

SETEMBRO AMARELO: VALORIZAÇÃO DA VIDA E PREVENÇÃO DO SUICÍDIO NO MUNICÍPIO DE JURU-PB – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Amanda Barbosa da Silva (1); Alynne Mendonça Saraiva Nagashima (1).

Universidade Federal de Campina Grande – Campus Cuité. Contato: amanda-bs1@live.com

RESUMO

O suicídio atualmente é considerado um problema de saúde pública mundial. A adolescência é o grupo etário que mais mobiliza preocupações frente ao problema, estando assim entre as três principais causas de morte. Este estudo tem como principal objetivo apresentar as experiências e atividades vivenciadas por uma acadêmica de enfermagem durante um estágio extracurricular não obrigatório no Centro de Atenção Psicossocial-I, destacando a participação da enfermagem, frente a realização da campanha setembro amarelo. Trata-se de um relato de experiência, que aborda a problemática desenhada a partir de métodos descritivos e observacionais, que ocorreu no período de 7 a 15 de setembro de 2017. O estágio extracurricular foi supervisionado pelo enfermeiro responsável pelo serviço. Foram realizadas atividades educativas nas escolas municipais e estaduais da cidade de Juru-PB, para alunos na faixa etária de 13 a 18 anos e aos seus respectivos professores, trazendo como enfoque o tema da campanha. A experiência foi significativa agregando conhecimentos frente ao tema, e expondo que falar de suicídio de um jeito sério e coerente também é uma forma de promover vigor, enfatizando a importância da educação em saúde.

Palavras Chave: “Suicídio, Ideação Suicida, Adolescente, Prevenção”.

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde – OMS, o suicídio constitui-se, atualmente, em um problema de saúde pública mundial, pois, em muitos países, está entre as três principais causas de morte entre indivíduos de 15 a 44 anos e é a segunda principal causa de morte entre indivíduos de 10 a 24 anos (BRAGA, 2013).

A adolescência, por sua vez, é o grupo etário que mais mobiliza preocupações com comportamentos de risco à saúde, no qual o suicídio é a terceira principal causa de morte. A ideação suicida consiste no ato intencional de querer matar a si mesmo, com um preditor de tentativas de suicídio e, nesse sentido, pode ser considerada como primeiro passo para que tal atitude seja finalizada (SOUZA, 2010).

O comportamento suicidário abrange todo e qualquer ato através do qual um indivíduo causa uma lesão a si próprio, independentemente do grau de intenção letal e conhecimento do verdadeiro motivo desse ato. Para-suicídio, tentativa de suicídio e suicídio consumado são formas distintas de comportamentos auto lesivos com e sem intenção suicida com letalidade, motivações e funções distintas (MOREIRA, 2008).

Mesmo nos casos em que o suicídio não é completado, a ideação suicida parece relacionar-se com consequências negativas, uma vez que está associada a um maior risco de transtornos psiquiátricos, problemas comportamentais,

(83) 3322.3222

contato@conbracis.com.br

www.conbracis.com.br

baixa autoestima, pobres habilidades em enfrentar problemas e relacionamentos interpessoais na vida adulta (SOUZA, 2010).

Os transtornos mentais mais comumente associados ao suicídio são: depressão, transtorno do humor bipolar e dependência de álcool e de outras drogas psicoativas, no qual a esquizofrenia e certas características de personalidade também são importantes fatores de risco. A situação de risco é agravada quando mais de uma dessas condições combinam-se, como, por exemplo, depressão e alcoolismo; ou ainda, a coexistência de depressão e ansiedade (BOTEGA, 2014).

Ainda que o cenário seja alarmante, o suicídio pode ser prevenido. Sabe-se que o fenômeno do suicídio é complexo, e pode ser influenciado por vários fatores. A partir de uma análise contextual é possível compreender situações de maior risco, entre elas: acesso aos meios de cometer suicídio, dificuldade em lidar com estresses agudos ou crônicos da vida, sofrer violência baseada em gênero, abuso infantil ou discriminação. O estigma em relação ao tema do suicídio impede a procura de ajuda, que pode evitar mortes (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2014).

Da mesma forma, sabe-se que falar de forma responsável sobre o fenômeno do suicídio opera muito mais como um fator de prevenção do que como fator de risco, podendo, inclusive, se contrapor a suas causas. Assim, falar do tema sem alarmismo e enfrentando os estigmas, bem como conscientizar e estimular sua prevenção, pode contribuir para reverter a situação crítica que estamos vivendo (BRASIL, 2017).

Visando esse problema de saúde pública, que se tornou o suicídio, o Centro de Valorização da Vida (CVV), junto com o Conselho Federal de Medicina (CFM) e a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), iniciaram no Brasil em 2015, a campanha intitulada Setembro Amarelo, que preconiza a prevenção do suicídio, com objetivo direto de alertar a população a respeito da realidade do suicídio no Brasil e no mundo e suas formas de prevenção (CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA, 2016).

Para focar neste contexto, a autora deste trabalho realizou um estágio extracurricular não obrigatório no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), com a supervisão direta do enfermeiro responsável pelo serviço, possibilitando a construção do presente artigo, capaz de compartilhar alguns aspectos teóricos e práticos do momento vivido pela autora durante alguns dias da campanha setembro amarelo.

Diante expostos sobre o tema, o presente estudo tem como objetivo apresentar as experiências e atividades vividas por uma acadêmica

de enfermagem durante um estágio no CAPS-I, destacando a participação da enfermagem, frente a realização da campanha setembro amarelo.

METODOLOGIA

Esta pesquisa consiste em um relato de experiência que descreve aspectos vivenciados pela autora, na oportunidade de um estágio extracurricular não obrigatório no CAPS-I. Trata-se de um olhar qualitativo, que aborda a problemática desenhada a partir de métodos descritivos e observacionais.

O estágio, aconteceu no período de 7 a 15 de setembro de 2017, após a autorização do enfermeiro responsável, no CAPS-I, situado na cidade de Juru-PB, o qual foi inaugurado no ano de 2015, comportando até o ano de 2017, 596 usuários, com atendimento de demanda espontânea, com foco no atendimento para todas as faixas etárias, para transtornos graves e persistentes, inclusive pelo uso de substâncias psicoativas. Possui caráter de serviços de saúde aberto e comunitário, constituído por equipe multiprofissional e que atua sobre a ótica interdisciplinar em sua área territorial (BRASIL, 2017).

As atividades da campanha, Setembro Amarelo, intitulada: Valorização da vida e prevenção do suicídio, consistiram de palestras nas escolas e também na comunidade, e do I Encontro de Formação-Ação de Valorização e Compromisso com a Vida. As ações desempenhadas durante o estágio extracurricular foram: participação nas palestras para adolescentes das escolas de cunho municipal e estadual da cidade, para alunos na faixa etária de 13 a 18 anos e aos seus respectivos professores, trazendo como enfoque o tema da campanha, com a supervisão e participação do enfermeiro e psicóloga responsáveis pelo CAPS-I da cidade, e da psicóloga do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Visando uma ótica interdisciplinar, e a correlacionando com a campanha Setembro Amarelo, o CAPS-I do município de Juru-PB, sedia campanhas contra o suicídio desde a sua implantação em 2015, objetivando a reinserção social e o fortalecimento de vínculos com os serviços de Atenção Básica e NASF. Nesse sentido, o serviço busca uma interação e abrangência social frente ao tema, no qual é tão presente nos dias atuais, direcionando esse envolvimento geral na campanha do ano de 2017, no qual o evento foi voltado para abarcar o maior número de adolescentes e adultos. Foram realizadas atividades educativas na comunidade, em praça pública para a população em

geral, nas escolas para alunos, professores e organizando o I Encontro de Formação-Ação de Valorização e Compromisso com a Vida, para os profissionais da saúde e educação, sendo aberto também para a população.

Neste contexto, a campanha buscava também uma desmistificação do falar sobre suicídio, visto que atualmente se tornou um problema de saúde pública, pois estima-se que, anualmente, mais de 800 mil pessoas morrem por suicídio e a cada adulto que se suicida, pelo menos outros 20 atentam contra a própria vida (BRASIL, 2017). A cada 45 segundos ocorre um suicídio em algum lugar do planeta e essa cifra supera, ao final de um ano, a soma de todas as mortes causadas por homicídios, acidentes de transporte, guerras e conflitos civis (VARNIK, 2012; WHO, 2014).

Levando em consideração esse contexto supracitado, as palestras realizadas nas escolas do município, traziam no primeiro momento, justamente esses índices como informativo para alunos e professores para mostrar, o quão alarmante está a magnitude do problema. No Brasil, em média, 11 mil pessoas tiram sua própria vida, tornando o suicídio a quarta maior causa de morte entre pessoas de 15 a 29 anos (BRASIL, 2017).

A abordagem da campanha nas escolas teve uma linguagem mais informal, pois a finalidade era conseguir transmitir as informações para os adolescentes, usando de ferramentas em forma de slides e fotos, que pudessem facilitar a compreensão e interação dos estudantes. No segundo momento foi exposta uma série intitulada 13 Reasons Why (Os 13 Porquês), muito assistida pelo público jovem, e que traz como enredo o suicídio de uma garota após vários episódios de bullying na escola, o que se relaciona com a realidade de muitos adolescentes. Após essa exposição o momento foi aberto para que os estudantes pudessem dialogar sobre alguns acontecimentos da citada série, buscando uma interação entre a equipe palestrante, os alunos e professores. Alguns desses discentes puderam relatar acontecimentos de sua própria vida que estavam relacionados com tema, tornando o momento rico em narrativas pessoais.

Ainda nesse momento, houve um relato de uma adolescente que expressou sua vontade em cometer suicídio, devido a exclusão sofrida devido a suas limitações físicas, e por precisar ser assistida pela família, ficando a depender das pessoas para realizar tarefas básicas, deixando-a com sentimento de impotência e inutilidade. Porém, mesmo diante da gravidade da narrativa, ao expor esse sentimento, essa adolescente teve a oportunidade de revelar suas angústias, o que também demonstra um pedido de ajuda. Assim, a equipe palestrante pode realizar as orientações cabíveis no momento,

instruindo não só aquela adolescente, mas os outros ali presentes, na importância pela procura dos serviços de saúde disponíveis na comunidade, para justamente fortalecer vínculos com a população.

Outro ponto elencado para os adolescentes durante o expositivo, foi como tentar reconhecer os sinais de uma pessoa que quer cometer o ato, pois por muitas vezes convivemos com alguém que está apresentando comportamento e/ou pensamentos suicidas e que passam despercebidos, já que é um problema que pode vir a ter vários desencadeadores, desde psicológicos, até mesmo os socioeconômicos. Como revela Souza (2002) e Minayo (2006) o suicídio não é um gesto com mecanismos bem esclarecidos são diversos fatores de risco que requerem compreensão num complexo paradigma social e comportamental.

Neste sentido, observa-se que o comportamento suicida é visto como tabu, tendo em vista a complexidade do gesto, esta conduta confronta-se com o instinto de sobrevivência inerente aos humanos, no qual é difícil compreender como alguém idealiza e planifica a própria morte, escolhe o método que vai utilizar para isto e o põe em prática. Possivelmente a vontade de se aliviar de um sofrimento emocional intolerável proporciona uma aproximação do sujeito com as diversas formas de idiosincrasia suicida (ABREU, 2010).

Evidencia-se que o risco para comportamento suicida é uma conjugação entre o biológico e o psicossocial, um potencializando o outro. Dessa forma, as ações de prevenção devem ser realizadas contemplando a atenção integral ao indivíduo. O exercício de solidariedade, juntamente com as condições de adaptação do indivíduo ao sofrimento psíquico, é um fator relevante ao tratar pessoas com comportamento suicida (ABREU, 2010).

Falar sobre esse reconhecimento de sinais e comportamentos para os jovens é de suma importância, pois permite a abertura de diálogos e permitem que os mesmos possam expor suas dúvidas diante do que fazer em situações como esta. Foram explanadas na palestra, algumas possibilidades e caminhos que podem ser seguidos para procura de ajuda, focando sempre na busca por auxílio e amparo profissional. Foram também apresentados os serviços disponíveis na cidade como a Unidade de Saúde da família (USF), o Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) e o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), que podem ser procurados em casos em que o sujeito venha a ter um comportamento suicida ou a tentativa de tal ato.

A integralidade do cuidado em saúde mental deve ser entendida não apenas como uma diretriz do Sistema Único de Saúde (SUS), mas como um compromisso dos profissionais com os usuários e as famílias. Essa ideia remete ao fato de que estratégias relacionais, como acolhimento e vínculo, são fundamentais para que os

profissionais possam identificar, se aproximar e intervir de forma resolutiva com os usuários com comportamento suicida, frisando assim o fortalecimento de vínculos entre a população e os serviços disponíveis (ABREU, 2010).

Nesse sentido, destaca-se a importância de que os profissionais enfermeiros, sejam capacitados para identificação de sintomas e manejo em alguma circunstância, afim de que se tenha uma prestação de um serviço individualizado de acordo com a necessidade de cada pessoa, visando a integralidade e uma sensibilidade para as tecnologias relacionais, atentando para um acolhimento e vínculo que proporcione uma melhor aproximação com a população, onde uma intervenção precoce e adequada na situação, envolvendo a pessoa, profissionais capacitados e seu conjunto de relações, é uma estratégia eficaz de prevenção do suicídio.

Outra ferramenta informada aos alunos foi o Centro de Valorização da Vida (CVV), que é uma plataforma que realiza apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar, estabelecendo total sigilo. Esse contato pode ser realizado por meio telefônico, e-mail, chat e skype, funcionando durante todos os dias por 24 horas, sendo uma estratégia eficaz para aquelas pessoas que ainda tem uma resistência na procura dos serviços de saúde da cidade. Foi observado que nenhum aluno presente nas palestras realizadas conhecia esta plataforma, que é de fácil acesso, e auxilia na prevenção do comportamento suicida visando a promoção da saúde mental.

O encerramento da palestra foi marcado, pela distribuição de fitas amarelas com a “hashtag”, eu digo sim a vida, no qual foi proposto aos alunos postarem em suas redes sociais fotos dessas fitas e do slogan, como forma de incentivo, valorização pela vida e divulgação da campanha.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista os aspectos observados nas palestras, podemos postular que esse tipo de atividade nas escolas, é de suma importância para a quebra de tabus postos sobre o tema, onde o estigma em relação a asserção impede a procura de ajuda que pode evitar mortes. Falando-se de suicídio de forma séria e responsável, opera muito mais como um fator de prevenção do que como um fator de risco.

Evidenciou-se, que a linguagem utilizada fez total diferença, quando se trata de um público jovem, pois a escolha das ferramentas ajudou no fácil entendimento e compreensão sobre o tema abordado, facilitando também uma interação dos alunos com a equipe.

A ideia norteadora deste relato de experiência foi a de que ele possa contribuir para discussões e reflexões sobre a importância do falar sobre suicídio e que o indivíduo possa expor suas angústias a acontecimentos vividos, podendo assim descarregar um leque de sentimentos guardados que podem vir a potencializar uma ideação suicida, procurando assim pessoas próximas ou um profissional capacitado, buscando também um fortalecimento de vínculos entre população e o atendimento de saúde.

Dessa forma, a participação na campanha contribuiu de forma positiva e significativa agregando conhecimentos frente ao tema e mostrando que falar de suicídio de um jeito sério e coerente também é uma forma de promover vigor, enfatizando a importância da educação em saúde principalmente para adolescentes.

REFERÊNCIAS

ABREU, Kelly Piacheski de et al. Comportamento suicida: fatores de risco e intervenções preventivas. **Revista Eletrônica de Enfermagem. Goiânia. Vol. 12, n. 1 (2010), p. 195-200**, 2010. Disponível em: < <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/85271> >. Acesso em 25 Abr 2018.

BOTEGA, Neury José et al. Comportamento suicida: epidemiologia. 2014. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/pusp/v25n3/0103-6564-pusp-25-03-0231> >. Acesso em 23 Abr 2018.

BRAGA, Luiza de Lima; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Suicídio na adolescência: fatores de risco, depressão e gênero. **Contextos Clínicos**, v. 6, n. 1, p. 2-14, 2013. Disponível em: < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822013000100002 >. Acesso em: 23 Abr 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde (2017). Centro de Atenção Psicossocial. Disponível em: < <http://portalms.saude.gov.br/saude-para-voce/saude-mental/acoes-e-programas-saude-mental/centro-de-atencao-psicossocial-caps> >. Acesso em 23 Abr 2018.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; CAVALCANTE, Fátima Gonçalves; SOUZA, Edinilsa Ramos de. Methodological proposal for studying suicide as a complex phenomenon. **Cadernos de saúde pública**, v. 22, p. 1587-1596, 2006. Disponível em: < https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S0102311X2006000800007&script=sci_arttext&tln_g= >. Acesso em 27 Abr 2018.

MOREIRA, Nuno Alexandre Costa. **Factores de risco associados à ideação suicida durante a prisão preventiva: Estudo exploratório**. 2009. Tese de Doutorado. Disponível em: < <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/10499> >. Acesso em 11 Mai 2018.

SOUZA, Edinilsa Ramos de et al. Suicídio de jovens nas principais capitais do Brasil. 2002. Disponível em: < <https://repositorio.observatoriodocuidado.org/handle/handle/102> >. Acesso em 27 Abr 2018.

Varnik, P., Sisask, M., Varnik, A., Arensman, E., Van Audenhove, C., van der Feltz-Cornelis, C., & Hegerl, U. (2012). Validity of suicide statistics in Europe in relation to undetermined deaths: Developing the 2–20 benchmark. *Injury Prevention*, 18(5), 321–5. Disponível em: < <http://injuryprevention.bmj.com/content/18/5/321.short> >. Acesso em 23 Abr 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. Public health action for the prevention of suicide: a framework. 2014. Disponível em: < http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75166/9789241503570_eng.pdf;jsessionid=183F92FA1CEDF96F1B74D3123284788C?sequence=1 >. Acesso em 23 Abr 2018.