

Campanha de Prevenção ao Suicídio para as Unidades (Alas e Estacas)

Serviços Familiares – Área Brasil

Documento para uso exclusivo da liderança

Propósito: Ações para auxiliar os líderes na detecção e ajuda de pessoas com depressão e outros comportamentos que podem levar ao suicídio.

1. Ajuda para o Líder

Ferramentas que o ajudarão a identificar ajuda profissional:

A) “Guia de recursos locais”

<http://autossuficiencia.org.br/wp-content/uploads/2020/03/Guia-de-Recursos-Loais-SFSUD-%C3%81rea-Brasil-2020-2.pdf>. Contém ideias de ajuda para depressão e intenção suicida, constando ajuda para o bispo ao lidar com membro com desafios emocionais. Observar os seguintes recursos:

- Site do Recursos para aconselhamento:
<https://providentliving.churchofjesuschrist.org/leader/ministering-resources?lang=por>
- Site oficial da Igreja sobre depressão:
<https://br.aigrejadejesuscristo.org/como-lidar-com-a-depress%C3%A3o>
- Site oficial da Igreja sobre suicídio (utilize a função de tradução do navegador):
<https://www.churchofjesuschrist.org/get-help/suicide?lang=eng>
- Avaliação de funcionalidade (no guia de recursos)

B) Mensagens inspiradoras no Facebook Autossuficiência:

<https://www.facebook.com/autossuficienciabrasil/>

C) Materiais e vídeos – prevenção e ajuda:

- 7 fatos sobre suicídio: <https://www.youtube.com/watch?v=4hAJO2t0DBs>
- Mentas em pauta – suicídio: <https://www.youtube.com/watch?v=Wo6A8Hbyfls>
- Matéria no Blog Psiquiatria Online: <http://wp.me/p2FYzU-iE>
- Manual de Prevenção de Suicídio da OMS:
https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/en/suicideprev_phc_port.pdf

2. Identificando a depressão ou tendência suicida:

Será maior a probabilidade de identificar um possível comportamento de depressão através da utilização das ferramentas fornecidas. É IMPORTANTE LEMBRAR QUE A DEPRESSÃO NÃO É O ÚNICO MOTIVO DE ALGUÉM TENTAR SUICÍDIO. AO DETECTAR UM DESVIO DE COMPORTAMENTO, O ACOLHIMENTO É A MAIS IMPORTANTE AÇÃO A SER TOMADA. As seguintes recomendações de recursos são dadas em caso de depressão:

Caso 1 – Depressão leve (Funcionalidade Moderada)

Mudança no estilo de vida, acompanhamento frequente com um líder ou ministrador, aconselhamento confidencial com um amigo em que confiam, terapia comunitária e neuróticos anônimos.

Caso 2 – Depressão média (Funcionalidade abaixo da adequada e seriamente limitada)

Além dos recursos citados acima, CVV (Centro de Valorização da Vida - Fone 188), psicólogo e psiquiatra (ajude o membro a ser autossuficiente, contudo, dependendo da gravidade do caso e da demora no atendimento dos recursos gratuitos, priorize a vida. Se houver necessidade de utilização do fundo de jejum para utilizar os recursos, verifique os procedimentos aprovados)

Caso 3 – Depressão grave (Funcionalidade mínima - ameaças constantes ou existência de um plano para suicidar-se)

Acompanhamento em sistema de vigília familiar com medicação controlada e sob supervisão. Se necessário, internação por alguns dias no PS. Também será necessário continuar o acompanhamento com o psicólogo e psiquiatra (medicação).

Caso 4 – Tentativa de suicídio. Se existiu a tentativa, levar para pronto socorro. Após primeiros socorros, é necessário atenção em casa com acompanhante em sistema de vigília, tomando a medicação sob supervisão e seguindo o tratamento proposto pelo psiquiatra. Recomenda-se também acompanhamento com psicólogo.

IMPORTANTE:

Identificação e acompanhamento dos casos

A continuidade do processo de monitoramento e acompanhamento pelos líderes para avaliação do progresso de cada caso é essencial. Esse monitoramento é importante pois as recaídas são comuns e o sofrimento em silêncio é uma das características da doença.

3. Sugestão de ações:

a) Treinamento para a Liderança

Incentivamos que um treinamento seja realizado para bispados e liderança das organizações, como Quórum de Élderes, Sociedade de Socorro e Organização das Moças. Os assuntos devem dar ênfase na divulgação dos recursos para ajuda, descrição do comportamento, utilização de serviços profissionais e como realizar o acolhimento apropriado. O treinamento pode ser feito pelos missionários de serviço ou psicólogos locais.

b) Devocional para os membros

Tem como propósito prover informações aos membros sobre sintomas e como ajudar alguém com depressão e outros transtornos relacionados. Uma ênfase especial é dada para a busca do bispo como fonte de ajuda. Também são abordadas ações preventivas, descrição de comportamento, casos crônicos e possível ajuda profissional. Ênfase na importância da observação de comportamento pelos familiares e utilização de vídeos oficiais da Igreja como o “Prevenção ao suicídio – escolha ficar” (<https://www.youtube.com/watch?v=F6jCnIjkl0&t=7s>). O devocional pode ser feito pelos missionários de serviço ou psicólogos locais.

c) Divulgação entre os membros

Materiais de divulgação contendo sintomas e onde buscar ajuda foram feitos e podem ser enviados para os membros através dos grupos de WhatsApp (ferramenta de maior facilidade de acesso). Outros materiais podem ser criados localmente e distribuídos para enfatizar o cuidado com o assunto. O mês de setembro é conhecido como “Setembro Amarelo” em todo o país, como o mês de combate ao suicídio. Recomendamos em específico que nesse mês uma campanha de conscientização seja feita semanalmente com a divulgação dos materiais distribuídos. Essa divulgação pode ser feita em outros momentos que a liderança sentir ser necessário.