**PREVENÇÃO AO SUICÍDIO INFANTO JUVENIL**

**VAMOS CONVERSAR?**

Inicialmente, como informação, segundo a Organização Mundial da Saúde, uma pessoa se suicida a cada 40 segundos. O suicídio é a segunda principal causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos, ficando atrás somente das fatalidades no trânsito. Dados do Mapa da Violência organizado pelo Ministério da Saúde mostram que de 2002 a 2012 o número de suicídios entre crianças e adolescentes de 10 a 14 anos aumentou 40%.

Com o objetivo de escrever sobre o tema na forma de um bate papo que inspire reflexões que venho abordar este assunto. Estamos no mês da campanha onde o assunto ganha maiores proporções, porém este deve ser abordado ao longo do ano como forma de prevenção, alerta, informação. Um fato que ainda é considerado tabu pela nossa sociedade pelo nível de comoção que causa, onde existe a relação entre falar sobre suicídio pode instigá-lo, precisa de muito cuidado ao ser abordado.

Assim, deixo aqui registrado o cuidado e empatia com que tentarei falar sobre o assunto, iniciando pela reflexão do contexto atual, passeando pela estrada de possibilidades de promover ações que salvam vidas, que mostram o quanto é importante e significativo o olhar atento da família para os fatores que envolvem o risco e o tratamento da criança e adolescente que passa por ideação suicída, ou que já tentou de fato tirar a própria vida.

Então vamos conversar?

*“Vida e morte são antônimos quase perfeitos, onde se deseja a morte aquele que não suporta a vida.”* Gleciene Mendes

Vivemos num mundo antagonico no qual os meios de prolongar a vida está cada vez mais eficiente e as formas de cercear da vida está proporcionalmente cada vez mais eficazes, encurtada e mais precoce.

São pais roubados dos filhos e filhos roubados dos pais pela tecnologia irreverente e atrativa, que veio para contribuir mas que se usada de forma equivocada, sem limites, sem controle, sem a vigilância necessária tb pode destruir.

E neste mundo tudo acontece, lugar onde as coisas são fáceis e instigantes, onde nossas crianças vem sendo expostas desde a mais tenra idade. Basta ir a um restaurante onde antes o barulho das crianças era comum, hoje vemos os pequenos sentados comportadamente atrás de um aparelho de celular enquanto os pais conversam e comem tranquilamente. É o novo jeito de brincar, de distração. É o amigo virtual.

E assim vão crescendo.

Não estou aqui fazendo julgamento, longe de mim, pois tb me incluo neste contexto. Tenho filhos pequenos e vivo a intranquilidade desta era. E a tentação também, pois quem não quer um minuto de sossego? A questão maior não é o uso e sim o excesso sem supervisão. Meu filho outro dia me disse que precisava de privacidade e que eu estava a invadindo... Essas são as falas dos pequenos e que que também as ouço no consultórios de mães e pais que me procuram. (Não atendo crianças e adolescentes, somente os pais).

E aí sou bem direta! Desde quando crianças pequenas e não tão pequenas tem direito a privacidade???

Porém vivemos uma inversão de valores. Ouço no consultório, pais que foram frustrados e não querem frustrar (não percebem o quanto isso os fizeram crescer, pois olham somente a falta), atendendo sempre aos apelos e pedidos. Tem medo de perder a amizade dos filhos (afinal, como é legal ser o brother – lindo, mas é preciso primeiro ser o responsável). Têm dificuldades em dizer NÃO. Não toleram como as crianças, esperar. São as crianças que decidem o que fazer enquanto os pais são os obedientes na história. Até por que decidir dá trabalho. Aliás, cuidar dá trabalho, educar dá trabalho, vigiar dá trabalho, participar dá trabalho, então para se ter menos trabalho e mais “ver a alegria dos pequenos e dos não tão pequenos”, é mais fácil fazer o que eles querem e ficamos todo em paz.

Grande engano! Estamos criando uma sociedade que não tolera a frustração, que tem o mundo nas mãos mas lhe falta o mais importante. O afeto, a atenção, o cuidado e sobretudo, falta a criação do desejo de lutar por aquilo que querem, pois não estão aprendendo. Falta a maturidade. Falta a falta. E nesse lugar encontramos um ser fragilizado, quebradiço, que não dá conta do NÃO, da falta, das críticas, das feridas tão comum e necessárias à formação e ao desenvolvimento da personalidade.

Claro, ainda existem as crianças que precisam trabalhar (não sou a favor tá!), crianças que precisam “se virar na vida”, que entendem o desejo não atendido, que experimentam a frustração, que constrõem a base das emoções. Que amadurecem. Mas não é esse o público foco aqui.

Estamos na era do online. Os amigos estão online, a escola está online, o conhecimento é online, até as brigas e namoro, online, os pais estão online. Mas a dica é de não permanecerem offline da vida de seus filhos e família senão dana tudo.

Dessa forma citarei agora algumas outras dicas que considero importantes para lidarmos melhor com todo esse contexto:

1 – O olhar atento da família e escola podem salvar a vida dos pequenos e dos adolescentes:

* Monitoramento dos aparelhos eletrônicos;
* Atenção a mudanças de comportamentos;
* Expressão de idéias ou intenções suicídas;
* Diminuição ou ausência de autocuidado;
* Alterações de humor;
* Isolamento da família e amigos;
* Autoagressão;

Lembrando sempre que todo sintoma e comportamento comunica algo, portanto é muito importante validar os sinais.

2 – Tratamento:

* Aproximar-se de seu filho;
* Consultar um médico psiquiatra;
* Acompanhamento psicológico;
* Muito amor.

Conclusão:

O suicídio é um fenômeno presente em todas as culturas desde os primórdios da história da humanidade. Ele envolve características de aspecto emocional, mental, social e econômica.

O indivíduo é acometido de uma ambivalência de sentimentos, ele não quer morrer, mas quer terminar com a dor psíquica (ou físicas em casos médicos crônicos). Como o assunto é visto como um tabu e repleto de preconceitos, o sujeito é visto com estigmas, o que dificulta o pedido de ajuda ou de conversa. O assunto também costuma ser evitado.

O Setembro Amarelo á a maior campanha mobilizadora para olharmos para o Suicídio como fator de Saúde Pública. Porém essa a prevenção deve ser diária.

É preciso que pais e responsáveis tenham um olhar atento aos comportamentos de jovens e adolescentes e não se sintam envergonhados de buscarem ajuda e acolhimento para si e para os envolvidos. É necessário acolher a dor de todos, sem julgamentos e preconceitos.

A boa notícia é o suicídio pode ser prevenido, desde que seja tratado como um caso de saúde pública e haja investimentos em projetos de informação e prevenção. Porém o olhar atendo de familiares, escola e responsáveis pode não somente evitar como prevenir.

E pode mais, pode a aproximação, pode o acolhimento, pode a presença, pode o aconchego de não se sentir só. Digo aos familiares, responsáveis e a escola. Pode atitude!!!

 **PODE AMOR!**

Gleciene Rodrigues Mendes

Psicóloga Clínica – Gestalt Terapeuta

Membro do Programa PrevBem – Promoção e Prevenção a Saúde da Santa Casa de Saúde de Vitória

Especializando em Luto e Dores Crônicas