

## Informar sobre o suicídio

Pode prevenir situações de risco

Hoje celebra-se o Dia Mundial da Prevenção do Suicídio, data que foi criada, em 2003, pela Associação Internacional para a Prevenção do Suicídio e pela Organização Mundial de Saúde, com o objectivo de prevenir os actos de suicídio, através da adopção de estratégias pelos governos dos diferentes países.

O DIÁRIO falou com Gonçalo Jardim, enfermeiro especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, para conhecer de perto o trabalho de aqueles que lidam constantemente com esta realidade muito vincada nos dias actuais.

**Como especialista, qual a primeira intervenção numa tentativa de suicídio?**

Nós deparamo-nos com diversos contextos. Na área da saúde mental é importante saber a história, o que aconteceu no imediato antes e podemos ir até uma fase mais longínqua. Nas situações de tentativa de suicídio temos, primeiro, que tentar identificar quais foram os factores que potenciaram aquele tipo de comportamento auto-lesivo. Ter alguma história, por mais curta que seja, pode ter uma determinante significativa. Claro que isto depende sempre do contexto, se for em contexto tóxicos, consumos de substâncias, intervimos de uma determinada forma, se for após uma discussão familiar, actuamos de outra forma, se for um contexto social, perda de emprego, por exemplo, também actuamos de uma outra forma, entre outros casos.

**Há sempre uma especificidade no tratamento?** Até costume dizer que o tratamento se inicia no pré-hospitalar. Quando o bombeiro vai so-

correr alguém e apercebe-se do contexto. Muitas vezes, o indivíduo que está numa ponte para tentar se matar, a intervenção que o polícia ou o bombeiro faz funciona como uma pesquisa, pois são dados importantes a serem usados no tratamento.

O tratamento começa aí, a partir da pesquisa que é feita nesse pré-hospitalar. Depois e de acordo com o contexto e com a especificidade do problema, existe um plano de intervenção mais específica inicia já em contexto hospitalar e se houver necessidade em contexto de internamento. E mesmo que o paciente tenha alta do serviço de urgência,

o tratamento tem que ser continuado em cuidados de saúde primários, centros de saúde, ou com o apoio de um profissional, como por exemplo, um psicólogo.

Numa tentativa de suicídio temos que olhar em todos os aspectos. Quem quer morrer olha primeiro em todos os aspectos. Olha para o aspecto social, emprego, relação familiar, aspecto emocional, ou até aspecto físico. É o indivíduo que se mata e planeia e há aquele indivíduo que reage ao primeiro pensamento e não vai a todas as áreas da sua vida, ou seja, uma resposta sem olhar para todos os contextos. Há pessoas que morrem por isto. Normalmente, são pessoas altamente impulsivas. Não têm a capacidade de processar tudo, de olhar a todas as áreas do seu funcionamento, que é o que a maior parte das pessoas fazem.

**Na sociedade há quem veja as tentativas de suicídio como um chamar de atenção. Concorda com essa leitura? Não de todo, por-**

**que nem todas as situações são propriamente chamadas de atenção.**

**Nas chamadas de atenção, os chamados para-suicídios há uma forte componente**

da personalidade, ou seja, um indivíduo para-suicidário tem uma componente da personalidade a intervir na acção.

São pessoas que, muitas vezes, ligam antes de cometer o acto e empurram a responsabilidade para a outra pessoa.

O comportamento suicidário, aquele que se mata, há manifestações, mas são muito ténues do ponto de vista social. E as pessoas à volta não conseguem facilmente identificar os sintomas, como por exemplo: o isolamento social, a tristeza, o não ter vontade de sair de casa, o não ter vontade de fazer as habituais actividades, são sinais que em muitos casos 'passam ao lado' das pessoas mais próximas.

**De que forma a família pode actuar?** Quando alguém se sente incapaz e quando acha que não tem capacidade de ajudar, deve recorrer a um profissional de saúde.

Deslocar-se a um profissional de saúde que perceba do assunto, como por exemplo, nos centros de saúde. Todos os centros de saúde da ilha estão cobertos com enfermeiros de saúde mental.

A partir do Centro de Saúde há sempre a possibilidade de fazer-se consultas ao domicílio. E o enfermeiro especialista em saúde mental tem capacidades e conhecimentos para ir ao encontro dessa pessoa e tentar em conjunto arranjar a melhor estratégia para ultrapassar aquela situação ou ultrapassar os factores que precipi-

tam aquele comportamento. Há um conjunto de estratégias que são delimitadas para poder reduzir ou eliminar literalmente os sintomas que aparecem.

**Como é a intervenção dos profissionais nessas situações?** A primeira intervenção é relativamente simples, é aquela que toda a gente pode fazer, que é apoiar a pessoa.

Temos que lhe dar a possibilidade que as suas estruturas cerebrais reconheçam aquela situação de crise e ela se recomponha.

É nessa primeira intervenção nós [enfermeiros especialistas] criamos empatia como paciente e tentar identificar os factores que motivaram aquele tipo de comportamento.

Numa fase posterior, já depois de identificado as determinantes os factores potenciadores daquele comportamento, trabalhamos cada factor e traçamos estratégias, delimitamos acções, sempre validando essas mesmas acções com o doente.

Há também consultas de acompanhamento, tanto do enfermeiro especialista em saúde mental como do médico ou de um psicólogo, ou seja, tem que haver uma intervenção multidisciplinar.

**De que forma a prevenção do suicídio pode ajudar?** Informar a sociedade sobre o que é o suicídio pode prevenir situações de risco. A prevenção do suicídio tem vários tipos de abordagem. Uma delas está relacionada com a informação, fazendo campanhas de informação. Muitas vezes essas pessoas sentem a falta de alguém que dê um apoio para poder equilibrar a 'balança' em todas as áreas do seu funcionamento. Quando nós dizemos que estamos aqui para ajudar é uma mais-valia, aí podemos estar a prevenir algumas situações de risco e de suicídio.

**A Região está bem preparada ao nível da prevenção ao suicídio?** Todos os centros de saúde da Região têm enfermeiros especialistas em saúde

mental. Mas não significa que não haja necessidade, por exemplo, Santo António que tem cerca de 29 mil habitantes, neste momento tem dois enfermeiros especialistas de saúde mental, onde existe muitos bairros, muitas situações ligadas a toxicod dependência, muitos contextos sociais conturbados. Há necessidade de ter mais profissionais ligados à área da saúde mental.



Enfermeiro especialista, desde 2012, já desenvolve trabalhos dentro da psiquiatria aguda, intervenção imediata, situações de crise, como as temáticas de suicídio em contextos diversos.  
10/10/11

Gonçalo Jardim, enfermeiro especialista em Saúde Mental e Psiquiátrica

In "Diário de Notícias"