

## Setembro Amarelo em meio à pandemia de COVID-19

O suicídio é um fenômeno presente ao longo de toda a história da humanidade. É um comportamento que está vinculado a múltiplos fatores que compõem a vida de um indivíduo, e que representa uma atitude extrema de uma pessoa em sofrimento.

Depressão, dependência química, transtorno bipolar e outras doenças mentais podem levar ao suicídio, se não tratadas.

Dados da OMS de 2019 revelam que, a cada 40 segundos, uma pessoa põe fim à própria vida.

Com as atuais medidas de isolamento, o medo, o distanciamento físico e vulnerabilidades socioeconômicas podem intensificar os efeitos da pandemia de COVID-19 na saúde mental da população. Desse modo, saber identificar alguns sinais de risco para o suicídio é fundamental para oferecer ajuda.

**Mudanças bruscas de hábito, perda de interesse** por atividades de que gostava, **descuido com a aparência, alterações no sono e no apetite**, sentimentos de **desesperança** e comentários com tom de **desespero** são sinais de alerta. Fique atento e demonstre cuidado por seus amigos e familiares. Oriente e auxilie na procura por um profissional ou por Centros de Atenção Psicossocial.

O **Setembro Amarelo** é uma campanha idealizada pela Associação Brasileira de Psiquiatria, em parceria com o Conselho Federal de Medicina para conscientização em relação ao suicídio.

Este período de isolamento social é desafiador para a manutenção da saúde mental. Por isso, mesmo à distância, mantenha ativo o contato com amigos e familiares. Participe desse movimento de prevenção ao suicídio e ajude a salvar vidas.

Para saber mais:

1. [Associação Brasileira de Psiquiatria](#)
2. [Centro de Valorização da Vida](#)
3. [Conselho Federal de Medicina](#)
4. [Ministério da Saúde](#)

