

## Informação Técnica nº 008/2020 – DSVAM/DAV/SESA

### Orientações sobre a realização de Ações de Prevenção do Suicídio

Curitiba, 02 de setembro de 2020

O Setembro Amarelo é uma iniciativa desenvolvida pelo Centro de Valorização da Vida (CVV) em parceria com a Associação Brasileira de Psiquiatria e o Conselho Federal de Medicina, com a finalidade de instituir Setembro como o mês nacional de Prevenção do Suicídio. Tal campanha tem como um dos principais objetivos a conscientização da população sobre o tema, possibilitando a diminuição do estigma, e se enquadra na chamada Prevenção Universal do suicídio, que diz respeito a ações para a população em geral. Entretanto, para que as ações sejam benéficas, é necessário abordar o tema de maneira responsável, clara e objetiva. Para isso seguem abaixo algumas orientações que podem ser úteis ao promover a divulgação através de palestra, material gráfico ou mídia falada e escrita:

I. Pense bem em qual será o **público-alvo** da ação. As informações precisarão ser transmitidas de maneiras diferentes de acordo como o público, como por exemplo: população em geral, pessoas que estão em sofrimento mental, familiares ou então profissionais de saúde. Ao falar para a população em geral ou usuários de serviços de saúde mental é preciso considerar que alguns deles possam estar em sofrimento ou possam apresentar ideação suicida, evidenciando a importância de acolher demandas que possam surgir e orientar onde essas pessoas podem conseguir auxílio.

II. Ao se referir a alguém que tentou ou morreu por suicídio **evite expressões com atribuição de juízo de valor** como “tentativa de suicídio que obteve êxito” ou “sucesso”, ou ainda “tentativa fracassada”. O termo “cometeu” suicídio também tem um caráter pejorativo. O ideal é simplesmente falar no caso da tentativa de suicídio, “tentou suicídio” ou “fez uma tentativa de suicídio” e no caso do suicídio propriamente dito “morreu por suicídio” ou “se suicidou”.

III. **Evite atribuir uma causa única** a um suicídio, ou tratá-lo de maneira simplista e/ou reducionista porque isso contribui para subestimar, banalizar, estigmatizar ou mesmo enaltecer o fato. O suicídio é um fenômeno complexo e multifatorial, portanto uma gama de fatores exerce influência em um suicídio.

IV. **Nunca glamorize ou romantize** o suicídio, ou ainda o trate como um ato de coragem.

V. **Nunca mencione os métodos** utilizados ou discuta sobre quais são os métodos mais letais de suicídio porque isto apenas “instrumentaliza” as pessoas com informações sobre métodos efetivos, prestando um “desserviço” à saúde pública.

VI. **Nunca divulgue cartas de suicídio nem fotos** de pessoas que morreram por suicídio.

VII. **Evite abordar o tema de maneira sensacionalista** e com imagens gráficas desnecessárias ou que reforcem estereótipos.

VIII. Sempre especifique **onde as pessoas podem procurar ajuda** e obter auxílio profissional caso necessitem. Se for imprescindível noticiar um suicídio, sempre divulgue onde procurar ajuda e auxílio profissional.

IX. Há muitos temas que podem ser tratados na prevenção do suicídio, não apenas especificamente o suicídio, mas também outros que incluam os **fatores de risco e de proteção e questões relacionadas**. Tais temas podem incluir: qualidade de vida associada a alimentação, esporte e lazer; promoção de e/ou saúde mental; fortalecimento de vínculos sociais e comunitários; importância do suporte familiar e social; infância segura; prevenção do abuso e violência doméstica; prevenção, recursos terapêuticos, recuperação e reabilitação psicossocial de transtornos mentais como a depressão e o abuso de álcool e outras drogas.

X. Ao abordar sinais e fatores de risco para o suicídio é importante abordar, também, os **fatores de proteção e atitudes possíveis e indicadas frente a pessoa que está em sofrimento emocional**.

XI. **Abordar sobre a importância da família e/ou pessoas próximas como agente de apoio**, encorajamento e fortalecimento emocional, incentivando uma atitude de escuta empática e acolhedora.

**Divisão de Atenção à Saúde Mental  
Diretoria de Atenção e Vigilância em Saúde**