

POR QUE É
IMPORTANTE FALAR
SOBRE SUICÍDIO?





Nesse mês que no dia 10 é conhecido como o dia mundial de prevenção do suicídio. O Setembro Amarelo é dedicado à prevenção e conscientização contra o suicídio. Cerca de 12 mil suicídios são registrados todos os anos no Brasil e mais de 1 milhão no mundo.

Trata-se de uma triste realidade e, em 96,8% dos casos há relação com transtornos mentais. Entre as principais doenças relacionadas está a depressão, seguida do transtorno bipolar e abuso de substâncias. Os índices crescentes de suicídios nas últimas décadas alertam sobre a importância de falar sobre o assunto.

Ainda há muito tabu acerca do tema, mas o colocar em pauta na sociedade é fator importante para evitar a perda de outras vidas. É nesse cenário que o Setembro Amarelo ganha cada vez mais força. A campanha mobiliza a sociedade para conscientização sobre o tema, falando sobre como identificar sinais da ideação suicida, como ajudar ou buscar ajuda.





SETEMBRO AMARELO NO BRASIL

Aproveitando a data mundial, a campanha Setembro Amarelo foi criada no Brasil em 2015. O projeto é um trabalho conjunto do CVV (Centro de Valorização da Vida), CFM (Conselho Federal de Medicina) e ABP (Associação Brasileira de Psiquiatria), com a proposta de associar a cor ao mês que marca o Dia Mundial de Prevenção do Suicídio (10 de setembro).

O objetivo é conscientizar sobre a prevenção do suicídio e dar visibilidade à causa. Ao longo dos últimos anos, escolas, universidades, entidades do setor público e privado e a população de forma geral se envolveram neste movimento. Monumentos como o Cristo Redentor (RJ), o Congresso Nacional e o Palácio do Itamaraty (DF), o Estádio Beira Rio (RS) e o Elevador Lacerda (BA), participam da campanha.





FATORES QUE PODEM AUMENTAR O RISCO DE IDEIAS SUICIDAS

A tentativa de suicídio pode acontecer entre pessoas de qualquer faixa etária, gênero ou classe social. Porém, alguns fatores podem ampliar o risco.



Um dos primeiros alertas é para pessoas que apresentam transtornos psiquiátricos. Em especial, quando se trata de depressão, transtorno bipolar, ansiedade e esquizofrenia. Casos de abuso de drogas e bebidas alcoólicas também merecem atenção.

Alguns estudos indicam também que há prevalência de tentativas de suicídio acima de 65 anos. Idosos podem sofrer com a solidão, sentimento de incapacidade e falta de perspectiva no futuro, levando a ideias suicidas.

Problemas financeiros também podem ser fatores de risco. Há ainda um certo grau de hereditariedade, que a ciência não conseguiu mensurar até o momento.



SE PRECISAR, PEÇA AJUDA

Se você está passando por um momento difícil e perceber que não consegue lidar com suas angústias sozinho, busque ajuda.

O apoio profissional pode ser muito importante para superar uma fase difícil ou receber o diagnóstico correto para um tratamento efetivo. Por mais complicada que seja a situação, há sempre uma saída.

Psicólogos e psiquiatras são profissionais que podem ajudar. O psicólogo poderá auxiliar você a lidar com as angústias e desenvolver ferramentas para superá-las. Enquanto o psiquiatra pode indicar o tratamento medicamentoso para combater os sintomas depressivos.





O CVV É GRATUITO

O Centro de Valorização da Vida (CVV) trabalha para oferecer suporte emocional e realizar a prevenção do suicídio. A organização é reconhecida como Utilidade Pública Federal desde a década de 1970.

Voluntários ficam à disposição 24 horas para oferecer atendimento pelo telefone 188 ou pelo chat online no site. O atendimento é anônimo e realizado por voluntários que guardam sigilo.

Ligue 188
ou acesse cvv.org.br



Se precisar, não hesite em buscar ajuda.

Referências:
Ministério da Saúde(OMS)
CVV.ORG.BR


humanittare
always efficient