

---

🎀

SETEMBRO

Amarela



@andreaaretakispsi  
www.andreaaretakispsi.com

**Andreza Aretakis (Psicóloga)**



# Setembro

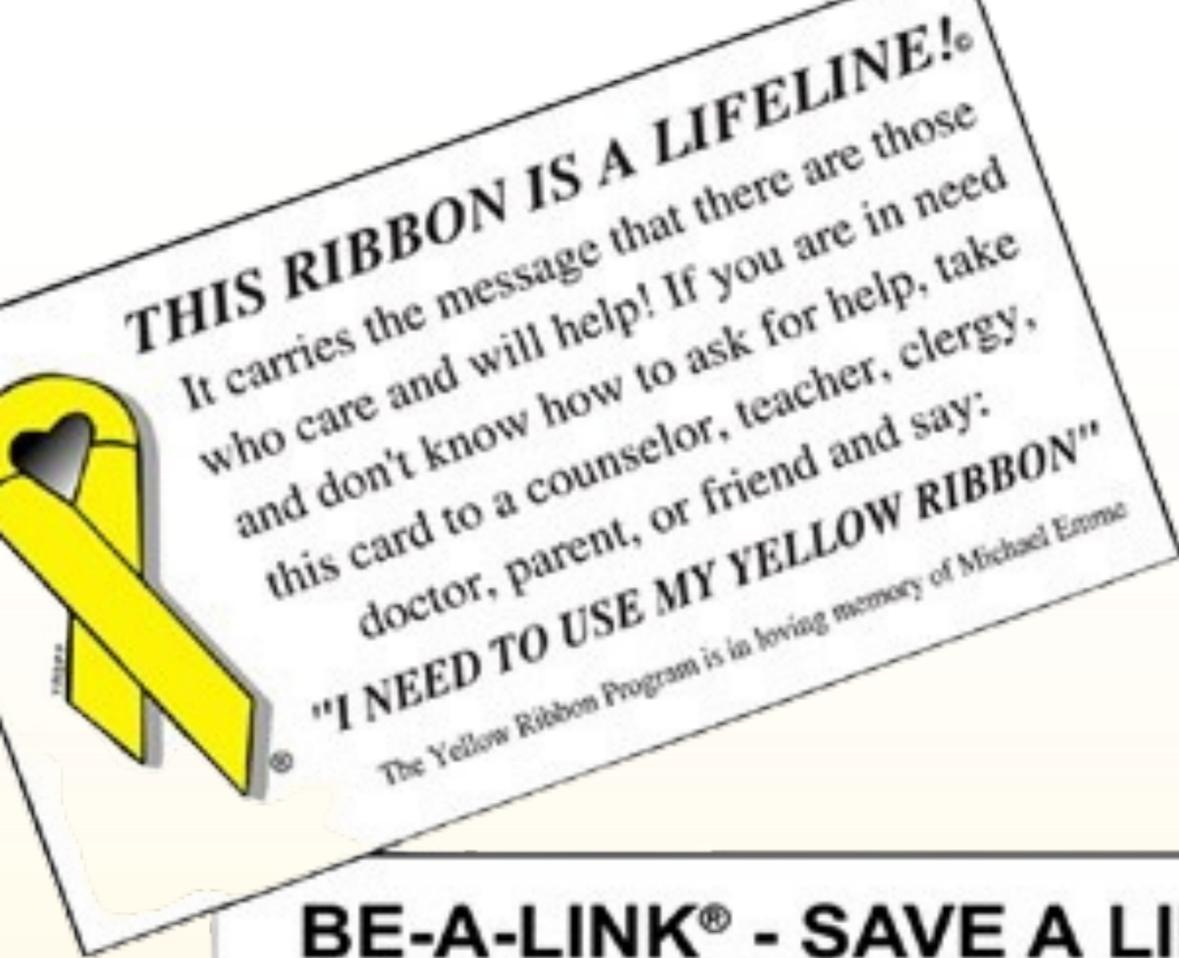
## **Andreza Aretakis**

Psicóloga, Doutoranda em Psicologia Clínica. Mestre em Psicologia da Saúde. Especialização em Saúde Mental, Especialização em Psicoterapia Psicanalítica e em Neuroeducação. Atua como psicóloga clínica na linha psicanalítica com mulheres.

@andrezaaretakispsi

[www.andrezaaretakispsi.co](http://www.andrezaaretakispsi.co)

m



1977 - 1994

Mike Emme



**BE-A-LINK® - SAVE A LIFE!**  
*If you have received this Card, it is a Cry for Help:*

- Stay with the person - you are their *lifeline!*
- Listen, *really listen.* Take them seriously!
- Get, or call, help *immediately!*

*It's OK to Ask 4 Help!®*

1-800-273-TALK (8255) TEXT 'HELP' TO 741741

YELLOW RIBBON SUICIDE PREVENTION PROGRAM® • 303-429-3530 • WWW.YELLOWRIBBON.ORG

🎀  
SETEMBRO  
Amarelo

**“SE VOCÊ PRECISAR, PEÇA AJUDA”.**

@andrezaaretakispsi

# SUICÍDIO

Ato deliberado praticado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte consciente e intencional, mesmo que seja ambivalente, usando um meio que ele considera letal.

É uma das principais causas de morte no mundo. E vem com tendência ao crescimento.



# COMPORTAMENTO/IDEAÇÃO SUICIDA

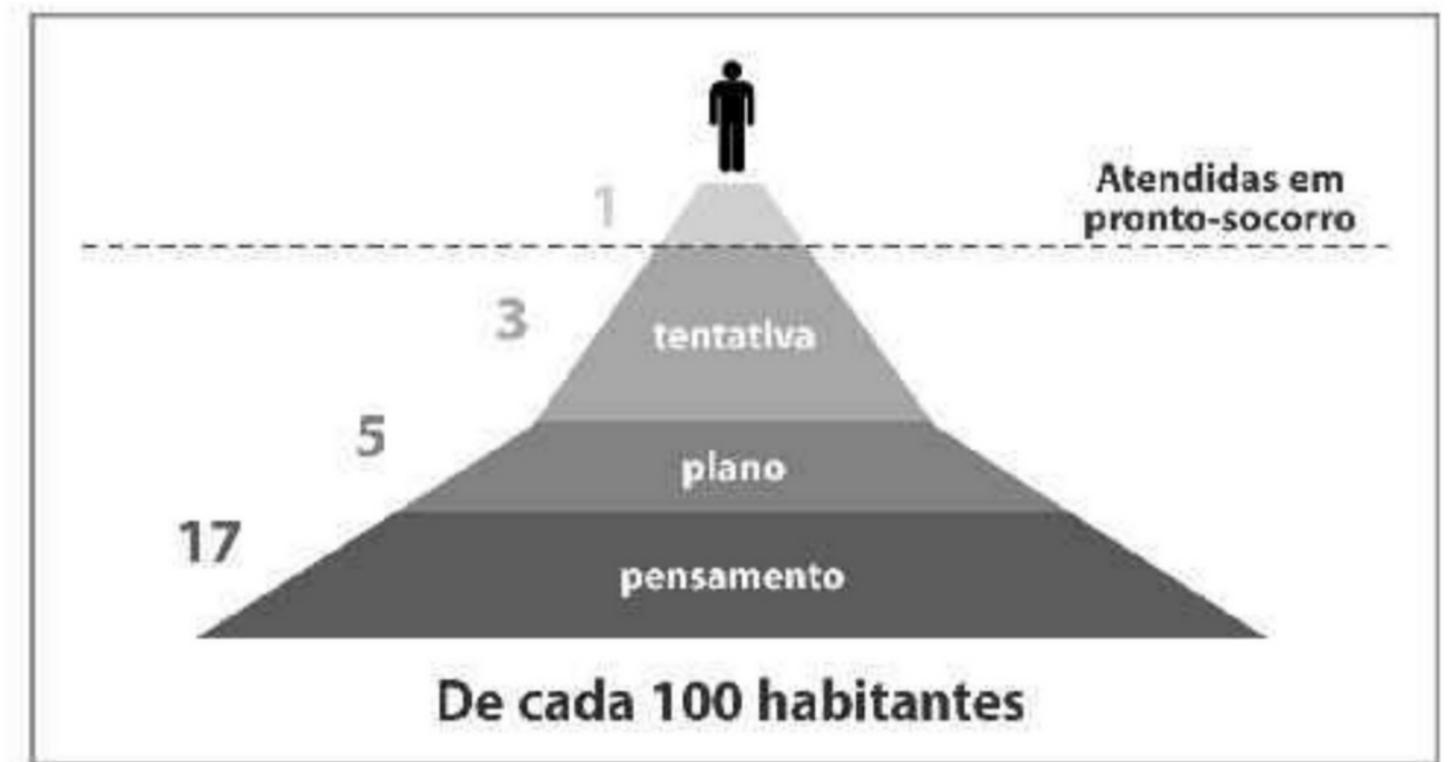


Pensamentos, planos e tentativas de suicídio. 17% dos brasileiros já pensaram em suicídio.

[CARTILHA "SUICÍDIO - INFORMANDO PARA PREVENIR" ABP/CFM](#)

@andreaaretakispsi

Figura 1: Comportamento suicida ao longo da vida



# Sobreviventes

Amigos ou familiares que perderam alguém por suicídio,

Estudos alertam que aproximadamente 60 pessoas sejam intimamente afetadas em cada morte por suicídio.



setembro  
amarelo



# **DIFICULDADES PARA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO**

**VERGONHA**

**FRAQUEZA**

**PECADO**

**LOUCURA**

**MEDO**

**PRECONCEITO**



# MITOS SOBRE SUICÍDIO

**QUEM AMEAÇA**

**NUNCA FAZ**

**A vítima de suicídio queria morrer..**

# Falar sobre suicídio

## Efeito Werther

EFEITO WERTHER REFERE-SE A UM PICO DE EMULAÇÕES DE SUICÍDIOS DEPOIS DE UM SUICÍDIO AMPLAMENTE DIVULGADO. O NOME SE DEVE AO ROMANCE [Os Sofrimentos do Jovem Werther](#) do [alemão Johann Wolfgang von Goethe](#)

NA AUSÊNCIA DE FATORES DE PROTEÇÃO, O SUICÍDIO PUBLICIZADO SERVE COMO UM GATILHO PARA O PRÓXIMO SUICÍDIO POR UMA PESSOA SUSCETÍVEL OU SUGESTIONÁVEL.

## Falar sempre, mas com cuidado...

Não a espetacularização!

@andreaaretakispsi

Não divulgar cartas, os motivos, nem os meios utilizados!



# FATORES DE RISCO:

A doença mental pode ser incapacitante. Segundo a Organização Mundial de Saúde, é a segunda mais importante causa de incapacidade do mundo.

## Suicídio e doenças mentais

Estudos em populações gerais (N=15.629)



eu  
ouço  
você.

# FATORES DE RISCO:

## Eventos adversos na infância

- Abuso físico e sexual - Violências;
- Conflitos familiares;
- Comportamentos auto-lesivos;
- Bullying;
- Impulsividade, sentimento negativos e desvalia;
- Incertezas quanto a orientação sexual;

# FATORES DE RISCO:

## **Fatores Sociais:**

- Gênero Masculino (3 X MAIS RISCO);
- Desempregado e Aposentado;
- Isolamento Social;
- Problemas Financeiros;
- Decepções amorosas;
- Abuso de Álcool e outras Drogas.



# Atenção!



- Mudanças no comportamento;
- Falando sobre tirar a própria vida;
- Isolamento;
- Apatia, falta de prazer e de realizar atividades, indiferença;
- Sentimento de desvalia...
- Frases que são reflexos do pensamento:
  - Eu quero morrer...
  - Não presto para nada...
  - Eu não faço falta...
  - Ninguém se importa comigo...

@andreaaretakispsi

combate  
ao suicídio

# Como Ajudar?



- Ouvir;
- Não Julgar;
- Não dê conselhos...
- Mostre que é de confiança;
- Não faça comparações;
- Não menosprezar o que está sendo revelado com piadas e risos;
- Não mude de assunto... Deixe falar!

@andrezaaretakispsi

combate  
ao Suicídio

# Você pode salvar uma vida quando:

- Promove a conscientização;
- É acolhedor;
- Incentiva a busca por profissionais de saúde;
- Acredita na dor do outro e em suas ameaças;
- Fica atento aos sinais;
- Procura ficar próximo;



**Todos**  
PELA  
**vida**



@andrezaaretakispsi



# Tratamento

**Ao identificar alguém que está em risco podemos ajudar a encaminhá-la para tratamento especializado.**

**Pósvenção** é o trabalho feito com os Sobreviventes do ato praticado pela pessoa amada. Os Sobreviventes são as pessoas que ficam...





# Encaminhe para acompanhamento:





## ATENDIMENTOS PSICOLÓGICOS ACESSÍVEIS

INSTITUIÇÃO

CONTATO

**ESTÁCIO** 4003-6767

**UNIFG** 3461-5555

**UNVIFAVIP** 3722-8080

**UNICAP** 2119-4115

**FAFIRE** 2122-3500

**ESUDA** 3412-4242

**UNINASSAU** 3413-4640

**FACHO** 3429-4100

**FAINTVISA** 3523-1020

**FACIPE** 3878-5100



[www.andrezaaretakispsi.com](http://www.andrezaaretakispsi.com)



@andrezaaretakispsi



81-982434523



'As pessoas não fingem depressão, elas fingem estar bem.'

( Robin Willians)

