

Quais Crianças Apresentam Maior Risco de Suicídio?

Nenhuma criança está imune ao risco de suicídio, mas as estatísticas mostram que algumas crianças podem ser mais vulneráveis do que outras aos pensamentos de acabar com suas vidas. Muitos fatores diferentes e combinações deles podem contribuir para o risco de suicídio.

A conscientização dos seguintes fatores de risco pode ajudar os pais a reconhecer se o(a) seu(sua) filho(a) precisa de supervisão extra, apoio e oportunidades para conversar.

Tentativas anteriores de suicídio

Uma tentativa de suicídio anterior está fortemente ligada a um suicídio futuro. Mesmo um ano inteiro após uma tentativa de suicídio, o risco permanece alto. Cuidados de acompanhamento e apoio são essenciais para quem já tentou suicídio anteriormente. A automutilação deliberada, mas não suicida, como o corte, também coloca as crianças em maior risco de suicídio no ano seguinte.

Histórico familiar

Estudos mostram que o suicídio de um membro da família aumenta o risco de suicídio entre outros membros da família. Conflitos familiares contínuos, abuso, violência, falta de conexão familiar e problemas de saúde mental dos pais também podem aumentar o risco de suicídio de uma criança. Mudanças que envolvem perda, como a morte de um ente querido ou falta de moradia familiar, podem colocar a criança em maior risco. Um histórico de acolhimento familiar e adoção também está associada a um maior risco de suicídio.

Orientação sexual

Muitos adolescentes que tiram a própria vida são lésbicas, gays, bissexuais ou transgêneros ou questionam a sua identidade de gênero (LGBTQ). Um estudo atestou que existe um risco elevado de suicídio entre adolescentes LGBTQ que experimentaram reações negativas ou rejeição ao processo de “sair do armário”. Outro estudo descobriu que adolescentes transgêneros e não-conformes de gênero apresentaram taxas mais altas do que a média de pensamentos suicidas e automutilação.

Depressão

Crianças e adolescentes que estão deprimidos têm um risco maior de suicídio. Os sintomas da depressão às vezes são óbvios, como parecer triste, sem esperança, entediado, sobrecarregado, ansioso ou irritável o tempo todo. Mas algumas crianças são boas em esconder seus sentimentos ou não sabem como compartilhá-los. Como 1 em cada 5 adolescentes experimenta depressão em algum momento da adolescência, a Academia Americana de Pediatria (AAP) recomenda que todas as crianças com mais de 12 anos sejam examinadas para depressão em seus exames anuais.

Outra doença psiquiátrica

Além da depressão, transtornos de humor, transtornos alimentares e outras condições psiquiátricas podem aumentar o risco de suicídio. Por exemplo, pessoas com esquizofrenia podem acreditar que

estão sendo instruídas a tirar a própria vida por uma voz (alucinação auditiva), mesmo que não queiram morrer.

Uso de álcool e outras substâncias

O uso de substâncias é um fator em cerca de 1 em cada 3 suicídios de jovens. O acesso a drogas pode dar aos adolescentes uma maneira fácil de overdose intencional. Além disso, o abuso de drogas e álcool pode provocar um episódio psicótico induzido por substâncias, ou uma ruptura com a realidade que pode incluir alucinações e delírios, que podem levar ao suicídio.

Problemas Comportamentais

Adolescentes que tendem a ficar muito irritados e têm um histórico de comportamento agressivo e impulsivo têm um risco muito maior de suicídio. Isso ocorre porque eles tendem a representar seus sentimentos de maneira destrutiva. O risco pode ser pior se eles estiverem socialmente isolados, abusarem de drogas e álcool e tiverem hábitos pouco saudáveis de uso de mídia.

Epidemias locais de suicídio

O suicídio às vezes pode ser contagioso. Vários "grupos de suicídio" foram relatados em comunidades nos EUA nos últimos anos. Nesses casos, a morte de um adolescente pode desencadear uma reação em cadeia entre outras. Os pais devem prestar atenção redobrada em como o suicídio de um colega afeta seus filhos. Fale abertamente sobre a situação e aponte que a vítima provavelmente não percebeu quantas pessoas se importavam com ela e que há recursos disponíveis para ajudar.

Fácil acesso a armas, outros métodos letais

Armas de fogo são a principal causa de morte de adolescentes de 15 a 19 anos que cometem suicídio. Mesmo quando as armas estão trancadas, estudos mostram que os adolescentes que vivem em casas com armas de fogo estão mais propensos a se matar do que aqueles em casas sem armas. Os adolescentes, cujos cérebros ainda estão em desenvolvimento, são mais impulsivos do que os adultos. Uma decisão momentânea de tentar o suicídio com uma arma muitas vezes não deixa chance de salvação. O lar mais seguro para crianças e adolescentes é aquele sem armas.

Bullying e cyberbullying

As crianças que sofrem bullying, e aquelas que intimidam outras pessoas, correm maior risco de pensamentos e ações suicidas. Isso é verdade seja no cyberbullying presencial ou online. Um estudo descobriu que crianças e adolescentes que sofreram cyberbullying eram cerca de 3 vezes mais propensos do que seus pares a ter pensamentos suicidas.

Lembre-se...

Com o suicídio agora sendo a segunda causa mais comum de morte entre os jovens entre 10 e 24 anos, é importante conhecer os fatores de risco e estar pronto para apoiar seus filhos.

Mantenha linhas de comunicação de apoio e sem julgamento abertas com seus filhos, especialmente se eles estiverem em maior risco. Peça ajuda se você achar que eles estão tendo pensamentos suicidas. Seu pediatra pode conectar sua família com profissionais de saúde mental que podem ajudar.

Pergunte ao seu pediatra se uma consulta de telessaúde por telefone ou videochamada é uma opção viável. Seu(Sua) filho(a) pode se sentir mais confortável conversando com o médico em casa. Para os adolescentes, a consulta de telessaúde deve ocorrer em um local o mais privado possível, para que eles possam ter uma conversa individual com o médico. Você pode fazer um plano com o médico sobre conversar antes ou depois de conversar com o(a) seu(sua) filho(a) em particular. Se for uma videochamada e seu(sua) filho(a) ou adolescente preferir desligar a câmera, ele(a) pode perguntar ao médico se isso é possível. As consultas de telessaúde também podem ser usadas para consultas de acompanhamento para verificar o progresso do(a) seu(sua) filho(a).

Se você não tiver certeza sobre o que fazer, ligue para o Linha de Vida Nacional de Prevenção do Suicídio discando 1-800-273-TALK (273-8255). Está disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana, de qualquer lugar nos Estados Unidos.

Mais Informações

A Telessaúde Pode Melhorar os Cuidados de Saúde Mental