

Setembro Amarelo: um alerta para a saúde mental

Em 2023, SUS registrou cerca de 11,5 mil internações de pessoas com intenção deliberada de se autoinfligirem danos

/ SAÚDE

Luana Pazutti

luana.pazutti@jcrs.com.br

Historicamente, o Rio Grande do Sul apresenta taxas de suicídio acima da média nacional. Somente em 2022, foram pelo menos 1,56 mil mortes no Estado, de acordo com a Secretaria Estadual de Saúde (SES). O resultado equivale a uma taxa de cerca de 14,4 por 100 mil habitantes.

Há várias hipóteses para isso. Os números tendem a ser ainda maiores nas zonas rurais, e o Rio Grande do Sul não escapa dessa tendência. “Nós somos um Estado agrícola. E muitos suicídios estão relacionados a organoclorados. Esses defensivos agrícolas favorecem o aumento das taxas de depressão”, explica Carla Bicca, vice-presidente da Associação de Psiquiatria do Rio Grande do Sul (APRS), que também coordena a Comissão de Psiquiatria das Adições da ABP. Ela destaca que alguns defensivos agrícolas utilizados nas lavouras provocam alterações na dinâmica cerebral. Como consequência, há uma diminuição na produção de serotonina, substância responsável por regular o humor.

Esse, contudo, não é o único agravante. “A maior incidência de suicídios na zona rural não se explica por um único fator, mas pelo conjunto de vulnerabilidades sociais, econômicas e culturais, somado ao fácil acesso a meios letais”, afirma a presidente da Associação Brasileira de Estudos e Prevenção do Suicídio (Abeps), Raquel Antoniassi.

Aspectos geográficos, climáticos, econômicos e socioculturais - atrelados a uma forte valorização da autonomia, do trabalho e da tradição rural podem favorecer

comportamentos suicidas. Paralelamente, há o isolamento do campo e a falta de políticas públicas que garantam o acesso aos serviços de saúde mental.

Isso, sem contar com a exposição a eventos traumáticos, como a pandemia de Covid-19 e as enchentes de maio de 2024. “Nós tivemos perdas financeiras significativas. O nosso Estado sofreu muito. E muitas depressões que podem levar ao suicídio são desencadeadas por períodos de estresse”, lembra Carla.

Apenas em 2023, o Sistema Único de Saúde (SUS) registrou cerca de 11,5 mil internações relacionadas a lesões em que houve intenção deliberada de infringir danos a si mesmo. O dado representa um crescimento de 25% em relação a 2014, segundo a Associação Brasileira de Medicina de Emergência (Abramede).

Para Raquel não é possível estabelecer uma relação causa e efeito para o suicídio. Há, contudo, alguns fatores de risco que favorecem o desenvolvimento de comportamentos suicidas.

Trata-se de uma “confluência complexa de elementos biológicos, psicológicos, sociais, culturais e ambientais”, explica. Entre eles, destacam-se o diagnóstico de transtornos mentais, o abuso de álcool e outras substâncias e eventos estressores, como perdas, isolamento social, conflitos e traumas.

Os fatores socioeconômicos e contextuais também podem favorecer ideias suicidas. É aí que entram os baixos níveis educacionais, o desemprego, a pobreza, as desigualdades, a discriminação e a falta de uma rede de suporte.

“A internet pode funcionar tanto como fator de risco quanto como fator de proteção, dependendo da forma como é utilizada”, explica Raquel.



Rio Grande do Sul apresenta taxas de suicídio acima da média nacional; mês tem ações de prevenção

Por um lado, favorece a exposição a conteúdos nocivos, o cyberbullying, a violência virtual, o isolamento, a comparação social e o uso problemático da Inteligência Artificial. Mas, por outro, pode reunir fatores de prevenção.

Para a presidente da Abeps, as novas tecnologias também podem possibilitar o acesso à informação de qualidade, ao atendimento online e a inovações em saúde mental.

De qualquer maneira, esta realidade exige atenção. “O cuidado que esse novo cenário da Inteligência Artificial (IA) exige se encontra não apenas em maior regulamentação e preparo das IAs para atender as demandas de saúde mental, mas, principalmente, em educação digital para jovens e famílias”, avalia.

Se precisar, peça ajuda

“Às vezes, a gente está em um ambiente cheio de gente, e, mesmo assim, nos sentimos sozinhos”, alerta Carla Bicca. Para a psiquiatra, o diálogo é a palavra-chave e deve vir acompanhado de escuta ativa, empatia, acolhimento e suporte. “Fale o que você está sentindo, fale para as pessoas, procure ajuda. Diga que você está em um momento difícil, que está sofrendo. Porque, às vezes, as famílias também não sabem como ajudar”, avisa.

A prevenção do suicídio exige uma abordagem ampla, multidisciplinar e, principalmente, constante. Nesse sentido, a consolidação de vínculos afetivos fortes e de uma rede de apoio, o acesso a serviços de saúde mental qualificados e a construção

de políticas públicas, que valorizem a inclusão e o acolhimento, são fundamentais.

E tudo isso deve ir além do Setembro Amarelo. “A prevenção ao suicídio deve ser contínua, ultrapassando o mês de setembro, com foco na valorização da vida, na equidade e na promoção da saúde mental. Que esse mês seja um marco de reflexão e cuidado continuado, não apenas um momento de visibilidade e publicidade”, defende Raquel Antoniassi.

Portanto, “se precisar, peça ajuda”. Hoje, há linhas de apoio e serviços emergenciais confidenciais, que estão disponíveis para ouvir e oferecer suporte, como o Centro de Valorização da Vida (CVV). Basta discar 188 ou acessar o site www.cvv.org.br.

Fadiga dos pilotos pode ter contribuído para queda de avião da Voepass

/ AVIAÇÃO

Um relatório do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) aponta que fadiga dos pilotos pode ter contribuído para o acidente com o avião da Voepass/Passaredo, ocorrido em 9 de agosto de 2024 e que matou 58 passageiros e quatro tripulantes, na cidade de Vinhedo, no interior de São Paulo.

Segundo o relatório, as escalas não tinham tempo suficiente de descanso para a tripulação, o que pode ter levado a erros humanos por fadiga. “A conclusão foi que a empresa montou escalas que reduziram o tempo de descanso da tripulação, o que pode ter causado cansaço em um nível capaz de prejudicar a concentração e o tempo de reação dos pro-

fissionais. Esse fator, somado a outras possíveis causas, pode ter contribuído para o acidente com o voo 2283”, diz o documento.

A auditoria concluiu ainda que a empresa não realizava controle efetivo da jornada de trabalho dos funcionários, descumpria o tempo de descanso estabelecido na Lei dos Aeronautas e violou as cláusulas da Convenção

Coletiva de Trabalho voltadas à prevenção da fadiga. Essas irregularidades levaram os fiscais a lavrar dez autos de infração, com multas que somam cerca de R\$ 730 mil. A Voepass/Passaredo também foi notificada por não recolher mais de R\$ 1 milhão do Fundo de Garantia dos trabalhadores. Cabe recurso das infrações.

A Agência Nacional de Aviação

Civil (ANAC) cassou a certificação de operação da empresa em junho deste ano, porém havia suspenso as operações aéreas da Voepass desde março. A empresa entrou com pedido de recuperação judicial em abril de 2025. A Voepass foi procurada pela reportagem para comentar o relatório e não retornou aos contatos.