

SETOR DE ATENÇÃO À SAÚDE DO TRABALHADOR - SAST

Cuidando da Saúde Mental



UM COMPROMISSO COM A VIDA

O setembro amarelo foi criado no Brasil em 2015, inspirado pela ação de pais e amigos de Mike Emme, um jovem americano de 17 anos, que tirou a própria vida em 1994, nos Estados Unidos. Eles distribuíram fitas amarelas em seu funeral, simbolizando a luta da prevenção do suicídio e a importância da busca por ajuda.

A campanha visa promover a educação sobre saúde mental, ensinando as pessoas a reconhecerem os sinais de alerta de sofrimento psíquico e a procurarem auxílio quando necessário.

A prevenção por meio da identificação precoce de fatores de risco e o acesso ao tratamento adequado são fundamentais para a preservação da vida.

Quebrar o silêncio ajuda a prevenir o suicídio!

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Segundo a Organização Mundial de Saúde - OMS, o suicídio é uma questão global de saúde pública que afeta indivíduos de todas as idades, raças, gênero e origem.

No entanto, muitos casos podem ser prevenidos através da conscientização, da educação e de intervenção adequada.



DADOS SOBRE SUICÍDIO NO BRASIL E NO MUNDO

- Segundo a OMS, a cada 40 segundos, uma pessoa comete suicídio no mundo;
- O suicídio, de acordo com a OMS, é a segunda principal causa de morte entre as pessoas com idade entre 15 e 29 anos;
- 79% dos casos de suicídios ocorrem em países de baixa e média renda de acordo com a OMS;



- Segundo o Ministério da Saúde, as mulheres tentam mais suicídio que os homens;
- Segundo o Centro de Valorização da Vida - CVV, 32 brasileiros morrem por dia vítimas de suicídio;
- De acordo com a OMS, 90% dos suicídios podem ser prevenidos.

FATORES DE RISCO

Os fatores de risco podem ser de natureza psíquica, biológica, comportamental e ambiental. Transtornos psíquicos, alterações neurológicas, exclusão social, discriminação e impulsividade são exemplos de fatores de risco.



FATORES DE PROTEÇÃO

Nem todos as pessoas com fatores de riscos irão tentar o suicídio, haja vista que os fatores de proteção reduzem significativamente a probabilidade de suicídio.

Suporte familiar ou de amigos, acesso a cuidados em saúde mental, sentimento de pertencimento, propósito de vida, religião ou espiritualidade, habilidade de resolução de conflitos e capacidade para lidar com as emoções de forma saudável são exemplos de fatores de proteção.

A tentativa prévia de suicídio é o principal fator de risco para novas tentativas para o suicídio consumado. Estudos indicam que pessoas que já tentaram suicídio têm 5 vezes mais chances de realizar uma nova tentativa em comparação àqueles que nunca tentaram.

SE PRECISAR, PEÇA AJUDA!

Você sabia que no Brasil existe uma instituição que oferece apoio emocional e atua na prevenção do suicídio? Trata-se do Centro de Valorização da Vida (CVV), uma associação sem fins lucrativos. Caso precise conversar, basta ligar para 188 ou acessar o chat no site da CCV. O telefone e o chat funcionam 24 horas por dia, todos os dias da semana.