



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA

RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM
SAÚDE MENTAL – RESMEN

Setembro Amarelo

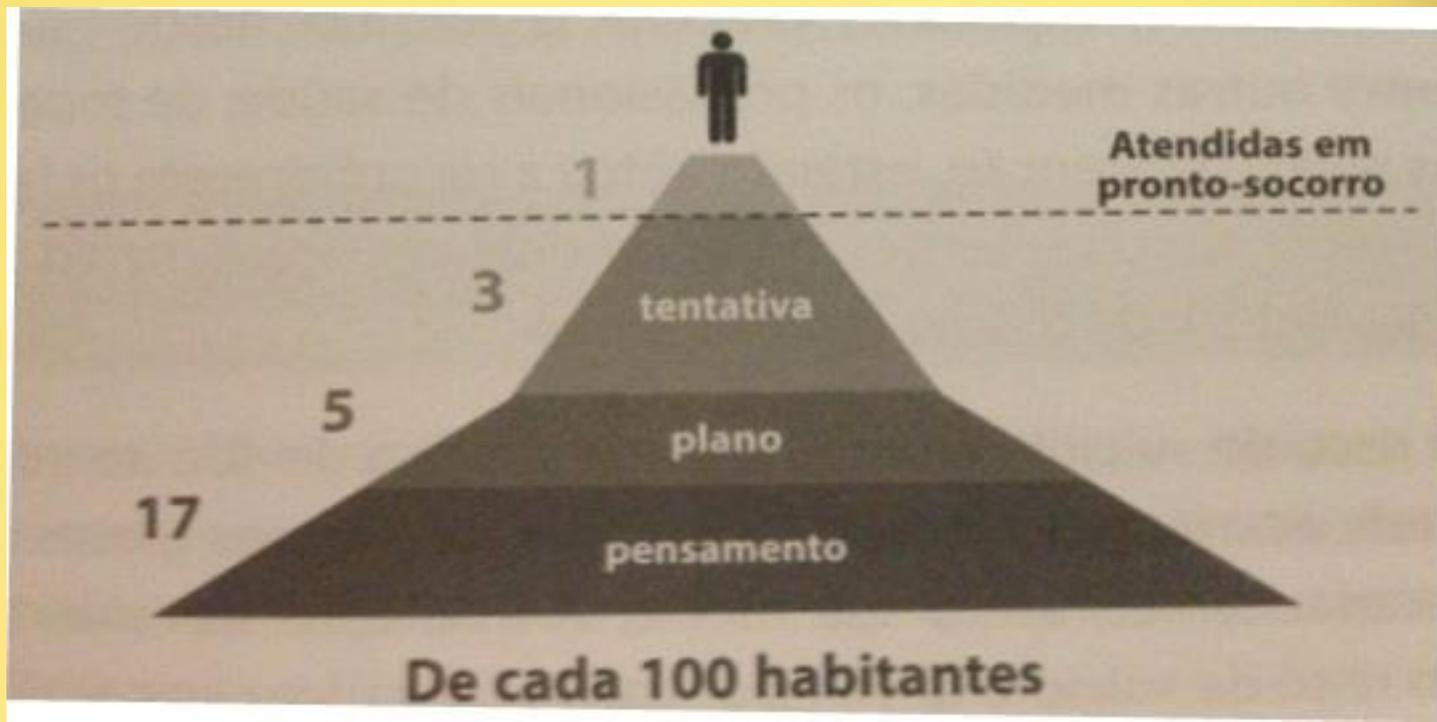


Vamos Falar Sobre Suicídio



Definição

Ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, mesmo que ambivalente, usando um meio que ele acredita ser letal.



Estatísticas

Segundo a Agência das Nações Unidas (ONU), **mais de 800 mil pessoas** morrem por suicídio todos os anos no mundo;

E é a segunda principal causa de morte entre jovens com idade **entre 15 e 29 anos**, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS)2014;

Setenta e cinco por cento dos suicídios ocorrem em países de **baixa e média renda**;

O Brasil registrou **11.433 mortes por suicídio** em 2016 – em média, um caso a cada 46 minutos, segundo o Ministério da Saúde;

A Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde (OMS) alertou para este grave problema de saúde pública responsável por **uma morte a cada 40 segundos no mundo**.

Segundo o Ministério da Saúde no Brasil entre os anos de 2007 a 2016 - **106.374 mil pessoas morreram em decorrência do suicídio**

Intoxicação 18% dos óbitos;

Enforcamento 60% dos óbitos;

Do total de ocorrências, 70% das tentativas de suicídio por intoxicação aconteceram com mulheres.



Índia 258.075



Coreia do Sul 17.908



China 120.730



Paquistão 13.377



**Estados Unidos
43.361**



Brasil 11.821

Em 2012, foram registradas 11.821 mortes, sendo 9.198 homens e 2.623 mulheres (taxa de 6,0 para cada grupo de 100 mil habitantes).



Rússia 31.997



Alemanha 10.745



Japão 29.442



Bangladesh 10.167

O risco mais forte está relacionado a **tentativa anterior**;

5 a 6x mais chance de tentar novamente;

50% dos que se suicidaram já haviam tentado antes;

Além disso, **a cada três segundos** alguém atenta contra a própria vida;

Tentativas de suicídio - Brasil, 2011-2016

Mulheres - 69%

Homens - 31%

48.204

58% por envenenamento/
intoxicação

-Objeto pérfuro-cortante - 6,5%
-Enforcamento - 5,8%

Reincidentes na tentativa de suicídio:

- Mulheres – 31,3%;
- Homens – 26,4%

Sinan – Brasil, 2011-2016

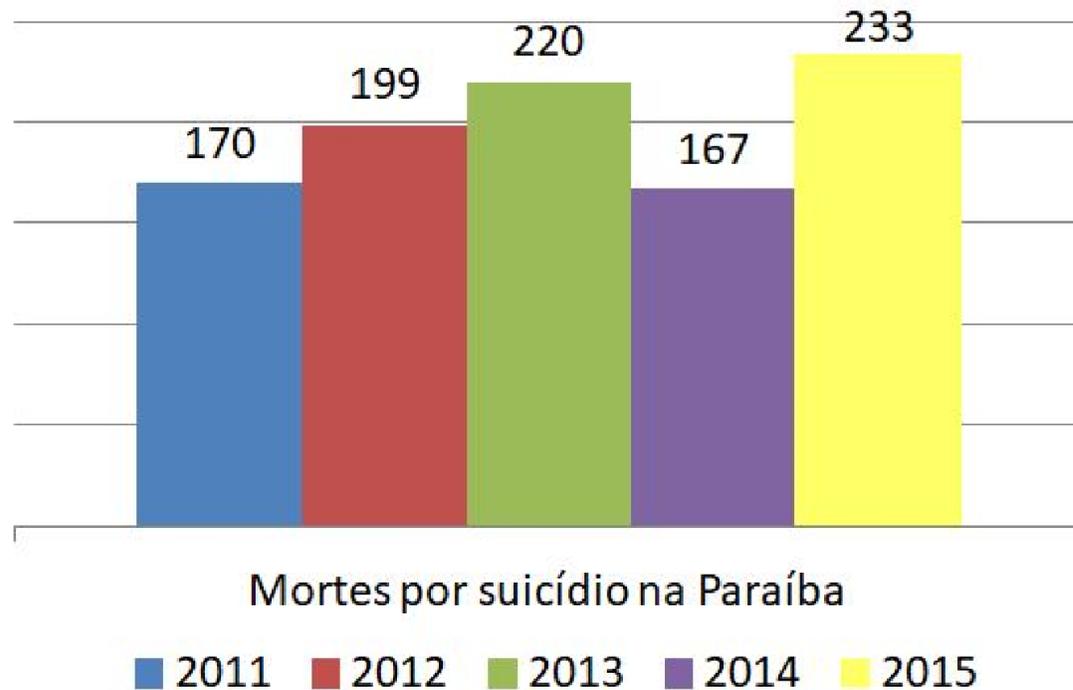
Homens morrem
mais por suicídio:
79%



62% por enforcamento

Sistema de Informação sobre Mortalidade – Brasil, 2011-2016

PARAÍBA



Mortes por suicídio na Paraíba

■ 2011 ■ 2012 ■ 2013 ■ 2014 ■ 2015

**SIM, Brasil – 2017:
213 casos de suicídio**

Boletim Epidemiológico Nacional – Brasil, 2017

MITO

VERDADE

O suicídio é uma decisão individual, já que cada um tem pleno direito a exercer o seu livre arbítrio.

A doença mental interfere na crítica, na percepção da realidade e portanto no livre arbítrio.

Quando uma pessoa pensa em suicídio terá esse risco para o resto da vida.

Se o risco for eficazmente tratado ele desaparece por completo.

As pessoas que ameaçam se matar não o farão, querem chamar atenção.

A grande maioria dá sinais e fala sobre suas ideias de morte.

Se uma pessoa que se sentia deprimida e tinha pensamentos suicidas passa a melhorar, significa que o problema já passou.

Uma pessoa que sente-se “melhor” ou sente-se aliviada, pode estar assim por já ter tomado a decisão de se matar.

MITO

VERDADE

Quando um indivíduo mostra sinais de melhora ou sobrevive à uma tentativa de suicídio, está fora de perigo.

A pessoa que ainda está no hospital ou no período logo em seguida de uma tentativa, está altamente fragilizada, e é um dos períodos mais perigosos.

Não devemos falar sobre suicídio, pois isso pode aumentar o risco.

Isso não aumenta o risco. Muito pelo contrário, falar sobre esse assunto pode aliviar a angustia e tensão que estes pensamentos trazem.

É proibido que a mídia aborde o tema suicídio.

Este é um assunto de saúde pública e a mídia deve abordar de forma adequada. É fundamental dar informações sobre o problema e onde buscar ajuda.

Fatores de Riscos

Tentativa de suicídio

Sofrimento Psíquico

Suicídio na família

Abuso físico ou sexual na infância

Impulsividade / Agressividade

Isolamento social

Doenças incapacitantes / incuráveis

Desespero e inquietude

Alta recente de internações psiquiátricas



O comportamento suicida está relacionado ao **uso abusivo do álcool e a depressão**, esses são os principais fatores relacionados ao suicídio;

Vários suicídios ocorrem de **forma impulsiva** em momento de crise, com um colapso na **capacidade de lidar com os estresses da vida**: problemas financeiros, término de relacionamento, dores crônicas e doenças;

As taxas de suicídio também são elevadas em **grupos vulneráveis**: refugiados e migrantes; indígenas; lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros e intersexuais (LGBTI); e pessoas privadas de liberdade.

Prevenção do Suicídio: **FRASES DE ALERTA**



**EU PREFERIA
ESTAR MORTO**



**EU NÃO POSSO
FAZER NADA**



**EU NÃO
AGUENTO MAIS**



**EU SOU UM PERDEDOR
E UM PESO PROS OUTROS**



**OS OUTROS
VÃO SER MAIS
FELIZES SEM MIM**

Fatores de Proteção

Autoestima elevada;

Bom suporte familiar;

Ausência de sofrimento psíquico;

Laços sociais com família e amigos;

Espiritualidade;

Estar empregado;

Ter crianças em casa;

Senso de responsabilidade com a família;

Gravidez desejada e planejada;

Boa capacidade de adaptação e de resolver problemas;

Ter acesso a serviços e cuidados de saúde.



Prevenção

A prevenção ao suicídio necessita de uma **ação conjunto** de toda sociedade pela complexidade que envolve a temática;

A Implantação de **políticas públicas** para reduzir o uso nocivo do álcool; identificação precoce, tratamento e cuidados de pessoas com transtornos mentais ou por uso de substâncias, dores crônicas e estresse emocional agudo; entre outras;

O **estigma** que acompanha o transtorno mental e o suicídio, dificulta o pedido de ajuda de muitas pessoas;

Prevenção

O suicídio ainda hoje não tem sido tratado de forma adequada como um problema de saúde pública, o tema ainda é tabu em nossa sociedade;

Sensibilizar a comunidade e quebrar o tabu são ações importantes aos países para alcançar progressos na prevenção do suicídio;

Estudos do ministério apontaram que o risco de suicídio é **reduzido em 14%** em municípios com a presença de **Centros de Atenção Psicossocial (CAPS)**.

O Meu Papel

Saber reconhecer os sinais de alerta em si mesmo ou em alguém próximo a você pode ser o primeiro e um importante passo;

Um indivíduo em sofrimento **pode dar certos sinais**, que devem chamar a atenção de seus familiares e amigos próximos;

Por isso, fique atento(a) se a pessoa demonstra comportamento suicida e **procure ajudá-la**.

Como Posso Ajudar

Conversar e escutar um amigo que está com depressão pode ajudá-lo;

É preciso se **informar e estimular** a busca por ajuda profissional;

A **depressão existe**, não devemos fazer julgamentos sobre a condição da pessoa;

Fale sobre o assunto; fingir que não existe (depressão) só isola quem precisa de apoio;

Tomar um café juntos é suficiente para fazê-la se sentir melhor.

Como Posso Ajudar

Ouvir sem julgar a dor do outro;

Seja acolhedor;

Ficar calmo;

Levar a situação a sério;

Ganhar tempo – fazer um contrato;

Se o risco é grande, ficar com a pessoa;

Incentive para que busque ajuda profissional.



Como não se comunicar

Ignorar a situação;

Falar que tudo vai ficar bem, sem agir para que isso aconteça;

Desafiar a pessoa a continuar em frente;

Fazer o problema parecer trivial;

Dar falsas garantias;

Jurar segredo;

Deixar a pessoa sozinha.



Rede de Proteção

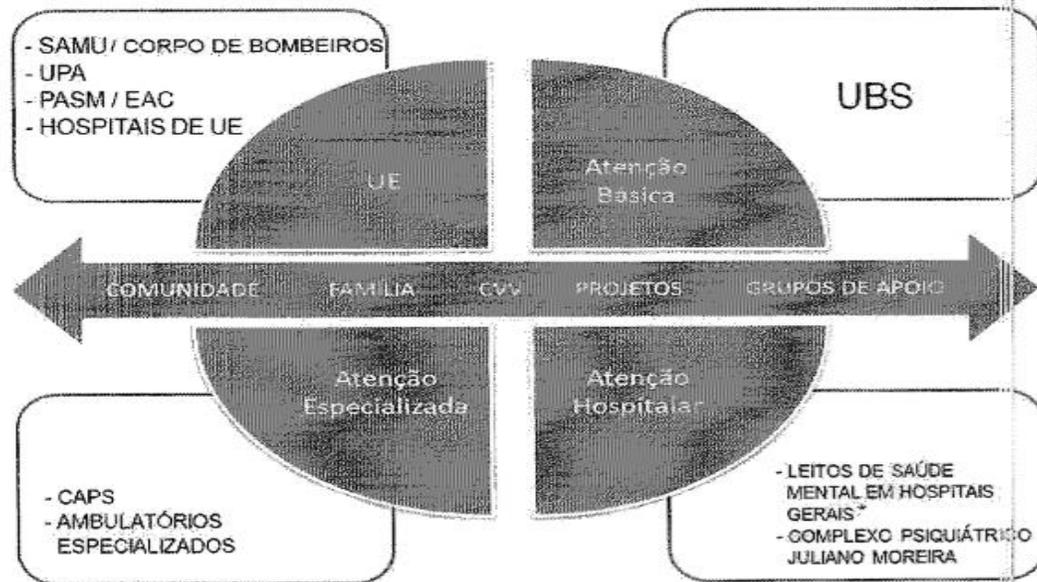
Acolhimento, contato inicial, empatia e responsabilidade

Família/Amigos

Companheiros/namorados

Profissionais de saúde

Grupos de apoio, ex.: Centro de Valorização da Vida (CVV)
www.cvv.com.br; grupo na Atenção Primária; grupo de ginástica, atividades de lazer.



0

SAMU: Serviço de Atendimento Móvel de Urgência

PASM: Pronto Socorro em Saúde Mental (Complexo Hospitalar de Mangabeira)

EAC: Espaço de Atenção à Crise (Complexo Psiquiátrico Juliano Moreira)

UE: Urgência e Emergência

UBS: Unidade Básica de Saúde

CAPS: Centro de Atenção Psicossocial

*Existem em Campina Grande, na Paraíba, ainda não há em outros municípios

Obrigado!

