

TEXTO 4

PREVENÇÃO: um novo olhar para o suicídio em nossa sociedade

Estamos chegando ao final do nosso curso e esperamos que os conteúdos abordados possam embasar a prática profissional de todos vocês cursistas.

Esta reflexão do escritor Augusto Cury nos traz a reflexão sobre o suicídio em suas motivações mais diversas que envolvem aspectos multidimensionais, conforme tratamos



Quando uma pessoa pensa em suicídio, ela quer matar a dor, mas nunca a vida.

(Augusto Cury)

nos módulos anteriores, que nos faz refletir que podemos sim intervir positivamente na vida destas pessoas a fim de apresentar perspectivas para solução dos seus conflitos que não seja tirando a própria vida.

Neste módulo serão apresentados alguns fatores de proteção para o suicídio e como podemos fortalecer os usuários nos atendimentos, bem como abordaremos as estratégias de prevenção do suicídio junto a sociedade.

A identificação dos fatores de risco e dos fatores de proteção torna-se essencial numa estratégia de prevenção do suicídio, pois contribui para delinear e detectar a natureza e o tipo de intervenção necessários, sendo indicativo das circunstâncias em que um indivíduo, uma comunidade ou uma população se encontram particularmente vulneráveis para o suicídio. Quando se encontram presentes uma série de fatores negativos existe uma maior probabilidade de comportamentos autolesivos e atos suicidas. Também permitem estabelecer uma estimativa do grau geral do risco de suicídio para uma pessoa e contribuir para o desenvolvimento de planos de tratamento que abordam os vários fatores envolvidos, fatores esses identificáveis e modificáveis (Portugal, 2013).

No módulo 2 elencamos os fatores de risco para o suicídio, e neste módulo trataremos sobre os fatores de proteção para que possamos identificá-los e fortalecer os na vida do indivíduo e famílias, a fim de prevenirmos a ocorrência de suicídio. Entendendo os fatores de proteção, como sendo os fatores que protegem o indivíduo no desenvolvimento

de comportamentos suicidas. Estes fatores não significam que a pessoa não se suicide, mas que podem contribuir para evitar que isso venha acontecer.

- ✓ **Podemos pontuar os seguintes fatores protetores:**
- ✓ Harmonia familiar;
- ✓ Ausência de doença mental;
- ✓ Estar empregado;
- ✓ Existência de crianças em casa;
- ✓ Gravidez desejada e planejada;
- ✓ Sentido de responsabilidade para com a família;
- ✓ Auto-estima elevada;
- ✓ Crenças e conexões espirituais, religiosas e culturais;
- ✓ Capacidade de adaptação positiva;
- ✓ Suporte social positivo;
- ✓ Relação terapêutica positiva;
- ✓ Capacidade de enfrentamento e resolução de problemas;



A fim de prevenir o suicídio os serviços da rede socioassistenciais, CRAS e CREAS, e os serviços de convivência precisam desenvolver suas ações que visem fortalecer os seguintes aspectos:

- Desenvolvimento de habilidades para a resolução de conflitos;
- Fortalecimento do vínculo familiar;
- Orientação a família quanto ao monitoramento do acesso a meios letais;
- Incentivar a população em geral principalmente as mais vulneráveis para participação em atividades sociais, culturais e religiosas;
- Promover espaços de reflexão para que as pessoas elaborem metas de vida;
- Envolver as instituições sociais e comunitárias para o desenvolvimento de atividades com este público;

- Proporcionar atividades que elevem o sentimento de pertença, senso de identidade, e a autoestima.

É necessário também conforme já tratamos no módulo anterior, articular a rede local de saúde mental a fim de oferecer cuidados em saúde mental nas situações de sofrimento psíquico, bem como nos transtornos mentais e com relação ao uso de substâncias psicoativas.

A busca de sentido na vida é um importante fator de prevenção para o suicídio!

O alerta foi feito pelo psicólogo Carlos Henrique Aragão Neto, especialista em luto, no VI Simpósio Internacional de Prevenção do Suicídio, promovido pelo CVV (Centro de Valorização da Vida), em Fortaleza (CE). O pesquisador aponta uma equação complexa, mas direta, entre a falta de sentido e o vazio existencial, que podem resultar no comportamento autodestrutivo. “Alguém com comportamento suicida fala do desespero, mas ninguém nasce desesperado. É o que a gente chama de afeto intolerável”, explica.

Fatores de proteção na adolescência

Os autores Benincasa e Resende (2006) trazem a reflexão acerca dos fatores estressores na adolescência, que podem desencadear a depressão e risco para o suicídio, bem como trata também sobre os fatores de proteção para esta fase da vida.

Inicialmente trazem a discussão fatores de proteção à depressão na adolescência, afirmam que, ao mesmo tempo em que os adolescentes relatam precisar de liberdade para se divertir, informam sobre a necessidade de apoio e de proteção para sentirem-se seguros (Martins, Trindade e Almeida, 2003, Apud, Benincasa e Resende, 2006). Os autores demonstram que, para seus sujeitos, o bem-estar está ligado ao sentimento de proteção oferecido pelos pais. Acrescentam ainda que o apoio e a proteção são elementos



significativos para a vida e que a responsabilidade para seu futuro está, neste momento, colocada em agentes externos (pais, boa escola, entre outros).

Ainda neste mesmo documento trazem o alerta para os estressores nesta fase da vida, que são principalmente relacionados a qualidade do relacionamento entre estes adolescentes e seus pais.

Como fator de proteção para os riscos no período da adolescência, pode-se pontuar a possibilidade de poder falar sobre o que pensa e sente. Relatam que o jovem sente muita necessidade da fala e, embora tímido, sutilmente vai abrindo o espaço para se manifestar e influenciar nas situações – a interação com o outro é vital para ele e, apesar do seu bem conhecido caráter grupal, a experiência destes autores tem mostrado que os adolescentes gostam e precisam do contato com diferentes pessoas, de diferentes idades e é possível vê-los por longas horas, junto delas, apenas conversando (Melo, Faria, Chaves e Machado, 2005, Apud, Benincasa e Resende, 2006).

Prevenção ao suicídio no Brasil

Diante da relevância da problemática do suicídio para a sociedade, o Ministério da Saúde através da Portaria nº 1.876, de 14 de agosto de 2006, institui as Diretrizes Nacionais para a Prevenção do Suicídio, a ser implantadas em todas as unidades federadas, respeitadas as competências das três esferas de gestão. O artigo segundo da Portaria detalha as ações permitidas no âmbito da prevenção ao suicídio, a saber:

Art. 2º Estabelecer que as Diretrizes Nacionais para Prevenção do Suicídio sejam organizadas de forma articulada entre o Ministério da Saúde, as Secretarias de Estado de Saúde, as Secretarias Municipais de Saúde, as instituições acadêmicas, as organizações da sociedade civil, os organismos governamentais e os não-governamentais, nacionais e internacionais, permitindo:

I - desenvolver estratégias de promoção de qualidade de vida, de educação, de proteção e de recuperação da saúde e de prevenção de danos;

II - desenvolver estratégias de informação, de comunicação e de sensibilização da sociedade de que o suicídio é um problema de saúde pública que pode ser prevenido;

III - organizar linha de cuidados integrais (promoção, prevenção, tratamento e recuperação) em todos os níveis de atenção, garantindo o acesso às diferentes modalidades terapêuticas;

IV - identificar a prevalência dos determinantes e condicionantes do suicídio e tentativas, assim como os fatores protetores e o desenvolvimento de ações intersetoriais de responsabilidade pública, sem excluir a responsabilidade de toda a sociedade;



V - fomentar e executar projetos estratégicos fundamentados em estudos de custo-efetividade, eficácia e qualidade, bem como em processos de organização da rede de atenção e intervenções nos casos de tentativas de suicídio;

VI - contribuir para o desenvolvimento de métodos de coleta e análise de dados, permitindo a qualificação da gestão, a disseminação das informações e dos conhecimentos;

VII - promover intercâmbio entre o Sistema de Informações do SUS e outros sistemas de informações setoriais afins, implementando e aperfeiçoando permanentemente a produção de dados e garantindo a democratização das informações; e

VIII - promover a educação permanente dos profissionais de saúde das unidades de atenção básica, inclusive do Programa Saúde da Família, dos serviços de saúde mental, das unidades de urgência e emergência, de acordo com os princípios da integralidade e da humanização.

Durante o mês de setembro temos as ações reforçadas no âmbito de prevenção ao suicídio no mundo, chamado de **SETEMBRO AMARELO**. No Brasil este movimento foi iniciado em 2015, pelo CVV (Centro de Valorização da Vida), CFM (Conselho Federal de Medicina) e ABP (Associação Brasileira de Psiquiatria). Mundialmente, o IASP – Associação Internacional para a Prevenção do Suicídio estimula a divulgação da causa, vinculado ao dia 10 do mesmo mês no qual se comemora do **DIA MUNDIAL DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO**.

O CVV – Centro de Valorização da Vida – é uma organização sem fins lucrativos e grande mobilizadora do Setembro Amarelo que atua gratuitamente na prevenção do suicídio desde 1962.

Alguns destaques do Setembro Amarelo nestes anos foram:

- Iluminação de monumentos como o Cristo Redentor no Rio de Janeiro/RJ, o Congresso Nacional e a ponte Juscelino Kubitschek em Brasília/DF, o estádio Beira Rio em Porto Alegre/RS, a Catedral e o Paço Municipal de Fortaleza/CE, Ponte Anita Garibaldi em Laguna/SC, e o Palácio Campo das Princesas em Recife/PE.
- Também foram feitas ações de rua, como caminhadas, passeios ciclísticos, passeios de motos e abordagens em locais públicos em várias cidades do Brasil.

No Setembro Amarelo de 2017 o Ministério da Saúde lança Agenda Estratégica de Prevenção do Suicídio tendo como meta reduzir em 10% a mortalidade por suicídio até 2020. Esta agenda visa qualificar a assistência bem como melhorar a qualidade das notificações.

Até 2020 visa ampliar e fortalecer as ações de promoção da saúde, vigilância, prevenção e atenção integral relacionados ao suicídio, para a redução de tentativas e

mortes por suicídio por meio da construção do Plano Nacional de Prevenção do Suicídio. (Brasil, 2017).



Um dos primeiros passos para a conscientização é **QUEBRAR O TABU** em volta do assunto, desta forma o Setembro Amarelo tem como proposta visibilizar e levar o tema para discussão na sociedade, sensibilizando a sociedade, instituições e profissionais para este tema.

Objetivando maior alcance das ações de prevenção ao suicídio torna-se muito importante o papel da mídia atuando em conjunto.

Conforme já tratamos no módulo anterior a rede local de vigilância, prevenção e controle do suicídio é constituída de pessoas de diferentes setores que se articulam em torno de um objetivo comum.

Os profissionais da mídia podem contribuir de forma diferenciada na formação dessa rede, disponibilizando informações de maneira adequada e mantendo contato constante com os parceiros que a constituem. Ao atuar de forma articulada, sem o desejo da notícia de cunho sensacionalista, esses profissionais podem contribuir de maneira definitiva na desmistificação do suicídio, sugerindo um novo olhar da sociedade local para o problema. (Rio Grande do Sul, 2011).

A Organização Mundial da saúde (2000), traz orientações para a atuação dos profissionais do jornalismo na perspectiva de prevenção ao suicídio e promoção da saúde, a saber:

O QUE FAZER?

- ✓ Trabalhar em conjunto com autoridades de saúde na apresentação dos fatos;

- ✓ Referir-se ao suicídio como suicídio “consumado”, não como suicídio “bem sucedido”;
- ✓ Apresentar somente dados relevantes, em páginas internas de veículos impressos;
- ✓ Destacar as alternativas ao suicídio;
- ✓ Fornecer informações sobre números de telefones e endereços de grupos de apoio e serviços onde se possa obter ajuda;
- ✓ Mostrar indicadores de risco e sinais de alerta sobre comportamento suicida (OMS, 2000, p. 9. Apud, Rio Grande do Sul 2011).

O QUE NÃO FAZER?

- ✓ Não publicar fotografias da pessoa ou cartas que tenha deixado;
- ✓ Não informar detalhes específicos sobre o método utilizado;
- ✓ Não fornecer explicações simplistas;
- ✓ Não glorificar o suicídio ou fazer sensacionalismo sobre o caso;
- ✓ Não usar estereótipos religiosos ou culturais;
- ✓ Não atribuir culpas. (OMS, 2000, p. 9. Apud, Rio Grande do Sul 2011).

Para a Associação Brasileira de Estudos e Prevenção do Suicídio - ABEPS, a prevenção do suicídio é uma tarefa para muitas mãos, por isso, é imperativo e urgente desenvolver projetos que envolvam o poder público, a comunidade, as escolas, os ambulatórios, os hospitais, os CAPS, as universidades, a polícia, o exército, entre tantos outros setores de nossa sociedade promovendo debates e gerando ações que permitam definir políticas e ações capazes de intervir com eficácia junto à população de maior risco de suicídio (Carvalho, 2017).

Então chegamos ao final do nosso curso, discutindo a problemática do suicídio em nossa sociedade em seus múltiplos aspectos, e que para prevenir precisamos lançar mão de várias estratégias de atendimento para com o indivíduo, sua família e a comunidade em geral. Também podemos perceber que atuando de forma isolada dificilmente poderemos obter sucesso nesta tarefa.

Esperamos que este curso tenha alcançado o seu maior objetivo, que foi de instrumentalizar e fortalecer os profissionais da rede de serviços de Assistência Social para atuar junto aos demais atores sociais no enfrentamento ao suicídio.

Gostaríamos de deixar esta música “Enquanto houver sol, Titãs” que fala sobre esperança para que possamos ter a convicção dentro de nós fortalecida de que este problema pode ser sessado na nossa sociedade, com o apoio de cada um de nós, e assim resgatar o brilho nos olhos e a vontade de viver destas pessoas.

Boa sorte e espero que nos encontremos em outras oportunidades!!!





REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria Nº 1.876, DE 14 DE AGOSTO DE 2006. Diretrizes Nacionais para Prevenção do Suicídio.

_____ . _____ . **Agenda Estratégica de Prevenção do Suicídio, 2017 a 2020.**

BENINCASA, Maria e REZENDE, Manuel Moragado. Tristeza e suicídio entre adolescentes: Fatores de risco e proteção. BOLETIM DE PSICOLOGIA, 2006, VOL. LVI, Nº 124: 93-110.

CVV, Centro de Valorização da Vida. **Sentido na vida é fator de proteção contra suicídio.** www.cvv.org.br. Acesso em 13/06/2018.

CARVALHO, Soraya. Artigo: O Setembro Amarelo e as repercussões na saúde pública. Rede Brasileira de Prevenção do suicídio. 1 de outubro de 2017. Disponível em: <http://www.rebraps.com.br/2017/10/artigo-sobre-o-setembro-amarelo.html>. Acesso em: 29/05/2018.

PARANÁ, **Prevenção do Suicídio.** Cadernos de Socioeducação. 2015

PORUTGAL. Ministério da Saúde. Programa Nacional de Saúde Mental. **Plano Nacional de Prevenção do Suicídio 2013/2017.**

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria Estadual da Saúde. Centro Estadual de Vigilância em Saúde. Divisão de Vigilância Epidemiológica. Núcleo de Vigilância das Doenças e Agravos não Transmissíveis. **Prevenção do Suicídio no nível local: orientações para a formação de redes municipais de prevenção e controle do suicídio e para os profissionais que a integram** / Organização Anna Tereza Miranda Soares Moura, Eliane Carnot Almeida, Paulo Henrique de Almeida Rodrigues, Ricardo de Campos Nogueira, Tânia E. H. H. - Porto Alegre: CORAG, 2011. 87p. : il