

Estratégias para prevenção e posvenção do suicídio em tempos de pandemia de Covid-19

Suicide prevention and postvention strategies in the times of the Covid-19 pandemic (abstract: p. 14)

Estrategias para prevención y postvención del suicidio en tiempo de pandemia de Covid-19 (resumen: p. 14)

Agnelo Pereira da Silva Junior^(a)

<agnelojr@ufpi.edu.br> 

Fernando José Guedes da Silva Júnior^(b)

<fernandoguedes@ufpi.edu.br> 

Jaqueline Carvalho e Silva Sales^(c)

<jaqueline-carvalho@uol.com.br> 

Claudete Ferreira de Souza Monteiro^(d)

<claudetefmonteiro@ufpi.edu.br> 

Priscilla Ingrid Gomes Miranda^(e)

<priscillamiranda1@ufrj.br> 

^(a, b, c, d) Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Saúde da Família, Universidade Federal do Piauí. Campus Universitário Ministro Petrônio Portella, Bairro Ininga. Teresina, PI, Brasil. 64049-550.

^(e) Departamento de Enfermagem, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

O presente estudo teve o objetivo de mapear evidências científicas sobre as estratégias destinadas à prevenção e à posvenção do suicídio no decurso da pandemia da Covid-19. Para isso, foi realizada uma *scoping review* entre o período de 17 de dezembro de 2021 a 8 de fevereiro de 2022, nas seguintes bases de dados: MEDLINE via PubMed, ISI of Knowledge via Web of Science, Cochrane Central Register of Controlled Trials (Central), Excerpta Medica database (Embase), Scopus, Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (Lilacs) e Psychology Information (PsycINFO). Foram analisados 11 estudos com evidências de que a psicoterapia cognitiva comportamental, a psicoeducação do modelo cognitivo do comportamento suicida e a flexibilidade psicológica têm potencial para prevenir mortes por suicídio.

Palavras-chave: Suicídio. Covid-19. Saúde mental. Estratégias de saúde.

Introdução

O cenário pandêmico, ocasionado pela propagação do SARS-CoV-2, fomentou múltiplas consequências socioeconômicas: desemprego, inflação no setor econômico, miséria e fome, bem como problemas psíquicos, pois o isolamento social e as mortes, em decorrência da doença, geraram sentimentos de tristeza, estresse e ansiedade em indivíduos e na população em geral, que buscaram o suicídio como solução dessas problemáticas¹.

Esse comportamento se caracteriza por um ciclo de autoagressões em que podem ocorrer: ideações, ameaças e tentativas de findar a própria vida². Ele se apresenta como resultado do sofrimento psíquico do ser humano, sendo considerado uma problemática mais grave notificada por profissionais da área da Saúde³. Contudo, apenas um em cada três casos de tentativa de suicídio são devidamente tratados nos serviços de saúde e, por isso, os dados epidemiológicos sobre o comportamento suicida são incipientes, o que dificulta ações voltadas para sua prevenção e sua posvenção².

O comportamento suicida ocasiona inúmeros problemas para quem vivencia essa realidade, não somente para aqueles que pensam no ato ou atentem sobre si, mas também para a Saúde Mental de familiares, amigos e pessoas próximas. Nesse cenário, dentre as suas consequências está o sofrimento de entes queridos, pois podem vivenciar ou já vivenciaram o impacto de uma morte violenta, repentina, necessitando de cuidados posventivos⁴ para lidar com a situação.

A posvenção ao comportamento suicida pode ser realizada em dois níveis: com o indivíduo que tentou o ato suicida, mas que não culminou com sua morte, no intuito de prevenir novas tentativas; ou com familiares e amigos daqueles que perderam sua vida para o suicídio, a fim de manejar o luto, o rastreo e o monitoramento de ideações. É comum sentimentos de culpa, tristeza, raiva, como também múltiplos questionamentos, surgirem quando alguém significativo ao sujeito retira a própria vida⁵.

O suicídio é considerado uma das maiores causas de morte no mundo, o que torna imperativa a necessidade de entendimento de suas diversas *nuances*, por meio de pesquisas sobre o comportamento suicida no intuito de promover ações que evitem novos casos. Aliada a isso, a pandemia de Covid-19 fomenta a complexidade do fenômeno do suicídio, principalmente pelo aumento da vulnerabilidade psicossocial e pela familiarização com a morte e o processo de morrer².

Inúmeros problemas em Saúde Mental foram agravados com a pandemia e podem ter como desfecho um ato suicida até a morte propriamente dita, e geram complicações psíquicas aos que ficam⁶. Diante disso, objetivou-se mapear evidências científicas sobre as estratégias destinadas à prevenção e à posvenção do suicídio no decurso da pandemia da Covid-19.

Métodos

A presente revisão foi desenvolvida conforme recomendações do *Manual de Revisões* do Joanna Briggs Institute (JBI)⁷, complementada pelas diretrizes do PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR) que contém 22 itens substanciais para uma *scoping review*. Esses itens são organizados em sete domínios, que apresentam as recomendações de título, resumo, introdução, metodologia, apresentação dos resultados, discussão, conclusão e, quando aplicável, financiamento do estudo. Nesta *scoping review* foram adotados os seguintes passos metodológicos: escolha do título e da questão de pesquisa; definição dos critérios de inclusão e exclusão; escolha do plano de pesquisa; triagem dos estudos/fontes de evidência; extração das informações; análise e exposição dos resultados obtidos⁷.

Para definição da questão de pesquisa e do objetivo do estudo utilizou-se a estratégia PICO (Problema - Interesse - Contexto), em que o problema é comportamento suicida, tendo como interesse as estratégias em saúde no contexto da pandemia da Covid-19. Assim, definiu-se a seguinte questão norteadora: “Quais estratégias são necessárias para prevenção e posvenção do suicídio em tempos de Covid-19?”

As bases de dados pesquisadas foram: Medline via PubMed, ISI of Knowledge via Web of Science, Cochrane Central Register of Controlled Trials (Central), Excerpta Medica database (Embase), Scopus, Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (Lilacs) e Psychology Information (PsycINFO). Durante a etapa de busca, foram utilizados descritores conforme o Medical Subject Headings (MeSH), apontados no Quadro 1.

Quadro 1. Definição dos elementos PICO e apresentação dos termos de busca

Problema (P): Comportamento suicida	Interesse (I): Estratégias em saúde	Contexto (Co): Pandemia de Covid-19
Descritores MeSH		
Suicide	Health Strategies	Covid-19
Palavras-chave		
Completed suicide Attempted suicide Parasuicide	Strategies Strategie	SARS CoV 2 Infection Covid 19 Pandemic Novel Coronavirus Pneumonia 2019-nCoV Pandemic

Para esta pesquisa, foram adotados os seguintes critérios de inclusão: estudos primários, revisões de literatura e estudos de reflexão que abordassem estratégias de prevenção e posvenção ao comportamento suicida durante a pandemia de Covid-19. Os critérios de exclusão, por sua vez, foram: estudos realizados no contexto de outras pandemias que não abordavam estratégias de prevenção e posvenção ao comportamento suicida durante a pandemia de Covid-19.

A operacionalização da busca foi realizada pelo cruzamento de dois em dois, utilizando os operadores booleanos «AND» e «OR». Posteriormente, realizou-se o cruzamento dos três descritores com o intuito de combinar as expressões de busca referentes ao problema, ao interesse e ao contexto. O Quadro 2 apresenta a estratégia final utilizada para a busca nas respectivas bases de dados.

Quadro 2. Expressão de busca nas bases de dados

Base	Sintaxe da busca
Lilacs	((mh:("Covid-19")) OR ("Covid-19") OR ("Covid-19") OR ("Infecção por SARS-CoV-2") OR ("Infecções por SARS-CoV-2") OR ("Pandemia por Covid-19") OR ("Doença pelo Novo Coronavírus (2019-nCoV)")) AND ((mh:(Suicídio)) OR (Suicídio) OR (Suicídios)) AND ((mh:("Estratégias de Saúde")) OR ("Estratégias de Saúde") OR (Estratégia) OR (Estratégias))
Central	('Covid-19' OR 'Covid-19' OR '2019 ncov disease' OR '2019 ncov disease' OR '2019 ncov infection' OR '2019 ncov infection' OR 'covid 19 pandemic' OR 'sars cov 2 infection' OR 'sars cov 2 infection') AND ('suicide' OR suicide OR suicides) AND('health strategies' OR strategies) in Title Abstract Keyword - (Word variations have been searched)
Embase	(('Covid-19'/exp OR 'Covid-19' OR '2019 ncov disease'/exp OR '2019 ncov disease' OR '2019 ncov infection'/exp OR '2019 ncov infection' OR 'covid 19 pandemic' OR 'sars cov 2 infection'/exp OR 'sars cov 2 infection') AND ('suicide'/exp OR suicide) OR suicides) AND 'health strategies' OR strategies
Medline via Pubmed	((Covid-19[MeSH Terms]) OR (Covid-19[Text Word])) OR (Covid-19[Title/Abstract]) OR (Covid-19) OR (2019 nCoV Disease[Title/Abstract]) OR (2019 nCoV Disease[Text Word]) OR (2019 nCoV Disease) OR (2019 nCoV Infection[Title/Abstract]) OR (2019 nCoV Infection[Text Word]) OR (2019 nCoV Infection) OR (Covid 19 Pandemic) OR (SARS CoV 2 Infection) AND (((((((Suicide[MeSH Terms]) OR (Suicide) OR (Suicide[Text Word]) OR (Suicide[Title/Abstract]) OR (Suicides[Title/Abstract]) OR (Suicides[Text Word]) OR (Suicides)))) AND (((((((Health Strategies[MeSH Terms]) OR (Health Strategies) OR (Health Strategies[Text Word]) OR (Health Strategies[Title/Abstract]) OR (Strategies[Title/Abstract]) OR (Strategies[Text Word]) OR (Strategies))))
ISI	('Covid-19' OR 'Covid-19' OR '2019 ncov disease' OR '2019 ncov disease' OR '2019 ncov infection' OR '2019 ncov infection' OR 'covid 19 pandemic' OR 'sars cov 2 infection' OR 'sars cov 2 infection') AND ('suicide' OR suicide OR suicides) AND('health strategies' OR strategies)
PsycINFO	(Any Field: 'Covid-19' OR Any Field: 'Covid-19' OR Any Field: '2019 ncov disease' OR Any Field: '2019 ncov disease' OR Any Field: '2019 ncov infection' OR Any Field: '2019 ncov infection' OR Any Field: 'covid 19 pandemic' OR Any Field: 'sars cov 2 infection' OR Any Field: 'sars cov 2 infection') AND (Any Field: 'suicide' OR Any Field: suicide OR Any Field: suicides) AND (Any Field: strategies)

A busca pelos estudos foi realizada no período de dezembro de 2021 a fevereiro de 2022. Todos os estudos tiveram livre acesso disponibilizado para os pesquisadores via Comunidade Acadêmica Federada (CAFe).

A seleção da amostra final deste estudo ocorreu em três fases. Durante a primeira fase, após a busca nas bases de dados, os estudos encontrados foram indexados ao gerenciador de referências EndNote Web®, sendo possível identificar e excluir os estudos duplicados com auxílio da ferramenta. Na segunda fase, foram analisados os títulos, as

palavras-chave e o resumo dos estudos recuperados na busca, e foram excluídos aqueles que não abordaram estratégias de prevenção e/ou pósvenção ao suicídio na pandemia de Covid-19. Na terceira e última etapa, os estudos foram analisados por meio de sua leitura na íntegra e observados se atendiam aos critérios de inclusão.

Pontua-se que a etapa de seleção dos estudos foi realizada por dois pesquisadores independentes e posteriormente de forma conjunta. Quando houve dúvida sobre o parecer de algum estudo, foi consultado um terceiro pesquisador.

A extração das informações dos estudos que compuseram a amostra desta *scoping review* ocorreu por meio da adaptação do formulário de mapeamento de revisões de literatura, elaborado por Kogien *et al.*⁸, em uma planilha eletrônica do *software* Apple Numbers for MacOS® versão 2022, que permitiu extração das informações guiada pelos elementos que constam no Quadro 3.

Quadro 3. Informações extraídas dos artigos selecionados

Informação extraída	Detalhes
Informações bibliográficas	
Autores	Sobrenome dos autores
Título	Título original da publicação em inglês, preferencialmente, ou no idioma original
Local do estudo	País em que o estudo foi conduzido
Ano	Ano da publicação
Características do estudo	
Tipo de publicação	Especificar se artigo original, tese ou dissertação
Periódico/Instituição	Nome do periódico no qual o material foi publicado. Em caso de tese/dissertação, nomear a instituição vinculada
Objetivo(s) do estudo	Descrever o objetivo principal do estudo
Desenho do estudo	Descrever o delineamento da investigação (transversal, longitudinal, experimental...)
Tamanho da amostra	Número de participantes que fizeram parte da amostra
Instrumentos utilizados na coleta de dados	Descrever o instrumento, especificar a validade no país de origem do estudo ou se é apenas adaptado
Conclusões	Descrever sinteticamente as principais conclusões do estudo
Aspectos de prevenção e pósvenção ao comportamento suicida	
Principais técnicas de prevenção	Descrever as principais técnicas que estão sendo utilizadas para a prevenção
Principais técnicas de pósvenção	Descrever as principais técnicas que estão sendo utilizadas para a pósvenção
Singularidade do comportamento suicida na pandemia de Covid-19	Descrever as principais singularidades do comportamento suicida durante a pandemia de Covid-19

Fonte: Adaptado de Kogien *et al.*⁸.

Os dados obtidos por meio da busca concernente à problemática foram agrupados com base na convergência das evidências encontradas.

Resultados

Foram identificados 613 estudos por meio do levantamento nas bases de dados, entretanto 116 estavam duplicados, o que resultou em 497 estudos. Foram realizadas leituras de títulos e resumos, sendo excluídos 478 estudos. Após a elegibilidade e a avaliação crítica dos 19 estudos restantes, 11 atenderam aos critérios de inclusão e avançaram para a fase de extração dos dados, leitura exaustiva e síntese qualitativa. A Figura 1 demonstra o processo de busca em conformidade com o fluxograma PRISMA-ScR.

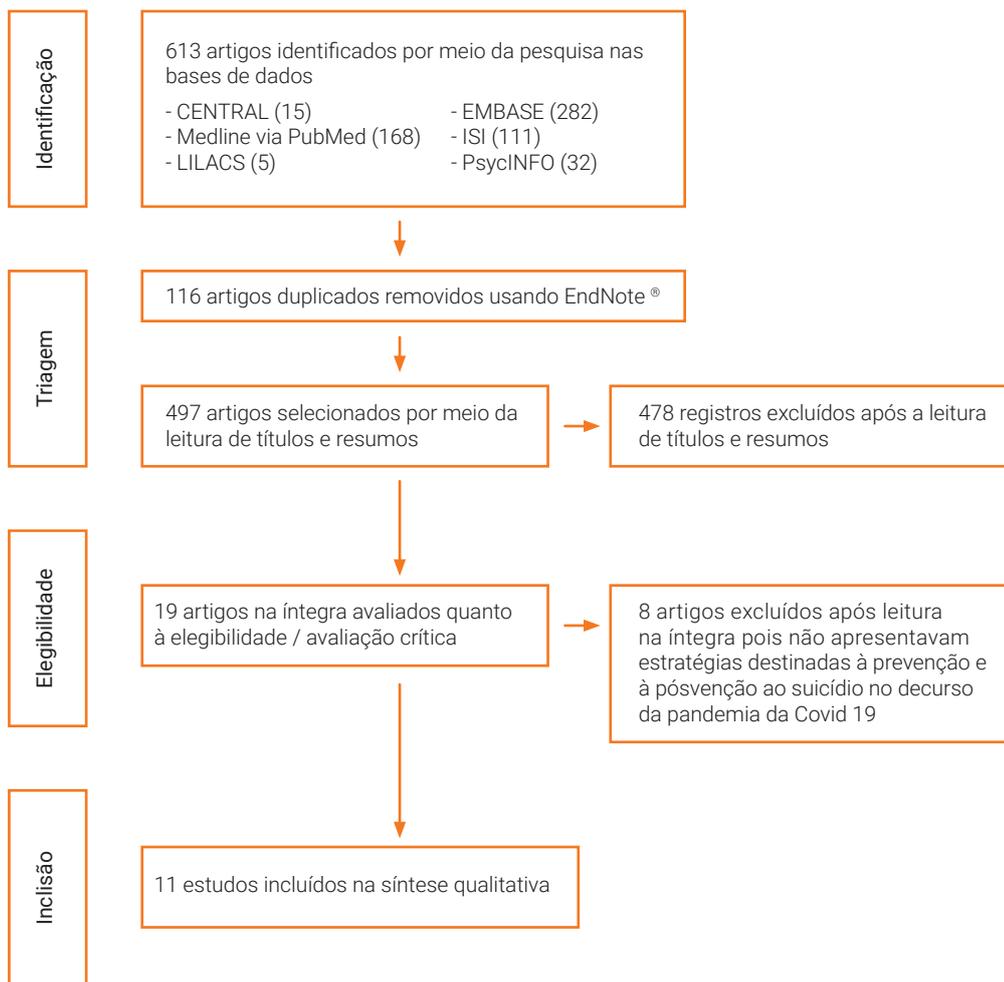


Figura 1. Fluxograma PRISMA para seleção de estudos.

O Quadro 4 apresenta as principais características observadas nos 11 estudos que foram incluídos nesta *scoping review*, organizados conforme o nível de evidência e a classificação proposta por Melnyk e Fineout-Overholt⁹. A escala varia de 1 a 7, sendo o nível 1 de estudos de maior evidência e nível 7 de estudos de menor evidência científica. O nível de evidência dos estudos incluídos variou entre 1 e 5. Foram realizados em sete países diferentes: Brasil^{10,11}; Canadá¹²; Espanha¹³; EUA¹⁴⁻¹⁶; França¹⁷; Índia¹⁸; e Inglaterra^{19,20}.

Quadro 4. Caracterização dos estudos segundo autores, ano, país, periódico, método, resultados e nível de evidência

Autores/ Ano/ País	Periódico	Método	Resultados	Nível de evidência
McIntyre, Lee. 2020, EUA	WPA	Metanálise dos dados de comportamento suicida, mortalidade por suicídio e insegurança econômica nos EUA durante os primeiros meses de pandemia de Covid-19.	Estratégias individuais de reforço da resiliência devem ser implementadas (exercícios, higiene do sono, programação diária estruturada e melhor dieta) concomitantemente com investimento em programas no mercado de trabalho que pretendem requalificar os trabalhadores, bem como educar sobre o suicídio.	1
McIntyre et al. 2021, Canadá	<i>Journal of the Royal Society of Medicine</i>	Metanálise do impacto dos programas federais de Saúde Mental e de apoio social e sua correlação com as taxas nacionais de suicídio durante o primeiro ano de pandemia de Covid-19.	O fato de o governo canadense ter feito investimentos em programas de apoio socioeconômico e intensificado a assistência em Saúde Mental reduziu a taxa de mortalidade por suicídio durante o primeiro ano de pandemia.	1
Crasta. et al. 2020, EUA	<i>Journal of Contextual Behavioral Science</i>	Estudo de coorte, onde 1.003 pessoas foram recrutadas para completar medidas de flexibilidade psicológica da TCC; Inventário de Flexibilidade Psicológica Multidimensional (MPFI), cruzando os dados de entrevistas sobre o desejo de morte, estressores relacionados ao Covid-19.	Trabalhar com os sujeitos nas três bases da flexibilidade psicológica (mindfulness - presença no aqui e agora, humanidade compartilhada e autbondade) é uma estratégia importante para reduzir o risco de suicídio durante a pandemia de Covid-19.	2
Paul; Fancourt. 2022, Inglaterra	<i>BJPsych</i>	Estudo de coorte, em que os dados de 49.324 adultos sobre as mudanças observadas nos pensamentos e no comportamento dos suicidas que foram analisadas entre 1º de abril de 2020 e 17 de maio de 2021.	A psicoeducação sobre o suicídio tem potencial em preveni-lo, bem como se faz necessária a criação de políticas governamentais que mitiguem a pobreza, tendo em vista que o comportamento suicida está relacionado à incerteza financeira e a preocupações com a segurança pessoal.	2
Azevedo, Dutra. 2020, Brasil	<i>Estudos de Psicologia</i>	Estudo de reflexão proveniente da revisão de literatura originária de estudos descritivos e qualitativos sobre suicídio na pandemia de Covid-19.	Falar sobre suicídio tem a potencialidade de prevenir novos casos, sendo fundamental pensar em estratégias de acolhimento para além do período de distanciamento social.	5
Conejroa et al. 2020, França	<i>L'Encéphale</i>	Revisão narrativa de artigos internacionais que tratam das principais pandemias (Covid-19, SARS) e sua influência na vulnerabilidade ao suicídio.	Soluções inovadoras adaptadas às restrições de distanciamento e confinamento ajudarão a prevenir o risco de suicídio: terapia comportamental e cognitiva de terceira onda online.	5
Jonh et al. 2020, Inglaterra	<i>BMJ</i>	Estudo de reflexão proveniente da revisão de literatura originária de estudos descritivos e qualitativos sobre suicídio na pandemia de Covid-19.	Mapear os pensamentos disfuncionais das pessoas com ideação suicida por meio do Registro do Pensamento Disfuncional (RPD) e psicoeducar o paciente sobre depressão e desesperança tornando o suicídio evitável.	5
Espanian et al. 2021, Espanha.	<i>Adcciones</i>	Reflexões advindas da revisão de literatura de estudos descritivos sobre estratégias de prevenção ao suicídio na pandemia de Covid-19.	As evidências deixam clara a alta prevalência do comportamento suicida em pacientes que fazem uso de álcool e outras drogas, indicando o uso de substâncias como um sinal de alerta para o acompanhamento. Os profissionais da saúde devem conhecer os fatores de risco de suicídio para poder prevenir.	5
Prado, Freitas. 2020, Brasil	<i>Estudos em Psicologia</i>	Reflexões advindas da revisão de literatura de estudos descritivos sobre estratégias de prevenção ao suicídio na pandemia de Covid-19.	Os profissionais da Atenção Primária devem receber apoio psicológico e treinamento em primeiros socorros psicológicos.	5

Continua.

Brenna et al. 2021, EUA	<i>Public Health Research & Practice</i>	Reflexões advindas da revisão de literatura de estudos descritivos sobre inovações na avaliação e na prevenção ao suicídio na pandemia de Covid-19.	Identificar os fatores de risco/gatilhos mentais de cada sujeito por meio de técnicas da terapia cognitivo-comportamental auxilia na prevenção ao suicídio.	5
Suchandra et al. 2021, Índia	<i>Asian Journal of Psychiatry</i>	Reflexões advindas da revisão de literatura de estudos descritivos sobre prevenção ao suicídio no contexto da pandemia de Covid-19.	Para reduzir a taxa de morte por suicídio, é necessário aumentar a conscientização da comunidade sobre o suicídio e sua prevenção. Implementação do programa de treinamento e acolhimento para aprimorar as habilidades dos trabalhadores da saúde na identificação de sujeitos vulneráveis ao suicídio.	5

Dos estudos selecionados, 27% (n = 3) apontaram que estratégias de governo para reduzir o desemprego são necessárias^{11,12,14}; 27% (n = 3) apontam que as técnicas de mapeamento de pensamentos e intervenções da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) possuem alto poder resolutivo sobre o comportamento suicida¹⁵⁻¹⁷; e 18% (n = 2) indicaram técnicas da terapêutica cognitivo-comportamental de terceira geração para a prevenção e a posvenção do suicídio^{15,17}.

Destaca-se que 18% (n = 2) dos estudos orientam a necessidade de treinamento dos profissionais de saúde sobre o comportamento suicida e as urgências em Saúde Mental^{11,18}; e 27% (n = 3) demonstraram que ações individuais de resiliência devem ser implementadas^{14,16,18}. Por fim, 9% mostram que as práticas inovadoras em Saúde Mental virtual são substanciais no contexto da pandemia de Covid-19¹⁷.

A promoção da saúde, por meio da educação sobre o conceito do comportamento suicida e seus fatores de risco/gatilhos mentais, foi apontada por 100% (n = 11) dos estudos como uma das principais estratégias de prevenção e posvenção à morte por suicídio. Essa psicoeducação fomenta o diálogo aberto e viabiliza a desestigmatização do diálogo/comunicação sobre essa problemática, o que pode salvar vidas¹⁰⁻²⁰.

Discussão

O comportamento suicida é um fenômeno complexo que envolve múltiplos fatores: biológicos, psicológicos, sociais, econômicos e culturais. Nesse cenário, ações voltadas para a prevenção e a posvenção do suicídio durante a pandemia de Covid-19 podem ajudar na redução de casos. Desse modo, os estudos apontaram que estratégias de discussão sobre a temática^{10,15}, medidas governamentais de apoio social¹¹, acompanhamento de pessoas com transtornos relacionados ao uso excessivo de álcool e outras drogas¹², de resiliência voltadas para a comunidade¹³, *mindfulness*¹⁴, identificação de gatilhos na comunidade por meio do TCC¹⁶, medidas inovadoras de adaptação à pandemia da Covid-19¹⁷, ações de conscientização da comunidade¹⁸, fortalecimento psicológico¹⁹ e mapeamento dos pensamentos para educação psicológica²⁰ foram eficazes para a redução do suicídio.

A pandemia da Covid-19 gerou um grande impacto psicológico, principalmente pelas medidas de controle viral, a exemplo do isolamento social, culminando com o afastamento de familiares, amigos e pessoas próximas, no intuito de evitar a propagação do SARS-COV-02. Além disso, o alto número de mortos pela doença, em que muitos não puderam se despedir de seus entes queridos, gerou sentimentos de tristeza, raiva, angústia e medo, seja pela contaminação viral, seja pela perda^{2,4,5}.



Nesse cenário, estudos reflexivos demonstraram que as crises mundiais de saúde são comuns e estão intimamente relacionadas com a fragilidade humana, pois nesses momentos sempre haverá grandes perdas. O ser humano necessita se adequar à realidade vivenciada, buscando meios de entender o período em que ele se encontra, além de aprender a ter resiliência nas situações, como o falecimento de familiares e pessoas próximas, embora seja um exercício difícil. Isso é possibilitado por meio de debates sobre o luto, visto que esse indivíduo entende seus sentimentos e cria maturidade mental, o que ajuda na prevenção do comportamento suicida como também na posvenção, pois a Saúde Mental passa a ser fortalecida¹⁰.

Isso é importante não somente para as pessoas que têm comportamento suicida, mas para a população em geral, bem como para os profissionais de saúde, que precisam fortalecer sua mente para lidar com as *nuances* que o suicídio traz. Ressalta-se que essas pessoas que sofrem com o comportamento suicida têm algum transtorno, como ansiedade, depressão ou pânico, e associado ao comportamento suicida ocasiona enorme carga psicológica, sendo necessário que os profissionais conheçam os sinais e sintomas para agir adequadamente diante de cada caso. Além disso, existe evidência de que o treinamento voltado para o enfrentamento ao suicídio na pandemia, no contexto da Atenção Primária, contribui para a redução do surgimento de novos casos¹¹.

A prevenção ao suicídio é complexa e depende de várias esferas: sociais, culturais, emocionais e políticas. Essa última, quando bem desenvolvida, garante os direitos da sociedade. Evidências científicas mostraram que a existência de políticas públicas eficazes voltadas para a assistência de Saúde Mental reduz a taxa de mortalidade por suicídio. Além disso, o apoio socioeconômico do governo durante a pandemia permitiu que as pessoas se sentissem menos angustiadas com a situação em que estavam inseridas e, com isso, houve menos ideação suicida^{12,19}.

Outra problemática evidenciada, resultante da pandemia da Covid-19, foi o transtorno relacionado ao uso de álcool e outras drogas. O uso de substâncias psicoativas causa relaxamento, falsa sensação de liberdade e promove, de forma momentânea, sentimentos positivos; entretanto, para ter acesso a esses sentimentos, é necessário que o indivíduo consuma cada vez mais. Destaca-se que, como a pandemia piorou o estado de Saúde Mental e ocasionou sofrimento psíquico, muitas pessoas buscaram no uso de álcool e outras drogas a solução de problemas, embora esse abuso piore mais ainda a vida delas, principalmente por perderem o apoio familiar e a qualidade de vida. Nesse cenário, há a necessidade de os profissionais voltarem suas estratégias de cuidado para o abuso de substâncias em consonância com o comportamento suicida¹³.

As estratégias de prevenção e posvenção devem estar direcionadas para o reforço da resiliência e do autocuidado (ter uma boa higiene do sono, programação diária estruturada de atividades e uma dieta saudável), pois essas ações possibilitam às pessoas criarem uma rotina que, aliada a bons hábitos, promove saúde física e mental, evitando-se o comportamento suicida. Os serviços de saúde devem direcionar as pessoas para o desenvolvimento de ações que assegurem o seu bem-estar, a exemplo da inserção da Educação em Saúde na comunidade, como forma de prevenção ao suicídio¹⁴.



A Psicologia é uma aliada na prevenção do suicídio, pois possui inúmeras vertentes que podem melhorar a Saúde Mental das pessoas. Dentre elas, está a flexibilidade psicológica, que possui três bases: *mindfulness*, humanidade compartilhada e autobondade. Essas bases, segundo estudo realizado nos Estados Unidos, reduziram o risco de suicídio na pandemia. *Mindfulness* tenta afastar o indivíduo de sentimentos que já passaram, de forma que não se apegue ao passado e sim ao presente, ou seja, ajuda na resiliência pessoal. A humanidade compartilhada visa compreender o lado do outro, dividindo sentimentos e experiências. E autobondade fala sobre se compreender e entender que o indivíduo é tão humano como qualquer outro¹⁵.

Mais uma vertente da Psicologia preventiva ao comportamento suicida é a TCC, pois identifica gatilhos¹⁶, atua na prevenção por meio da avaliação do risco, da percepção das mudanças de humor, do questionamento da veracidade dos pensamentos disfuncionais na realidade subjetiva do indivíduo e da busca por estratégias que possibilitem a esperança no futuro²¹.

Estudo realizado na França evidenciou que ações de apoio psicológico de forma inovadora podem prevenir o comportamento suicida, a exemplo do uso de aplicativos, protocolos de vigilância e TCC, que promoveram assistência em Saúde Mental sem as pessoas precisarem sair de casa. Os aplicativos possuem informações sobre serviços, sua disponibilidade, e podem ser acessados de qualquer lugar. Com relação aos protocolos, são respondidos por intermédio de ligações feitas por profissionais de saúde, que buscam identificar comportamento suicida na população. O TCC traz o entendimento da situação vivenciada, buscando formas de ajudar na adequação dessas pessoas, e a consulta poderá ocorrer remotamente, evitando-se possíveis contaminações¹⁷.

Ademais, a conscientização da comunidade sobre o suicídio permite que o conhecimento científico chegue às camadas mais desinformadas. Estratégias de Educação em Saúde possibilitam que as pessoas entendam o suicídio e saibam reconhecer comportamentos danosos à saúde. Evidências científicas mostram que, ao contrário do que expressa o senso comum, falar sobre suicídio com a população reduz a probabilidade de tentativas, tendo em vista que o diálogo aberto, leve e sincero minimiza o estigma sobre a temática. O trabalho psicoeducativo envolve o sujeito em sofrimento e sua rede de apoio em um processo pedagógico, com a finalidade de contribuir com o desenvolvimento de consciência e preparo para as mudanças advindas da dificuldade vivida, proporcionando a sua autonomia^{18,22}.

A psicoeducação é uma técnica poderosa para trabalhar o sofrimento mental da população, podendo ser facilmente replicada pelos profissionais de saúde em todos os níveis de Atenção à Saúde e com baixo custo^{11,19}. A psicoeducação baseada em evidências é um dos pilares que sustentam a TCC, sendo o modelo psicoterapêutico apontado como padrão ouro para o tratamento de pessoas com comportamento suicida. Dessa forma, torna-se fundamental ajudar o sujeito a ter consciência de seus padrões de pensamentos automáticos, gatilhos mentais e distorções cognitivas, possibilitando uma quebra de comportamentos disfuncionais, como o suicida.



As situações da nossa vida não alteram nossas emoções; essa responsabilidade é dos nossos pensamentos, pois eles são os filtros que nossa mente usa para interpretar o mundo²¹. Nesse contexto, os pensamentos automáticos (PA) podem ser entendidos como atividades cognitivas que ocorrem de forma instantânea durante o processamento de determinado evento²¹. Os PA podem ser classificados em funcionais e disfuncionais, regidos pelos esquemas cognitivos e pelo nível mais profundo do sistema cognitivo. Sujeitos com esquemas cognitivos adoecidos decodificam as situações pelo prisma da distorção da realidade e têm maior tendência a apresentar comportamento suicida²³. Estudo de reflexão evidenciou que o automapeamento dos pensamentos disfuncionais de pessoas com ideação suicida, por meio do Registro do Pensamento Disfuncional (RPD), educa o paciente quanto aos sentimentos de depressão e desesperança e tornam o suicídio evitável²⁰.

Nesse sentido, as abordagens devem ser estruturadas e focais, direcionadas para o método de prevenção, e poderão ser aplicadas de forma presencial ou virtual, com acompanhamento síncrono, assíncrono ou autoaplicado, por meio de orientações de cuidado em Saúde Mental¹⁷.

Ademais, conhecer e intervir nos determinantes socioeconômicos que levam ao suicídio é também uma importante estratégia de prevenção e posvenção quando integrado a políticas públicas de Saúde Mental, como evidenciado por estudo realizado no Canadá. A criação de auxílios emergenciais garante o bem-estar da população e resulta na queda da taxa de suicídio¹².

Ao discutir os resultados da presente *scoping review*, algumas limitações devem ser consideradas: 63% dos estudos que foram incluídos na amostra final trata-se de revisões de literatura e/ou estudos de reflexão; logo, existem poucos estudos primários.

Considerações finais

O estudo demonstrou que as estratégias de prevenção e posvenção ao comportamento suicida durante a pandemia de Covid-19 estão organizadas em nível individual e coletivo, buscando suprir as necessidades impostas às demandas que surgiram nesse período, quais sejam: sociais, econômicas, políticas, psicológicas e biofísicas. São necessários mais estudos voltados para essa temática, que é importante na prevenção e na posvenção do suicídio, um grave problema de Saúde Pública que atinge pessoas no mundo inteiro e foi intensificado com o surgimento da pandemia.

Esta *scoping review* mostrou como a assistência em Saúde Mental deve ser facilitada e acontecer de forma multiprofissional, atendendo às várias camadas sociais, principalmente àquelas que apresentam algum tipo de vulnerabilidade. Para o desenvolvimento de boas estratégias na prevenção e na posvenção do suicídio, o serviço deverá contar com profissionais qualificados que possuam entendimento da complexidade que essa problemática apresenta e voltem suas ações para o indivíduo e a comunidade por meio da Educação em Saúde, do debate e da formação de senso crítico.



Contribuição dos autores

Todos os autores participaram ativamente de todas as etapas de elaboração do manuscrito.

Agradecimentos

À oportunidade de publicar a presente pesquisa em uma renomada revista científica como a Interface (Botucatu). Aos revisores pelo tempo dedicado à análise criteriosa e à sugestão de melhorias para aprimorar nosso trabalho. Aos membros da equipe editorial por seu profissionalismo e sua dedicação ao processo de publicação.

Aos colaboradores e colegas que nos apoiaram ao longo deste estudo. Suas contribuições foram inestimáveis para o sucesso deste trabalho. À Universidade Federal do Piauí e à Universidade Federal do Rio de Janeiro que apoiaram a realização deste projeto.

Por fim, a todos os leitores e pesquisadores que se interessam por nosso trabalho. Esperamos que este artigo contribua para o avanço do conhecimento em nossa área da Saúde Mental e inspire pesquisas futuras.

Mais uma vez, nosso sincero agradecimento por fazer parte deste processo de publicação que fornece um veículo respeitado para a disseminação de conhecimento científico.

Conflito de interesse

Os autores não têm conflito de interesse a declarar.

Direitos autorais

Este artigo está licenciado sob a Licença Internacional Creative Commons 4.0, tipo BY (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt_BR).



Editora assistente

Simone Mainieri Paulon

Editor associado

Moisés Romanini

Submetido em

11/04/23

Aprovado em

11/06/23



Referências

1. Santos KMR, Galvão MHR, Gomes SM, Souza TA, Medeiros AA, Barbosa IR. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da Covid-19. *Esc Anna Nery*. 2021; (25 Spec No):e20200370.
2. Thakur V, Jain A. Covid 2019-suicides: a global psychological pandemic. *Brain Behav Immunity*. 2020; 88:952-3.
3. World Health Organization. Preventing suicide: a global imperative. Geneva: WHO; 2014.
4. Fukumitsu KO, Kovács MJ. Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio. *Psico*. 2016; 47(1):3-12.
5. Shneidman ES. *Autopsy of a suicidal mind*. Oxford: Oxford University Press; 2004.
6. Ramos-Toescher AM, Tomaszewisk-Barlem JG, Barlem ELD, Castanheira JS, Toescher RL. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de Covid-19: recursos de apoio. *Esc Anna Nery*. 2020; (24 Spec No):e20200276.
7. Khalil H, Peters MD, Tricco AC, Pollock D, Alexander L, McInerney P, et al. Conducting high quality scoping reviews-challenges and solutions. *J Clin Epidemiol*. 2021; 130:156-60.
8. Kogien M, Marcon SR, Oliveira AF, Leite VF, Modena CF, Nascimento FCS. Fatores associados ao comportamento suicida entre estudantes da pós-graduação stricto sensu-protocolo de revisão de escopo. *Res Soc Develop*. 2020; 9(10):e6329109095-e.
9. Fineout-Overholt E, Melnyk BM, Schultz A. Transforming health care from the inside out: advancing evidence-based practice in the 21st century. *J Prof Nur*. 2005; 21(6):335-44.
10. Azevedo AKS, Dutra E. Suicide in Covid-19 times: possibilities of understanding in the light of Heideggerian ontology. *Estud Psicol (Natal)*. 2020; 25(4):460-9.
11. Prado AS, Freitas JL. Social distancing during pandemics: suicide risk and prevention in the face of psychosocial impacts of Covid-19. *Estud Psicol (Natal)*. 2020; 25(2):157-66.
12. McIntyre RS, Lui LM, Rosenblat JD, Ho R, Gill H, Mansur RB, et al. Suicide reduction in Canada during the Covid-19 pandemic: lessons informing national prevention strategies for suicide reduction. *J R Soc Med*. 2021; 114(10):473-9.
13. Espandian A, Flórez G, Peleteiro LF, Tajés M, Sáiz PA, Villa R, et al. Estrategias de intervención en la prevención de comportamiento suicida en pacientes con trastorno por consumo de sustancias en tiempos de Covid-19. *Adicciones*. 2021; 33(3):185-92.
14. McIntyre RS, Lee Y. Preventing suicide in the context of the Covid-19 pandemic. *World Psychiatry*. 2020; 19(2):250-1.
15. Crasta D, Daks JS, Rogge RD. Modeling suicide risk among parents during the Covid-19 pandemic: psychological inflexibility exacerbates the impact of Covid-19 stressors on interpersonal risk factors for suicide. *J Contextual Behav Sci*. 2020; 18:117-27.
16. Brenna C, Links PS, Tran MM, Sinyor M, Heisel MJ, Hatcher S. Innovations in suicide assessment and prevention during pandemics. *Public Health Res Pract*. 2021; 31(3):3132111.
17. Conejero I, Berrouguet S, Ducasse D, Leboyer M, Jardon V, Olié E, et al. Épidémie de Covid-19 et prise en charge des conduites suicidaires: challenge et perspectives. *Encephale*. 2020; 46(3):S66-72.
18. Suchandra HH, Bhaskaran AS, Manjunatha N, Kumar CN, Math SB, Reddi VSK. Suicide prevention in the context of Covid-19: an Indian perspective. *Asian J Psychiatr*. 2021; 66:102858.



19. Paul E, Fancourt D. Factors influencing self-harm thoughts and behaviours over the first year of the Covid-19 pandemic in the UK: longitudinal analysis of 49 324 adults. *Br J Psychiatry*. 2022; 220(1):31-7.
20. John A, Pirkis J, Gunnell D, Appleby L, Morrissey J. Trends in suicide during the Covid-19 pandemic. *BMJ*. 2020; 371:m4352.
21. Beck JS. *Terapia cognitivo-comportamental*. Porto Alegre: Artmed; 2013.
22. Lemes CB, Ondere Neto J. Aplicaciones de la psicoeducación en el contexto de la salud. *Temas Psicol*. 2017; 25(1):17-28.
23. Wenzel A, Brown G, Beck A. *Terapia cognitivo-comportamental para pacientes suicidas*. Porto Alegre: Artmed; 2010.

The aim of this study was to map scientific evidence regarding suicide prevention and postvention strategies during the Covid-19 pandemic. To this end, we undertook a scoping review between 17 December 2021 and 8 February 2022, performing searches of the following databases: MEDLINE via PubMed, ISI of Knowledge via Web of Science, Cochrane Central Register of Controlled Trials (CENTRAL), Excerpta Medica database (EMBASE), SCOPUS, Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS) and Psychology Information (PsycINFO). Eleven studies were analyzed. The findings show that cognitive behavioral psychotherapy, psychoeducation as part of the cognitive model of suicidal behavior, and psychological flexibility have the potential to prevent suicide.

Keywords: Suicide. Covid-19. Mental health. Health strategies.

El objetivo del presente estudio fue mapear evidencias científicas sobre las estrategias destinadas a la prevención y postvencción del suicidio durante la pandemia de Covid-19. Para eso se realizó una *scoping review* entre el período del 17 de diciembre de 2021 al 08 febrero de 2022, en las siguientes bases de datos: MEDLINE via PubMed, *ISI of Knowledge via Web of Science*, *Cochrane Central Register of Controlled Trials* (CENTRAL), *Excerpta Medica database* (EMBASE), SCOPUS, *Latin American and Caribbean Health Sciences Literature* (LILACS) y *Psychology Information* (PsycINFO). Se analizaron 11 estudios que mostraron que la psicoterapia cognitiva comportamental, la psicoeducación del modelo cognitivo del pensamiento suicida y la flexibilidad psicológica tiene potencial para prevenir muertes por suicidio.

Palabras clave: Suicidio. Covid-19. Salud mental. Estrategias de salud.