

Suicídio

23 de agosto de 2023

Fatos importantes

- **Mais de 700 000 pessoas morrem devido ao suicídio todos os anos.**
- **Para cada suicídio há muito mais pessoas que tentam o suicídio. Uma tentativa prévia de suicídio é um importante fator de risco para suicídio na população em geral.**
- **O suicídio é a quarta principal causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos.**
- **77% dos suicídios globais ocorrem em países de baixo e médio rendimento.**
- **A ingestão de pesticidas, enforcamento e armas de fogo estão entre os métodos mais comuns de suicídio em todo o mundo.**

Visão geral

Todos os anos, 703.000 pessoas tiram a própria vida e há muito mais pessoas que tentam o suicídio. Cada suicídio é uma tragédia que afeta famílias, comunidades e países inteiros e têm efeitos duradouros nas pessoas que eram próximas. O suicídio ocorre ao longo da vida e foi a quarta principal causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos em todo o mundo em 2019.

O suicídio não ocorre apenas em países de alto rendimento, mas é um fenômeno global em todas as regiões do mundo. Na verdade, mais de 77% dos suicídios globais ocorreram em países de baixa e média renda em 2019.

O suicídio é um grave problema de saúde pública; no entanto, os suicídios são evitáveis com intervenções oportunas, baseadas em evidências e muitas vezes de baixo custo. Para que as respostas nacionais sejam eficazes, é necessária uma estratégia multissetorial abrangente de prevenção do suicídio.

Quem está em risco?

Embora a ligação entre suicídio e perturbações mentais (em particular, depressão e perturbações relacionadas com o consumo de álcool) e uma tentativa anterior de suicídio esteja bem estabelecida em países de rendimento elevado, muitos suicídios acontecem impulsivamente em momentos de crise, com uma quebra na capacidade de lidar com a vida, estresses, como problemas financeiros, rompimento de relacionamento ou dor e doença crônicas.

Além disso, vivenciar conflitos, desastres, violência, abuso ou perda e uma sensação de isolamento estão fortemente associados ao comportamento suicida. As taxas de suicídio também são elevadas entre grupos vulneráveis que sofrem discriminação, como refugiados e migrantes; Pessoas indígenas; pessoas lésbicas, gays, bissexuais, transexuais e intersexuais (LGBTI); e prisioneiros.

Métodos de suicídio

Estima-se que cerca de 20% dos suicídios globais se devem ao autoenvenenamento por pesticidas, a maioria dos quais ocorre em áreas agrícolas rurais em países de baixo e médio rendimento. Outros métodos comuns de suicídio são enforcamento e armas de fogo.

Tal como indicado em LIVE LIFE: Um guia de implementação para a prevenção do suicídio nos países, o conhecimento dos métodos de suicídio mais

utilizados é importante para conceber estratégias de prevenção que se tenham mostrado eficazes, tais como a restrição do acesso aos meios de suicídio.

Prevenção e controle

Os suicídios são evitáveis. Há uma série de medidas que podem ser tomadas em nível populacional, subpopulacional e individual para prevenir o suicídio e as tentativas de suicídio. LIVE LIFE, a abordagem da OMS para a prevenção do suicídio, recomenda as seguintes intervenções eficazes e baseadas em evidências:

- limitar o acesso aos meios de suicídio (por exemplo, pesticidas, armas de fogo, certos medicamentos);
- interagir com a imprensa para reportagens responsáveis sobre suicídio;
- promover competências socioemocionais para a vida nos adolescentes; e
- identificar, avaliar, gerir e acompanhar precocemente qualquer pessoa afetada por comportamentos suicidas.

Estes precisam andar de mãos dadas com os seguintes pilares fundamentais: análise da situação, colaboração multissetorial, sensibilização, capacitação, financiamento, vigilância e monitorização e avaliação.

Os esforços de prevenção do suicídio requerem coordenação e colaboração entre vários setores da sociedade, incluindo o setor da saúde e outros setores como a educação, o trabalho, a agricultura, os negócios, a justiça, o direito, a defesa, a política e os meios de comunicação social. Estes esforços devem ser abrangentes e integrados, uma vez que nenhuma abordagem por si só pode ter impacto numa questão tão complexa como o suicídio.

Desafios e obstáculos

Estigma e tabu

O estigma, especialmente em torno das perturbações mentais e do suicídio, significa que muitas pessoas que pensam em tirar a própria vida ou que tentaram o suicídio não procuram ajuda e, portanto, não recebem a ajuda de que necessitam. A prevenção do suicídio não tem sido abordada de forma adequada devido à falta de consciência do suicídio como um importante problema de saúde pública e ao tabu em muitas sociedades de discuti-lo abertamente. Até esta data, apenas alguns países incluíram a prevenção do suicídio entre as suas prioridades de saúde e apenas 38 países declaram ter uma estratégia nacional de prevenção do suicídio.

Aumentar a conscientização da comunidade e quebrar o tabu é importante para que os países façam progressos na prevenção do suicídio.

Qualidade dos dados

Globalmente, a disponibilidade e a qualidade dos dados sobre suicídio e tentativas de suicídio são fracas. Apenas cerca de 80 Estados-Membros dispõem de dados de registo vital de boa qualidade que podem ser utilizados diretamente para estimar as taxas de suicídio. Este problema de dados de mortalidade de má qualidade não é exclusivo do suicídio, mas dada a sensibilidade do suicídio – e a ilegalidade do comportamento suicida em alguns países – é provável que a subnotificação e a classificação errada sejam problemas maiores para o suicídio do que para a maioria das outras causas de morte.

É necessária uma melhor vigilância e monitorização do suicídio e das tentativas de suicídio para estratégias eficazes de prevenção do suicídio. As diferenças transnacionais nos padrões de suicídio e as mudanças nas taxas, características e métodos de suicídio realçam a necessidade de cada país melhorar a abrangência, a qualidade e a atualidade dos seus dados relacionados com o suicídio. Isto inclui registo vital de suicídio, registos hospitalares de tentativas de suicídio e pesquisas representativas em nível nacional que recolhem informações sobre tentativas de suicídio comunicadas pelos próprios tentantes.

Resposta da OMS

A OMS reconhece o suicídio como uma prioridade de saúde pública. O primeiro relatório mundial sobre suicídio da OMS, **Prevenir o suicídio: um imperativo global, publicado em 2014**, visa aumentar a consciência da importância do suicídio e das tentativas de suicídio para a saúde pública e tornar a prevenção do suicídio uma alta prioridade na agenda global de saúde pública. Visa também encorajar e apoiar os países a desenvolver ou reforçar estratégias abrangentes de prevenção do suicídio numa abordagem multissetorial de saúde pública.

O suicídio é uma das condições prioritárias no Programa de Ação para as Lacunas de Saúde Mental da OMS (*WHO Mental Health Gap Action Programme - mhGAP*), lançado em 2008, que fornece orientação técnica baseada em evidências para aumentar a prestação de serviços e cuidados em países para perturbações mentais, neurológicas e por consumo de substâncias. No Plano de Ação para a Saúde Mental da OMS 2013-2030, os Estados-Membros da OMS comprometeram-se a trabalhar para atingir a meta global de reduzir a taxa de suicídio nos países em um terço até 2030.

Além disso, a taxa de mortalidade por suicídio é um indicador da meta 3.4 dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável: até 2030 (*Sustainable Development Goals*), reduzir em um terço a mortalidade prematura por doenças não transmissíveis através da prevenção e do tratamento, e promover a saúde mental e o bem-estar.

Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>. Traduzido por Onivan Elias de Oliveira – Cel QORR PMPB.