

CARTILHA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO - TRT 7ª REGIÃO

mo um dos desafios mais prementes para a saúde pública global, exigindo atenção e ação imediatas. Este tema complexo não é apenas uma questão de saúde mental, mas um entrelaçamento de fatores socioculturais, históricos e psicológicos que intensificam o sofrimento humano. Com quase 800 mil vidas perdidas anualmente em todo o mundo, e milhares mais afetadas diretamente por tentativas de suicídio, compreender suas raízes e implicações é mais crucial do que nunca. Entretanto, esse grande problema de saúde pública pode ser prevenido por meio de ações que visem à promoção do bem-estar e da saúde mental.

A prevenção do suicídio é uma responsabilidade coletiva. O suporte emocional, o incentivo à busca de ajuda profissional e a criação de um ambiente de compreensão podem fazer a diferença na vida de alguém que enfrenta pensamentos suicidas.

Devido ao estigma e ao tabu em relação ao tema, muitos sentem que não podem ou não devem pedir ajuda. Além disso, muitas pessoas sentem receio e consideram que não sabem como prestar ajuda a alguém que está em risco de suicídio. Um dos caminhos para a prevenção do suicídio é justamente a atenção aos sinais e aos comportamentos das pessoas em sofrimento psíquico, bem como a ampliação de informações sobre a temática da saúde mental.

A cartilha visa desmistificar o suicídio, abordando seus fatores de risco, sinais de alerta, crenças equivocadas e, crucialmente, estratégias de prevenção. Busca oferecer uma visão abrangente que vai além dos números, explorando as experiências humanas subjacentes e destacando a importância de apoio comunitário e profissional. Ao iluminar o caminho para a intervenção e o cuidado, esperamos fomentar um diálogo que possa salvar vidas, promovendo compreensão, empatia e ação.



Convido você a se debruçar sobre esta leitura com um coração aberto e uma mente receptiva, reconhecendo que o poder de prevenir o suicídio está nas mãos de cada um de nós. Juntos, podemos fazer a diferença, transformando a dor e o desespero em esperança e resiliência em meio aos desafios da vida.

Desembargadora Regina Gláucia Cavalcante Nepomuceno
Gestora Regional do Programa Trabalho Seguro do TRT-CE

[CLIQUE AQUI](#)