Setembro Amarelo: vamos falar em suicídio.

Categoria: Saúde
Data de Publicação: 13 de setembro de 2018

A Secretaria da Saúde de Veranópolis, através do CAPS, realizará uma caminhada em valorização da vida, para destacar esse assunto junto a comunidade. Atividade que ocorrerá no dia 24 de setembro, segunda-feira, com saída do CAPS às 13h30min em direção à Praça da Igreja Matriz. E na Feira do Livro, que tem início no dia 02 de outrubro, o CAPS participará com estande onde realizará orientações sobre o tema e informações referentes aos atendimentos em saúde que essa unidade oferece a toda a comunidade veranense. h6 Saiba mais:/h6 Suicídio: Saber, agir e prevenir. O suicídio é um fenômeno complexo que pode afetar indivíduos de diferentes origens, classes sociais, idades, orientações sexuais e identidades de gênero. Mas o suicídio pode ser prevenido. Saber reconhecer os sinais de alerta em si mesmo ou em alguém próximo a você pode ser o primeiro e mais importante passo. Alguns sinais de alerta: Preocupação com sua própria morte ou falta de esperança. • As pessoas sob risco de suicídio costumam falar sobre morte e suicídio mais do que o comum, confessam se sentir sem esperanças, culpadas, com falta de autoestima e têm visão negativa de sua vida e futuro. Essas ideias podem estar expressas de forma escrita, verbal ou por meio de desenhos. Alguns indivíduos começam a formular um testamento ou fazer seguro de vida. Expressão de ideias ou de intenções suicidas: Um dos falsos mitos sociais em torno do suicídio é que a pessoa que tem intenção de tirar a própria vida não avisa, não fala sobre isso. Entretanto, sabemos que isso não é verdade e que devemos considerar seriamente todos os sinais de alerta que podem indicar que a pessoa está pensando em suicídio. Fiquem atentos para os comentários abaixo: • "Vou desaparecer." • "Vou deixar vocês em paz." • "Eu queria poder dormir e nunca mais acordar." • "É inútil tentar fazer algo para mudar, eu só quero me matar." Se isolam ainda mais: As pessoas com pensamentos suicidas podem se isolar, não atendendo a telefonemas, interagindo menos nas redes sociais, ficando em casa ou fechadas em seus quartos, reduzindo ou cancelando todas as atividades sociais, principalmente aquelas que costumavam e gostavam de fazer. Outros fatores: Sabe-se que outros fatores, como a exposição ao agrotóxico, perda de emprego, crises políticas e econômicas, discriminação por orientação sexual e identidade de gênero, agressões psicológicas e/ou físicas, sofrimento no trabalho, diminuição ou ausência de autocuidado, podem ser fatores que vulnerabilizam, ainda que não possam ser considerados como determinantes para o suicídio. Sendo assim, devem ser levados em consideração se o indivíduo apresenta outros sinais de alerta para o suicídio. Onde buscar ajuda: • CAPS - em Veranópolis, na Avenida Doutor José Montaury, 894; telefone 3441 7622. • Unidades Básicas de Saúde. • Pronto Socorro e Hospitais. • Centro de Valorização da Vida – CVV 141 (ligação paga) ou www.cvv.org.br para chat, Skype, email e mais informações. • Ligação 188 gratuita no Estado do Rio Grande do Sul, em parceria com o SUS e o CVV.