

Sozinhos entre likes

written by Alexandra Serra | 12 de Dezembro, 2025

OCIDADÃO
Journalism & Arts

OPINIÃO
Alexandra Serra



Vivemos rodeados de gente, mas cada vez mais sós. A cidade pulsa, os ecrãs brilham, os grupos de WhatsApp não param de vibrar e, no entanto, há um silêncio que grita por dentro. Um silêncio que não se resolve com emojis, nem com stories de 15 segundos.

A sociedade ensinou-nos a parecer bem. A sorrir para a câmara, a filtrar a tristeza, a responder “está tudo ótimo” mesmo quando o mundo desaba. Criámos uma cultura onde a vulnerabilidade é vista como fraqueza e a autenticidade como um risco. E assim, vamos colecionando relações como se fossem seguidores: muitas, mas rasas. Presentes, mas ausentes.

A falsidade não é só mentira descarada. É também o “*estou aqui para o que precisares*” que nunca se concretiza. É o “*vamos combinar*” que nunca acontece. É o “*gosto de ti*” dito por reflexo, não por verdade. E no meio disso tudo, a solidão

instala-se não por falta de gente, mas por falta de presença.

Talvez o maior luxo hoje seja uma conversa sem distrações. Um olhar que escuta. Um silêncio partilhado sem pressa de ser preenchido. Talvez o antídoto para esta era de máscaras seja a coragem de sermos reais mesmo que isso assuste, mesmo que isso afaste.

Porque só quando deixamos cair a fachada é que damos espaço ao encontro. E só no encontro é que a solidão começa, finalmente, a ter companhia.