

setembro
AMARELO

setembro AMARELO

É uma campanha de conscientização de prevenção e combate ao suicídio. No Brasil, foi criado em 2015, com a proposta de associar à cor ao mês que marca o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio (10 de setembro).

Por que amarelo?

A cor da campanha foi adotada por conta da trágica história que a inspirou. Em 1994, um jovem americano de apenas 17 anos chamado Mike Emme, tirou a própria vida dirigindo seu carro amarelo. Seus amigos e familiares distribuíram no funeral cartões com fitas amarelas e mensagens de apoio para pessoas que estivessem enfrentando o mesmo desespero e assim, a mensagem foi se espalhando mundo a fora.

FONTE: ASSOCIAÇÃO CATARINENSE DE PSIQUIATRIA

MITOS & VERDADES

As pessoas que querem se matar querem chamar a atenção.



A ideia do suicídio é expressada por sinais ou palavras dias ou semanas antes.



O suicídio é uma decisão individual, já que cada um tem o livre arbítrio.



Algumas doenças mentais alteram a percepção da realidade, interferindo no livre arbítrio.



Não devemos falar sobre suicídio, pois isso pode aumentar o risco.



Algumas doenças mentais alteram a percepção da realidade, interferindo no livre arbítrio.



Doenças psiquiátricas como a depressão e a ansiedade, afetam pessoas no mundo todo, e podem ser causadas por diversos motivos que muitas vezes podem parecer sem sentido para quem vê de fora.

COMO EU POSSO AJUDAR?

01

Demonstre que se importa, e fique de prontidão para ajudar, pois a pessoa depressiva muitas vezes não tem energia o suficiente para dar o primeiro passo.

Ouçá o desabafo da pessoa sem criticar. O depressivo tem dificuldade em ver o seu valor e criticar a pessoa mesmo com boa intenção pode reforçar esse sentimento.

02

03

incentive a pessoa a procurar ajuda profissional, um psicólogo sempre é a ajuda mais indicada para tratar o problema.

VOCE
NÃO ESTÁ
Sozinho

Onde buscar ajuda?

- CAPS - CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL
- UBS - UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE
- UPA - UNIDADE DE PRONTO ATENDIMENTO (SAMU 192)
- CVV - CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA 188 (LIGAÇÃO GRATUITA)

Não desista de você!
#setembroamarelo

SETEMBRO
amarelo

**“MÊS DE PREVENÇÃO E
COMBATE AO SUICÍDIO.”**

DECLARAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS

Este material é protegido pela Lei de Direitos Autorais (Lei nº 9.610/98). Seu uso é exclusivamente pessoal e/ou profissional, sendo proibida sua revenda, cópia ou distribuição, mesmo que de forma gratuita.

Este material é de uso pessoal. Não pode ser comercializado por terceiros, nem compartilhado em redes sociais.

Fica expressamente proibida a utilização em sites, blogs, redes sociais sem a autorização prévia.

Direitos de imagem

