

VOCÊ SABIA?

O suicídio é uma das principais causas de morte em todo mundo atualmente.

Entre os jovens de 15 a 29 anos, é ainda mais preocupante. O suicídio foi a quarta causa de morte em 2019.

Mas ATENÇÃO:
Tem crianças e adolescentes que pensam em suicídio. Fique alerta! Não duvide de alguém com ideiação suicida, AJUDE!



SE PRECISAR, PEÇA AJUDA!

O Sistema Único de Saúde oferece atendimento gratuito na Rede de Apoio Psicossocial, por meio dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPs).

E se você se deparar com uma situação de tentativa de suicídio eminente que necessite de intervenção imediata,

LIGUE 192 (SAMU)



É crime, segundo o Código Penal Brasileiro:

- Induzir ou incentivar a pessoa a suicidar;
- Ajudar a pessoa a suicidar

**SETEMBRO
AMARELO**
MÊS DE PREVENÇÃO
AO SUICÍDIO



VOCÊ SABIA?

Suicídio é um ato produzido pelo indivíduo, com o objetivo de interromper a própria vida.

Já o comportamento suicida compreende os pensamentos, planos e as tentativas de colocar fim à própria vida.

Existem fatores que podem proteger as pessoas do comportamento suicida, como:

- Suporte familiar;
- Acompanhamento por profissionais de saúde desde os primeiros sintomas;
- Bons relacionamentos sociais;
- Boa autoestima;
- Religiosidade.

O QUE LEVA AS PESSOAS A TENTAR SUICÍDIO OU SE MATAR?

- Diagnóstico de doença psiquiátrica;
- Tentativa prévia de suicídio;
- Histórico familiar de comportamento suicida;
- Comportamentos auto lesivos e a automutilação;
- Abuso e dependência de álcool e outras drogas;
- Traumas e violências sofridas na infância;
- Comportamento impulsivo;
- Bullying.



E TAMBÉM FATORES SOCIAIS, COMO:

- Separação conjugal
- Desemprego
- Conflitos familiares
- Fácil acesso a meio letal

ATENÇÃO! Tem sido, cada vez mais frequente, pessoas com dívidas em jogos de azar tentarem suicídio ou suicidarem!

COMO RECONHECER QUE ALGUÉM PRECISA DE AJUDA?

Pessoas que abandonam atividades rotineiras, aumentam o uso de álcool e outras drogas, e que falam:

- ☑ “Que gostariam de sumir”
- ☑ “Que não aguentam mais viver”
- ☑ “Que não tem mais esperança”
- ☑ “Nada mais faz sentido”
- ☑ “Sinto uma dor que não passa”

Podem estar com ideação suicida. Fique atento!

COMO AJUDAR?

- ☑ Dê atenção especial e redobrada à pessoa que disser que quer se matar e converse com ela;
- ☑ Ouça o que a pessoa está sentindo e não julgue;
- ☑ Não mude de assunto, nem subestime ou menospreze a dor da pessoa;
- ☑ Acompanhe ao psiquiatra ou psicólogo;
- ☑ Não deixe a pessoa sozinha;
- ☑ Avise à família ou às pessoas próximas.