



Palavras-chave:
diálogo, suicídio, cuidado,
jovem, relações afetivas

O Conecta Educação é uma iniciativa da Fundação FEAC que tem como propósito debater, fomentar e compartilhar possíveis soluções que contribuam para eliminação das barreiras que dificultam avanços na educação. Para isso, realizamos um encontro mensal, sempre na última quinta-feira de cada mês, aberto ao público e liderado por especialistas.

Com a intenção de oportunizar o acesso aos conteúdos debatidos nos encontros, os temas apresentados ao longo da edição de 2018 foram organizados de maneira sucinta neste material.

No 7º encontro do Conecta Educação abordamos o tema “suicídio” e a necessidade de tratar essa temática na escola. Foram esclarecidos quais os fatores protetivos e de risco que contribuem na prevenção do suicídio e sobre a necessidade de falar abertamente, sem preconceitos e contando com o auxílio de profissionais habilitados.

DESTAQUES

A sensibilidade na juventude

Adolescentes podem avaliar situações triviais como sendo profundamente danosas e ameaças diretas a sua autoimagem e dignidade pessoal, também desencadeando um risco maior de suicídio.

A escola deve falar sobre suicídio

É preciso que este assunto seja discutido com os professores e funcionários das escolas para que eles sejam habilitados a identificar os alunos de risco, dar apoio imediato e aprender a fazer essa interlocução com os pais e a área da saúde

Vamos superar o tabu e falar sobre o suicídio?

SUICÍDIO: PRECISAMOS FALAR SOBRE

Neste encontro contamos com a presença da Doutora Elizete Prescinotti Andrade, médica Hebiatra, membro do Departamento de Adolescência da SPSP (Sociedade de Pediatria de São Paulo), e especialista em adolescentes pela Sociedade Brasileira de Pediatria, que nos contou um pouco sobre as formas de prevenção do suicídio e como detectar comportamentos de risco.

CONFIRA A SEGUIR OS PRINCIPAIS ASPECTOS DEBATIDOS PELAS ESPECIALISTAS DURANTE O ENCONTRO

Por que hoje é tão necessário falar sobre suicídio?

Elizete - Foi observado um aumento de casos de tentativas e de suicídios entre crianças e adolescentes e as escolas têm um papel importante na prevenção.

Mas trata-se de um assunto complexo mesmo para os profissionais de saúde, que encontram dificuldades em sua atuação. É preciso que este assunto seja discutido com os professores e funcionários das escolas para que eles sejam habilitados a identificar os alunos de risco, dar apoio imediato e aprender a fazer essa interlocução com os pais e a área da saúde.

Devem ser implementados programas que promovam a conectividade e o bem-estar emocional, que devem se iniciar com os professores e funcionários e então ser estendido aos alunos.

O suicídio é a segunda maior causa de mortes entre jovens (15 a 29 anos) no mundo e a quarta na mesma faixa etária no Brasil. Quais são os principais fatores que tem levado os adolescentes a cometerem suicídio?

Elizete - A adolescência marca a transição entre a infância e a idade adulta. É caracterizada por alterações físicas, sociais e mentais. O cérebro está passando por diversas mudanças que possibilitam que o adolescente tenha pensamentos mais elaborados e que se questione sobre si e sobre o que o rodeia. Sendo um período particularmente vulnerável a situações estressantes e a sofrimento psíquico intenso.

Para uma resposta efetiva na prevenção do suicídio é importante a identificação dos diversos fatores de risco para que se consiga implementar intervenções adequadas. A possibilidade de suicídio é geralmente maior entre pessoas com mais de um fator de risco.

Os fatores de riscos são:

Fatores culturais e sócio demográficos

Baixo nível socioeconômico e educacional, desemprego na família, população indígena, imigrantes, dificuldade de aceitação das questões de gênero e relacionadas à identidade e orientação sexual são fatores de risco para o comportamento suicida.

Padrão familiar e eventos de vida negativos

Em adolescentes que tentam ou cometem suicídio, observa-se uma maior incidência de abusos ou violências sofridas na infância e padrões familiares adversos. Entre esses padrões podemos citar: morte de um dos pais, uso abusivo de álcool e outras substâncias, cuidados insuficientes, brigas frequentes, divórcio ou separação litigiosa, pais autoritários demais ou então negligentes.

Estilo de personalidade e cognitivo

Podemos citar: humor instável, raiva e comportamento agressivo, comportamento antissocial, pouca habilidade para resolver problemas, baixa tolerância a frustrações, perfeccionismo, incertezas em relação à identidade ou orientação sexual, relacionamentos ambivalentes com pais, outros adultos e amigos.

Transtornos psiquiátricos

Adolescentes com doenças psiquiátricas tem risco aumentado de suicídio, mas não significa que todos os adolescentes, por exemplo, com depressão, irão se suicidar.

Prévias tentativas de suicídio

Quem já tentou se matar tem risco aumentado de tentar novamente.

Presença de eventos de vida negativos como desencadeadores de comportamento suicida

Existem eventos tão intensos que desencadeiam sentimentos de abandono e desesperança, isto pode trazer à tona pensamentos de suicídio e levar à tentativa de suicídio ou a suicídio.

Entretanto, crianças e adolescentes vulneráveis podem avaliar situações triviais como sendo profundamente danosas e ameaças diretas a sua autoimagem e dignidade pessoal, também desencadeando risco aumentado de suicídio. Listado abaixo algumas situações potencialmente indutoras de risco:

Separação de amigos, namorado (a), colegas de classe; morte de uma pessoa amada, término de relacionamento amoroso, conflitos ou perdas interpessoais, problemas legais ou disciplinares, bullying, decepção com resultados escolares ou repetência, demandas altas na escola durante época de provas, desemprego e dificuldades financeiras, gravidez indesejada, aborto, infecção por HIV ou outra doença sexualmente transmissível, doença física grave; desastres naturais.

Como identificar adolescentes em risco de cometer suicídio?

Elizete - É importante estar atento a mudança de comportamento dos alunos: tristeza, isolamento e até agressividade podem ser indicadores de sofrimento psíquico. Especialmente se o comportamento é novo, aumentou ou está relacionado a um evento doloroso, perda ou mudança.

Existem três comportamentos que requerem ação imediata:

- 1) Falar sobre querer morrer ou se matar;
- 2) Procurando uma maneira de se matar, como procurar na internet ou pegar uma arma;
- 3) Falar sobre se sentir sem esperança ou sem motivos para viver.

Mas deve-se estar atento também a:

- 1) Falar sobre sentir-se preso ou com dor insuportável;
- 2) Falar sobre ser um fardo para os outros;
- 3) Aumentar o uso de álcool ou drogas;
- 4) Atuar ansioso ou agitado; comportando-se de forma imprudente;
- 5) Dormir muito pouco ou demais;
- 6) Retrair ou se isolar;
- 7) Mostrar raiva ou falar em busca de vingança;
- 8) Exibir mudanças extremas de humor.

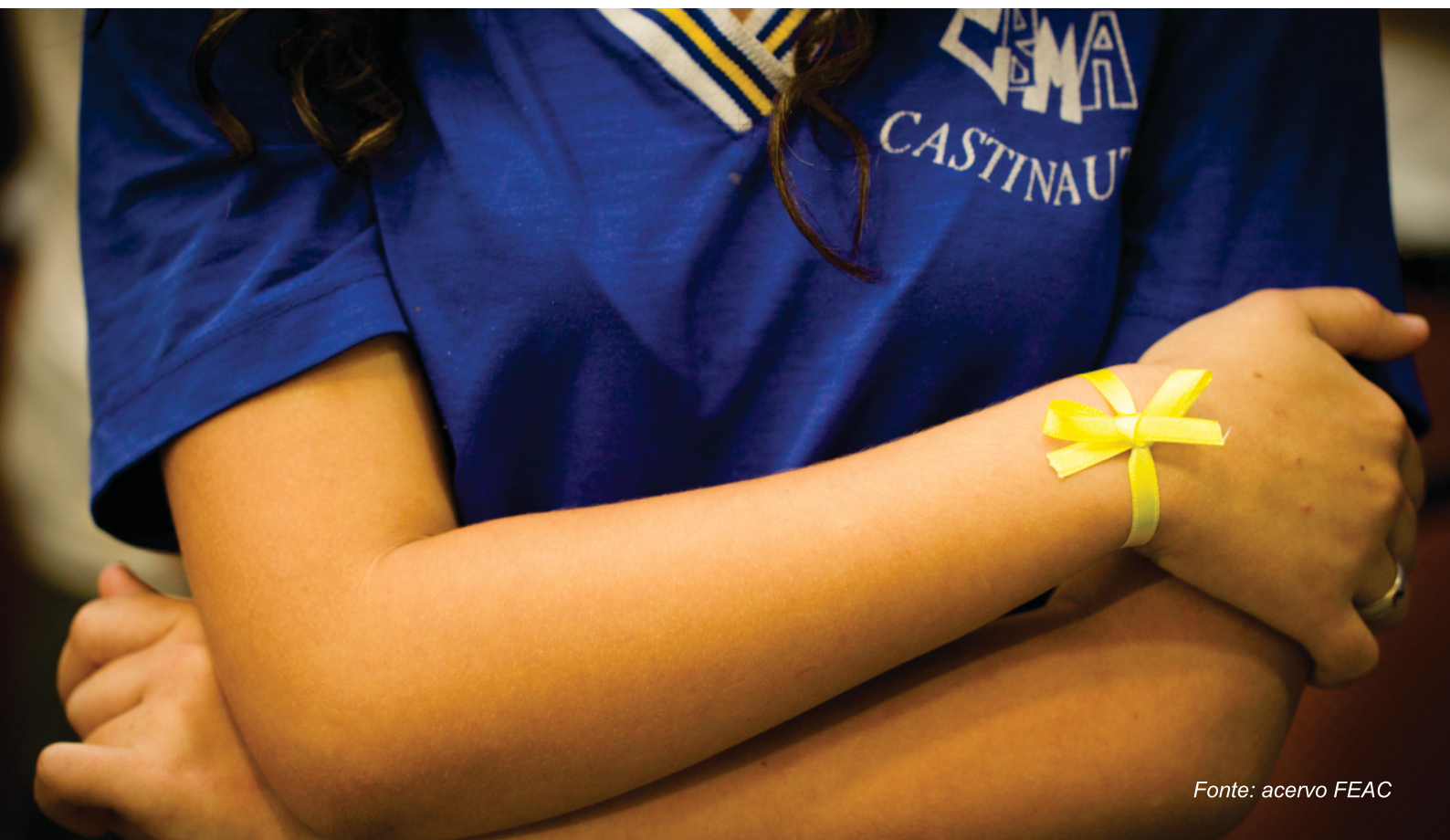
Como a escola pode agir para prevenir e evitar o suicídio dos jovens?

Elizete - Os professores têm um papel importante a desempenhar. Têm contato diário com os adolescentes, o que os torna capazes de observar comportamentos de risco.

OS PROFESSORES TAMBÉM PODEM DESEMPENHAR UM PAPEL ATIVO NA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO, PROMOVENDO O BEM-ESTAR EMOCIONAL DE TODOS OS ALUNOS, NÃO APENAS DAQUELES QUE JÁ SÃO DE ALTO RISCO. ELES PODEM PROMOVER UM SENTIMENTO DE CONEXÃO E PERTENCIMENTO À COMUNIDADE ESCOLAR.

Essa conectividade é a crença dos alunos de que professores e colegas na escola se preocupam com eles como indivíduos, bem como com sua aprendizagem.

A conectividade é um fator importante para melhorar o desempenho acadêmico e trabalhar comportamentos saudáveis, estando diretamente relacionada à redução de pensamentos e tentativas de suicídio.



Há uma relação entre bullying e suicídio?

Elizete - Vários estudos têm demonstrado que existe uma maior incidência de autoagressão não suicida e suicídio entre os adolescentes que foram alvo de bullying e até mesmo em aqueles que foram expectadores das agressões. Mas não sabemos ainda se o envolvimento em situações de bullying atua sozinho, ou em conjunto de outros fatores de risco, aumentando a chance de um adolescente apresentar comportamentos auto lesivos.

Quais são os fatores protetores contra o suicídio?

Elizete - Os fatores protetores são:

Padrões familiares

Bom relacionamento com familiares (diálogo, atenção, fazer algo juntos, etc.).

Apoio familiar (estar presente, construir junto, dar suporte, etc.)

Eu vejo você!

Personalidade e estilo cognitivo

Boas habilidades/ relações sociais.

Confiança em si mesmo, em suas conquistas e sua situação atual.

Capacidade de procurar ajuda quando surgem dificuldades (trabalhos escolares).

Capacidade de procurar conselhos quando decisões importantes devem ser tomadas.

Estar aberto para os conselhos e as soluções de outras pessoas mais experientes.

Estar aberto ao conhecimento.

Fatores culturais e sócio demográficos

Integração social. Por ex. através de participação em esportes, igrejas, clubes e outras atividades.

Bom relacionamento com colegas de escola.

Bom relacionamento com professores e outros adultos.

Aceitar a ajuda de pessoas relevantes

CASO IDENTIFIQUE ALGUÉM PRECISANDO DE AJUDA, LIGUE 188 PARA ENTRAR EM CONTATO COM O CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA (CVV)

O Centro de Valorização à Vida (CVV), entidade que presta serviço voluntário e gratuito de apoio emocional e prevenção do suicídio para todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob total sigilo e anonimato, preparou uma cartilha com orientações sobre o que deve ser feito diante de uma pessoa sob o risco de suicídio.

O **telefone do serviço é 188** e material completo está disponível no site **cvv.org.br**.

Gostou do tema e quer saber mais? Acesse:

<http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/setembro/21/Coletiva-suicidio-21-09.pdf>

http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/campanhas/Prevencao_do_suicidio_2017/folheto_Suicidio_Publico_Geral_150x210.pdf

<http://www.sprc.org/sites/default/files/resource-program/AfteraSuicideToolkitforSchools.pdf>

Clínica Dra. Elizete Prescinotti Andrade:
agendamento@clinicaissa.com.br

O Conecta Educação é uma iniciativa do Departamento de Educação da Fundação FEAC, que investe em projetos que contribuem para uma educação pública cada vez melhor.

www.feac.org.br/educacao

EXPEDIENTE

Tema: Suicídio: precisamos falar sobre

Especialista convidadas: Elizete Prescinotti Andrade

Organizadoras: Amanda Souza dos Santos, Cláudia Chebabi Andrade e Thaís Speranza Righetto

Revisão: Ingrid Vogl