

Estatísticas

Segundo a OMS

De 193 países no mundo, apenas 28 possuem estratégias de prevenção.

O Suicídio já mata mais jovens que o HIV.

É a 2º causa mundial de mortes entre pessoas de 15 e 20 anos, atrás somente de acidentes de trânsito.

A cada 60 segundos uma pessoa se suicida no mundo.

Aproximadamente 800 mil pessoas se matam a cada ano. 2200 a cada dia.

A média de suicídios cresceu 60% nos últimos 50 anos.

Sobre a Campanha

A **#CampanhaEscolhaViver** é uma iniciativa da Influenciadora Digital Renata Khodair e da Psicóloga Éllen Martins, a fim de disseminar informações sobre a Prevenção ao Suicídio.

Saiba mais como participar em:
www.omundodelas.com

ou

www.ellenmartinspsico.wixsite.com/saudedasemocoos

Confira nossas páginas oficiais:
[/omundodelasoficial](#)
[/saudedasemocoos](#)

Parceiros

Psicóloga Daiane da Silva Asevedo
CRP 06/133386
Curitiba - PR

Psicóloga Ela Magalhães
CRP 12/15586
São Bento do Sul/SC

Psicóloga Fernanda Becker
CRP: 12/14121
São Bento do Sul SC

Psicóloga Izabela Neves Freitas
CRP 08/07396
Curitiba/PR

Psicóloga Karina Remisio de Oliveira
CRP 12/15570
Joinville/SC

Campanha Escolha Viver

Em apoio ao Setembro Amarelo



**10 de setembro
Dia Mundial de
Combate ao Suicídio**

www.omundodelas.com

www.ellenmartinspsico.wixsite.com/saudedasemocoos

A falta de informação gera concepções erradas.

Concepções erradas geram preconceito.

Preconceito gera vergonha.

A vergonha impede a procura por ajuda.

Setembro Amarelo

O movimento Setembro Amarelo é estimulado mundialmente pela IASP – Associação Internacional pela Prevenção do Suicídio. Possui o objetivo de conscientizar a população sobre a realidade do suicídio e mostrar que existe prevenção. A ideia é discutir o assunto e divulgar ações preventivas.

Campanha Escolha Viver

Não busca falar sobre os efeitos negativos do Suicídio. E sim informar, disseminar, educar sobre Saúde Mental, pois a prevenção é a única maneira de combatermos este problema de saúde pública.

CVV Centro de Valorização à Vida

Realiza apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob total sigilo por telefone, email, chat e Skype 24 horas todos os dias.

Telefone: 141

www.cvv.org.br

Busque ajuda Seja a ajuda Escolha Viver

Esteja atento às frases de alerta

- "Não aguento mais viver"
- "Você ficará melhor sem mim"
- "Se eu morrer ninguém sentirá minha falta"
- "Às vezes só queria sumir para sempre"
- "Não vejo nenhuma saída para essa dor"
- "Estou cansado de tudo"



*Encorajar a prevenção
salva vidas!
Compartilhe esta ideia*

Observe estes sentimentos

- Depressão;
- Desespero;
- Desesperança;
- Desamparo.

Mitos que levam ao erro

- "Depressão é frescura!"
- "Psicólogo/Psiquiatra é coisa de doido!"
- "Quem quer matar se mata"
- "Não posso ajudar em nada, problema é dele"
- "Quem quer se matar não avisa"
- "Quem fala que vai se matar só quer chamar atenção"
- "Psicólogo é coisa de rico"
- "Não posso falar de suicídio pois posso influenciar a se suicidar"
- "É proibido falar de suicídio"
- "Só quem fica na cama triste, depressivo se mata"

Barreiras na Prevenção

- Tratar o Suicídio como assunto proibido, ninguém fala.
- Tratar como "pecado" e julgar quem sofre dores emocionais.
- Propagar o medo e a vergonha de assumir o problema.
- Falta de informação sobre o tratamento.
- Escolher não ajudar alguém em sofrimento por "não ser problema seu".

Como ajudar?

- Escute sem julgamento.
- Mostre que existe tratamento.
- Busque informação e compartilhe.
- Encoraje-o a procurar um centro médico ou um profissional de Saúde Mental.
- Mostre que não está sozinho