

Prevenção ao suicídio

Manual para
profissionais
da Imprensa

1ª Edição
2023

JUNDIAÍ
PREFEITURA



Prevenção ao suicídio

Esta cartilha foi desenvolvida pelo Comitê Permanente de Acompanhamento e Monitoramento do Plano Municipal de Prevenção à Automutilação e do Suicídio (PMPAS), sob gestão da Coordenação de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas.

Dentre as ações propostas no Eixo III do PMPAS – Gestão do cuidado – consta a meta "3.2. Garantir a formação continuada na temática da prevenção ao suicídio para toda a rede de proteção e população em geral" e a ação "3.2.4 - Capacitar os órgãos de imprensa acerca do manual de orientação da Organização Mundial da Saúde".

Como produto desta ação, temos a publicação desta cartilha municipal, cuja finalidade é instrumentalizar o profissional de Imprensa para a adequada cobertura de casos de suicídio e suas tentativas, de forma a minimizar o impacto que a cobertura da mídia poderia acarretar em eventuais novos episódios, por meio da indicação de fontes de informação confiáveis e do apontamento de situações a serem evitadas na cobertura dos suicídios.

É sabido que a mídia tem um papel significativo na sociedade atual, por meio de seus diversos veículos. Consegue influenciar fortemente as atitudes, crenças e comportamentos da sociedade, de forma a ter um lugar central nas práticas políticas, econômicas e sociais. Sendo assim, a imprensa assume o lugar de um importante parceiro, com papel ativo na prevenção do suicídio.

Conceitos

Muitos termos são utilizados para tratar do fenômeno do suicídio e a identificação assertiva do que está acontecendo no momento é fundamental para a comunicação clara com a população. Por este motivo, seguem abaixo os principais termos utilizados para tratar deste fenômeno:

CRISE SUICIDA

Trata-se de um processo vivenciado pelas pessoas, em que sentimentos de sofrimento, angústia e desesperança estão intensamente presentes, podendo incluir desde ideias, pensamentos, até planejamento e execução de atos para tirar a própria vida.

IDEAÇÃO SUICIDA

Envolve pensamentos sobre tirar a própria vida ou estar morto, compreendendo nuances que vão desde pensamentos passageiros de que a vida não vale a pena ser vivida, até preocupações intensas sobre por que viver ou morrer.

PLANO SUICIDA

Situação em que já se estabelece plano de como executar sua própria morte. Pode incluir pesquisas e planejamento envolvendo métodos, locais, datas, providências. Em contextos de maior impulsividade, as tentativas podem ocorrer mesmo sem planejamento.

TENTATIVA DE SUICÍDIO

Situação em que o indivíduo se autoagride com a intenção de tirar a própria vida, utilizando um meio que acredite ser letal, sem resultar em óbito.

SUICÍDIO

Ato deliberado de tirar a própria vida, com desfecho fatal.

AUTOAGRESSÃO

Qualquer ato intencional de autolesão (com faca, aparelho de barbear, caco de vidro, entre outros), ou outras formas de causar dano a si mesmo, sem intenção de morte. Por vezes, crianças e adolescentes relatam que se autolesionam com o objetivo de controlar e/ou aliviar uma dor emocional.

SUICÍDIO: A DIMENSÃO DO PROBLEMA

- Fenômeno complexo e multicausal, de impacto individual e coletivo
- Mais de 700 mil pessoas morrem no mundo, por suicídio, anualmente
- 77% dos suicídios no mundo ocorreram em países de baixa e média renda
- 58% dos suicídios ocorreram em pessoas de até 50 anos, sendo a 4ª causa de morte de jovens de 15 a 29 anos
- A cada 100 mortes no mundo, mais de 1 foi motivada por suicídio.
- Cada suicídio consumado, impacta 135 pessoas aproximadamente, resultando numa amplitude de 108 mil indivíduos ao ano que são impactadas pelo comportamento suicida.
- A cada suicídio consumado, há 25 tentativas fracassadas.

A DIMENSÃO DO PROBLEMA no Brasil



43%

- Entre 2010 e 2019, houve um aumento de 43% no número anual de mortes por suicídio.
- Neste mesmo período, houve um aumento de 81% na taxa de mortalidade por suicídio entre adolescentes.
- Os homens brasileiros apresentaram um risco 3,8 vezes maior de morte por suicídio do que mulheres, o que demanda nossa atenção.
- A diferença de taxas entre os gêneros é atribuída à dificuldade em pedir ajuda, além da maior agressividade, maior intenção de morrer e uso de meios mais letais entre os homens.

A DIMENSÃO DO PROBLEMA em Jundiaí






- Nos últimos 5 anos, houve uma média de 28,2 suicídios por ano no município.
- Neste mesmo período, a taxa de mortalidade por suicídio foi de 6,3 por 100.000 habitantes, o que coloca o município numa condição similar a outros municípios brasileiros de mesmo porte.
- A maior incidência deu-se entre pessoas do sexo masculino, na faixa de 20 a 49 anos.
- Nota-se, no entanto, uma importante tendência de aumento entre a população idosa (acima dos 60 anos), especialmente nos últimos 3 anos;
- Entre as mulheres, há um número expressivo das tentativas de suicídio por intoxicação exógena, em especial dentre as jovens, de 15 a 39 anos.



28,2 SUICÍDIOS
POR ANO

A COMUNICAÇÃO DA MÍDIA E SEU PAPEL NA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO

A tarefa da prevenção do suicídio envolve ações coletivas da sociedade como um todo, no sentido do desenvolvimento de estratégias multidisciplinares eficazes. A prevenção envolve diferentes níveis, sendo:


-  **UNIVERSAL:** Dirigida à população em geral, potencializando os aspectos de saúde e minimizando os riscos de suicídio.
-  **SELETIVA:** Dirigida à população mais vulnerável, no sentido de promoção à saúde de pessoas com fatores de risco para o suicídio.
-  **INDICADA:** Dirigida aos indivíduos com alto risco de suicídio, existência de tentativas anteriores e cujas ações são mais relacionadas à identificação e tratamento de transtornos mentais.

Os serviços de imprensa constituem um ponto fundamental no desenvolvimento das ações de prevenção universal, visto que a disseminação correta da informação e a conscientização da população para esta problemática, a partir do desenvolvimento de debates públicos, dá possibilidade que esta temática ganhe destaque no cenário social e político.

Por outro lado, há o risco de que a abordagem realizada de maneira inadequada, traga riscos relacionados ao efeito de contaminação e repetição, conhecido, também como "Efeito Werther". Esta nomenclatura refere-se ao romance alemão "Os sofrimentos do jovem Werther", publicado em 1774, no qual o protagonista comete suicídio por arma de fogo, após um amor malsucedido. Observou-se, na Europa, após esta publicação, o surgimento de diversos relatos de suicídio com a utilização do mesmo método.

De modo geral, existem evidências suficientes de que algumas formas de abordagem pela mídia associam-se a um aumento no número de suicídios estatisticamente significativo, sendo que o impacto é, em geral, maior entre os jovens.

O fenômeno do suicídio frequentemente tem apelo para ser noticiado, todavia, a maioria dos suicídios não é veiculada pelos meios de comunicação, sendo que aqueles que ocupam este lugar são os que envolvem uma pessoa, lugar ou método particulares.



OS SUICÍDIOS QUE MAIS CHAMAM A ATENÇÃO DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO SÃO OS QUE FOGEM AOS PADRÕES USUAIS

No geral, os casos mostrados na mídia são aqueles atípicos ou incomuns, seja em relação ao método ou à situação. Então, mostrá-los como típicos perpetua ainda mais a desinformação sobre o fenômeno suicida, além de trazer o risco de parecer que a ideia seja "normal", induzindo e promovendo preocupações suicidas, particularmente entre adolescentes e adultos jovens.

Diante deste risco, é fundamental a instrumentalização dos profissionais de imprensa, para realizarem as coberturas de forma cuidadosa, apropriada e acurada, incluindo-se discussões relacionadas a fatores de risco, saúde e doença mental.



A ADEQUADA COBERTURA DOS SUICÍDIOS PODE PREVENIR PERDAS TRÁGICAS DE VIDA

RECOMENDAÇÕES PARA A ELABORAÇÃO DE NOTÍCIAS SOBRE SUICÍDIOS

Na área do jornalismo, é comum o dilema entre os deveres de informar e o de não causar danos à população em geral. Quando relacionado à temática do suicídio, este dilema é ainda mais premente. Por este motivo, é fundamental que o jornalista, durante seu processo de elaboração da notícia, reflita sobre os seguintes temas:

Por que divulgar? É importante fazê-lo? Qual o interesse público na revelação desta informação?

Que tipo de impacto a revelação desta informação pode ter na família envolvida e na comunidade? E nas pessoas em risco no geral?

Um ponto principal ao se elaborar este tipo de notícia é o cuidado a ser dispensado à família enlutada. É imprescindível a abordagem empática, haja vista a situação de vulnerabilidade e fragilidade emocional do indivíduo. Os familiares enlutados que se voluntariam a falar com a imprensa estão, muitas vezes, visivelmente impactados, de forma a não conseguirem refletir acerca do impacto da disseminação ao público da sua informação pessoal e imagem. Por este motivo, é fundamental que o profissional discuta previamente estas questões com o entrevistado, buscando, também, preservar aspectos de sua identidade.

Diante destas ponderações, como abordar um suicídio?

O QUE FAZER AO REPORTAR UM SUICÍDIO

FAZER

- Educar a população sobre o fenômeno do suicídio e sua prevenção, sem propagar mitos.
- Abordar o fenômeno, a partir de uma perspectiva complexa e multifatorial, não o ligando a uma causa única.
- Utilizar sempre fontes de informação confiáveis.
- Fornecer informação fidedigna e acessível sobre os pontos de atendimento e onde o indivíduo pode buscar por ajuda, em caso de sofrimento psíquico;
- Mostrar sempre empatia ao entrevistar familiares e amigos.
- Providenciar narrativas de pessoas que conseguiram superar situações de dificuldade e pensamentos suicidas, de modo a ser ponto de apoio para que outras pessoas adotem estratégias semelhantes.
- Ter cuidado com a terminologia utilizada, evitando termos como "suicídio mal-sucedido" ou "suicídio bem-sucedido" – incluem a ideia de que a morte é o efeito desejado – ou "cometeu suicídio" – inclui a ideia de que se trata de um crime. Utilizar sempre "suicídio", "morte por suicídio" e "tentativa de suicídio".
- Redobrar os cuidados quando da cobertura de suicídio de celebridades ou de pessoas em locais públicos, ou de destaque.
- Tratar o suicídio como uma questão de saúde pública, de forma a sensibilizar a população acerca da importância da questão.
- Esclarecer as consequências do ato em si, seja na forma de sequelas das tentativas, seja no impacto que provoca na família e amigos.
- Ter cuidado ao comparar estatísticas de diferentes países ou dados de diferentes estudos, em virtude de diferenças no modo em que são calculados. Para informações acuradas, consulte sempre um profissional da área.
- Reconhecer que os próprios jornalistas podem ser emocionalmente afetados quando tratam do tema, por isso deve ser assegurado um espaço de apoio entre os pares.
- É normal ter dúvidas e, por isso, muito importante esclarecê-las sempre com um profissional de saúde mental.

O QUE NÃO FAZER AO REPORTAR UM SUICÍDIO

- NÃO colocar notícias sobre suicídios em locais de destaque, como capas, manchetes principais, bem como coberturas de páginas inteiras.
- NÃO utilizar títulos sensacionalistas. NÃO promover detalhamento sobre o método utilizado.
- NÃO fornecer detalhes sobre o local, em especial no caso de figuras públicas.
- NÃO utilizar fotografias ou vídeos que se relacionem com as circunstâncias do suicídio;
- NÃO normalizar e nem romantizar o suicídio.
- NÃO apresentar o suicídio como caminho de saída para as dificuldades e adversidades.
- NÃO mostrar o suicídio como inexplicável ou de maneira simplista, uma vez que ele nunca é o resultado de um evento ou fator único.
- NÃO atribuir culpas ou identificar culpados.
- NÃO utilizar o termo "epidemia de suicídio", por não ser correto e pelo fato do fenômeno necessitar ser compreendido dentro de cada cultura e densidade populacional.

NÃO FAZER



DICAS PARA A CONSTRUÇÃO DE UMA MATÉRIA SOBRE SUICÍDIO

- Informar não apenas a prevalência do suicídio, mas também que muitos óbitos podem ser evitados.
- Falar sempre sobre o cuidado em saúde mental e sobre a rede disponível para as pessoas que apresentam algum tipo de sofrimento.
- Contar histórias sobre pessoas para as quais o cuidado evitou um suicídio.
- Contar histórias de pessoas que tentaram o suicídio e que, após cuidado em saúde, conseguiram ter qualidade de vida.
- Entrevistar profissionais de saúde mental para que a questão seja tratada de uma forma menos individualista.
- Esclarecer mitos e verdades sobre o suicídio.
- Divulgar sinais de alerta para o risco de suicídio e a importância da rede de apoio.
- Chamar a atenção para campanhas de prevenção que estejam ativas.

E NAS REDES SOCIAIS, COMO TRATAR DO SUICÍDIO?

Atualmente, as redes sociais são o meio preferencial para muitas pessoas terem acesso às notícias, caracterizando-se, especialmente, pela rápida propagação de informações. Por estas características, muitas vezes é grande a pressão para os profissionais da imprensa produzirem conteúdos em um curto período de tempo, o que lhe trará a necessidade de dar atenção a melhor forma de tratar a questão do suicídio.

Além disso, o anonimato das redes sociais muitas vezes impele os indivíduos a, nos comentários de notícias, compartilharem informações sobre sua vida e histórias de sofrimento, alcançando um ampliado número de pessoas. Nesse sentido, o trabalho jornalístico pode se configurar como um importante veículo para a educação em saúde.

Um cuidado adicional a ser tomado quando se trata das redes sociais, é a possibilidade de comentários sobre a notícia veiculada. Dada a complexidade do tema e a possibilidade de discussões pautadas em juízos de valor, que podem expor a pessoa que cometeu suicídio ou seus familiares, é importante que seja avaliada a possibilidade de restringir os comentários acerca da notícia.

No caso de mensagens e comentários ocorrerem, é fundamental a resposta aos leitores de forma ponderada e sempre de modo a indicar o cuidado na rede de saúde local disponível.



FONTES DE INFORMAÇÃO CONFIÁVEIS

Organização Mundial da Saúde (OMS) <https://www.who.int/pt>

Sistema Brasileiro de Informações sobre Mortalidade (SBIM)
<http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/defectohtm.exe?sim/cnv/obt10uf.def>

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF)
<https://www.unicef.org/brazil/sobre-o-unicef>

Centers for Disease Control and Prevention <https://www.cdc.gov/>

Associação Brasileira de Estudos e Prevenção do Suicídio <https://abeps.org.br/>

Associação Americana de Suicidologia <https://suicidology.org/>

Cartilha de Prevenção ao Suicídio do Município de Jundiá
<https://direitoshumanos.jundiai.sp.gov.br/projetos-e-politicas/plano-municipal-de-prevencao-da-automutilacao-e-do-suicidio/cartilha-de-prevencao-ao-suicidio/>

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Boletim Epidemiológico 33. Volume 52, setembro 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2021/boletim_epidemiologico_svs_33_final.pdf/view (Acesso em 29 de maio de 2023).

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Prevenção do suicídio: um manual para profissionais da mídia. 2000. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67604/WHO_MNH_MBD_00.2_por.sionid=586257F9A54D4A82AEE19115DAD5D950?sequence=7 (Acesso em 29 de maio de 2023).

PEDRO, JC; SILVA, SF; BARBOSA P; PIRES AM. Prevenção do suicídio: Manual para jornalistas. 2021. Disponível em: <https://prevenirsuicidio.pt/wp-content/uploads/2022/09/1003.-Prevencao%CC%A7a%CC%83o-do-Suicido%CC%81dio-%E2%80%93Manual-para-Jornalistas.pdf> Acesso em 29 de maio de 2023).

PREFEITURA DE JUNDIAÍ. Cartilha de Prevenção ao Suicídio do Município de Jundiá. 2ª atualização, 2022. Disponível em: <https://direitoshumanos.jundiai.sp.gov.br/projetos-e-politicas/plano-municipal-de-prevencao-da-automutilacao-e-do-suicidio/cartilha-de-prevencao-ao-suicidio/> (Acesso em 29 de maio de 2023).



Rede de apoio

DISPONÍVEL NO MUNICÍPIO DE JUNDIAÍ

UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE

São 35 unidades, cobrindo todo o território municipal. Todas as unidades são apoiadas por equipes de NASF-AB (Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica), que contam com profissionais de saúde mental.

CAPS III SEM FRONTEIRAS

Rua Dr. Ramiro de Araújo Filho, 234 - Vila Hortolândia

Telefone: (11) 4589-0378

Horário: 24h para casos já referenciados à unidade. Acolhimento a casos novos nos dias úteis, das 8h às 17h

CAPS II É Liberdade (CAPS Infantojuvenil)

Avenida Comandante Vidélmo Munhoz, 345 - Anhangabaú

Telefone: (11) 4589-0388

Horário: dias úteis, das 8h às 17h

CAPS AD III Maluco Beleza

Rua Professor Giacomó Ítria, 393 - Anhangabaú

Telefone: (11) 4522-4277 / 4522-6898

Horário: 24h para casos já referenciados à unidade. Acolhimento a casos novos nos dias úteis, das 8h às 17h

CAPS II Bem Viver

Rua Dom Amaury Castanho, 70 - Anhangabaú

Telefone: (11) 4589-0298

Horário: dias úteis, das 8h às 17h

CVV - Centro de Valorização da Vida

Apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar.

www.cvv.org.br | Telefone: 188