

Número de mortes por suicídio cresce 15% em dois anos

Foram 180 casos de janeiro a outubro deste ano contra 156 registros em 2023; psiquiatra destaca a importância de romper o tabu sobre o tema



TATIANE PAMBOUKIAN
tatianepamboukian@dgabc.com.br

Em dois anos, o número de mortes por suicídio cresceu 15% no Grande ABC. Segundo dados da SSP (Secretaria de Segurança Pública de São Paulo), a região registrou 180 óbitos de janeiro a outubro de 2025, ante 156 no mesmo período de 2023. Na comparação com o ano passado, a alta foi de 5%, quando foram registradas 171 ocorrências. Apesar de delicado, o tema precisa ser abordado, de acordo com a psiquiatra da Unifesp (Universidade Federal de São Paulo), Danielle Admoni.

“Em consulta, perguntamos se a pessoa já pensou em deixar de viver ou se já chegou a ter uma tentativa. É importante para poder orientar. Falar não vai fazer com que a pessoa tenha ideação suicida nem ideias de como realizá-la, até porque essas informações já estão disponíveis na internet, facilitando o acesso a grupos que incitam o ato. Este, inclusive, é um dos possíveis motivos do aumento dos números”, afirma a médica.

Danielle aponta que, em 98% dos casos, a pessoa tinha um transtorno mental. Os mais comuns são depressão e bipolaridade. Por isso, é importante o cuidado com a saúde mental. “É uma característica desta geração a baixa tolerância a frustrações, principalmente em adolescentes, que possuem poucos recursos internos, podendo decidir atentar contra a própria vida por questões rotineiras, como uma nota baixa ou o término



Fonte: SSP (Secretaria de Segurança Pública de São Paulo) Foto: Freepik Agostinho Festini/Editoria de Arte

de um namoro. Há também muita impulsividade nesta idade”, destaca.

O uso de substâncias químicas também é um fator de risco para quem apresenta pensamentos suicidas. Grupos na internet que incitam o ato são um estímulo a pessoas vulneráveis, especialmente crianças e adolescentes. “Muitos pais falam para os filhos não falarem com estranhos, mas no ambiente on-line eles têm contato o tempo todo. O perigo entra em casa, por isso, é preciso ter controle sobre o que os jovens acessam. Dar limites faz parte do processo de criar estrutura para lidar com as frustrações da vida”, alerta a psiquiatra.

Mudança de comportamento é o principal sinal de que um familiar ou amigo possa estar desenvolvendo algum transtorno mental e deve buscar tratamento antes que a situação se agrave e evolua para uma ideia de morte, quando existe um desejo de não viver, ou para uma ideação suicida, caso em que há uma ação de fato.

Segundo estimativa da OMS (Organização Mundial de Saúde),

para cada caso de suicídio, há até 20 tentativas frustradas. Pessoas que já atentaram contra a própria vida precisam de um monitoramento da família, além do tratamento, orienta a psiquiatra Danielle Admoni.

“É preciso colocar redes nas janelas, trancar portas e dificultar o acesso a facas e objetos cortantes, armas de fogo e instrumentos que possam representar um risco, além de manter a medicação e a terapia em dia. Em casos mais graves, é recomendado internar em uma clínica”, afirma.

PREVENÇÃO

Campanhas como a Nossa Saúde Mental do Diário ajudam a trazer o alerta para a importância do cuidado com o bem-estar psicológico, que, muitas vezes, não recebe a mesma atenção que a saúde física.

Lançada em 13 de abril deste ano, a ação visa ainda estimular o desenvolvimento de políticas públicas que ampliem o acesso da população do Grande ABC a atendimentos psicológicos e psiquiátricos.

Falem, psicólogas



“Cuidar da saúde mental é fundamental para evitar que o sofrimento evolua para a perda do sentido de viver.”

Daniela Abdo, psicóloga doutora em Psicologia Social e professora universitária



“Investir em prevenção, diagnóstico precoce e acesso à saúde mental são medidas urgentes de proteção da vida.”

Alessandra Assis, psicóloga que atua na prevenção de riscos psicossociais



“Ao cuidar da saúde mental, a pessoa desenvolve habilidades para lidar com as adversidades da vida.”

Rejane Sbrissa, psicóloga cognitivo comportamental

Quem estiver enfrentando dificuldades com questões emocionais pode procurar ajuda por meio de uma UBS (Unidade Básica de Saúde), onde será encaminhado para tratamento. Iniciativas como o CVV (Centro de Valorização da Vida) oferecem suporte gratuito pelo número 188. Em casos de emergência, o Samu (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência – 192) deve ser acionado.

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal Diário do Grande ABC

Seção: Setecidades **Caderno:** Setecidades **Página:** 3