

**CAPACITAÇÃO DE MULTIPLICADORES DO
SISTEMA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DO
EXÉRCITO - SASEx**



Prevenção e Posvenção do Suicídio

Karen Scavacini

12/07/2023



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO



No que
acredito?



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSSEÇÃO DO SUÍCÍDIO



De quantas pessoas estamos falando?



700 mil suicídio ano/mundo

Diminuição nos países de HIC

Aumento nos países LMIC

Enquanto
isso no
Brasil...



2010 a 2019 = 112.230 -> 43%

Taxa nacional 2019 = 6,6 por 100.000

Brasil

13.523
tiram a própria
vida, por ano,
em média

QUARTA MAIOR CAUSA

de morte entre
15 a 29 anos*



HOMENS
Terceira
maior causa

Entre 15 a 29 anos

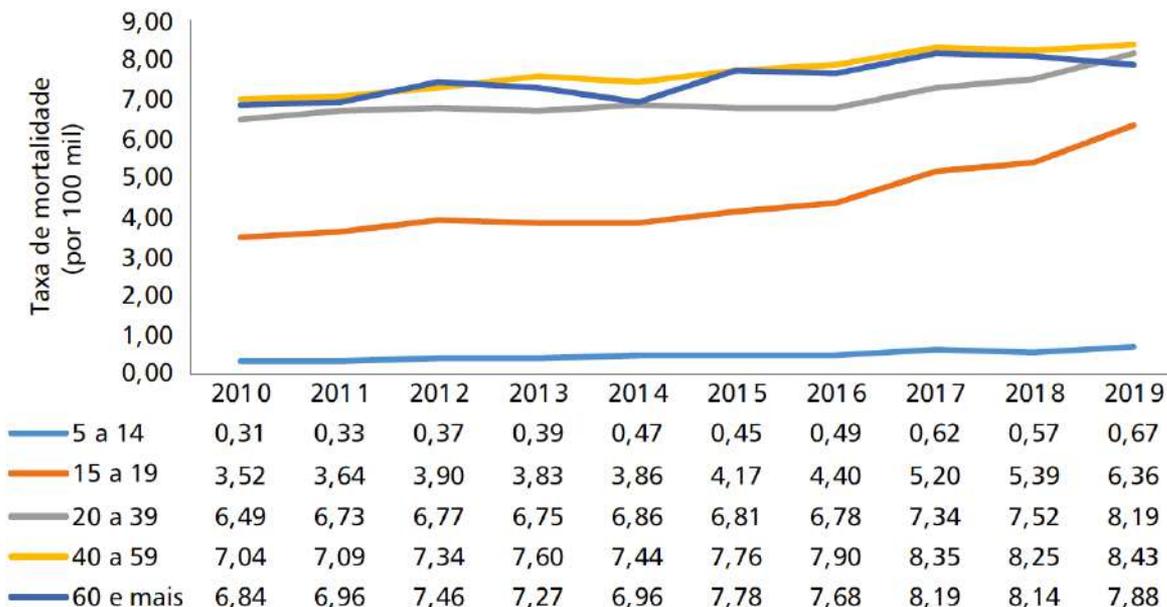


MULHERES
Oitava maior
causa

Entre 15 a 29 anos

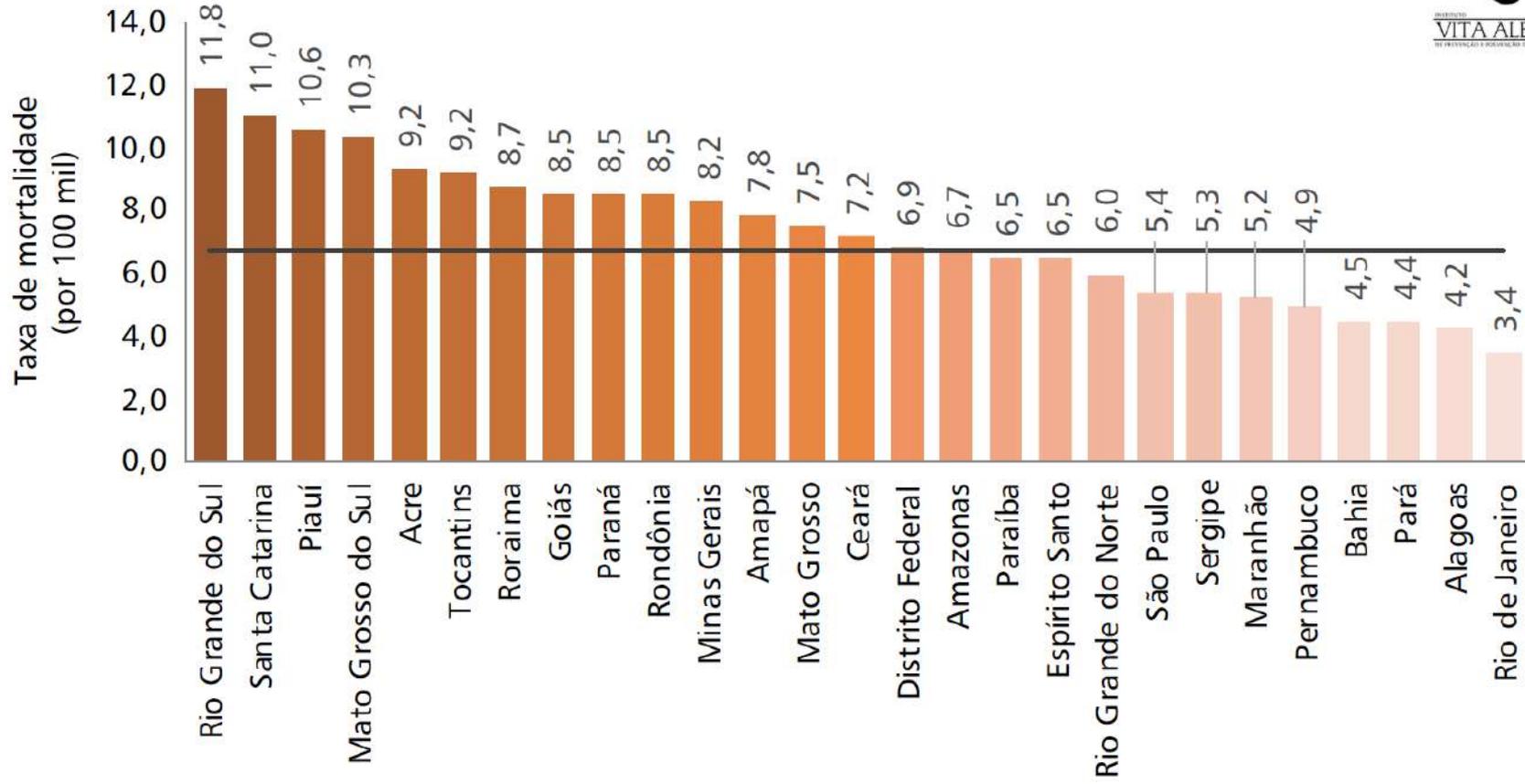
***65,6% dos óbitos nessa faixa etária são por causas externas (violências e acidentes)**

Fonte: Sistema de Informação sobre Mortalidade, 2019

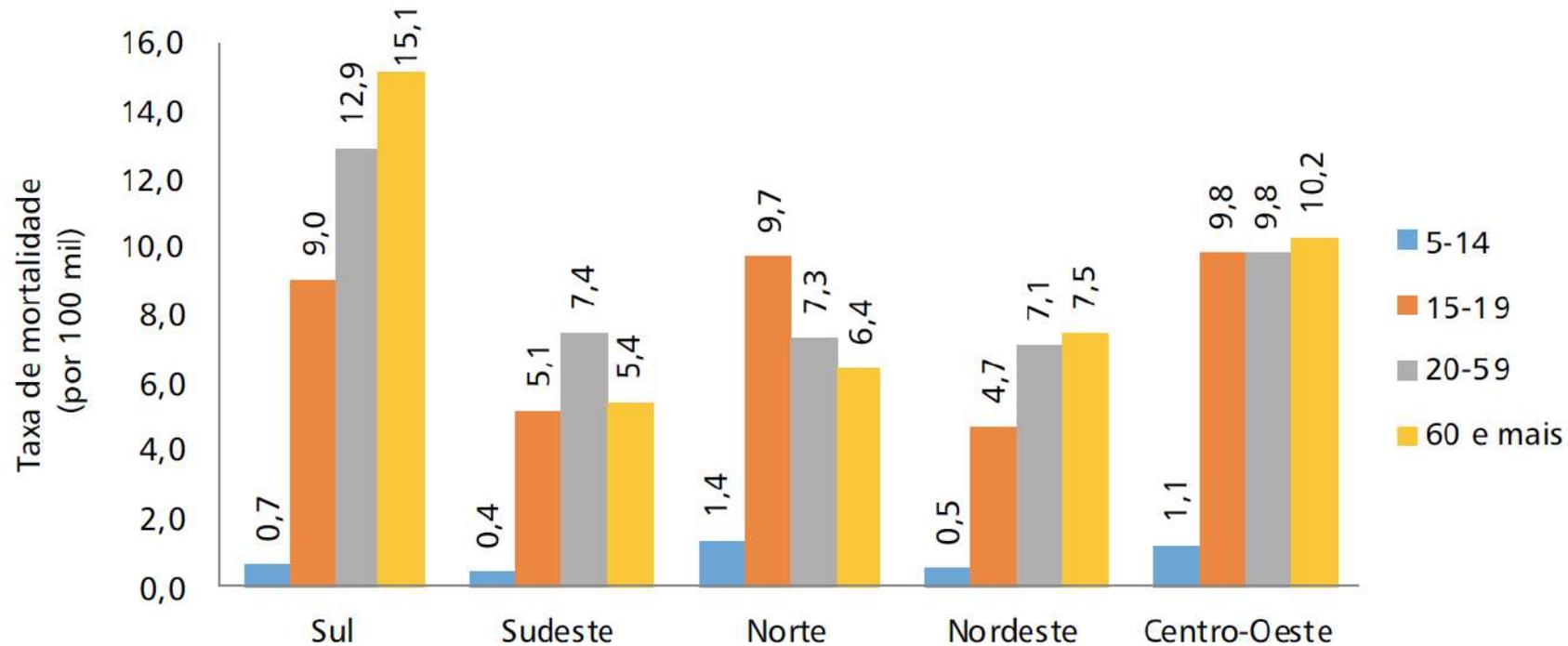


Fonte: Ministério da Saúde – Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM).

FIGURA 3 Evolução das taxas de mortalidade por suicídio segundo faixa etária. Brasil, 2010 a 2019

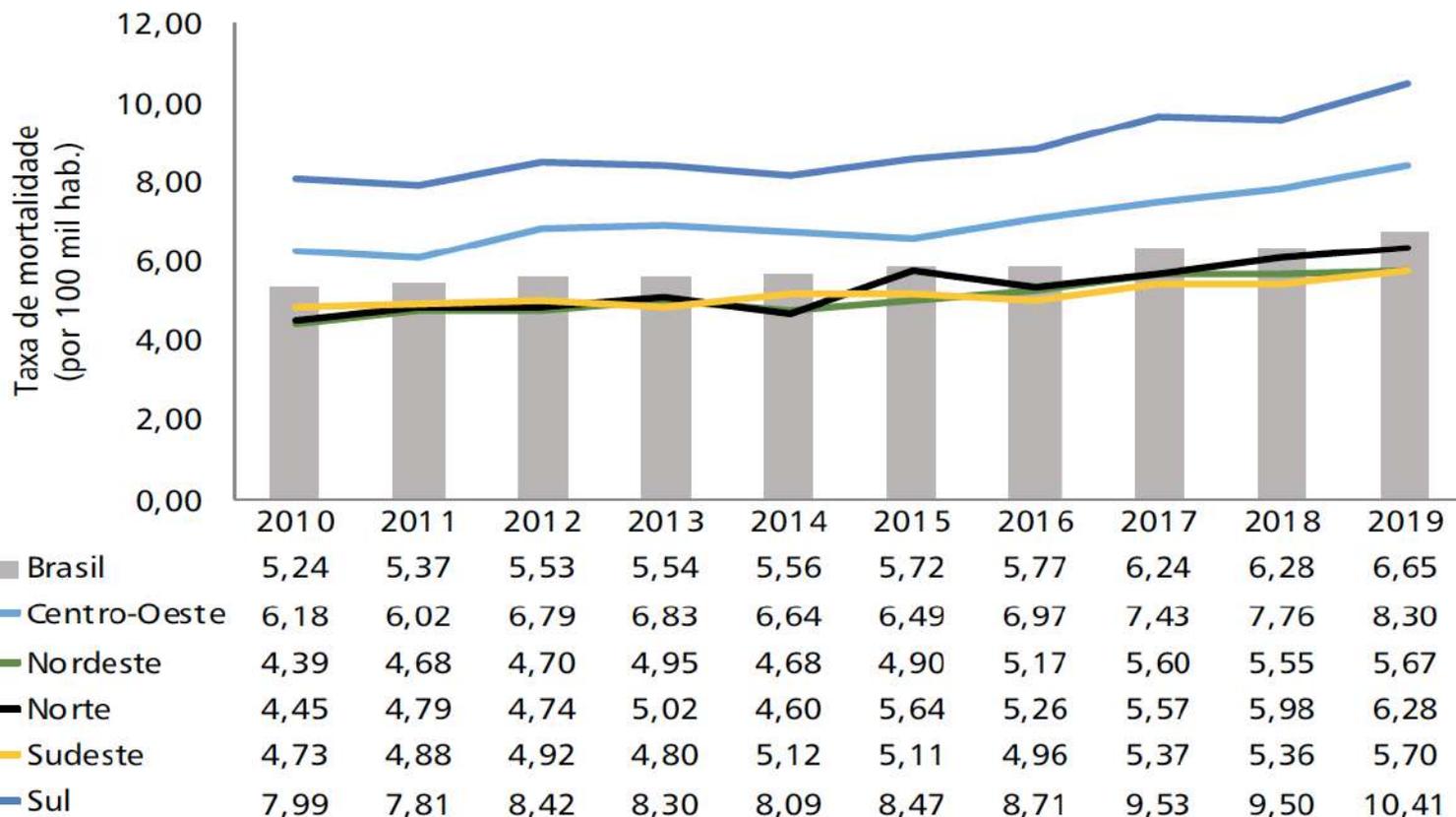


Fonte: Ministério da Saúde – Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM).



Fonte: Ministério da Saúde – Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM).

FIGURA 4 Taxas de mortalidade por suicídio segundo faixa etária e região geográfica. Brasil, 2019

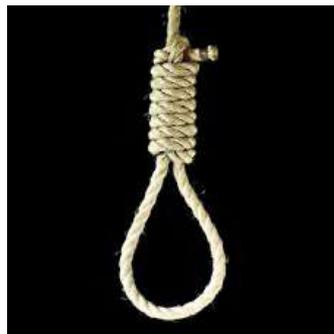


Fonte: Ministério da Saúde – Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM).



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO







Multifatoriedade

- Sociológicos
- Culturais
 - Crenças
- Econômicos
- Biológicos
 - Epigenética
 - Dor / Sono / Alimentação
- Psiquiátricos
- Psicológicos
 - Psychache
- Laborais
- Tecnologia
- Situacionais

Fatores de Risco para militares

Perda de um colega e ou amigo

Imagem de Super Herói

Tratamento inadequado ou tardio

Barreiras ao Tratamento de Saúde Mental

Sentimento de fracasso

Dificuldade de expressar sentimentos

Dificuldade de confiar

Estresse Ocupacional

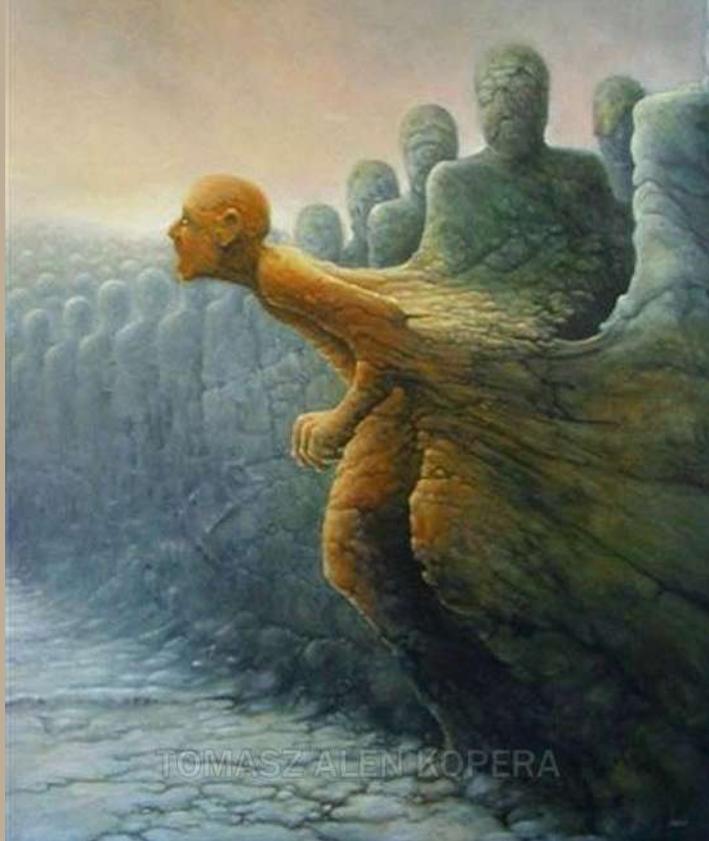
Isolamento Social

Acesso a Meios Letais

Transição para a Vida Civil

Realocações e o término de estruturas sociais de ajuda

Perigo de “contágio” do suicídio com vários casos na mesma unidade





INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSSEÇÃO DO SUICÍDIO

Intolerável

3I's

Interminável

Inescapável

Chiles J A, Strosahl K D. Clinical Manual of Assessment and Treatment of Suicidal Patients (2005). American Psychiatric Publishing, Inc.

SINAIS DE ALERTA





INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSSEÇÃO DO SUJEITO

VERBAIS

O mais óbvio dentre os sinais de alerta.

Sinais diretos:

- “Eu quero morrer”.
- “Vou me matar”.
- “Gostaria de estar morto”.
- “Se isso acontecer novamente, acabarei com tudo”
- “A morte poderá resolver essa situação”.



VERBAIS



Sinais indiretos:

- “Eu não posso aguentar mais isso”.
- “Você sentirá saudades quando eu partir”.
- “Não estarei aqui quando você voltar”.
- “Estou cansado da vida, não quero continuar”.
- “Tudo ficará melhor depois da minha partida”.
- “Não sou mais quem eu era”.
- “Logo você não precisará mais se preocupar comigo”
- “Ninguém mais precisa de mim”.



COMPORTAMENTAIS

Sinais diretos:

- Tentativas de suicídio anteriores;
- Ameaça de suicídio ou expressão de forte desejo de morrer;
- Ter um plano para o suicídio.



- Sinais observáveis de depressão grave
- Oscilação do humor
- D's
- Ansiedade, dor psíquica, estresse acentuado
- Problemas associados ao sono (excessivo ou insônia)
- Raiva, impulsividade, desejo de vingança;
- Sensação de estar preso e sem saída;
- Isolamento: família, amigos, eventos sociais;
- Falta de sentido para viver;
- Aumento do uso de álcool e/ou outras drogas
- Impulsividade e interesse por situações de riscos

COMPORTAMENTAIS



RISCO

MILITARES



Ações legais ou disciplinares (atuais ou pendentes)



Dificuldades na carreira militar ou vida pessoal



Período de estresse grave e prolongado e que parece incontrolável



Sentimento de desamparo, impotência ou desespero



Comportamento que isola os membros do serviço de amigos e familiares





INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSUVENÇÃO DO SUICÍDIO

O que fazer?

Como
começar
essa
conversa?



Curso de Prevenção e Posvenção do Suicídio para o Exército e a Família Militar





- Rever conceitos
- Ampliar o olhar
- Estressores (questionário)
- Notificar os casos
- Envolver outros
- Líder humano
- Médicos como vetores
- Períodos de vulnerabilidade
- Treinamento de pares
- Selo “guardião”





INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSICIONAMENTO DO SUICÍDIO

A cada 40 segundos
alguém no mundo morre
por suicídio.

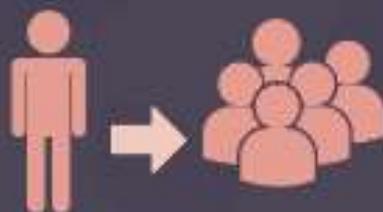
A cada 41 segundos
alguém é deixado para
trás para dar sentido à isso



800 mil
suicídios
no mundo

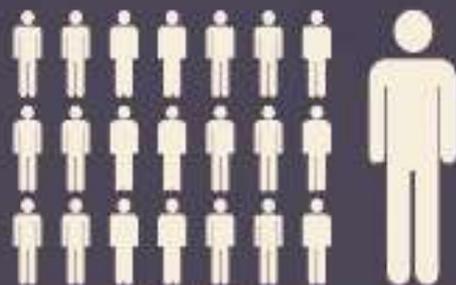
13 mil Suicídios
no Brasil

Estima-se que para cada suicídio:



135
Pessoas podem ser
Impactadas por essa morte

108.000.000
Pessoas
impactadas por
ano no mundo



1.755.000 no Brasil

As atividades do Instituto Vita Alere se iniciaram em 2013 e desde o princípio tivemos como objetivo:



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO

Aumento de consciência pública

Educação sócio emocional

Promoção de saúde mental e bem estar

Autolesão

Prevenção do suicídio

Posvenção e luto

PRÊMIOS:

Agentes da
Transformação - TikTok
Awards 2021

Melhor Prestador de
Serviços de Prevenção e
Apoio ao Suicídio do
Brasil no GHP Mental
Health Awards 2022

Prêmio de Excelência e
Inovação "Corporate
LiveWire"- 2022/2023 -
Melhor Iniciativa em
Prevenção do Suicídio

Medalha "Luz da
Pátria" do Corpo de
Bombeiros do Estado de
São Paulo

 International Association
for Suicide Prevention

 AMERICAN FOUNDATION FOR
Suicide Prevention

POSVENÇÃO

Orientações para Cuidado ao Luto por Suicídio

CURSO DE FORMAÇÃO EM QUANTAS DE PREVENÇÃO DO SUICÍDIO DOS ORGANIZADORES DE SEGURANÇA

suicídio suicídio suicídio

Atualizações em Suicidologia: Narrativas, Pesquisas e Experiências

Karen Scaevallari, Daniela Reis e Júlia Impagnatoro

PRIMEIROS SOCORROS EMOCIONAIS

COMO FALAR FORMA SEGURA sobre o SUICÍDIO

Como conversar e orientar jovens sobre conteúdo de suicídio online

#PNP

Querida internet,

Auto lesão

GUIA PRÁTICO DE AJUDA

SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES E JOVENS

Prevenção do Suicídio na Internet

Revisão teórica

PREVENÇÃO DO SUICÍDIO NA INTERNET

PARA EDUCADORES

DIRETRIZES PARA A MÍDIA

COMO RESPONDER A ATAQUES VIOLENTOS EM ESCOLAS E OUTROS LUGARES

Tá tudo bem?

como proteger sua saúde mental em momentos de crise

LAÇOS E NÓS:

tecendo histórias do luto por suicídio

diversidade

Papo reto sobre saúde mental

Como entender os sinais de alerta para buscar ajuda

comunição NÃO VIOLENTA

PLANOS E PROJETOS DE VIDA

PARA POPULAÇÃO GERAL

PEGA A VISÃO DA VIDA

FALÉ COM GENTE!

UM DIA DE CADA VEZ

produção Vita Alere

HISTÓRIAS DE SOBREVIVENTES DO SUICÍDIO

Karen Scaevallari organizadora

HISTÓRIAS DE SOBREVIVENTES DO SUICÍDIO (Vol. 2)

Karen Scaevallari

HISTÓRIAS DE SOBREVIVENTES DO SUICÍDIO (Vol. 3)

organização e prefácio Karen Scaevallari

Como falar de forma segura sobre saúde mental

A internet que a gente faz

Autocuidado para influenciadores

A internet que a gente faz

PARA POPULAÇÃO GERAL

PEGA A VISÃO DA VIDA

FALÉ COM GENTE!

Rita Von Hunty

#ÉPRECISOFALAR



Centro de Inovação e Pesquisa

em Tecnologia, Saúde Mental e Suicidologia



GRUPO DE APOIO AOS SOBREVIVENTES ENLUTADOS
PELO SUICÍDIO

GRUPO DE ACOLHIMENTO A FAMILIARES DE
PESSOAS COM COMPORTAMENTO SUICIDA



Pós-Graduação
Intervenção na Autolesão,
Prevenção e Posvenção do Suicídio

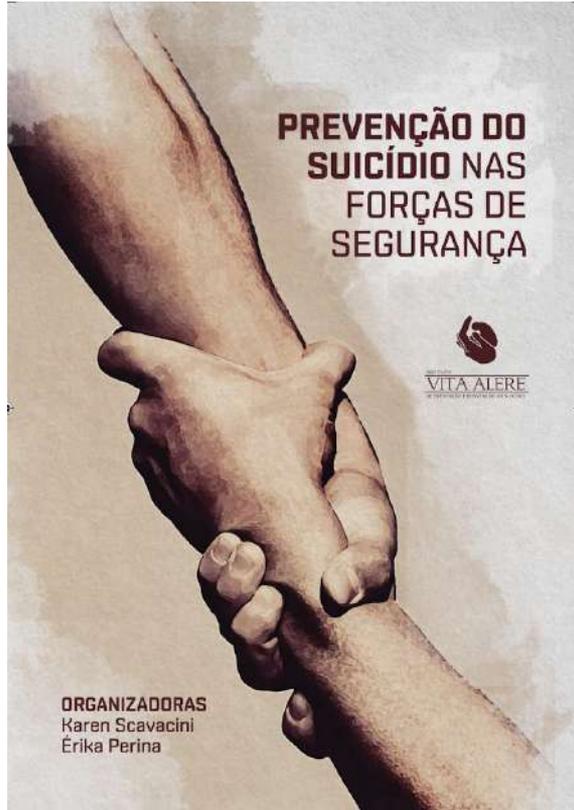




Vita Alere

Iremos comemorar uma
década de nossa história







O que cada um pode fazer?

Qual o seu papel?

O que isso tem haver com
a sua vida?

A partir do que aprendi
hoje, o que preciso mudar?



Muito obrigada

- Nossas redes: @vitaalere / @vitaeduca / @mapasaudemental / @karensca
- Nossos sites:

www.vitaalere.com.br

www.bemestar.digital

www.mapasaudemental.com.br

www.saudementalnaeleicao.com.br

www.suicidologia.com.br

contato@vitaalere.com.br / karen@vitaalere.com.br

11 - 97647-0989