Promovendo a saúde mental entre os jovens de Cajazeiras – PB, combatendo o suicídio e preservando a qualidade de vida dos mesmos[1]

Josefa Gilliane de Oliveira Mariano [2], André Pereira da Costa[3], Andrécia Pereira da Costa [4], Magda Elizabeth Hipólito de Carvalho[5]

[1]Parte de projeto de extensão voluntário do IFPB
[2]Graduanda em Tecnologia em Automação Industrial – IFPB. Bolsista Voluntária do PROBEXT. e-mail: gilymariano@hotmail.com
[3]Graduando em Tecnologia em Automação Industrial – IFPB e em Licenciatura em Ciências com Habilitação em Matemática – UFCG. Bolsista Voluntário do PROBEXT no IFPB. e-mail: andre.pcosta@yahoo.com.br
[4]Graduanda em Tecnologia em Automação Industrial – IFPB. Bolsista Voluntária do PROBEXT. e-mail: andreciapc@yahoo.com.br
[5]Psicóloga Mestra do IFPB. Extensionista e Pesquisadora do PROBEXT. e-mail: magdaehcarvalho@hotmail.com

Resumo: O presente artigo tem como objetivo descrever o projeto de extensão inédito que vem sendo realizado no IFPB - Campus Cajazeiras, cujo objetivo é prestar um serviço à comunidade, alunos do campus e da Escola Estadual Monsenhor Constantino Vieira, na mesma cidade, conhecimentos sobre o suicídio como: conceituação, por que acontece esse fenômeno, quem está mais vulnerável a cometer, fatores estressores, como ajudar alguém que pensa em se matar, mitos e verdades sobre suicídio, doenças mentais e formas de tratamento e razões para se preservar a vida. Fazendo com que seja possível identificar e ajudar pessoas que estão vivenciando este problema, contribuindo assim com a saúde pública da região ao conscientizar esta população quanto à prevenção do suicídio, problema comum no sertão paraibano.

Palavras–chave: conscientizar, prevenção, saúde pública, suicídio

1. INTRODUÇÃO

A dúvida tem sido o grande impedimento na busca por serviços de saúde, por sua vez, o conhecimento sobre tais assuntos permitirá que alguém adoeça mentalmente sem significar perda da razão, do juízo ou da capacidade; a eficácia de uma intervenção é possível numa perspectiva interdisciplinar, envolvendo áreas afins as ciências humanas e saúde como medicina, psicologia, serviço social, sociologia e filosofia. Esta temática contempla também a religião e pede reflexões sobre o sentido da vida (CORREIA, 2001).

Nosso interesse pelo tema estar em entendermos que é possível, não obstante o sofrimento, encontrar razões para viver. O comportamento suicida precisa ser combatido já que está associado, num momento de desespero, à impossibilidade do indivíduo identificar alternativas viáveis para a solução de seus conflitos, optando pela morte como resposta de fuga de uma situação estressante. Geralmente, a depressão tem sido a maior causa do suicídio, atingindo níveis alarmantes, denominada pelos cientistas como o mal do século. Numa pesquisa realizada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) entre 2008 e 2009 em dezoito países sobre a epidemiologia dos transtornos mentais mais freqüentes como: Síndrome do Pânico, Transtorno Bipolar e Depressão, concluiu-se que o Brasil é o país que tem apresentado maior incidência de depressão, doença que é uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo (MINISTÉRIO DA SAÚDE. BRASIL, 2011).

Além de incapacitar, uma das piores conseqüências de uma doença mental é a prática do suicídio, ato intencional do indivíduo para extinguir sua própria vida, um sério problema de saúde pública que afeta toda a sociedade e que pode ser prevenido.

Neste sentido a OMS construiu o manual de prevenção do suicídio para ser usado por grupos sociais e profissionais que podem atuar diretamente com esse assunto, com o fim de disseminar informações e aumentar a conscientização necessária ao alcance desse objetivo. Há três tipos de manuais: voltados para médicos, para profissionais da mídia e para professores, já que esses profissionais estão diretamente ligados a inúmeras pessoas, dispondo no seu fazer profissional de oportunidade de conscientizar e convencer da importância dessa temática. Embora seja um ato individual e intencional, o suicídio ocorre num contexto social composto por inúmeros fatores, sendo

ISBN 978-85-62830-10-5
VII CONNEPI©2012

assim, alguns agentes sociais são direta ou indiretamente responsáveis por evitar que aconteça, desde profissionais da saúde, educadores, governos, famílias e comunidades.

> O suicídio é uma das 10 maiores causas de morte em todos os países, e uma das três maiores causas de morte na faixa etária de 15 a 35 anos. O impacto psicológico e social do suicídio em uma família e na sociedade é imensurável. O suicídio hoje é compreendido como um transtorno multidimensional, que resulta de uma interação complexa entre fatores ambientais, sociais, fisiológicos, genéticos e biológicos. (OMS, 2000, p. 03)

Respondendo a essa orientação, este projeto de extensão tem como contribuições à sociedade, entre outras: o melhor manejo das doenças mentais e conseqüente qualidade de vida ao público alcançado pelo mesmo e, sobretudo, a redução do índice de suicídio em Cajazeiras e cidades em seu entorno, acometidas por essa problemática como São José de Piranhas e Cachoeira dos Índios.

Num estudo epidemiológico dos índices de suicídio registrados entre 1980 e 2006 nas regiões e capitais dos estados brasileiros, constatou-se que houve um crescimento de 29,5%, passando de 4,4 para 5,7 mortes por 100.000 habitantes. Embora os índices mais altos encontrem-se nas regiões Sul (9,3) e Centro-Oeste (6,1), e embora o Nordeste seja a região com menor índice, aumentou muito durante esses 26 anos pesquisados; os maiores aumentos aconteceram na faixa etária dos 20 aos 59 anos. Como os fenômenos sociais, históricos e culturais variam de uma região a outra do país e além dos fatores de risco como idade, estado civil, nível econômico entre outros, o suicídio apresenta-se de modo distinto segundo o lugar, razão pela qual, tanto estudos quanto intervenções precisam considerar diversidade e especificidades regionais, que além de ocorrerem mais comumente durante períodos de crises socioeconômicas, familiares e individuais são resultado de muitos fatores culturais complexos, como por exemplo, altas taxas entre os povos indígenas e na região Sul do Brasil onde a influência européia é marcante, uma vez que o suicídio é mais freqüente em países europeus do que no Brasil (LAVOSI *et al*., 2009).

Na região Nordeste os indicadores sociais: educação, renda e anos de vida, estabelecidos pelo Programa das Nações Unidas para medir a qualidade de vida e o nível de desenvolvimento de um povo, são os mais baixos do país. Sendo que na Paraíba o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) é o quarto pior do país (IBGE, 2011). Com baixa participação no Produto Interno Bruto (PIB), muitos nordestinos migram para áreas com mais possibilidades de emprego e renda, como o corte da cana e o comércio de roupas em estados da região Norte, como o Pará, prática esta muito comum entre pessoas que residem em Cajazeiras e cidades próximas.

Devido às disparidades regionais, as precárias condições de vida e saúde do nordestino repercutem em sua saúde mental, acentuando-se no alto sertão onde o agravamento das desigualdades aumenta.

Entretanto, segundo Durkheim (1897:2000) os indivíduos que mais sofrem não são os que mais se matam, esse filósofo aponta a religião como fator de proteção, constatando desse modo que nas épocas e classes em que a vida é menos dura, as pessoas se desfazem dela mais facilmente.

Seguindo as recomendações da OMS para combater o aumento no número de casos, foram elaboradas as políticas nacionais de prevenção do suicídio a partir da Portaria 1.876/2006, considerando entre outros fatores a possibilidade de intervenção nos casos de tentativas de suicídio e que as mortes por essa causa podem ser evitadas por meio de ações de promoção e prevenção em todos os níveis de atenção à saúde bem como a necessidade de organizar uma rede de atenção à saúde com vistas a reduzir o dano do agravo e melhorar o acesso dos pacientes ao atendimento especializado, quando necessário como também a necessidade de promover estudos e pesquisas da área de Prevenção do Suicídio (PS). Neste sentido tais diretrizes nacionais para a PS devem ser organizadas de forma articulada entre o Ministério da Saúde, as Secretarias de Estado da Saúde, e Municipais, as instituições acadêmicas, as organizações da sociedade civil, os organismos governamentais e os não-governamentais, nacionais e internacionais, permitindo, segundo a Portaria 1.876/2006 do Ministério da Saúde:

- Desenvolver estratégias de promoção de qualidade de vida, de educação, de proteção e de recuperação da saúde e de prevenção de danos;

- Desenvolver estratégias de informação, de comunicação e de sensibilidade da sociedade de que o suicídio é um problema de saúde pública que pode ser prevenido;
- Organizar linha de cuidados integrais (promoção, prevenção, tratamento e recuperação) em todos os níveis de atenção, garantindo o acesso às diferentes modalidades terapêuticas;
- Identificar a prevalência dos determinantes e condicionantes do suicídio e tentativas, assim como os fatores protetores e o desenvolvimento de ações intersetoriais de responsabilidade pública, sem excluir a responsabilidade de toda a sociedade;
- Fomentar e executar projetos estratégicos fundamentados em estudos de custo-efetividade, eficácia e qualidade, bem como em processos de organização de rede de atenção e intervenções nos casos de tentativas de suicídio;
- Contribuir com o desenvolvimento de métodos de coleta e análise de dados, permitindo a qualificação da gestão, a disseminação das informações e dos conhecimentos.

De cunho educativo, esse projeto pretende, através de informações, conscientizar a população quanto a melhor maneira de lidar com sua psique, e em existindo doença mental encaminhar, de modo natural a questão, recorrendo em tempo hábil a especialistas, reduzindo sofrimentos para si mesmo (a), para a família, bem como, para a sociedade. Almejamos ainda, contribuir para diluir mitos e inverdades que existem sobre o paciente, a doença mental, suas formas de tratamento e acerca das ciências da psicologia e da psiquiatria, mal interpretadas em sua finalidade. Informaremos as doenças psicológicas que mais acometem as pessoas e que devido à falta de informações, muitos não sabem o que fazer nem a quem recorrer. Mostraremos ainda quais são os serviços de saúde que tem atendido esse público, as terapêuticas atuais mais adotadas como também as abordagens preventivas capazes de evitar o surgimento de episódios de transtornos mentais ou de agravar suas conseqüências.

2. MATERIAL E MÉTODOS

O presente projeto voluntário de extensão do Programa Institucional de Bolsas de Extensão (PROBEXT) vem sendo realizado através de palestras, da confecção de material informativo sobre a saúde e as doenças mentais, formas de tratamento, a partir de pesquisas de referenciais que nos permitiram construir todo material trabalhado, em parceria também com profissionais da área como psicólogos e psiquiatras com experiência na temática bem como do Conselho Regional de Psicologia na Paraíba.

O contato com o público alvo do projeto de extensão tem sido realizado em cinco momentos, a saber: apresentação inicial do mesmo, exposição da primeira palestra, realização do primeiro fórum de prevenção do suicídio, exposição de uma segunda palestra e realização do segundo fórum de prevenção do suicídio. As discussões com a exposição do tema com o fim informativo estão ocorrendo nas salas de aula e auditório das instituições educacionais onde estamos discutindo conteúdos mais relevantes sobre o suicídio, sua prevenção, doenças mentais, formas de tratamentos, vencendo mitos e preconceitos bem como a importância de valorizar a vida. Adotamos os recursos artísticos vídeos e músicas com conteúdo relacionado à temática trabalhada no projeto de extensão. Temos utilizado com material ainda: data-show, notebook, caixa de som, DVD, lista de frequência para os participantes e um caderno para registro de informações relevantes a serem usadas na própria execução como também no relatório final do projeto de extensão.

Foi realizada a apresentação do projeto aos alunos, público-alvo, no IFPB - Campus Cajazeiras durante a I Mostra de Pesquisa e Extensão, realizada no mês de abril de 2012; e na Escola Estadual Monsenhor Constantino Vieira, a apresentação do projeto se deu nas salas de aula, integrando duas ou três turmas até atingir toda a escola. Lembrando que no IFPB há quase mil alunos e a escola supracitada possui em torno de mil e duzentos alunos.

Em seguida iniciamos a execução do projeto propriamente dita. Num primeiro momento, durante a realização da primeira palestra, concentramos as turmas segundo a série e a proximidade das salas. Agendamos previamente com a direção bem como com os professores dos horários que estariam sendo utilizados.

Faremos a entrega do material informativo no momento da realização de trabalhos em conjunto com alguns professores e demais profissionais que atuam nas instituições. Durante o período do projeto nos propomos a realizar dois fóruns, onde a metodologia além de palestra ou mesa redonda onde profissionais da área de saúde debaterão a temática em questão, utilizaremos recursos artísticos como teatro, exposição de filmes e documentários (curtas-metragens) relatos de casos sobre as temáticas de alcance do projeto, como por exemplo, pessoas anônimas e famosos acometidos por doenças mentais e suicídio; reflexões estas capazes de trazer alternativas para a problemática em questão. Realizamos pesquisa bibliográfica e levantamento dos dados sobre a temática da prestação do serviço à comunidade; elaboraremos artigos científicos a serem publicados e construção dos resultados a serem apresentados. Organização dos fóruns bem como avaliação da prática no sentido de aperfeiçoar nossas ações. Ambos os fóruns de prevenção do suicídio serão aberto ao público externo por entendermos a relevância da temática para a sociedade, especialmente os estudantes e profissionais que podem beneficiar-se como também contribuir com esse momento.

Após a realização de atividades, em salas de aula ou nos fóruns, esclareceremos a necessidade de quem precisar de ajuda psicológica, será identificado e encaminharemos alunos de ambas as instituições educacionais para atendimentos médico/psicológico especializado.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente, foram realizadas pesquisas com leitura e produção de resenhas sobre os assuntos pautados no projeto: História do Suicídio, Definição de Suicídio, Visão do Direito sobre o Fenômeno do Suicídio, Sintomas Suicidas, Encaminhamento do Individuo que Apresenta Comportamentos Suicidas.

Posteriormente, foi realizada a apresentação do projeto no IFPB, durante a I Mostra de Projetos de Pesquisa e Extensão. Em seguida, a apresentação do projeto ocorreu na Escola Estadual Monsenhor Constantino (Figura 1), onde alunos e professores tomaram conhecimento da execução do projeto nesta escola, onde alguns alunos, que já pensaram ou pensam em cometer suicídio nos procuraram para a obtenção de algum encaminhamento psicológico.

Figura 1 – A e B: Apresentação do Projeto de Extensão aos alunos da Escola Estadual Monsenhor Constantino Vieira, na cidade de Cajazeiras – PB.

Em seguida, ocorreu um ciclo de palestras, na escola analisada, onde foram apresentados os seguintes tópicos: Relato de um caso; O que é suicídio?; Exemplos de suicídio; Por que acontece esse fenômeno?; Quem está mais vulnerável a cometer?; Sinais de alarme; Como ajudar alguém que pensa em se matar?; Mitos e verdades sobre suicídio; Doenças mentais e formas de tratamento; Razões para de preservar a vida; Referenciais; Dúvidas e aplicações práticas; além da exibição de curta metragem. (Figura 2).

Figura 2 – A: Alunos assistindo ao curta metragem na escola contemplada com o projeto de extensão. B: Inclusão dos alunos surdos no projeto através da interpretação da exposição em LIBRAS.

Neste momento, tanto alunos como professores interagiram na palestra e nas apresentações, tirando dúvidas sobre a temática discutida, sobre encaminhamento médico e psicológico, quebrando tabus, preconceitos e mitos. A Figura 3 apresenta a participação dos professores nas discussões norteadas nas atividades do projeto.

Figura 3 – A e B: Professores participando e colaborando com a execução do projeto de extensão.

Dando continuidade ao projeto, está sendo organizado o I Fórum de Prevenção do Suicídio do IFPB, que servirá como outro momento de reflexões onde alunos, professores das instituições e profissionais experientes sobre o suicídio (médicos, psiquiatras, psicólogos, pedagogos, sociólogos, filósofos e teólogos) estarão colaborando com suas experiências e adquirindo novos conhecimentos. A Figura 4 apresenta o logotipo do evento, que será realizado no segundo semestre letivo de 2012 no IFPB Campus Cajazeiras.

Figura 4 – Logotipo do I Fórum de Prevenção do Suicídio do IFPB.

Embora cada sociedade esteja predisposta a fornecer um contingente determinado de mortos voluntários (DURKHEIM, 1897, 2000); por concebermos o suicídio como um processo antinatural de finalizar uma vida, não devemos nos conformar com essa prática, mas sim trazer alternativas a serem pensadas como substitutas da morte como saída para o sofrimento humano, devemos agir preventivamente (OMS, 2000). Essa determinação da OMS, enquanto um órgão que está voltado para todos os continentes e nações estabelece uma mesma orientação independentemente da religião professada, sendo assim, um trabalho desta natureza deveria ser realizado e aceito por todos os países. Na ótica do Direito, suicídio trata-se de um crime contra a vida (ALVES, 1999) com grande repercussão de sofrimento para pessoas diretamente envolvidas com o suicida.

Esse projeto tem possibilitado alguns resultados importantes; ainda em andamento, já observamos os seguintes:

- Interesse do público-alvo e profissionais envolvidos indiretamente, por conhecer um assunto pouco discutido, o suicídio;
- Conhecimento de alguns casos de tentativas ou suicídios consumados tanto no público-alvo quanto em amigos e familiares, permitindo-nos mostrar que esse tema é do interesse de toda população, alguns desses casos serão usados em relatórios e para publicações com o conhecimento e autorização dos envolvidos;
- Trazermos suporte e esclarecimentos a famílias e pessoas que enfrentaram tentativas de suicídio;
- Entendemos que a médio e longo prazo as repercussões desse projeto de extensão permitirão reduzir os índices de suicídio no público alcançado em decorrência de uma melhor conscientização sobre a questão.

Além do que nos propomos nos objetivos do projeto, constatamos ainda que dada a pertinência do assunto, poderemos também discutir essa temática noutros contextos carentes de informações científicas sobre o suicídio como ONGs, instituições religiosas, e no meio acadêmico por exemplo.

Como esse tema tem sido pouco estudado, sugerimos que profissionais das áreas afins que trabalham com o suicídio possam se interessar pela questão no sentido de serem pesquisadores e extensionistas, tanto para se entender quanto intervir de modo eficaz sobre o assunto, tendo sempre como foco a preservação da vida e o combate a morte voluntária, nos estudos de graduação e pós-graduação quanto na própria prática profissional.

Respaldamos a defesa da valorização da vida baseado nas legislações internacionais como a Declaração Universal dos Direitos Humanos e nacionais como a Constituição Brasileira de 1988, acreditando critica e realisticamente que uma sociedade mais justa é capaz de suprir as necessidades dos seus integrantes para que não desistam de viver.

4. CONCLUSÕES

Este projeto de extensão tem permitido à parcela da sociedade por ele alcançada, repensar em soluções para ajudar a reduzir os índices elevados de morte voluntária.

Tem contribuído com a construção e socialização do conhecimento e da práxis, incentivando estudantes e profissionais a atuarem na prevenção do suicídio.

Através da realização dos fóruns de prevenção do suicídio, também integrante do projeto, temos oportunidade de conhecer e socializar experiências exitosas, unir estudantes e profissionais que trabalham com o tema e incentivar pessoas a também atuarem na prevenção do suicídio.

Encontramos como limitação à execução do projeto o desconhecimento do assunto e a presença de preconceitos das pessoas quanto ao tema, por ser polêmico e pouco agradável para discutir, é necessário despertar o interesse dos jovens com metodologias atrativas, pois alguns tem se mostrado desmotivados para participar ativamente do projeto, chegando a sair da sala. Para isso, acreditamos que uma sugestão pode ser uma das soluções: expor o assunto de uma maneira mais lúdica e prática e menos teórica como também dar mais oportunidades para a participação do público-alvo. Neste sentido, observamos que quando esclarecemos aos alunos sobre a importância do tema, que embora não seja um assunto tão interessante e agradável para debates como a sexualidade, temos procurado mostrar que conhecer esse tema pode lhes ser útil em algum momento de suas vidas para si ou para alguém conhecido. Esses esclarecimentos tem sido oportunos porque alguns alunos se retiram das salas de aula por pensarem que nunca irão precisar desse conhecimento ou que nada tem a ver consigo; mas essa resistência tem sido vencida quando eles sentem-se esclarecidos passando a estarem mais motivados a participar do projeto. Temos observado ainda que quando os alunos citam algum fato que ocorreu consigo relacionado ao tema como perdas, atendimento médico ou psicológico que está ou esteve submetido com naturalidade, livre de preconceitos e com êxito, os demais se sentem encorajados a acreditar na mensagem que estamos passando, vendo que tais conhecimentos são reais, pois acontece com alguém muito próximo.

Constatamos ainda na execução do projeto, que os professores também precisam de mais informações sobre o mesmo, tanto para se engajarem, sendo colaboradores como para serem propagadores da prática preventiva. Comumente, na maioria das turmas, o professor do horário de aula que estamos usando se retira da sala assim que adentramos, aproveitando esse tempo para adiantar alguma de suas atividades educacionais, ainda que eles justifiquem a necessidade de sair. Neste sentido, notamos que a maioria deles ainda não está devidamente engajada por não saberem a importância do projeto de extensão. Nossa iniciativa para suprir essa demanda será apresentarmos uma palestra e entregarmos o manual de prevenção do suicídio da OMS voltado para professores, num tempo apenas dos mesmos. Essa avaliação visa aperfeiçoar nossa prática e ampliar o alcance dos nossos objetivos.

AGRADECIMENTOS

A Escola Estadual Monsenhor Constantino Vieira, especialmente, a direção e aos professores por permitirem a realização do projeto de extensão na referida instituição de ensino.

Ao IFPB Campus Cajazeiras, sobretudo, a Coordenação de Pesquisa e Extensão, na pessoa da Professora Wilza Carla Moreira, pelo apoio no projeto.

REFERÊNCIAS

ALVES, I. F. **Crimes contra a vida**. Belém: UNAMA, 1999

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de Ética Profissional do Psicólogo**, Brasília, 2005

CORREIA, A. L. V. **Entendendo a Psiquiatria:** Guia prático para usuários e familiares. João Pessoa: Imprell, 2001

DURKHEIM, E**. O Suicídio:** estudo de Sociologia. Rio de Janeiro: Martins Fontes, 1879, 2000

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Brasil. Disponível em: < http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=2019&id_pagina=1> Acesso em: 07 jul. 2012

LAVOSI, G. M.; *et al.*. **Análise epidemiológica do suicídio no Brasil entre 1980 e 2006**. Revista Brasileira de Psiquiatria, Associação Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, SP, 31 (Supl. II): S 86-93; 2009

MINISTÉRIO DA SAÚDE. BRASIL. **Portaria Nº 1.876 de 14 de agosto de 2006.** Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/pt_1876.pdf> Acesso em: 14 nov. 2011

OMS. **Prevenção do Suicídio:** um manual para médicos clínicos gerais. Genebra, 2000