

# **AUTOMUTILAÇÃO E IDEAÇÃO SUICIDA EM DISCENTES**

AUTORES:

Degmar Francisca dos Anjos  
Giselle Christine Lins Lopes

# APRESENTAÇÃO

Esta cartilha é o produto educacional da pesquisa de mestrado intitulada "Automutilação e ideação em discentes" apresentada no Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica - ProfEPT, do Instituto Federal da Paraíba (IFPB).

Para a construção deste material foram incluídos alguns trechos das falas das discentes que participaram da pesquisa, representados pela letra M seguida de um numeral

É importante repensar as práticas de saúde e de educação, considerando que o fenômeno da automutilação e ideação suicida existe e afeta os adolescentes, principalmente àqueles que não estão preparados psicologicamente para lidar com problemas e emoções que surgem nesta fase da vida.

Diante do exposto, esta cartilha é direcionada para toda a comunidade acadêmica e tem o objetivo de contribuir com algumas informações, sobre o tema automutilação e ideação suicida em discentes, apontando ferramentas e possíveis sugestões para a melhor condução dos trabalhos e desenvolvimento do sujeito em todas as suas capacidades.

Boa leitura!

# SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO
2. ESCOLA
3. ADOLESCÊNCIA
4. AUTOMUTILAÇÃO
5. SUICÍDIO
6. IDEIAÇÃO SUICIDA
7. COMO A ESCOLA PODE AJUDAR NA  
PREVENÇÃO?
8. REFERÊNCIAS

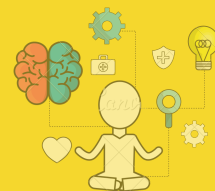
# INTRODUÇÃO

A escola é um espaço que possibilita diálogos e discursos que proporcionam o combate às vulnerabilidades. Discutir assuntos como sexualidade, angústias, perspectivas em relação ao futuro, dúvidas em relação a profissão, medos, ansiedade pode contribuir positivamente para prevenção de casos de automutilação e ideação suicida.

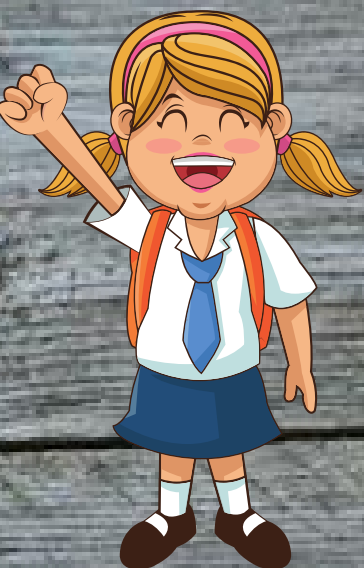
Nesse sentido, esta cartilha pretende contribuir revelando informações importantes sobre a automutilação e a ideação suicida em discentes, apontando ferramentas e possíveis sugestões para a melhor condução dos trabalhos e desenvolvimento do sujeito em todas as suas capacidades.

É necessário que a família e toda a comunidade acadêmica esteja preparada para identificar e ajudar os adolescentes que possam estar passando por problemas relacionados à automutilação e ideação suicida.

Levar a sério o problema, assim como, a disseminação da informação pode ajudar a salvar vidas.



Espaço que possibilita diálogos e discursos que proporcionam o combate às vulnerabilidades, assim como discutir assuntos como sexualidade, angústias, perspectivas em relação ao futuro, dúvidas em relação a profissão, medos, ansiedade, enfermidade.



Rodrigues (2001) acredita que a educação prepara crianças e adolescentes para assumirem papéis sociais,

# Escola x Saúde Mental

Questões relativas à saúde mental do adolescente é um tema importante não só para o ambiente educacional em questão, mas também, para a toda a sociedade, visto que, é neste período que sintomas depressivos e de ansiedade podem surgir

(FONSECA; PERRIN, 2011).

**O aluno não deve ser visto apenas como receptor de conteúdo.**

A photograph of a white spiral-bound notebook lying on a light-colored wooden surface. To the left of the notebook is a bundle of dried lavender flowers. To the right is a small, round, dark-colored bell with a black string. A silver pen is positioned vertically to the right of the notebook.

**ATENÇÃO!**

**A escola é um importante local de aparecimento de casos de automutilação.**

É necessário que a família e toda a comunidade acadêmica esteja preparada para identificar e ajudar os discentes que possam estar passando por problemas relacionados à automutilação e ideação suicida.

Deve-se observar que o discente, assume diversos papéis sociais em que muitas vezes, processos diversos podem ocorrer fora dos muros da escola e interferir nos estudos.

A escola deve criar um diálogo possível com o discente, se colocando a disposição para ouvir, aconselhar, encaminhar, quando necessário, em prol do cuidado integral com o discente.

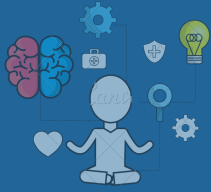
O que dizem os discentes?

M2. (...) tipo assim, para os professores, a gente tem que chegar no IF (Instituto Federal) e deixar todos estes problemas que a pessoas trás e focar nas aulas, mas é difícil. Mas tipo, nunca vai acontecer isso.

A história da discente deve ser levada em conta no processo de ensino - aprendizagem.



# ADOLESCÊNCIA



Marcada por grandes transformações biológicas e psíquicas.

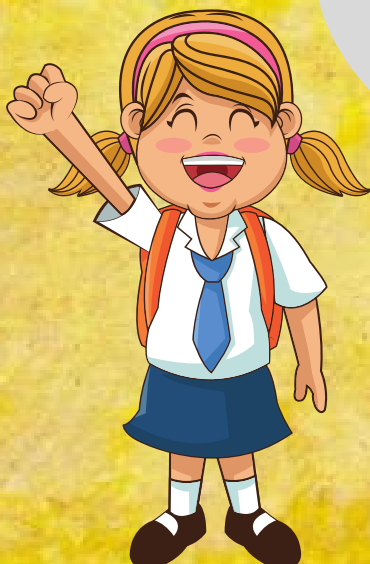
Neste momento a sociedade exige do adolescente a escolha por uma profissão, aquisição de comportamentos e características para assumir o papel de adulto.

Esta fase pode desencadear:

- Frustrações,
- Tensões;
- Sentimentos de inferioridade.

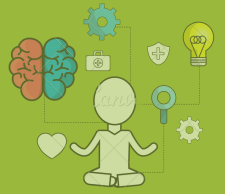
Qual profissão devo escolher?

Trabalhar ou estudar?





# AUTOMUTILAÇÃO



Alguns sinônimos para automutilação:

Autolesão;  
Autoflagelação;  
Escarificação;  
Escoriação;  
Marcas corporais;

## O QUE É AUTOMUTILAÇÃO ?

Favazza (1998) descreve a automutilação como uma destruição deliberada, sem intenção suicida, do próprio tecido corporal.

Uma maneira de proporcionar alívio rápido, temporário de sentimento de rejeição, tédio, culpa, bem como alucinações, pensamentos caóticos e preocupações sexuais.

# AUTOMUTILAÇÃO: como se caracteriza?

Arranhões

Ingestão de substâncias tóxicas

Queimaduras

Puxão de cabelo

Por que as pessoas se automutilam?

"A intenção de automutilação é aliviar algum sofrimento emocional, sentimentos de raiva, tristeza, angústia, "vazio interno". (ARATANGY, 2018, p. 9).

(...) atacam seu corpo, quando na verdade querem atacar significados que lhes são inerentes. Mudando seu corpo, o adolescente deseja mudar sua vida (LE BRE TOM, 2010).

Segundo Karaim (2018) pessoas que praticam automutilação geralmente iniciam a prática no início da adolescência, este comportamento continua entre 10 a 20 anos.

## O que dizem os discentes?

M4. (...) para aliviar a dor que estão sofrendo.

M3. (...) alívio emocional. E que de certa forma algumas pessoas sentem prazer,



M7. Agora não, mas quando eu fico estressada eu fico me arranhando no braço assim. Eu já tive e de vez em quando me arranho, quando estou nervosa com alguma coisa. Eu colocava casaco pra ninguém ver. E também puxo os cabelos, para se sentir aliviada, pra transferir aquela dor na cabeça pros cortes.



É muito comum os discentes usarem casacos para esconder os cortes, mesmo em dias de muito calor.

# Tipos de automutilação

Automutilação grave: amputar dedos, membros, órgãos genitais);

Automutilação estereotipada: bater a cabeça, morder-se, bater no próprio braço, cortar os olhos ou a garganta, arrancar o cabelo;

Automutilação superficial/moderada: cortar-se, arranhar-se ou queimar a pele, enfiar agulhas na pele.

(FAVAZZA, 1998).

Ao tomar conhecimento de uma caso de automutilação, tome uma atitude compreensiva.

Foque mais no sentimento do que nas feridas provocadas pela automutilação.



# Sobre a importância de falar da automutilação sem preconceitos

Uma das maiores dificuldades sentida em relação à prática da automutilação é a falta de entendimento dos familiares em relação ao seu comportamento, eles não sabem como agir diante da automutilação.

(GIUSTI, 2013)

**Uma escuta acolhedora, atenciosa, sem preconceitos facilita a abertura para um diálogo.**

M1. Acho que é um tema pouco explorado. E acho importante ter uma conscientização sobre esse tema.

M7. Acho que as pessoas que fazem isso (automutilação), passam por isso não tem apoio, precisam de ajuda, não de serem criticadas **“ah ela faz isso por que tá doida, por que quer”**. Acham que é só pra chamar atenção. E as pessoas que fazem isso não tem um espaço de conversa como esse para conversar sobre isso.

M6. (...) Até eu achava que era frescura, via as meninas se automutilando. Hoje eu entendo o estado delas, ne? E minhas colegas tudo se cortando e eu lá no meio, achando estranho. Mas quando você passa pelo processo, você vai ver que não é frescura.



# Sobre o sentimento após os cortes...

M6. Bastante. Por que depois você se arrepende e não quer mostrar a ninguém.

M4. Eu conheci um menino da minha sala que se cortava, e ele dizia que se sentia aliviado.

M7. Acho que culpa. E teve uma vez que postei que não estava bem, e ficava escondendo da minha mãe. E agora eu só me arranho de vez em quando. Assim eu me cortava e cobria o braço todinha com casaco (...)

Sentimentos relatados por aqueles que praticam a automutilação:

Alívio;

Vergonha;

Arrependimento;

Culpa;

Automutilação não é frescura, nem é pra chamar atenção das pessoas.

# Como identificar um portador de automutilação?

Abaixo seis perguntas que poderão estar identificando um portador de automutilação:

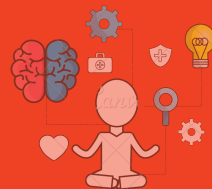
- 1 - Alguma vez você cortou ou fez vários pequenos cortes em sua pele?
- 2 - Alguma vez bateu em você mesmo de propósito?
- 3 - Alguma vez queimou sua pele (por exemplo: com cigarro, fósforo ou outro objeto quente)?
- 4 - Você costuma ter esse tipo de comportamento diante das pessoas com quem convive?
- 5- Quando praticou alguns dos atos mencionados, você estava tentando se matar?
- 6 - Quanto tempo você gasta pensando em fazer tal(is) ato(s) antes de realmente executá-lo(s)?



PRO-AMITI (Serviço do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP)

<https://www.proamiti.com.br/automutilacao?in=slide2>

# SUICÍDIO



## CONCEITOS

Rigo (2013) define o suicídio como uma manifestação humana de lidar com o sofrimento, de livrar-se da dor da sua existência, utilizada como uma carta na manga, quando a vida lhe parecer insuportável.

O sujeito que pratica o suicídio busca romper radicalmente com uma situação que causa uma dor psíquica insuportável (BOTEGA et al, 2006).

Na maioria dos países, os meninos morrem mais por suicídio em relação as meninas, principalmente por que utilizam de métodos mais violentos, como enforcamento, uso de arma de fogo (OMS, 2000).





A OMS entende o suicídio como um grave problema de saúde pública (OPAS, 2018).



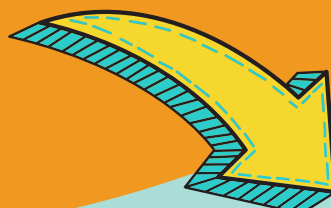
## Você sabia?

No Brasil, 800 mil pessoas tiram a própria vida por ano.

É a segunda maior causa de morte entre pessoas de 15 a 29 anos

Para cada suicídio, ocorrem de 10 a 20 casos de tentativas (OPAS, 2018)

(OPAS, 2018).



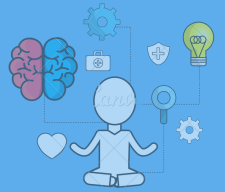
No Brasil, entre os anos 2011-2016, contabilizou-se 48.204 tentativas de suicídio, sendo 58% por envenenamento ou intoxicação, considerados os principais meios utilizados em tentativas de suicídio.

\*Sistema de Informação Sobre Mortalidade

BRASIL (2017)

Refugiados e migrantes, indígenas, lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros e intersexuais, pessoas privadas de liberdade apresentam os maiores índices nas taxas de suicídio (OPAS, 2018).

# IDEAÇÃO SUICIDA



Segundo Botega (2015) a ideação suicida consiste em pensamentos temporários sobre desejos de morte e até desejos de findar a vida.

Não existe uma única causa para o comportamento suicida.

Fatores prévios que desencadeiam a ideação suicida,

**FIQUE ATENTO !**

- Fatores culturais e sócio-demográficos;
- Padrões familiares destrutivos e eventos traumáticos na infância (abuso sexual);
- Traços de personalidade (humor instável; irritabilidade; impulsividade);
- Transtornos psiquiátricos ( depressão, Transtornos de ansiedade, Abuso de álcool e drogas, Transtornos alimentares, psicóticos).
- Eventos da vida negativos;

(OMS, 2000)



# Sobre o suicídio

O que dizem as discentes?

M1. Eu acho que a ideia de se suicidar é acabar com tudo de difícil que está acontecendo na sua vida acabar, entendeu?

M1. Assim... As pessoas que pensam, acham que o sofrimento vai acabar ne.

M2. (...) As pessoas veem o suicídio como a única solução.

A falta de manejo dos profissionais da educação e da família com o tema suicídio, afasta a pessoa que está com ideação suicida a buscar ajuda.

# Como identificar discentes em risco de suicídio?

- Declínio geral nas notas;
- Diminuição no esforço/interesse;
- Má conduta na sala de aula;
- Faltas não explicadas e/ou repetidas, ficar “matando aula”;
- Consumo excessivo de cigarros (tabaco) ou de bebida alcoólica, ou abuso de drogas (incluindo maconha);
- Incidentes envolvendo a polícia e o estudante violento.
- Falta de interesse nas atividades habituais;



Tentativas prévias de suicídio

Depressão



A OMS elaborou o material descrito: “Prevenção do Suicídio: Manual para professores e educadores” (OMS, 2000).

[https://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/en/suicideprev\\_educ\\_port.pdf](https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/en/suicideprev_educ_port.pdf)

# Como agir diante do risco do suicídio entre os adolescentes?

- Abordar o tema sob uma ótica positiva de saúde;
- Disponibilizar material informativo que melhore compreensões e proponha reações adequadas com possíveis dificuldades e/ou transtornos mentais.
- Melhorar as habilidades dos funcionários da escola;
- Fortificar a auto-estima dos estudantes;
- Informar sobre serviços de saúde;
- Favorecer a escuta empática sem preconceitos;
- Remover os meios de suicídio ao alcance das crianças e adolescentes.

OMS, 2000

VOCÊ  
SABIA? !

A prevenção começa com a quebra de preconceitos, estigma e tabu.

VOCÊ SABIA?

**Todos os setores da sociedade devem trabalhar juntos na promoção da saúde mental, de forma que haja um trabalho em rede multisetorial.**

As instituições de ensino públicas e privadas são obrigadas a notificar casos de violência autoprovocada ao Conselho Tutelar em até 24 horas após o atendimento.

DECRETO Nº 10.225, DE 5 DE FEVEREIRO DE 2020

(BRASIL, 2020).

Segurança

Escola

Comunidade

Família

Saúde



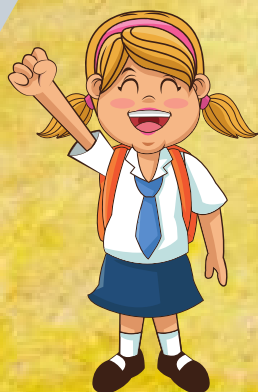
# Para além do setembro amarelo

No Brasil, existe a campanha nacional contra o suicídio, denominada setembro Amarelo, organizada pelo Centro de Valorização da Vida, Conselho Federal de Medicina e Associação Brasileira de Psiquiatria.

Você sabia?

Nove em cada dez mortes por suicídio podem ser evitadas

Apesar da campanha ser em setembro, deve-se falar sobre este tema o ano inteiro.



# Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio

Em abril de 2019, a presidência da república sancionou a lei nº 13.819, de 26 de abril de 2019 que institui a **Política Nacional de Prevenção da automutilação e do suicídio**, a ser implementada pela União, Estados, Distrito Federal e Municípios (BRASIL, 2019)

Sobre a lei

- Garantir o acesso à atenção psicossocial das pessoas em sofrimento psíquico agudo ou crônico, em especial daquelas com histórico de **ideação suicida, automutilação e tentativa de suicídio**;
- Garantir assistência psicossocial a familiares e pessoas próximas à vítima de suicídio;
- Informar a sociedade sobre a importância e a relevância das lesões autoprovocadas como problemas de saúde pública, passíveis de prevenção;
- Envolver entidades de saúde, educação,(...) na prevenção do suicídio; aprimorar notificações sobre automutilação, tentativas de suicídio, para formular políticas e tomadas de decisões; (...) (BRASIL, 2019).

O que significa violência autoprovocada?

- I- o suicídio consumado;
- II - a tentativa de suicídio;
- III - o ato de automutilação, com ou sem ideação suicida” (BRASIL, 2019, p.7).



# Mitos sobre o suicídio

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

✓ A maioria dos suicidas fala ou dá sinais sobre suas ideias de morte

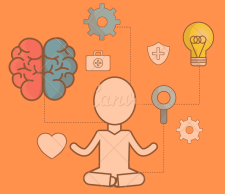
Não devemos falar sobre suicídio, pois isso pode aumentar o risco.

✓ Muito pelo contrário, falar com alguém sobre o assunto pode aliviar a angústia e a tensão que esses pensamentos trazem.

É proibido que a mídia aborde o tema suicídio.

✓ Isto não aumenta o risco de uma pessoa se matar; ao contrário, é fundamental dar informações à população sobre o problema, onde buscar ajuda etc.

# COMO A ESCOLA PODE AJUDAR NA PREVENÇÃO ?



- **Desenvolver ações de saúde mental junto aos profissionais da escola;**
- **Trabalhar a autoestima de professores, funcionários, alunos;**
- **Promover, através de atividades lúdicas, palestras, diálogos, rodas de conversas, a expressão de sentimentos;**
- **Prevenir a violência escolar;**
- **Desenvolver atividades de educação em saúde;**
- **Intervir imediatamente frente à identificação de risco de suicídio;**

Cuidado!

É necessário cautela ao trabalhar com a automutilação e ideação suicida, pois apresentam causas multifatoriais.

Lembre-se!

A intervenção imediata, pode salvar vidas.

# FATORES PROTETIVOS

De forma geral, o sentimento de pertencimento a uma comunidade, grupo religioso ou étnico, protegem o indivíduo do suicídio (BOTEGA *et al*, 2006).

M1. (...) Eu mesmo já pensei tentei suicídio quando tinha 11 anos, tomei três cápsulas de veneno de rato, deitei achando que no outro dia ia amanhecer morta. Mas não ocorreu. Aí. outras vezes eu tentei com corda... essas coisas. (..)

**Os atores da escola juntamente com a família e os adolescentes devem dialogar de forma empática por meio da escuta reflexiva e ajuda mútua, proporcionada através da socialização de saberes e experiências sobre o tema.**

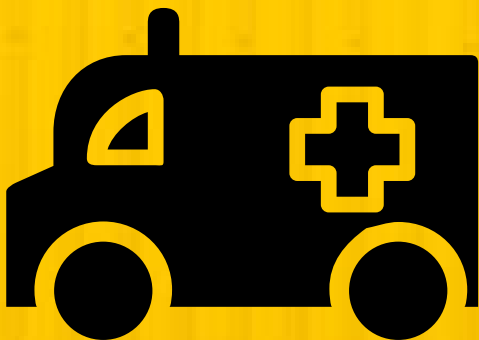


# Peça ajuda!

- Unidades Básicas de Saúde (UBS);
- Centros de Atenção Psicossocial (CAPS);
- Unidades de Pronto Atendimento (UPA);
- Hospitais.

Na Instituição, procurar a coordenação pedagógica.

O CVV – Centro de Valorização da Vida realiza apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob total sigilo por telefone, email e chat 24 horas todos os dias.



**SAMU**  
192  
**CORPO DE BOMBEIROS**  
193

Curso online sobre a prevenção do suicídio.

Acesse!

<http://pr.avasus.ufrn.br/local/avasplugin/cursos/curso.php?id=18>



**Ligue 188!**

<https://www.cvv.org.br/>

# REFERÊNCIAS

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Suicídio: informando para prevenir. Brasília: ABP/CFM, 2014. Disponível em: <<http://www.flip3d.com.br/web/pub/cfm/index9/?numero=14>>. Acesso em: 17 jun. 2020.
- BRASIL (2017). Setembro Amarelo. Ministério lança agenda estratégica de prevenção do suicídio. 2017.
- BRASIL (2019). Lei nº 13.819, de 26 de abril de 2019. Institui a Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio, a ser implementada pela União, em cooperação com os Estados, o Distrito Federal e os Municípios; e altera a Lei nº 9.656, de 3 de junho de 1998. Brasília. 2019. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2019-2022/2019/lei/L13819.htm#art11](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/L13819.htm#art11)> Acesso em: 27 out. 2019.
- BRASIL, 2020. Decreto nº 10.225, de 5 de fevereiro de 2020. Institui o Comitê Gestor da Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio, regulamenta a Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio e estabelece normas relativas à notificação compulsória de violência autoprovocada. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2019-2022/2020/Decreto/D10225.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2019-2022/2020/Decreto/D10225.htm)> Acesso em: 01 jun. 2020.
- BOTEGA, N. J. et. al. Prevenção do comportamento suicida. Primeira parte. Temática: psicologia clínica. Psico. v. 37, n. 3, p. 213-220, set./dez. 2006. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1442/1130>> Acesso em: 13 jul. 2019.
- BOTEGA, N. J. Crise Suicida: avaliação e manejo. Porto Alegre: Artmed, 2015.
- FAVAZZA, A. R. The coming of age of self-mutilation. Journal of Nervous and Mental Disease, 186(5), p. 259-268.1998.

# REFERÊNCIAS

FONSECA, A. C.; PERRIN, S. The clinical phenomenology and classification of child and adolescent anxiety. In: Silverman, W. K., & Field, A. P. Anxiety disorders in children and adolescents. Cambridge: Cambridge University Press. 2011.

GIUSTI, J. S. Automutilação: característica clínica e comparação com pacientes com transtorno obsessivo-compulsivo. 2013. 184 f. Tese (Doutorado em Medicina). Faculdade de Medicina de São Paulo, São Paulo, 2013.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Prevenção do suicídio: um manual para professores e educadores. Genebra: OMS, 2000. Disponível em: <[http://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/en/suicideprev\\_educ\\_port.pdf](http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/en/suicideprev_educ_port.pdf)> . Acesso em: 11 mai. 2020.

OPAS. Organização Pan-Americana de Saúde. 2018. Folha informativa atualizada em agosto de 2018. Disponível em:<[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5671:folha-informativa-suicidio&Itemid=839](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5671:folha-informativa-suicidio&Itemid=839)> Acesso em: 24 jul. 2019.

RIGO, S. C. O Suicídio e os Desafios para a Psicologia. 1 ed. Brasília: Conselho Federal de Psicologia. 2013.152p. p. 26 -35.

PRO-AMITI (Serviço do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP). Disponível em: <<https://www.proamiti.com.br/automutilacao?in=slide2>> Acesso em: 28 jun. 2020.

RODRIGUES, N. Educação: da formação humana à construção do sujeito ético. Educação & Sociedade, ano XXII, no 76, outubro / 2001. p. 232 - 257.