

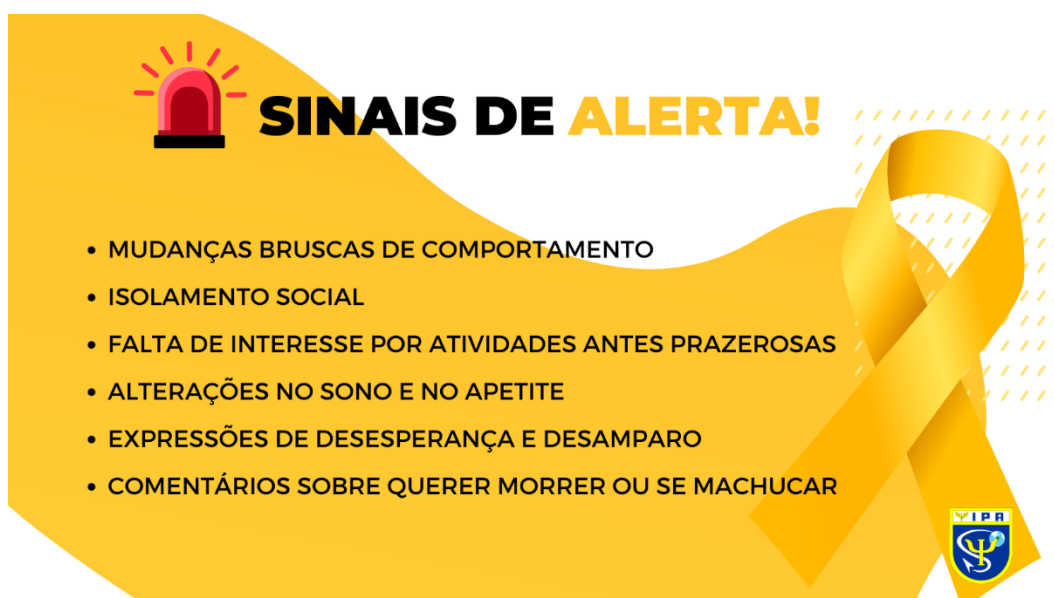
Setembro Amarelo: mês dedicado à prevenção do suicídio


O Setembro Amarelo é uma campanha global que acontece anualmente com o objetivo de sensibilizar e conscientizar a população sobre a prevenção do suicídio. Durante todo o mês, diversas atividades são realizadas para promover a discussão sobre o tema e incentivar as pessoas a procurarem ajuda quando necessário.

Importância da Campanha



A cada ano, mais de 700 mil pessoas tiram a própria vida em todo o mundo, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS). No Brasil, o suicídio é a quarta maior causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos. Essas estatísticas alarmantes mostram a urgência de falar sobre o assunto e de implementar ações efetivas de prevenção.

O suicídio é um fenômeno complexo e multifatorial, que pode ser prevenido em muitos casos. Estudos mostram que 90% das pessoas que tiram a própria vida possuem algum transtorno diagnosticável, que poderia ter sido tratado. Portanto, é crucial que todos saibam identificar os sinais de alerta e ofereçam apoio a quem precisa.



 **SINAIS DE ALERTA!**

- MUDANÇAS BRUSCAS DE COMPORTAMENTO
- ISOLAMENTO SOCIAL
- FALTA DE INTERESSE POR ATIVIDADES ANTES PRAZEROSAS
- ALTERAÇÕES NO SONO E NO APETITE
- EXPRESSÕES DE DESESPERANÇA E DESAMPARO
- COMENTÁRIOS SOBRE QUERER MORRER OU SE MACHUCAR



Se você perceber esses e outros sinais em alguém, ofereça seu apoio e incentive a busca por ajuda profissional. Conversar abertamente e sem julgamentos pode fazer toda a diferença. No Brasil, o CVV oferece suporte emocional gratuito e sigiloso 24 horas por dia, pelo telefone 188 ou pelo site www.cvv.org.br.

Juntos, podemos guardar vidas e construir uma sociedade mais acolhedora e consciente. Lembre-se: falar é a melhor solução. Abra espaço para o diálogo e ajude a espalhar mensagens de esperança e valorização da vida.

Campanha Enlace a Vida

O Instituto de Psicologia da Aeronáutica promove, no mês de setembro, a campanha Enlace a Vida, com ações voltadas para a prevenção do suicídio no âmbito do COMAER. Serão realizadas palestras, Corrida pela Vida, Simpósio e distribuição de materiais informativos para conscientização do efetivo. Disponibilizamos, abaixo, alguns conteúdos para um melhor conhecimento do tema.

CARTILHAS DO IPA

A campanha reforça a importância de estender a mão e oferecer apoio emocional às pessoas que podem estar passando por momentos difíceis. **O simples ato de ouvir alguém pode fazer uma grande diferença.**

Enlace uma vida!

