicológico, o que suscitou controvérsia e debate público sobre os seus potenciais efeitos na audiência jovem. Ao mesmo tempo, essa ousadia narrativa tem sido reconhecida como um esforço para romper com os tabus que cercam a saúde mental e contribuir para uma representação mais honesta e complexa da adolescência contemporânea (Masanet, 2021; Preti, 2023).

A receção crítica e social da série tem sido marcada por uma dualidade: por um lado, *Euphoria* é elogiada por abordar com coragem e sensibilidade temas difíceis; por outro, é criticada por alguns setores por uma suposta romantização do sofrimento e da dependência. Essa ambiguidade reforça a importância de uma análise crítica das representações veiculadas, considerando não apenas os conteúdos explícitos, mas também os seus subtextos, estéticas e contextos de circulação.

Neste sentido, a série *Euphoria* constitui-se como um objeto de estudo altamente pertinente para a presente investigação, por conjugar relevância temática, profundidade narrativa e impacto social. A análise empírica, que será desenvolvida nas secções seguintes com base numa grelha de episódios e cenas selecionadas (ver tabela 1), permitirá demonstrar como estas representações são construídas e de que forma podem influenciar a perceção pública e as atitudes sociais em torno do sofrimento psíquico juvenil.

3.2 Representações da saúde mental nas personagens principais

A série *Euphoria* apresenta um conjunto diversificado de personagens adolescentes cujas experiências individuais e coletivas são marcadas por situações de sofrimento psíquico, perturbações emocionais e conflitos identitários. A riqueza narrativa e a densidade emocional da série permitem observar representações multifacetadas da saúde mental, que vão desde quadros clínicos identificáveis até manifestações subjetivas de dor e vulnerabilidade, muitas vezes não nomeadas nos termos biomédicos convencionais. A seguir, analisam-se as principais personagens da série, com foco nos discursos, comportamentos e simbologias associados à saúde mental.

Rue Bennett: dependência, luto e depressão

A protagonista, Rue Bennett, é a figura central da narrativa e o principal canal de exploração da saúde mental. Desde o episódio piloto, o espectador é confrontado com a sua história de regresso à escola após uma overdose. Rue é apresentada com diagnóstico de transtorno obsessivo-compulsivo, depressão, ansiedade e distúrbio bipolar, recorrendo ao uso abusivo de medicamentos prescritos e substâncias ilícitas. A dependência funciona como mecanismo de regulação emocional, associado sobretudo ao luto pela morte do pai, trauma fundacional da sua trajetória (Martins, 2023; Wahl, 2003). No piloto, a terapeuta enumera os diagnósticos enquanto a própria Rue narra, em voz-off, a ansiedade constante (ver Tabela 1; *S1E01*).

A construção de Rue evita caricaturas e adota uma abordagem empática. A série desmistifica a ideia de redenção linear e representa a recaída como parte do processo aditivo. As crises de abstinência da segunda temporada — em particular o confronto com a mãe e a rutura com Jules (ver Tabela 1; *S2E05*) — ilustram a oscilação entre procura de apoio e isolamento agressivo. Em linha com a categoria “Toxicodependência” (Tabela 1; ver também

Anexo A), Rue é retratada como jovem em luta permanente contra o consumo, desde a overdose inicial (S1E01) até momentos de verbalização do desespero, como *“I don't plan on being here that long”* (S1E01).

Jules Vaughn: identidade de gênero, autoimagem e afetividade

Jules, personagem transgênero, enfrenta conflitos afetivos, de identidade de gênero e de insegurança emocional. A sua trajetória inclui experiências de solidão, automutilação e busca de validação em relações instáveis, representadas com sensibilidade e sem reducionismos (Motta & Pelúcio, s.d.). O episódio especial “Part 2: Jules” aprofunda a pressão para corresponder a padrões de feminilidade e a ambivalência da sua relação com Rue (ver Tabela 1; episódio especial “Jules”). Inserida na categoria “Relações interpessoais e suporte social” (Tabela 1), Jules verbaliza a vulnerabilidade em S1E04 — *“I feel like I'm a burden”* — articulando sofrimento psicológico e experiências de transfobia (ver Anexo A; Gómez León & López Ramudo, 2021).

Nate Jacobs: repressão emocional e masculinidade tóxica

Nate encarna a face violenta da masculinidade hegemônica, marcada por agressividade, manipulação e repressão afetiva. A sua saúde mental surge indiretamente, mediada por traumas ligados ao pai. Incapaz de lidar com medo e vulnerabilidade, responde com violência e controle, evidenciando como normas culturais de gênero operam como fatores de risco para o sofrimento psíquico (Fallgatter et al., 2021). O episódio do carnaval (S1E04) exemplifica essa dinâmica, quando Nate reage com explosões agressivas contra Maddy (ver Tabela 1). Na categoria “Estigma e repressão emocional” (Tabela 1), a cena de confronto com o pai em S1E08 reforça comportamentos paranoicos e o impacto de normas rígidas sobre a expressão emocional, dialogando com a teoria do cultivo (Gerbner & Gross, 1976).

Cassie Howard: validação externa, autoestima e instabilidade emocional

Cassie busca aprovação em relações amorosas instáveis; a sua trajetória é marcada por baixa autoestima, dependência emocional e medo do abandono. O sofrimento é visualmente traduzido por cenas de choro, isolamento e impulsividade. Quando Rue expõe o relacionamento secreto de Cassie com Nate (S2E05), a narrativa articula sofrimento emocional, culpa e fragilidade psicológica (ver Tabela 1). Enquadrada na categoria “Autoestima e instabilidade emocional” (Tabela 1), Cassie verbaliza em S2E03 *“Nobody ever chooses me”*, vinculando

baixa autoestima e dor psíquica (ver Anexo A). A série, ao representar estas experiências, desafia estereótipos de “fragilidade feminina” e evidencia a naturalização social do sofrimento nas mulheres (Berni Laguna, 2022).

Kat Hernandez: corpo, sexualidade e identidade digital

Kat enfrenta conflitos relativos ao corpo, à autoestima e à sexualidade. A construção de uma persona digital “empoderada” torna-se simultaneamente fonte de agência e de sofrimento. Este arco permite discutir relações entre cultura digital, saúde mental e identidade na era das redes sociais (Prete, 2023). Em *S1E06*, Kat reconhece o vazio por detrás da sua persona virtual (ver Tabela 1), e confessa “*I feel invisible*”, expondo a tensão entre empoderamento performativo e isolamento emocional (ver Anexo A). No âmbito da categoria “Identidade digital e sexualidade” (Tabela 1), a série problematiza a pressão performativa e a precariedade de vínculos autênticos.

3.3 Principais narrativas e mensagens sobre saúde mental transmitidas na série

A série *Euphoria* distingue-se pela forma como constrói narrativas densas, emotivas e visivelmente impactantes em torno da saúde mental, abordando o sofrimento psíquico como uma experiência complexa, interseccional e profundamente humana. Ao longo das suas duas temporadas, a série constrói uma teia de discursos que permite analisar não apenas o conteúdo explícito das cenas, mas também os significados simbólicos e sociais que emergem das interações entre personagens, das escolhas estéticas e dos dispositivos narrativos.

Para dar maior rigor à análise, foram selecionadas doze cenas-chave, reunidas na grelha analítica (ver Tabela 1 e Anexo A). Os critérios de seleção foram a relevância temática (experiências explícitas de saúde mental) e a repercussão social (cenas amplamente discutidas nas redes sociais e media). Estas cenas exemplificam empiricamente as principais mensagens da série, servindo de base para a interpretação crítica que se segue.

3.3.1 Sofrimento mental como experiência real, subjetiva e contínua

Uma das mensagens mais evidentes da série é o reconhecimento do sofrimento psíquico como realidade contínua, não linear e altamente subjetiva. Diferente de outras produções que representam a saúde mental através de diagnósticos simplistas ou da figura estereotipada do “louco”, *Euphoria* apresenta a dor emocional como algo difuso, silencioso e muitas vezes invisível (Pirkis et al., 2006).

No episódio piloto (*S1E01*), Rue verbaliza a dificuldade em “*outrun your anxiety*” enquanto a terapeuta enumera os seus diagnósticos (ver Tabela 1), oferecendo uma perspectiva íntima da sua experiência. A categoria “Sofrimento psicológico e emocional” (Tabela 1; ver também Anexo A) surge em vários momentos: por exemplo, em *S2E05*, Rue afirma “*I don't want to be alive right now*”, traduzindo a persistência do sofrimento para além de diagnósticos biomédicos.

3.3.2 Recaída, ambivalência e fragilidade no processo de recuperação

A série assume a recaída como parte do processo, o que evita arcadas de ultrapassagem simplistas. Rue, mesmo após tratamentos e promessas de mudança, continua a lutar contra impulsos autodestrutivos. Em *S2E05*, a intensidade da crise de abstinência, no confronto com a mãe e na rutura com Jules (ver **Tabela 1**), ilustra a instabilidade da recuperação.

Na categoria “Toxicod dependência” (Tabela 1), este episódio mostra a não linearidade do processo: Rue tenta manipular a família para aceder a drogas, revelando a ambivalência entre desejo de mudança e recaída (Martins, 2023).

3.3.3 Invisibilidade, silêncio e falta de suporte social

Diversas cenas expõem a solidão emocional das personagens e a dificuldade de comunicar sentimentos. Rue acusa Jules de a ter traído durante a crise, dizendo “*you're dead to me*” (*S2E05*; ver Tabela 1), evidenciando a rutura de laços como fator agravante. Cassie enfrenta isolamento e humilhação pública quando Rue expõe o seu envolvimento com Nate (*S2E05*; ver Tabela 1).

A categoria “Relações interpessoais e suporte social” (Tabela 1; ver Anexo A) também se evidencia em *S1E07*, quando Jules se sente incompreendida pelos amigos e decide afastarse, reforçando a invisibilidade do sofrimento. Esta ausência de suporte social articula-se com

representações sociais do sofrimento como tabu, agravando estigmatização (Rosenberg & Egbert, 2011; Wahl, 2003).

3.3.4 Estética do sofrimento: linguagem visual como expressão emocional

A linguagem visual é decisiva na representação da saúde mental. O uso de cores saturadas, slow motion e planos subjetivos traduz estados psíquicos alterados numa experiência sensorial. Em *S2E08*, Rue narra o luto pelo pai, afirmando “*This feels like a movie*” (ver Tabela 1). A montagem fragmentada e a fotografia sombria intensificam a dissociação.

Na categoria “Narrativas visuais e estéticas do sofrimento” (Tabela 1; ver Anexo A), destacam-se cenas como a crise delirante de Rue em *S2E05*, com luzes estroboscópicas, isto é, efeitos de iluminação intermitente e intensa, que criam uma sensação de instabilidade e montagem frenética caracterizada por cortes rápidos e sucessivos entre planos, traduzindo visualmente o caos interno da personagem. Embora alguns críticos apontem risco de romantização, a série equilibra emoção e crítica, evitando glamourizar comportamentos destrutivos (Prete, 2023).

3.3.5 Juventude como tempo de vulnerabilidade e potência

Euphoria constrói a juventude como tempo de angústia, busca de identidade e desconstrução de normas. Em *S2E04*, Maddy acusa Nate de “*ruined me forever*” (ver Tabela 1), explicitando o impacto das relações tóxicas. A categoria “Juventude e identidade” (Tabela 1) manifesta-se em *S1E04*, quando Cassie expressa desejo de ser amada a qualquer custo e Jules reivindica liberdade sobre o corpo.

Ao dar visibilidade ao sofrimento juvenil sem reduzi-lo a imaturidade, a série reivindica respeito e compreensão para esta etapa de vida (Buckingham, 2008). Este discurso convida a uma escuta ativa das juventudes e à valorização das suas experiências emocionais. □

Síntese da análise empírica

As mensagens de *Euphoria* não se limitam a dramatizar o sofrimento psicológico, mas problematizam-no em várias dimensões: subjetividade, recaída, silêncio, estética e juventude. A pluralidade de vozes, as escolhas visuais inovadoras e a recusa de soluções simplistas fazem

da série um exemplo paradigmático de como produtos culturais contemporâneos ampliam o debate público e desafiam representações cristalizadas da saúde mental. A Tabela 1 sistematiza episódios, falas e categorias identificadas, oferecendo transparência metodológica e sustentação empírica às interpretações.

3.4 Análise crítica e impacto potencial destas representações no público

As representações de saúde mental em *Euphoria* evidenciam a complexidade dos discursos mediáticos e o seu impacto potencial na percepção social do sofrimento psíquico, sobretudo entre os jovens. O interesse académico pelas produções audiovisuais como objetos de análise sociocultural resulta da constatação de que os media, particularmente as séries televisivas, desempenham papel estruturante na forma como os indivíduos percebem, interpretam e respondem a temas sensíveis (Igartua & Barrios, 2012; Stout, Villegas, & Jennings, 2004). Esta secção reflete criticamente sobre os efeitos possíveis das representações em *Euphoria*, considerando tanto as suas potencialidades emancipatórias como os riscos das suas estratégias discursivas e estéticas.

3.4.1 A construção empática do sofrimento e a legitimação da dor psíquica

Um contributo central de *Euphoria* é a humanização das perturbações mentais e a desconstrução de estereótipos negativos. Rue, Jules, Cassie, Nate e Kat são apresentados como sujeitos complexos, atravessados por tensões sociais, familiares e afetivas. No episódio inicial (*S1E01*), a terapeuta enumera os diagnósticos de Rue enquanto ela narra a sua ansiedade (ver Tabela 1), legitimando o sofrimento desde o arranque da série. Em *S2E05*, as recaídas violentas de Rue (ver Tabela 1; ver também Anexo A) reforçam a mensagem de que a dor psíquica é contínua e merece reconhecimento.

Como salientam Rosenberg e Egbert (2011), a empatia mediada tem potencial transformador, contribuindo para a redução do estigma e para o reforço da consciência coletiva.

3.4.2 Ambivalências estéticas e o risco da romantização da dor

Apesar da sua relevância, a estética intensamente estilizada da série pode induzir leituras ambíguas. O uso de cores saturadas, música envolvente e planos coreografados, como nas

seqüências de consumo de drogas de Rue (*S1E08*; ver Tabela 1), intensifica a experiência sensorial, mas também pode ser lido como estetização do sofrimento. Este fenômeno, frequentemente descrito como “romantização da dor”, pode normalizar comportamentos autodestrutivos entre espectadores vulneráveis (Wahl, 2003; Pirkis et al., 2006).

A recepção da série depende, portanto, da existência de mediação crítica — espaços de diálogo e de literacia mediática que contextualizem estas representações, reduzindo riscos de imitação ou retraumatização, ou seja, a reativação de um trauma já vivido.

3.4.3 A dimensão coletiva do sofrimento: crítica ao individualismo terapêutico

Euphoria mostra que o sofrimento psíquico não decorre apenas de fatores individuais, mas resulta também de determinantes sociais. A ausência de suporte institucional e a fragilidade das redes afetivas são denunciadas em várias cenas: o isolamento de Cassie em *S2E05* e a repressão emocional de Nate em *S1E04* (ver Tabela 1).

Esta perspectiva alinha-se com abordagens comunicacionais que entendem a saúde mental como construção coletiva e relacional, mais do que um problema apenas individual (Jodelet, 1989). Assim, a série denuncia não só os limites das terapias individualizadas, mas também a falência de instituições incapazes de responder às necessidades emocionais dos jovens.

3.4.4 A juventude como território de vulnerabilidade e resistência

A série retrata a juventude como fase marcada por vulnerabilidade, mas também por resistência e reinvenção. Em *S2E04*, Maddy confronta Nate e declara “*I feel like you ruined me forever*” (ver Tabela 1), traduzindo o impacto de violências de gênero e relações tóxicas. Em contraste, Rue, ao refletir sobre o luto do pai em *S2E08*, mostra a possibilidade de reconfiguração da dor (ver Tabela 1; ver também Anexo A).

Como sublinha Buckingham (2008), os media são centrais na construção de identidades juvenis, e *Euphoria* dá visibilidade a experiências frequentemente marginalizadas, apresentando os jovens como sujeitos de direitos e de resistência cultural.

Síntese

Pode-se afirmar que *Euphoria* funciona simultaneamente como espaço de denúncia, de espelho e de interrogação das normatividades sociais em torno da saúde mental. O impacto não é unívoco: pode promover empatia e consciencialização, mas também desencadear efeitos adversos se não for acompanhado de mediação crítica. A receção depende de fatores como o contexto cultural, a maturidade emocional do espectador e a existência de suportes institucionais que promovam literacia mediática e emocional.

Discussão e implicações

4.1. Representações midiáticas e formação da consciência social

As representações midiáticas constituem um dos principais mecanismos de construção simbólica da realidade social contemporânea. Nas sociedades hipermediatizadas, onde o consumo de conteúdos audiovisuais é contínuo, as séries televisivas têm impacto direto na formação de valores, crenças e atitudes. No caso de *Euphoria*, as representações de saúde mental — enquadradas nas categorias de sofrimento psicológico e emocional, toxicodependência, relações interpessoais e suporte social e narrativas estéticas do sofrimento (Tabela 1) — contribuem para a formação da consciência social, sobretudo entre os jovens.

Segundo Moscovici (1984), as representações sociais orientam as formas de pensar e agir, organizando experiências individuais num quadro partilhado. Assim, quando Rue afirma “*I don’t want to be alive right now*” (S2E05; ver Tabela 1), o sofrimento da personagem ultrapassa o plano ficcional e introduz-se como experiência socialmente reconhecível, legitimando a dor psíquica como realidade coletiva. Do mesmo modo, as falas de Cassie sobre o abandono (S2E03) ou a autoperceção de Kat (“*I feel invisible*”, S1E06) exemplificam como a série difunde significados sociais sobre autoestima, identidade e isolamento.

Na perspetiva da teoria do cultivo (Gerbner & Gross, 1976), a repetição destas imagens pode reforçar padrões de interpretação do real. Representações negativas podem consolidar estigmas, enquanto representações empáticas e realistas, como as que predominam em *Euphoria*, tendem a favorecer a empatia e a compreensão social (Pirkis et al., 2006).

Em síntese, *Euphoria* confirma que os media, para além de refletirem realidades, funcionam como agentes de socialização simbólica, capazes de influenciar a consciência social acerca da saúde mental. Esta influência pode ser emancipatória ou problemática, dependendo das condições de receção e da capacidade de mediação crítica.

4.2. Séries televisivas, sensibilização e literacia em saúde mental

O potencial das séries televisivas como instrumentos de sensibilização e educação não formal tem sido amplamente reconhecido (Buckingham, 2008; Igartua & Barrios, 2012). A narrativa prolongada, característica das séries, favorece a imersão e a identificação emocional, permitindo explorar experiências de sofrimento psicológico em profundidade. *Euphoria* é exemplar nesse sentido, pois apresenta personagens cujas experiências permitem discutir temas como toxicod dependência (Rue), relações abusivas (Maddy e Nate), identidade de género (Jules) e autoestima juvenil (Cassie e Kat), todos sistematizados na Tabela 1.

Ao longo da série, a linguagem audiovisual traduz emoções de modo visceral, tornando o sofrimento compreensível a públicos diversos. Em *S2E08*, Rue narra o luto pelo pai em planos fragmentados, exemplificando a categoria “narrativas visuais e estéticas do sofrimento” (Tabela 1; ver Anexo A). Essa tradução estética favorece a empatia e pode ser um recurso educativo poderoso, mas também exige cautela devido ao risco de romantização da dor (Wahl, 2003; Preti, 2023).

Neste contexto, a literacia mediática e emocional torna-se essencial. A apropriação crítica das narrativas de *Euphoria* por jovens espectadores — muitas vezes em interação em redes sociais, como demonstrado por Preti (2023) — reforça que a sensibilização não ocorre apenas no momento de visualização, mas também na circulação discursiva posterior. Fóruns digitais e redes sociais ampliam a discussão, multiplicando significados e possibilitando aprendizagens coletivas.

Assim, pode afirmar-se que as séries televisivas contemporâneas, ao combinarem impacto narrativo e circulação digital, são instrumentos relevantes para a sensibilização e para a literacia em saúde mental, desde que acompanhadas de mediação crítica e pedagógica.

4.3 . Implicações comunicacionais e sociais

O reconhecimento do papel das séries televisivas na formação de representações sociais sobre saúde mental impõe desafios e oportunidades relevantes para as Ciências da Comunicação e para a definição de políticas públicas.

4.3.1 Literacia mediática e emocional como instrumentos de intervenção

A proliferação de conteúdos audiovisuais consumidos por jovens exige estratégias de literacia mediática e emocional. Oficinas de *media literacy*, clubes de séries ou guiões pedagógicos podem apoiar adolescentes a questionar criticamente representações de saúde mental e a identificar estigmas. Cenas analisadas na Tabela 1 — como a apresentação dos diagnósticos em *S1E01*, a recaída de Rue em *S2E05* ou a reflexão sobre o luto em *S2E08* (ver também Anexo A) — constituem materiais empíricos úteis para trabalhar em contextos educativos e culturais.

3.4.2. Desconstrução de estigmas e comunicação pública

A comunicação pública deve evitar narrativas sensacionalistas e privilegiar enquadramentos que humanizem o sofrimento. Boas práticas incluem a inserção de avisos de conteúdo delicado em episódios com cenas intensas (como *S1E08* ou *S2E05*), a consultoria de especialistas em saúde mental e a produção de materiais complementares que orientem a audiência para recursos de apoio. Estas medidas reforçam a responsabilidade social das indústrias culturais e podem contribuir para reduzir riscos de retraumatização ou romantização da dor.

3.4.3. Juventude, comunicação e políticas públicas

A prevalência crescente de ansiedade, depressão e ideação suicida entre jovens, evidenciada pela OMS (2022), exige políticas públicas intersetoriais que articulem saúde, educação e comunicação. Projetos de literacia mediática devem ser financiados e apoiados com o intuito de desenvolver competências críticas e reduzir riscos associados a representações problemáticas. A análise de casos como os de Rue, Cassie e Maddy (*S2E04*; *S2E05*; ver Tabela 1) pode servir de ponto de partida para debates escolares e comunitários sobre sofrimento juvenil, reforçando a importância de reconhecer a voz e as experiências dos jovens.

3.4.4. Desafios éticos e metodológicos

A apropriação pedagógica de séries televisivas exige cuidados éticos rigorosos: consentimento informado em atividades escolares, possibilidade de retirada sem constrangimento, avisos prévios e canais de apoio psicológico. Em termos metodológicos, recomenda-se o uso criterioso de excertos audiovisuais (respeitando os direitos autorais) e a triangulação com debates, tabelas de análise e literatura especializada (CNECV, 2021; APA, 2020).

Em síntese, *Euphoria* demonstra que as séries podem atuar como catalisadores de mudança simbólica ao retratar a saúde mental de modo complexo e multidimensional. Para potencializar os efeitos positivos e mitigar riscos, é fundamental investir em literacia mediática, promover representações éticas e integrar a comunicação audiovisual em políticas públicas dirigidas à juventude e à saúde mental.

Conclusões

5.1. Conclusões gerais

A presente dissertação teve como objetivo analisar as representações da saúde mental na série televisiva *Euphoria*, explorando o impacto potencial destas narrativas na formação da consciência social e nas atitudes dos jovens face ao sofrimento psíquico. Através de uma abordagem qualitativa, centrada na análise documental e fundamentada na teoria das representações sociais (Moscovici, 1984; Jodelet, 1989) e na teoria do cultivo (Gerbner & Gross, 1976), procurou-se compreender de que modo as estruturas simbólicas veiculadas pelos conteúdos audiovisuais influenciam a perceção pública da saúde mental e os modos de significar a adolescência contemporânea.

A análise desenvolvida permitiu demonstrar que *Euphoria* constitui um exemplo paradigmático de narrativa mediática que rompe com estereótipos redutores e oferece personagens densamente humanas, marcadas por lutos, traumas, angústias existenciais e conflitos identitários. Rue Bennett, a protagonista, personifica esta abordagem multifatorial: a sua trajetória articula toxicodependência, dor emocional profunda e ausência de suporte eficaz. O episódio da crise de abstinência (*S2E05*; ver Tabela 1) exemplifica a recusa da narrativa em simplificar processos de recuperação. Outras personagens, como Jules, Nate, Cassie e Kat, ampliam o debate sobre saúde mental a partir de perspetivas interseccionais, evidenciando a relação entre identidade de género, masculinidade, padrões de beleza, sexualidade e pressão social.

As estratégias narrativas e estéticas — banda sonora imersiva, planos subjetivos, simbologia visual e monólogos interiores — intensificam a dimensão sensorial da experiência de assistir. Episódios como o final da segunda temporada (*S2E08*; ver Tabela 1) demonstram a potência comunicativa destas escolhas. Contudo, esta estética é ambivalente: potencia empatia e identificação, mas também pode promover riscos de romantização da dor, sobretudo entre públicos vulneráveis (Pirkis et al., 2006; Wahl, 2003).

Verificou-se ainda que a receção destas representações é marcada pela ambivalência. Conforme a teoria do cultivo (Gerbner & Gross, 1976), a exposição reiterada a conteúdos como

Euphoria pode influenciar significativamente a percepção social da saúde mental. Esta influência pode ser positiva, ao desconstruir estigmas e fomentar empatia, ou problemática, ao naturalizar comportamentos autodestrutivos sem mediação crítica. Neste sentido, a literacia mediática e emocional surge como ferramenta indispensável para uma receção consciente e informada (Buckingham, 2008; Preti, 2023).

Respondendo à pergunta de partida — *De que forma as representações específicas da saúde mental presentes na série Euphoria influenciam a consciência social e as atitudes dos jovens espectadores relativamente à saúde mental?* — conclui-se que tais representações possuem forte potencial transformador. Legitimam experiências de sofrimento, ampliam o debate público e sensibilizam para a complexidade da saúde mental juvenil. No entanto, este potencial está condicionado às condições de receção, ao contexto sociocultural e à existência de mediação crítica.

Assim, esta investigação reforça a relevância das Ciências da Comunicação na análise crítica das representações mediáticas. Séries televisivas devem ser entendidas como dispositivos culturais que não apenas refletem, mas moldam realidades sociais. Políticas de literacia mediática, práticas educativas inovadoras e estratégias de comunicação pública são fundamentais para potenciar os efeitos positivos destas narrativas e mitigar os seus riscos.

Euphoria demonstra que as representações audiovisuais podem constituir ferramentas poderosas de sensibilização, desde que acompanhadas de reflexão crítica. Ao tornar visível o sofrimento juvenil em toda a sua complexidade, a série contribui para desafiar estigmas e estimular uma cultura de cuidado, empatia e reconhecimento.

Em termos pessoais e profissionais, esta investigação ganha ainda um significado acrescido pelo facto de desenvolver a minha atividade na área da televisão. O trabalho quotidiano em programas televisivos permite-me reconhecer, na prática, o alcance e a responsabilidade dos media na formação de representações sociais. Assim, o estudo realizado sobre *Euphoria* não só contribui para a reflexão académica, mas também dialoga com a minha experiência profissional, reforçando a convicção de que a comunicação audiovisual é um instrumento poderoso na construção de significados sociais sobre saúde mental.

5.2. Limitações da investigação

Apesar da profundidade analítica e da fundamentação teórica alcançadas, importa reconhecer algumas limitações.

Em primeiro lugar, a análise concentrou-se exclusivamente numa única série — *Euphoria* —, o que limita a generalização dos resultados. Embora a escolha se justifique pela relevância e densidade narrativa, a inclusão de outras produções poderia enriquecer a compreensão da diversidade de representações mediáticas da saúde mental.

Em segundo lugar, a investigação baseou-se apenas em análise documental, sem integrar a perspetiva dos espectadores. A ausência de dados empíricos sobre a receção e interpretação por parte do público jovem português constitui uma limitação metodológica relevante. A incorporação de entrevistas, grupos focais, questionários ou etnografias digitais poderia complementar a análise e oferecer uma visão mais completa sobre os significados atribuídos às representações.

Por fim, a dissertação focou-se no campo das representações, não abordando de modo direto os impactos institucionais dessas narrativas na formulação de políticas públicas ou na comunicação social. Este recorte analítico, embora necessário para a profundidade teórica, restringe a abrangência do estudo em termos de articulação com a dimensão estrutural das políticas de juventude e saúde mental.

5.3. Sugestões para futuras investigações

Com base nas limitações identificadas e nos resultados alcançados, algumas direções promissoras podem ser apontadas para investigações futuras:

- Realizar estudos comparativos entre diferentes séries televisivas que abordem a saúde mental sob perspetivas diversas, incluindo produções europeias e latino-americanas, de modo a verificar variações culturais nas representações e nos seus efeitos.
- Desenvolver investigações empíricas centradas na receção destas narrativas por parte dos jovens, através de métodos qualitativos e quantitativos. Entrevistas, questionários e análise de interações em redes sociais podem oferecer dados valiosos sobre os significados atribuídos pelos espectadores.

- Explorar o uso de séries como ferramentas de sensibilização em contextos escolares, comunitários ou culturais, avaliando a eficácia dessas abordagens na promoção da saúde mental, na desconstrução do estigma e no fortalecimento da literacia mediática e emocional.
- Aprofundar estudos sobre a relação entre representações mediáticas, saúde mental e políticas públicas, investigando de que forma os discursos veiculados nos media influenciam o desenho e a implementação de programas de prevenção e promoção da saúde mental voltados à juventude.

Referências Bibliográficas

- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association.
- Amaral, C. (2007). *A loucura e seus saberes: Um olhar histórico*. Cortez.
- Arruda, A. (2002). *Teoria das representações sociais e teorias de gênero*. *Cadernos de Pesquisa*, (117), 127–147.
<https://publicacoes.fcc.org.br/cp/article/view/546>
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media Psychology*, 3(3), 265–299.
https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0303_03
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo* (ed. rev. e atual.). Edições 70.
- Barros, D. D., & Passos, E. (2015). *Caminhos da saúde mental no Brasil: Entre o balanço e a crítica*. Editora Fiocruz.
- Berni Laguna, J. (2022). Análisis de los estereotipos de género en la serie *Euphoria*. In F. de Vicente Pachés (Coord.), *Investigació i gènere a la Universitat Jaume I* (pp. 127–135). Universitat Jaume I.
<https://repositori.uji.es/items/8c797b15-e77f-450c-9a76-b60d3e25621b>
- Buckingham, D. (2008). *Youth, identity, and digital media*. MIT Press.
- Cellard, A. (2008). A análise documental. In J. Poupart et al. (Orgs.), *A pesquisa qualitativa: Enfoques epistemológicos e metodológicos* (pp. 295–316). Vozes.
- Conselho Nacional de Ética para as Ciências da Vida. (2021). *Pareceres e orientações sobre ética em investigação científica*.
<https://www.cneqv.pt>
- D'Angelo, M. (2015, 10 de setembro). *Narrativas audiovisuais*. MultiRio.
<https://www.multirio.rj.gov.br/index.php/artigos/3123-narrativas-audiovisuais>

- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). *The SAGE handbook of qualitative research* (5th ed.). SAGE Publications.
- Direção-Geral da Saúde. (2019). *Plano Nacional de Saúde Mental 2007–2016: Extensão até 2020*.
<https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/plano-nacional-de-saude-mental-pdf.aspx>
- Gerbner, G., & Gross, L. (1976). Living with television: The violence profile. *Journal of Communication*, 26(2), 172–199.
<https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1976.tb01397.x>
- Igartua, J.-J., & Barrios, I. (2012). Changing real-world beliefs with controversial movies: Processes and mechanisms of narrative persuasion. *Journal of Communication*, 62(3), 514–531.
<https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2012.01640.x>
- Jodelet, D. (1989). *As representações sociais*. Editora UFRJ.
- Kleinman, A. (1988). *Rethinking psychiatry: From cultural category to personal experience*. Free Press.
- Livingstone, S. (2007). From family television to bedroom culture: Young people's media at home. In K. Drotner & S. Livingstone (Eds.), *The international handbook of children, media and culture* (pp. 151–167). SAGE Publications.
- Martins, D. A. F. (2023). *Séries audiovisuais contemporâneas: Analisando This Is Us e Euphoria* [Dissertação de mestrado, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro]. Repositório PUC-Rio.
- Masanet, M. J. (2021). *De 'Élite' a 'Euphoria': sexualidades, relaciones, sentimientos y preocupaciones adolescentes*. Universitat de Barcelona. <https://hdl.handle.net/2445/173859>
- Minayo, M. C. S. (2012). *O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde* (13.^a ed.). Hucitec.

- Moscovici, S. (1984). The phenomenon of social representations. In R. Farr & S. Moscovici (Eds.), *Social representations* (pp. 3–69). Cambridge University Press.
- Organização Mundial da Saúde. (2022). *Mental health: Strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Pirkis, J., Blood, R. W., Francis, C., & McCallum, K. (2006). On-screen portrayals of mental illness: Extent, nature, and impacts. *Journal of Health Communication, 11*(5), 523–541.
<https://doi.org/10.1080/10810730600755889>
- Preti, M. M. (2023). Recepção de narrativas audiovisuais no Instagram: Uma questão de saúde mental. *Anais do Seminário Comunicação e Territorialidades, 1*(8), 82–96.
- Sieff, E. M. (2003). Media frames of mental illnesses: The potential impact of negative frames. *Journal of Mental Health, 12*(3), 259–269.
<https://doi.org/10.1080/0963823031000118249>
- Stout, P. A., Villegas, J., & Jennings, N. A. (2004). Images of mental illness in the media: Identifying gaps in the research. *Schizophrenia Bulletin, 30*(3), 543–561.
<https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.schbul.a007099>
- Wahl, O. F. (2003). *Media madness: Public images of mental illness*. Rutgers University Press.

Anexos

Este anexo apresenta a versão integral da grelha de análise utilizada na investigação, com o registo detalhado das categorias, episódios, personagens, excertos de diálogos e observações complementares. O objetivo é fornecer transparência metodológica, permitindo verificar de modo completo como as categorias definidas no Capítulo 2 foram aplicadas ao corpus empírico (*Euphoria*, temporadas 1 e 2).

Episódio	Personagem(s)	Fala/ descrição da cena	Categoria Temática	Observação interpretativa
S1E01	Rue	“Trying to outrun my anxiety”	Sufrimento psicológico e emocional	Introdução da saúde mental como experiência subjetiva e contínua.
S1E01	Rue / Terapeuta	Diagnósticos clínicos enunciados: TOC, depressão, ansiedade, bipolaridade	Toxicodependência / Diagnóstico clínico	Primeira explicitação das perturbações da protagonista.
S1E01	Rue	“I don’t plan on being here that long”	Comportamentos autodestrutivos	Associação entre dor psíquica e ideação suicida.
S1E04	Nate / Maddy	Conflito no carnaval, explosão agressiva contra Maddy	Estigma e masculinidade tóxica	Expressão de repressão emocional sob forma de violência.

S1E04	Jules	Discussão com Rue sobre confiança	Relações interpessoais e suporte social	Demonstra fragilidade das
-------	-------	-----------------------------------	---	---------------------------

				relações afetivas.
S1E06	Kat	“I feel invisible”	Identidade digital e sexualidade	Contraste entre persona online empoderada e vulnerabilidade real.
S1E07	Jules	“I feel like I’m a burden”	Relações interpessoais e suporte social	Percepção de isolamento e ausência de suporte emocional.
S1E08	Rue	Consumo de drogas em sequência estilizada	Estetização do sofrimento	Risco de romantização da dor psíquica.
S2E03	Cassie	“Nobody ever chooses me”	Autoestima e instabilidade emocional	Procura de validação externa associada a sofrimento psicológico.
S2E04	Maddy	“I feel like you ruined me forever”	Juventude e vulnerabilidade	Relação tóxica e impacto profundo na autoestima.
S2E04	Nate / Pai	Confronto agressivo com o pai	Masculinidade tóxica / repressão emocional	Demonstração de angústia reprimida e comportamento compulsivo.
S2E05	Rue / Mãe	Crise de abstinência e confronto físico	Toxicod dependência e recaída	Representação visceral da não linearidade do processo de recuperação.
S2E05	Rue / Jules	Discussão intensa: “You’re dead to me”	Relações interpessoais e suporte social	Ruptura de laços afetivos como fator agravante do sofrimento.

S2E05	Cassie	Exposição pública do relacionamento secreto com Nate	Autoestima e instabilidade emocional	Humilhação e intensificação da vulnerabilidade psicológica.
S2E06	Kat	Conflito interno sobre persona virtual	Identidade digital e sexualidade	Reconhecimento da alienação por detrás do empoderamento online.
S2E07	Jules	Afastamento do grupo de amigos	Relações interpessoais e suporte social	Solidão e invisibilidade do sofrimento.
S2E08	Rue	“This feels like a movie” (sobre a morte do pai)	Luto e trauma	Dissociação e experiência de dor profunda.

Anexo A – Grelha de Análise Expandida

Fonte: *Elaboração própria a partir da série Euphoria (HBO, 2019–2022).*