RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Quarta-Feira, 18 de Novembro de 2026

Cure sua vida!

LUIZ FERNANDO FERNANDES

Luiz Fernando Fernandes

Em 1972 quando nasci não existiam muitas opções quando o assunto era saúde mental. Depressão era melancolia e neurose definia muitas outras coisas. Nada de borderline, síndrome do pânico ou transtornos como a bipolaridade.

No imaginário popular psiquiatra era pra doido e todos morriam de medo de precisar desse profissional.

Os protocolos eram bem complicados e as pessoas viviam e sobreviviam com suas mazelas emocionais.

Foi nessa época que me levaram aos dois anos de idade para brincar com outra criança da mesma idade. Lá pelas tantas eu briguei com a criança. Gritos e muitos choros e essa história sempre esteve dentro da minha família. O dia que o Luizinho brigou com outra criança na sua primeira interação social.

Essas brigas só aumentaram com o passar do tempo. Mas o sinal foi dado lá atrás, naquele dia que duas crianças se encontraram e acabaram aos prantos.

Hoje vivemos um novo momento. Existem dezenas de nomenclaturas para doenças emocionais ou mentais. Existem inúmeros tratamentos e protocolos e o psiquiatra de vilão virou heroi. Profissional fundamental para trazer paz a mentes confusas.

Só pra você ter uma ideia, hoje existem mais de 300 transtornos mentais catalogados de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais o DSM-5.

Assim cabe a cada um de nós ficar atento aos detalhes no comportamento dos nossos, aos sinais.

No meu caso sofri anos e anos sem saber que tinha o Transtorno Bipolar do Humor. Sofri e fiz muita gente sofrer junto.

Só pra você ter uma ideia acabei com 5 casamentos. Nem mesmo eu me aguentava.

Então veio o diagnóstico e o tratamento, e aí amigos, se fez luz.

Hoje tenho consciência de que tudo aquilo que passei foi positivo, pois me trouxe até aqui. Criei um protocolo, o método CURE, que auxilia no tratamento da bipolaridade.

O que poderia ter me matado, me fortaleceu e criou um ativista da causa. Quero ajudar outros que passam pelo mesmo que passei. Cuide-se, Use a medicação, Ria mais, Energia, cuida da sua. Parece bobo, mas pode salvar vidas, assim como salvou a minha.

No final amigo, estamos todos no mesmo mar. Em barcos diferentes talvez, mas todos no mesmo mar. A sua dor me afeta, mesmo que eu não saiba. Então, estender a mão ao outro é o mínimo que podemos fazer.

CURE, CURE, CURE.

Dizem que se falarmos uma palavra três vezes ela se materializa em nossas vidas. Que esse protocolo possa de fato te libertar, te livrar da dor e te fazer viver em paz.

Se deu certo pra mim, vai dar certo pra você também, afinal na dor e na alegria somos todos iguais, o que nos difere é a maneira como enfrentamos os desafios. Uns fogem e outros enfrentam. Uns desistem e outros lutam. Uns recuam e outros simplesmente vão em frente.

Que você seja aquele que igual a mim um dia resolveu vencer.

Luiz Fernando Fernandes *é jornalista em Cuiabá, palestrante e criador do método CURE que auxilia no tratamento para a bipolaridade. @luizfernandofernandesmt*