

/ EDITORIAL

Setembro Amarelo e a importância da saúde mental

Setembro Amarelo traz para o debate um tema que exige cuidado, a prevenção ao suicídio e a valorização da vida. Falar sobre essa questão nunca é simples, e justamente por isso é importante evitar explicações fáceis para um problema tão complexo.

O Rio Grande do Sul registra o maior número de suicídios no Brasil, uma triste liderança que se repete há anos. Segundo os dados do Atlas da Violência do Ipea referentes ao período entre 2009 e 2024, o Estado registra 12 mortes por 100 mil habitantes, acima da média nacional, que é de 6 e 8 óbitos por 100 mil habitantes.

Entre os que tiram a vida, os homens são a maioria. O dado chama atenção também para a dificuldade que ainda existe, especialmente entre eles, de procurar ajuda diante de problemas emocionais e de situações que podem afetar a saúde mental.

É nesse contexto que outros aspectos da vida merecem ser observados. As dificuldades financeiras, por exemplo, raramente ficam restritas ao orçamento. A preocupação com as contas, as dívidas e a falta de dinheiro pode ocupar o pensamento, comprometer o sono e afetar relações, autoestima e desempenho no trabalho.

Uma pesquisa da Serasa, em parceria com o Instituto Opinião Box, ajuda a dimensionar esse

impacto. O levantamento mostra que 89% dos brasileiros entrevistados já perceberam efeitos de problemas financeiros sobre a própria saúde mental. Para 71%, a qualidade do sono foi afetada. Ao mesmo tempo, 62% afirmam já ter deixado de procurar ajuda psicológica por não conseguir pagar.

Não se trata de dizer que dificuldades financeiras levam ao suicídio. Seria uma simplificação perigosa diante de uma questão que envolve diferentes fatores e histórias pessoais. Mas também não se pode ignorar o sofrimento

provocado pela insegurança financeira, sobretudo quando ela se prolonga e se soma a outras dificuldades.

Outro sinal de que os limites estão sendo ultrapassados aparece no crescimento dos casos de burnout, síndrome associada ao esgotamen-

to provocado pelo estresse crônico no trabalho. A pressão por resultados, jornadas excessivas, insegurança profissional e dificuldade de conciliar vida pessoal e trabalho podem culminar em um problema de saúde.

Uma das contribuições do Setembro Amarelo é ampliar o olhar para além dos momentos de crise. Falar sobre saúde mental também significa prestar atenção aos sinais que aparecem no cotidiano, oferecer escuta e tornar mais natural a busca por ajuda.

Falar sobre saúde mental também significa prestar atenção aos sinais que aparecem no cotidiano

/ DESTAQUES NA EDIÇÃO DIGITAL

f jornaldocomercio i jornaldocomercio JC_RS JorنالdoComercioRS company/jornaldocomercio



O segundo episódio do JC Agro aborda sustentabilidade, irrigação e o futuro do agronegócio. Bruna Essig entrevista Márcio Madalena, médico veterinário e secretário da Agricultura do Estado. Aponte a câmera do celular para o QR Code e assista à entrevista na íntegra no YouTube do JC.



Gramado se prepara para o novo ciclo de desenvolvimento com a construção de uma 'nova cidade' no bairro Mato Queimado. O projeto visa aliviar a saturação do centro e está alinhado com o futuro aeroporto de Vila Oliva. Mire o QR Code e confira a reportagem de Carol Zatt, especial para o JC.



/ FRASES E PERSONAGENS

“É um desafio todo dia reforçar as práticas de sustentabilidade. E o seguro fecha a ponta da sustentabilidade no sentido de que se mais pessoas tiverem seguros, a gente vai ter um fortalecimento da economia diante de catástrofes climáticas, problemas sociais, porque o segurado não é pego desprevenido quando acontece isso. Consegue ter condições para um recomeço de vida.” **Ivani Benazi**, superintendente de Sustentabilidade do Grupo Bradesco Seguros.

“Embora a transição energética demande minerais críticos, a extração deve ser feita de modo que proteja as pessoas e a natureza. A mineração, sem as devidas proteções socioambientais e participação social, está associada a danos ambientais, à violação dos direitos de povos indígenas e comunidades tradicionais. Não podemos permitir que uma política nacional para o setor repita um modelo colonial extrativista.” **Gabriela Nepomuceno**, especialista em Políticas Públicas do Greenpeace Brasil.

“A entrada de importações de até US\$ 50 sem tributação é o mesmo que financiar a indústria de países como a China, principal exportador de produtos de baixo valor para o Brasil, especialmente no setor têxtil. O prejuízo é direto a quem fabrica e comercializa em território brasileiro.” **Ricardo Alban**, presidente da Confederação Nacional da Indústria (CNI).



GILBERTO SOUSA/CNI/DIVULGAÇÃO/JC

Jornal do Comércio

O Jornal de economia e negócios do RS

www.jornaldocomercio.com

Diretor-Presidente
Giovanni Jarros Tumelero

Editor-Chefe
Guilherme Kolling

direcao@jornaldocomercio.com.br
editorchefe@jornaldocomercio.com.br

Av. Ipiranga, 6.681
Tecnopuc - Prédio 99 - 4º andar
Porto Alegre, RS • CEP 90619-900
Atendimento ao Assinante: (51) 3213.1300

Conselho

Presidente:
Mércio Cláudio Tumelero

Membros do Conselho:
Cristina Ribeiro Jarros
Jenor Cardoso Jarros Neto
Valéria Jarros Tumelero

Fundado em 25/5/1933 por
Jenor C. Jarros
Zaida Jayme Jarros

/ CENÁCULO/REFLEXÃO

Uma mensagem por dia

Hoje você é convidado a analisar como aproveita o seu tempo. Procure fazer de cada instante uma oportunidade para planejar um futuro de segurança, paz e harmonia. Aproveite os momentos de lazer para repor as energias e renovar as forças; trabalhe, leia, estude e assuma responsabilidades. Nunca é tarde demais para recomeçar. Sobre isso, é muito pertinente esta frase de João Paulo II: “Olhar o passado com gratidão, viver o presente com paixão e ver o futuro com esperança”.

Meditação

Cada instante é o momento ideal para rever as atitudes e recomeçar!

Confirmação

“Os olhos de todos em ti esperam e tu lhes forneces o alimento na hora certa” (Sl 145[144],15).

Rosemary de Ross/
Editora Paulinas