

Dia da Prevenção ao Suicídio: Um chamado para a conscientização e o cuidado



O dia 10 de setembro é reconhecido mundialmente como o Dia da Prevenção ao Suicídio. Essa data tem como objetivo principal aumentar a conscientização sobre a importância de cuidar da saúde mental e destacar a necessidade de prevenir o suicídio. Através de campanhas, eventos e iniciativas, busca-se promover a compreensão, reduzir o estigma associado às doenças mentais e oferecer suporte às pessoas que estão passando por momentos difíceis.

A prevenção ao suicídio é de extrema importância, pois o suicídio é uma tragédia que afeta pessoas de todas as idades, gêneros e origens étnicas. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), aproximadamente 800.000 pessoas morrem por suicídio todos os anos. Esses números alarmantes destacam a urgência de ações para prevenir essa perda de vidas e promover a saúde mental em todo o mundo. É essencial estar atento aos sinais de alerta que podem indicar que alguém está em risco de cometer suicídio. Esses sinais podem incluir mudanças de comportamento, isolamento social, expressões de desesperança, desinteresse por atividades antes apreciadas e comentários

sobre a morte. Se você suspeitar que alguém está em perigo, é fundamental oferecer apoio, ouvir com empatia, encorajar a busca por ajuda profissional e, se necessário, entrar em contato com serviços de emergência.

O Dia da Prevenção ao Suicídio oferece uma oportunidade para educar a sociedade sobre a complexidade das questões relacionadas à saúde mental e ao suicídio. É uma oportunidade para espalhar informações sobre os fatores de risco, os recursos disponíveis e as estratégias de prevenção. Também é uma chance de lembrar a todos que cuidar da saúde mental é tão importante quanto cuidar da saúde física. Ao aumentar a conscientização, oferecer apoio e eliminar o estigma, podemos ajudar a salvar vidas. Cuidar da nossa própria saúde mental e estender a mão a outros em momentos difíceis são passos importantes para construir uma sociedade mais empática.

Fonte:
<https://www.setembroamarelo.com/#:~:text=O%20dia%2010%20deste%20m%C3%AAs,%C3%A7%C3%B5es%20j%C3%A1%20est%C3%A3o%20sendo%20desenvolvidas.>
<https://bvsmis.saude.gov.br/criando-esperanca-por-meio-da-acao-10-9-dia-mundial-de-prevencao-ao-suicidio/>

Atenção Personalizada à Saúde - APS

Com a intenção de ofertar mais uma opção de cuidado aos nossos beneficiários, a Unimed Costa Oeste disponibiliza no NAS - Núcleo de Atenção à Saúde a APS - Atenção Personalizada à Saúde, voltada a cuidar de você e da sua família de forma personalizada, longitudinal e integral.



Na APS, você tem uma equipe multiprofissional para chamar de sua!

Médicos de
Família

Clínicos Gerais

Ginecologistas
Obstetras

Pediatras

Farmacêutica

Enfermeiros

Nutricionista