



COMO **VA** VOCÊ?

1

O que é o CVV ?

**Centro de
Valorização da vida**



COMOVAI VOCÊ?

O que é o CVV ?

- ⦿ O CVV é um serviço de acolhimento emocional e de Prevenção do Suicídio.
- ⦿ Existe desde 1962 e foi fundado em SP. Hoje conta com mais de 110 postos e cerca de 3000 voluntários.
- ⦿ Atende em todo o Brasil pelo telefone 188, email , chat e de forma presencial em alguns pontos do país.



COMO VA I VOCÊ?

O que é o CVV ?

- ⦿ Realiza cerca de 3,0 milhões de atendimentos por ano
- ⦿ Trabalho feito por voluntários;
- ⦿ Pessoas comuns, de qualquer formação profissional ou religiosa
- ⦿ Trabalho tem como base o sigilo e o anonimato;

Apoio emocional

Compreensão empática

Respeito;

Aceitação Incondicional;

**Confiança na tendência
construtiva da pessoa.**



2

Sobre o suicídio

Informações

“

No mundo, uma pessoa se suicida a cada 40 segundos.

No Brasil, há um suicídio a cada 45 minutos.



COMO VA I VO CÊ?

Sobre o suicídio

- ⊙ Pessoas impactadas diretamente: 06 a 10 pessoas.
- ⊙ 17% dos brasileiros pensou seriamente em cometer suicídio, no decorrer de suas vidas (UNICAMP).
- ⊙ Segunda causa de morte entre pessoas de 15 a 29 anos, em todo o mundo, atrás apenas dos acidentes de trânsito. No Brasil, é a terceira causa de morte entre jovens, atrás dos homicídios e acidentes de trânsito.



Quem pensa em suicídio?

Pessoas de todas as idades, sexos, classes sociais,
etnias e religiões .

O QUE LEVA UMA PESSOA A SE MATAR?



Quem pensa em suicídio não quer necessariamente morrer, mas sim acabar com a dor.

COMO SE SENTE QUEM QUER SE MATAR?

No momento em que tem ideias suicidas, a pessoa combina dois ou mais sentimentos ou ideias conflituosos. É um estado interior chamado de ambivalência.

O SENTIMENTO E O IMPULSO SUICIDAS SÃO NORMAIS?



**Grupos que
demandam atenção
especial:**

- ⊙ Idosos (maior índice a partir dos 70 anos)
- ⊙ Homens (<4x mais que as mulheres)
- ⊙ Jovens (segunda causa de morte pessoas de 15 a 29 anos)
- ⊙ Indígenas
- ⊙ Pessoas com transtornos mentais (depressão, ansiedade, bipolaridade, síndrome do pânico, esquizofrenia)

3

Prevenção do suicídio

Informações



COMOVAI VOCÊ?

Sinais de que a pessoa pode estar pensando em suicídio



Frases como "eu preferia estar morto", "eu sou um perdedor e um peso pros outros", "os outros vão ser mais felizes sem mim", "queria poder viajar e nunca mais voltar"



Abandono de um hobby sem substituição por outro.



Alterações constantes de humor (euforia x tristeza)



Desleixo repentino com a saúde, higiene pessoal e aparência.



Mudança abrupta de comportamento (o extrovertido se tornar introvertido e vice-versa).



Isolamento.

90%

Dos casos podem ser prevenidos - OMS 2014.



É possível prevenir

- ⦿ Em 80% dos casos, há sinais e pedidos de socorro (OMS, 2014).
- ⦿ Políticas de prevenção, informação e contenção.
- ⦿ Papel da mídia na prevenção.
- ⦿ A ajuda pode ser por um profissional, grupos de apoio ou pessoas próximas.

Incentive a pessoa a procurar ajuda de um profissional. Se a pessoa que com quem você está preocupado (a) vive com você, assegure-se de que ele (a) não tenha acesso a meios para provocar a própria morte. **Se você acha que essa pessoa está em perigo imediato, não a deixe sozinha. Procure ajuda de profissionais de serviços de emergência.** **Encontre um lugar calmo para falar sobre suicídio com essa pessoa.**



COMO VA VOCÊ?

O que não
devemos
fazer

| **Condenar/ julgar**

Banalizar

| **Opinar**

Dar sermão

Frases de incentivo



COMO VAI VOCÊ?

Onde buscar
auxílio ?

Serviços de saúde CAPS e Unidades Básicas de Saúde (Saúde da família, Postos e Centros de Saúde).

Centro de Valorização da Vida – CVV Telefone: 188 (ligação gratuita) ou www.cvv.org.br para chat, e , e-mail.

Emergência SAMU 192, UPA, Pronto Socorro e Hospitais.



COMOVAI VOCÊ?