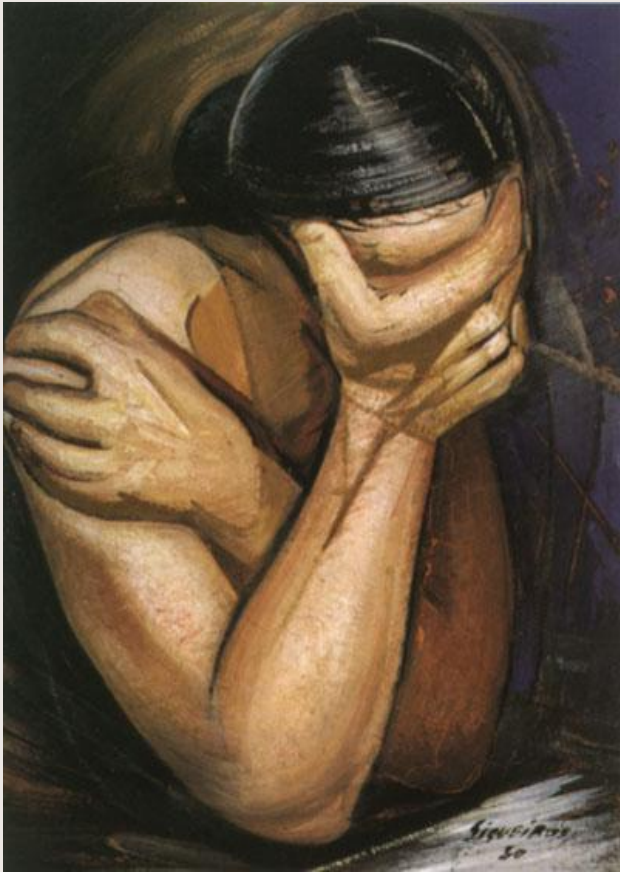




PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO E DO SUICÍDIO NA FAMÍLIA

SAÚDE MENTAL

Estado de bem-estar físico,
mental, espiritual e social

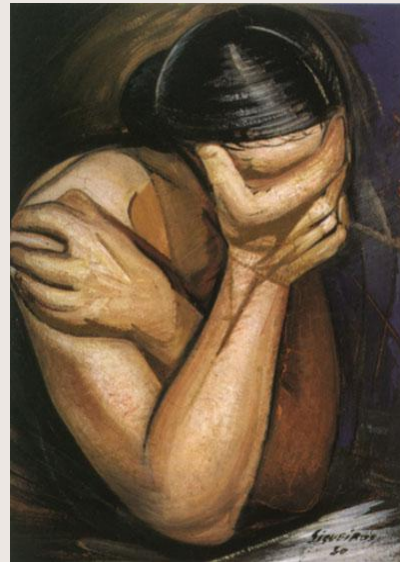


A angústia tem como função reconduzir o ser humano ao encontro consigo mesmo.

Tristeza



Angústia



Depressão



Fatores externos



www.shutterstock.com · 1150971305

Fatores internos



DEPRESSÃO

Sufrimento psíquico profundo e duradouro, acompanhado de um forte sentimento de impotência e desinteresse pela vida.



DEPRESSÃO

Afeta:

- . o sono e o apetite
- . a capacidade de sentir prazer
- . as relações (isolamento)



DEPRESSÃO

Endógena: fatores hereditários ou biológicos (baixa concentração de Serotonina, Dopamina ou Noradrenalina)

* Substâncias que influenciam: humor, ansiedade, sono e alimentação

Exógena: fatores ambientais



ESTÃO OS JOVENS MAIS FRÁGEIS?



SUICÍDIO

**VAMOS
FALAR
SOBRE
ISSO**



SUICÍDIO

É multifatorial.

É a consequência final de um processo desencadeado por uma série de fatores.





Setembro Amarelo

Campanha de Prevenção ao Suicídio

Alguns dos principais mitos e verdades sobre o suicídio:

MITO

O suicídio é uma decisão individual, uma vez que as pessoas são livres para fazer suas escolhas.

VERDADE

Os suicidas estão passando quase invariavelmente por uma doença mental que altera, de forma radical, a sua percepção da realidade e interfere em suas escolhas. Adequadamente tratados, o desejo de se matar desaparece.

MITO

As pessoas que ameaçam se matar não farão isso, querem apenas chamar a atenção.

VERDADE

A maioria dos suicidas fala ou dá sinais sobre suas ideias de morte. Boa parte dos suicidas manifestou a alguém, em dias ou semanas anteriores, o seu desejo de se matar.

VERDADE

Falar sobre suicídio de forma adequada pode ajudar na prevenção. Da mesma forma, conversar com alguém sobre o assunto é uma forma de ajuda, e pode aliviar a angústia e a tensão trazidas por esses pensamentos.

MITO

Falar sobre suicídio pode aumentar o risco.

MITO

É proibido que a mídia aborde o suicídio.

VERDADE

Engajada com a vida, a mídia deve abordar o suicídio de forma escrupulosa e responsável, sem sensacionalismos. Assim, a mídia contribui orientando a população quanto à adoção de atitudes protetivas e informando quanto às formas e locais de assistência.

SUICÍDIO

Os sinais não devem ser interpretados como ameaças ou chantagens, mas como um pedido de ajuda!





Carmen Daf

QUANDO ALGUÉM PENSA EM
SUICÍDIO, ELA QUER MATAR A DOR
E NÃO A VIDA.

SETEMBRO AMARELO
MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

Querer morir x Querer se matar!



Suicídio

Falar de forma adequada é a melhor forma de prevenção.

Conversar sobre o assunto é uma forma de ajudá-la a aliviar a angústia e a tensão trazidas pelos pensamentos de morte.

Sinais de alerta

. Transtorno psiquiátrico de base (depressão, transtorno bipolar, transtorno relacionado ao uso de alguma substância psicoativa, esquizofrenia e transtorno de personalidade)



Sinais de alerta

. Tentativa prévia é o principal

fator de risco

. Auto mutilação



Sinais de alerta

- . Falas de desespero e/ou desamparo:
“Talvez a gente não se encontre de novo”, “Seria melhor se eu não existisse”, “Ninguém sentiria a minha falta”.
- . Desfazer de pertences (criações, bens e dinheiro)
- . Isolamento



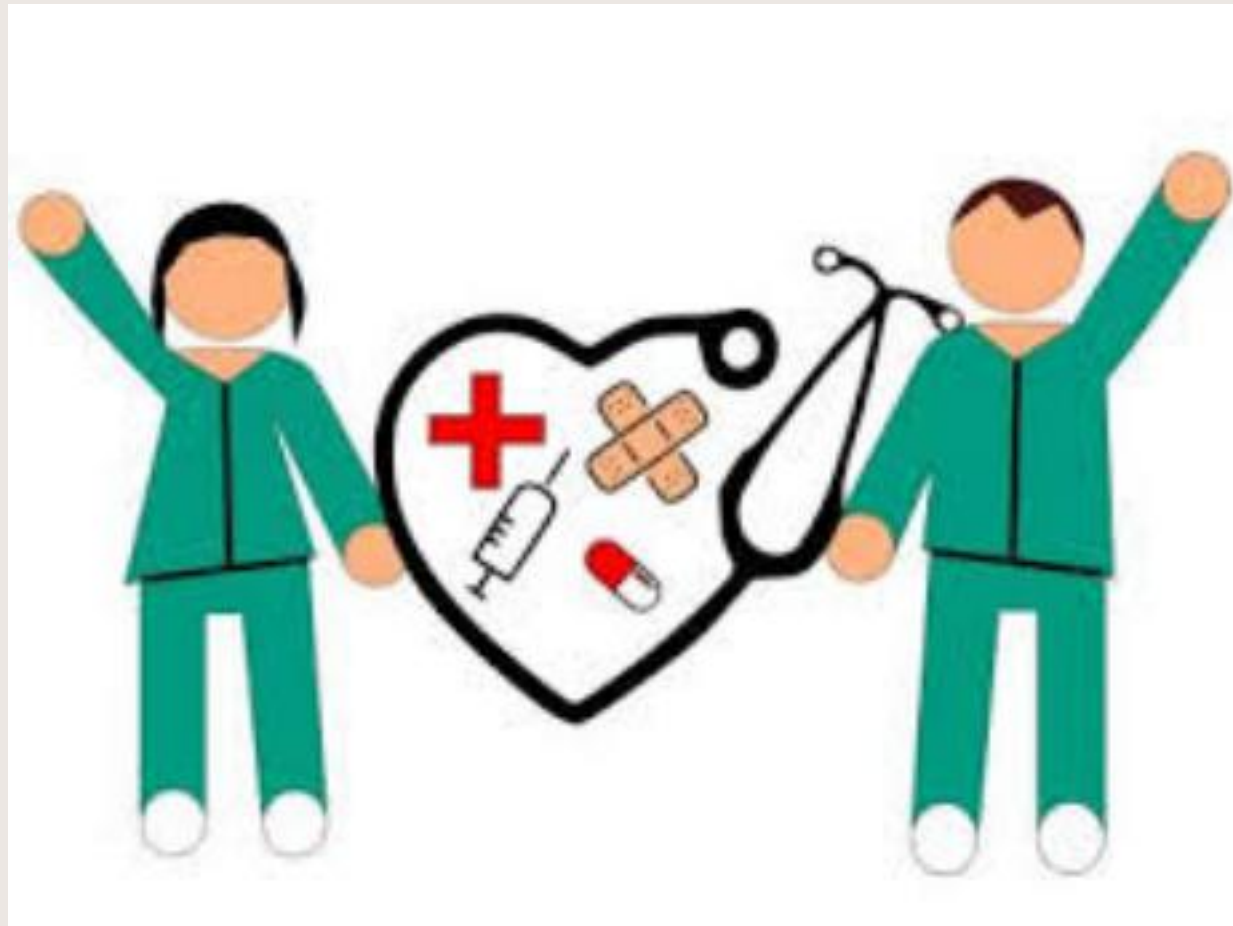


Carmen Daf

QUANDO ALGUÉM PENSA EM
SUICÍDIO, ELA QUER MATAR A DOR
E NÃO A VIDA.

SETEMBRO AMARELO
MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

Como podemos ajudar?



Como podemos ajudar?

- . Aproximar sem julgar
- . Não banalizar
- . Acionar a rede de apoio mais próxima
- . Incentivar que procure ajuda profissional(CAPS, UBS,CVV...)



Setembro amarelo

Campanha de Prevenção ao suicídio

PALESTRA: OS DILEMAS DO EXISTIR HUMANO

O EVENTO ABORDARÁ REFLEXÕES SOBRE A VIDA E OS SEUS ENFRENTAMENTOS.

PALESTRANTE: PROF. DR. JOSÉ PAULO GIOVANETTI

DATA: 26/09/2017

HORÁRIO: 17H

LOCAL: AUDITÓRIO DO AGROS

Acesso: Setembro Amarelo
E-mail: psicossocial@ufv.br

Realização:
Divisão Psicossocial
Universidade Federal de Viçosa

Apoio:



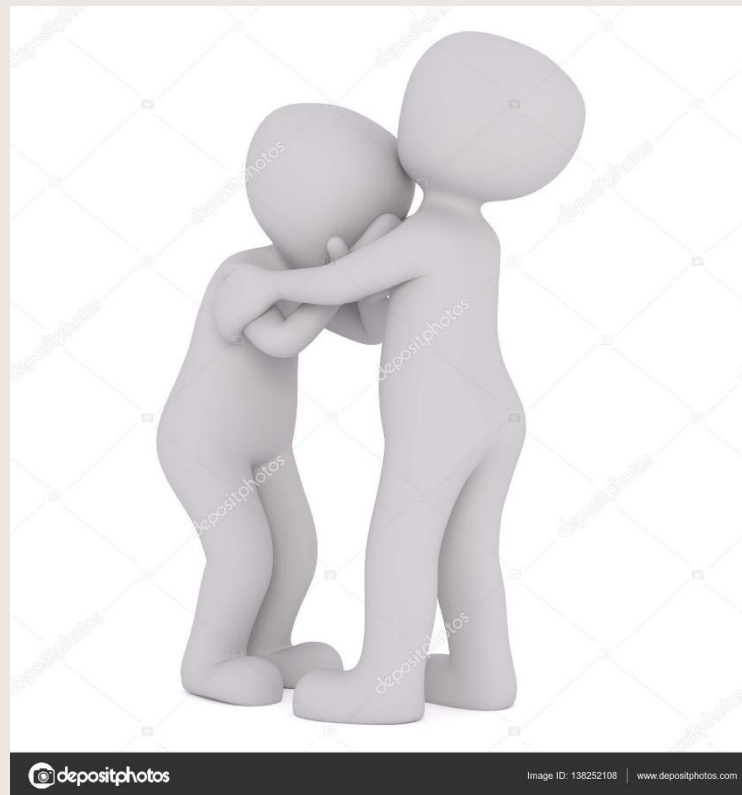
"TUDO QUE A GENTE SOFRE, NUM ABRAÇO SE DISSOLVE"
(Jota Quest)



O melhor lugar do mundo é dentro de um abraço!



Abraço que não sufoca,
que chega de mansinho
e que vem pra ficar !!!



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:



Afeto, presença, acolhimento, zelo!!!

PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

Como comunicamos afeto na
nossa família?



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

Quais os momentos de convivência
em família?



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

Como lidamos com a dor e o sofrimento?



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

*“Está todo mundo ocupado.
Ninguém tem tempo pra me ouvir!”*



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

*“Se eu falar o que eu estou sentindo
as pessoas vão se afastar de mim!”*



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

“Minha mãe não me escuta... Eu continuo insistindo de falar com ela, mas percebo que ela não me ouve!”



PREVENÇÃO NA FAMÍLIA:

“Eu queria tanto estar em um lugar fechado, escuro e quentinho!”

“Eu sinto falta de abraço!”

“Posso te dar um abraço?”



Estudo recente da *Columbia University*, de *New York*, focou a religiosidade dos pais e seus descendentes em relação à ideação / ato suicida.



A crença dos pais na importância da religião associou-se a baixo risco de comportamento suicida nos descendentes independente da crença dos filhos.



Divisão
PSICOSSOCIAL

Psic. Carmen Lúcia Gomide
Divisão Psicossocial
Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários
UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

DIVISÃO PSICOSSOCIAL



Vila Giannetti, 28 / Campus UFV 3612-1930

PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO E DO SUICÍDIO NA FAMÍLIA

VAMOS
FALAR
SOBRE
ISSO

