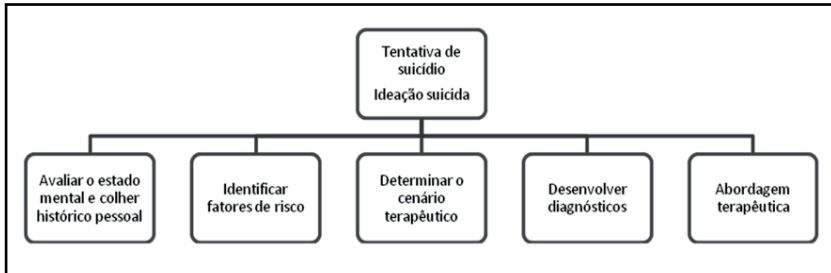
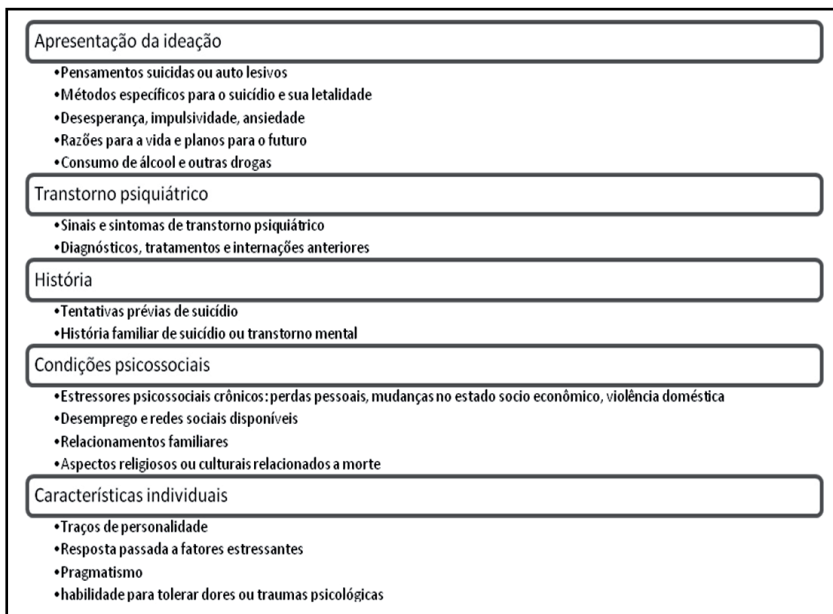


e outras pessoas da sua rede de suporte social. O profissional deve identificar a pessoa que possa ser responsável pelo paciente e participar, junto com a equipe, do seu plano terapêutico.



Fonte: Elaboração própria a partir das Diretrizes da American Psychiatric Association, 2003.

Para a avaliação do paciente, pode-se utilizar o seguinte esquema:



Fonte: Elaboração própria a partir das Diretrizes da American Psychiatric Association, 2003.

A melhor maneira de descobrir se a pessoa tem pensamentos de suicídio é perguntando a ela. Falar sobre o tema não fará com que a pessoa decida se matar, pelo contrário, dará a ela a oportunidade de falar sobre seus sentimentos, refletir e, possivelmente, mudar de idéia. Se você não se sentir seguro para fazer esse atendimento, peça ajuda a outros profissionais da sua equipe.

O que perguntar:

1. Descobrir se a pessoa tem ideação suicida:
 - A vida vale a pena?
 - Você tem pensamentos de morte?

2. Descobrir se a pessoa tem um plano definido para cometer suicídio:
 - Você fez algum plano para acabar com sua vida?
 - Você tem alguma idéia de como vai fazê-lo?

3. Descobrir se a pessoa tem os meios para se matar
 - Você tem pílulas, arma, veneno ou outros meios disponíveis?
 - Os meios são facilmente disponíveis para você?

4. Descobrir se a pessoa fixou uma data
 - Você decidiu quando vai acabar com sua vida?
 - Você está planejando fazê-lo?

Todas essas questões precisam ser perguntadas com cuidado, preocupação e respeito.

Fique atento aos sinais

As pessoas com ideação suicida sempre dão sinais dos seus sentimentos, quer seja na família, quer seja em uma consulta nas unidades de saúde. Os principais sentimentos de quem pensa em se matar são representados pela “Regra dos 4D”:

Regra dos 4D:

- Depressão;
- Desesperança;
- Desamparo;
- Desespero.

Fique atento às frases de alerta.

Frases de alerta:

Eu preferia estar morto;

Eu não posso fazer nada;

Eu não agüento mais;

Eu sou um perdedor e um peso para os outros;

Os outros vão ser mais felizes sem mim;

Penso em bobagens... tenho pensamentos ruins.

Frase de Alerta + 4D = necessidade de investigação cuidadosa sobre suicídio.

Dicas:

A ameaça de suicídio é uma forma de pedir ajuda!

Busque um lugar para conversar com privacidade.

Reserve tempo, esteja disponível para escutar.

Fatores de vulnerabilidade para o suicídio

Transtornos mentais <ul style="list-style-type: none">• Transtornos do humor• Abuso e dependência de álcool e outras drogas• Transtornos de personalidade• Esquizofrenia• Transtornos de ansiedade
Sociodemográficos <ul style="list-style-type: none">• Sexo masculino• Idade entre 15-35 anos e acima de 75 anos• Desemprego• Isolamento social• Migrantes
Psicológicos <ul style="list-style-type: none">• Perda dos pais na infância• Dinâmica familiar conturbada• Traços de personalidade como impulsividade e agressividade
Outras condições clínicas incapacitantes <ul style="list-style-type: none">• Dor crônica• Epilepsia• Trauma medular• Neoplasias malignas• AIDS

Fonte: Elaboração própria a partir das Diretrizes da American Psychiatric Association, 2003.

Estudos têm demonstrado que, na maioria dos casos de suicídio, o transtorno mental está presente. Abaixo apresentamos os principais transtornos mentais associados ao suicídio, lembrando que, para um conhecimento maior sobre o tema, outras fontes de referência deverão ser consultadas, especialmente as citadas nesta publicação.

**95% apresentam transtorno mental diagnosticado;
80% apresentam transtorno depressivo;
10% padecem de esquizofrenia;
25% das pessoas com transtorno mental apresentam dependência de álcool.
(Kaplan, Sadock, Greeb, 2007)**