

Introdução

O suicídio não é tão somente uma tragédia no âmbito pessoal, ele também representa um sério problema de saúde pública. Em termos globais, a mortalidade por suicídio aumentou 60% nos últimos 45 anos. Na maioria dos países, o suicídio situa-se entre as dez causas mais frequentes de morte na população geral, e entre as duas ou três mais frequentes em adolescentes e adultos jovens. De acordo com registros da Organização Mundial da Saúde, 900.000 pessoas cometeram suicídio em 2003. Isso representa uma morte a cada 35 segundos. Estima-se que o número de tentativas de suicídio supere o de suicídios em pelo menos 10 vezes. O comportamento suicida exerce considerável impacto nos serviços de saúde e calcula-se que 1,4% da carga (burden) global ocasionada por doenças no ano 2002 deveu-se a tentativas de suicídio. Essa cifra deverá chegar aos 2,4% em 2020 (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2003). Um estudo do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea) revela que, em 15 anos, de 1990 a 2004, o número de casos saltou 59%, superando de longe o aumento do número de mortes no trânsito (17%) e até o de homicídios (55%) (CLEMENTE; FERNANDES).

Apesar de o suicídio envolver questões socioculturais, genéticas, psicodinâmicas, filosófico-existenciais e ambientais, quase sempre o transtorno mental é um fator vulnerabilizador que encontra-se presente (BOTEGA et al., 2006).

O suicídio foi e continua sendo um tabu entre maioria das pessoas. Caracteriza-se como um assunto proibido e que agride várias crenças religiosas. O comportamento suicida confronta-se com o instinto de sobrevivência inerente aos humanos. O tabu também se sustenta porque muitos veem o suicida como um fracassado. Os homens, por natureza, não se sentem confortáveis para falar da morte, pois isso expõe seus limites e suas fraquezas. Esse tabu piora a situação de muitos. Ignorado, por medo ou culpa, o suicídio permanece no limbo dos assuntos que o brasileiro evita. À sombra do silêncio, porém, as ocorrências aumentam em ritmo assustador. A falta de informações sobre o tema acaba contribuindo para que o suicídio seja tratado como um tabu e as famílias sejam vítimas de preconceito (ABREU et al., 2010; CVV - COMOVAIVOCÊ?; CLEMENTE; FERNANDES).

A primeira medida preventiva é a educação: é preciso deixar de ter medo de falar sobre o assunto, derrubar tabus e compartilhar informações ligadas ao tema. Saber quais as principais causas e as formas de ajudar pode ser o primeiro passo para reduzir as taxas de suicídio no Brasil, onde hoje 25 pessoas por dia tiram a própria vida. Segundo a OMS - Organização Mundial de Saúde, 90% dos casos de suicídio podem ser prevenidos, desde que existam condições mínimas para oferta de ajuda voluntária ou profissional. Além disso, o diagnóstico precoce e tratamento correto da depressão são, comprovadamente, uma das maneiras mais eficazes de se prevenir suicídio (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004, CVV - COMOVAIVOCÊ?).

O trabalho com o comportamento suicida extrapola os limites da psiquiatria e psicologia, de tal forma que os técnicos em saúde assim como outros profissionais e também pessoas da comunidade habilitem-se a esforços de prevenção. Torna-se claro a necessidade de ações no campo da prevenção, objetivando a redução dos índices de tentativas e de suicídios consumados (BOTEGA et al., 2006).

Incluem aspectos como a promoção de qualidade de vida, a criação de estratégias de comunicação e sensibilização em relação a esse fenômeno, promoção de cuidados à população que contemplam acesso a modalidades terapêuticas, estímulo à pesquisa e a disseminação de informações sobre tentativas e suicídio propriamente dito, assim como a promoção de educação permanente de profissionais da saúde pública. Ações que auxiliam na prevenção do comportamento suicida visam à promoção da saúde mental, como grupos de auto-ajuda e a criação de condições psicossociais que estimulem a participação da comunidade por meio de atividades educativas que integrem socialmente os indivíduos, promovendo um estilo de vida saudável (ABREU et al., 2010).

O presente projeto pretende trazer a tona um dos assuntos mais evitados na sociedade. O índice de suicídio cresce a cada dia, e o impacto causado por esse ato é devastador, no entanto o assunto ainda hoje se encontra abafado em uma sociedade que finge não existir suicídio. O primeiro passo para prevenir o suicídio é falar sobre ele, aprender sobre os fatores desencadeantes de forma que tanto a população como os profissionais de saúde sejam capazes de perceber sinais indicativos de comportamento suicida, e a partir de então oferecer ajuda.

A cidade de Osvaldo Cruz-SP é habitada hoje por uma população de aproximadamente 32.600 habitantes. No ano de 2016 foram registrados 4 tentativas de suicídios não consumados e 2 suicídios consumados (dados oficiais da Delegacia de Polícia Civil de Osvaldo Cruz-SP).

Objetivo geral

O objetivo do presente estudo é criar estratégias de prevenção do suicídio.

Objetivo específico

- Discutir e divulgar o projeto com equipe de saúde das unidades de ESF do município de Osvaldo Cruz;

- Desenvolver estratégias de informação, de comunicação e de sensibilização da sociedade de que o suicídio é um problema de saúde pública que pode ser prevenido;
- Criação de grupo de saúde mental
- Promover a educação permanente dos profissionais de saúde das unidades de atenção básica, inclusive do Programa Saúde da Família, dos serviços de saúde mental, das unidades de urgência e emergência, de acordo com os princípios da integralidade e da humanização para melhor diagnóstico, orientação e disseminação de informações

Método:

Local: Unidades de Estratégia de Saúde da Família de Osvaldo-Cruz.

Público-alvo: População em geral e pessoas portadoras de alterações psicológicas / psiquiatrias.

Ações:

- Participar de reuniões de equipe das Unidades de ESF do município de Osvaldo Cruz, abordado o tema sobre prevenção do suicídio para sensibilização dos profissionais sobre a necessidade de saber e falar sobre o tema e manter as equipes orientadas para que diariamente reforcem o convite para participação das palestras e grupos
- Realizar palestras mensais com a população geral de cada unidade abordando temas relacionados ao suicídio e as formas de prevenção, a importância de falar sobre ele, orientar como perceber possíveis comportamentos com indícios de vulnerabilidade ao suicídio, como agir, como ajudar e ter atenção especialmente em grupos de risco, buscando a conscientização de toda a população de que todos podem ajudar alguém.
- Tendo em vista que, na grande maioria dos casos de suicídio, algum transtorno mental estava presente, será criando um grupo mensal para participação de pessoas com problemas mentais para conversas sobre o suicídio, orientações, abertura de espaço para conversas particulares com a equipe de saúde e possibilidade de um cuidado mais próximo a este grupo de risco. A quebra do tabu sobre o assunto poderá trazer as pessoas que apresentam pensamentos suicidas a se sentirem mais a vontade para falar sobre o assunto e procurar ajuda.
- Realização de reunião mensal com as equipes de saúde de cada Unidade, com cronograma rotativo entre as Unidades de Saúde do município, para abordar o tema suicídio, orientar sobre a necessidade de trazer a tona o tema tanto para a equipe como para a população em geral, passar informações a respeito de como notar comportamentos suicidas, quais os grupos de risco, quais atitudes tomar diante de verificação de vulnerabilidade ao comportamento suicida e como é importante transferir essas informações para toda sociedade, conscientizando que todos podem ajudar.

Avaliação / Monitoramento:

Realização de planilha contendo o número de participantes nos grupos e nas palestras. Realizar levantamentos anuais para verificação do número de tentativas e atos consumados no município, visto que o projeto busca uma mudança de comportamento e cultura da sociedade e sendo assim os resultados serão a longo prazo.

Resultados esperados

Diminuição dos casos de suicídio no município ao passar dos anos e aumentos de eventos, palestras e diálogo sobre o tema no convívio social.

Referências

- 1 - World Health Organization. The World Health Report 2003: Shaping the future. Geneve: World Health Organization; 2003.
- 2 - ABREU, K.P. et al. Comportamento suicida: fatores de risco e intervenções preventivas. Rev. Eletr. Enf., v.12, n.1, p.195-200, 2010.
- 3 -BOTEGA, N. J. et al. Prevenção do comportamento suicida, PSICO, Porto Alegre, PUCRS, v. 37, n. 3, pp. 213-220, set./dez. 2006
- 4 - CVV - COMOVAIVOCÊ? Falando abertamente sobre suicidio.
- 5 - CLEMENTE, Isabel; FERNANDES, Nelito. Por que evitamos falar em suicídio? Medo de contágio, sensação de culpa e ignorância criaram um nocivo tabu social. Chegou a hora de tratar o assunto como uma questão de saúde pública. *Época*. Disponível em: < <http://revistaepoca.globo.com/Revista/Epoca/0,,EDR77277-6014,00.html>>. Acesso em: 08 de Outubro de 2016.

6- WHO - World Health Organization. (2004). For which strategies of suicide prevention is there evidence of effectiveness. Regional Office for Europe's Health Evidence Network (HEN), 1-19.