



Universidade de Brasília – UnB
Faculdade de Ciências da Saúde – FS
Departamento de Saúde Coletiva
Curso de Graduação em Saúde Coletiva

TÂMARA NATHALY ALVES CARDOSO

**A ATUAÇÃO DAS REDES SOCIAIS NA PREVENÇÃO AO
SUICÍDIO, UM ESTUDO EXPLORATORIO DO
INTAGRAM**

Brasília – DF
2022

TÂMARA NATHALY ALVES CARDOSO

**A ATUAÇÃO DAS REDES SOCIAIS NA PREVENÇÃO AO
SUICÍDIO, UM ESTUDO EXPLORATORIO DO
INTAGRAM**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para
obtenção do título de Bacharel em Saúde
Coletiva.

Professor Orientador: Luana Lima
Cardoso /Doutoranda em Bioética

Co-orientador: Cláudio Fortes Garcia
Lorenzo /Médico, Mestre em medicina e
saúde, com concentração em bioética pela
UFBA. Doutor em Ética aplicada às
ciências clínicas, pela universidade de
Sherbrooke, Canadá.

Brasília – DF
2022

TÂMARA NATHALY ALVES CARDOSO

**A ATUAÇÃO DAS REDES SOCIAIS NA PREVENÇÃO AO
SUICÍDIO, UM ESTUDO EXPLORATORIO DO
INTAGRAM**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para
obtenção do título de Bacharel em Saúde
Coletiva.

Prof.^a Dotouranda. Luana Lima Cardoso
Professora-Orientadora

Prof.º Me. Dr. Cláudio Fortes Garcia Lorenzo
Professor-Co-orientador

Brasília – DF
2022

DEDICATÓRIA

Gostaria de dedicar esse trabalho a todas as famílias e amigos que perderam entes queridos para o suicídio, que não puderam se despedir ou impedir tal ato. Dedico também aos meus professores, especialmente à minha orientadora Luana Lima, que trabalha com o assunto há anos e contribuiu muito com meu aprendizado.

Dedico, por fim, a minha família, amigos e ao meu namorado que foram peças essenciais para que esse trabalho acontecesse.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos os meus professores que contribuíram com todo meu conhecimento sobre diversos assuntos dentro da minha formação. Especialmente à minha orientadora Luana Lima, que me auxiliou e me ajudou com tudo que foi preciso, para a conclusão deste trabalho. E ao meu Co-orientador Cláudio Lorenzo, que foi uma peça fundamental para lapidamos este trabalho. Foram dias e anos muito corridos e intensos, houve momentos que eu pensei em desistir, que me deram crises de ansiedade, mas que com ajuda de alguns professores, pude passar por tudo isso.

Quero agradecer meus pais Márcio e Neide, por me darem apoio nos procedimentos tecnológicos para realizar este trabalho. Meus agradecimentos aos meus tios, tias, primos, primas, que sempre me ajudaram em qualquer lugar que eu estivesse durante minha graduação. Agradeço ao meu namorado, Gustavo, que me ajudou muito nos momentos de crises de ansiedade, em correções gramaticais, correndo atrás de mecanismos que me auxiliaram na produção deste trabalho e me incentivou a dar meu melhor em tudo.

Agradeço, também, a Deus por sempre me guiar pelo melhor caminho e está sempre cuidando de mim, me dando saúde e calma.

“Não para. Sonha. Assusta. Incomoda. Cutuca. Se mostra. Se joga. Não deixe aqueles que não sabem o valor incondicional de um sonho colocarem preço nos seus sacrifícios, não deixe que digam que você está parado quando você sabe a força que suas ideias têm, não deixe que te façam pequeno quando você sabe que nasceu para ser gigante. Não deixe que te diminuam para te enxergar de perto. Voa longe. Olha o horizonte. Seu caminho é lá. Olha para dentro, escuta o coração, não se esqueça de quem realmente te ofereceu a mão, agradeça quem acreditou, desafie quem duvidou.” - Isabella Gonçalves.

RESUMO

O suicídio é a 2ª causa de morte mundial entre pessoas de 15 a 29 anos. Cerca de 800 mil pessoas morrem por ano (OMS, 2022). Para cada caso de suicídio que ocorre, acontecem entre 10 e 20 tentativas. Adicionada à realidade já existente, o COVID-19 gerou grandes impactos na saúde física e mental. O uso das redes sociais cresceu exponencialmente durante a pandemia, de modo a se (re)afirmar como fonte de comunicação entre as pessoas, fator potencializador de sofrimento, ao mesmo tempo, conscientizador, de proteção e prevenção do suicídio através dos seus diversos mecanismos disponibilizados aos usuários. Considerando esse cenário, o objetivo do presente trabalho é compreender como a rede do Instagram desenvolve elementos protetivos em relação ao suicídio; tendo como objetivos específicos: descrever os mecanismos formais de enfrentamento e prevenção ao suicídio dentro da plataforma Instagram; explorar as narrativas pessoais de tentantes ou familiares com a intenção protetiva; bem como identificar posts de instituições, eventos e profissionais que trazem informações acerca do fenômeno em prol da prevenção do suicídio. Método: Ciberetnografia de Pierre Lévy (2010), que possibilita achados e debates contemporâneos de maneira virtual, facilitando nossa pesquisa em tempos pandêmicos de isolamento social. Justificativa: A rede social alcança e vincula pessoas de todo o mundo e, seus mecanismos podem evitar mortes. Desse modo, aposta-se no aprofundamento e publicação dos mecanismos de promoção à saúde mental e elementos protetivos (formais e informais) como modo de prevenção do suicídio e conscientização das pessoas da importância do debate sobre o tema. Resultados: Através de uma busca na rede encontramos diversos meios que a rede proporciona como forma de prevenção ao suicídio, como o envio de mensagens automáticas para os usuários que pesquisam por “suicídio”. Foi encontrado também páginas de instituições e profissionais que abordam o tema em suas redes, através de posts, stories e *lives*; conscientizando as problemáticas que podem ser encontradas dentro e fora da rede e, como abordá-las de maneira eficaz para que os usuários se sintam seguros e acolhidos em situações de sofrimento psíquico. Existem perfis de pessoas que perderam familiares para o suicídio e usam essa experiência do luto para ajudar outras pessoas através de grupos de apoio, postagens e *lives*. É importante novas pesquisas sobre a temática, tendo em vista que ainda é muito escasso os estudos que abordam suicídio, rede social e pandemia.

Concluiu-se que a rede é uma fonte informativa e potencializadora de conhecimentos, os achados indicam que os fatores protetivos da rede, podem ser uma ferramenta de informação, diálogo, reconhecimento de sinais e sintomas, e, conseqüentemente, de prevenção ao suicídio, dentro e fora da rede.

Palavras chaves: suicídio; prevenção; redes sociais; Covid-19;instagram.

ABSTRACT

Suicide is the 2nd leading cause of death worldwide among people aged 15 to 29. About 800,000 people die each year (OMS, 2022). For every case of suicide that occurs, between 10 and 20 attempts take place. Added to the already existing reality, COVID-19 has generated major impacts on physical and mental health. The use of social networks grew exponentially during the pandemic, so as to (re)establish itself as a source of communication between people, a pontificating factor of suffering, at the same time, an awareness, protection and prevention of suicide through its various mechanisms made available to users. Considering this scenario, the objective of this study is to understand how the Instagram network develops protective elements in relation to suicide, with the following specific objectives: to describe the formal mechanisms of coping and suicide prevention on the Instagram platform; to explore the personal narratives of those who have attempted or are family members with protective intentions; and to identify posts from institutions, events, and professionals who provide information about the phenomenon in favor of suicide prevention. Method: Pierre Lévy's Cyberethnography (2010), which enables contemporary findings and debates in a virtual way, facilitating our research in pandemic times of social isolation. Justification: The social network reaches and links people all over the world, and its mechanisms can prevent deaths. In this way, we bet on the deepening and publication of mental health promotion mechanisms and protective elements (formal and informal) as a way to prevent suicide and make people aware of the importance of the debate on the subject. Results: Through a search on the network we found several means that the network provides as a way to prevent suicide, such as sending automatic messages to users who search for "suicidio". We also found pages of institutions and professionals that address the topic in their networks, through posts, stories and lives; raising awareness of the problems that can be found inside and outside the network and how to address them effectively so that users feel safe and welcomed in situations of psychological suffering. There are profiles of people who have lost family members to suicide and use this mourning experience to help others through support groups, posts, and lives. New research on the subject is important, since there are still very few studies that address

suicide, social networks, and the pandemic. This study concluded that the network is a source of information and knowledge about suicide, and that all professionals, institutions and people who talk about the topic in a preventive way help to reduce the number of cases and recognize the symptoms of suicide.

Keywords: suicide; prevention; social networks; Covid-19; instagram.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Páginas relacionadas ao suicídio quando procuradas na rede Instagram, 2021.	34
Figura 2- Páginas voltadas a prevenção do Suicídio no instagram, 2021.	35
Figura 3 - Hashtags encontradas no instagram com seus respectivos números de publicações, em 2021.	36
Figura 4 - Mensagem automática do instagram, quando procurada a palavra “suicídio”, 2021.	36
Figura 5 - Sugestões que a rede fornece ao usuário que procura por suicídio	37
Figura 6 - Mensagem automática, enviada para usuário que usa a #suicidio.	38
Figura 7 - Página oficial @posvencaodosuicidio	39
Figura 8 – Serviços disponibilizados pela página	40
Figura 9 - Site oficial da página de posvenção do suicídio e suas iniciativas.	40
Figura 10 – Print da página @nomoblidis1	41
Figura 11 - Estáticas sobre suicídio disponibilizados no site Nomoblidis1	42
Figura 12 – Post da mãe que perdeu o filho	43
Figura 13 - Biografia de uma mãe que perdeu o filho para o suicídio e ajuda outras pessoas	43
Figura 14 - Serviços disponibilizados pelo perfil @nivv	44
Figura 15 - Página oficial do Instagram do perfil @nivv	45
Figura 16 – Serviços disponibilizados pela página	45
Figura 17 - Post sobre vídeo laço e nós, tecendo histórias do luto por suicídio	45
Figura 18 - Print da Bio e Serviços disponibilizados pela psicoterapeuta	46
Figura 19 - Perfil oficial @vitaalere	47
Figura 20 - Reels sobre o conteúdo que você vê cria um filtro que transforma sua visão de mundo.	48
Figura 21 – Serviços disponibilizados pela instituição	48
Figura 22 - Página oficial @cvvoficial e serviços disponibilizados pela instituição	49
Figura 23 - Perfil oficial @llc e serviços disponibilizados pela psicóloga	50
Figura 24 - Perfil oficial @dp e print dos serviços fornecidos pela psicóloga.	50
Figura 25 - Posts de memes das páginas @ansiedaderefletida e @xoansiedadepsi, realizados no setembro amarelo.	51

Figura 26 - Posts informativos realizados por profissionais e instituições no setembro amarelo	52
Figura 27 - Divulgação do @vitaalere sobre workshop de como falar de forma segura sobre o suicido	53

SUMÁRIO

PREÂMBULO	14
INTRODUÇÃO	16
O SUICÍDIO COMO QUESTÃO DE SAÚDE COLETIVA	20
A DINÂMICA DAS REDES SOCIAIS NA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO EM TEMPOS PANDÊMICOS.	23
METODOLOGIA DE PESQUISA	33
RESULTADOS E DISCUSSÃO	34
CONSIDERAÇÕES FINAIS	55
REFERÊNCIAS	57

PREÂMBULO

Me chamo Tâmara Nathaly, tenho 23 anos, sou estudante de Saúde Coletiva na Universidade de Brasília, empresária, modelo e influenciadora digital. Este trabalho é fruto de uma antiga ambição minha: dentro da minha graduação de saúde coletiva, logo no início da pandemia, entrei em um projeto de extensão de saúde mental e covid-19, que consistia em estudar de forma profunda, o quanto a pandemia poderia afetar a saúde mental de profissionais e cidadãos. Eram abordados todas as semanas diversas profissões, como médicos, policiais, entregadores, professores, dentre outros, como também eram criados semanalmente cards e conteúdos para a página do projeto no instagram @saudentalecovid. Isso me gerou interesse pelo tema e desejo por pesquisar a fundo sobre o suicídio e redes sociais. O processo que eu passei e o que sou hoje, influenciadora digital, miss e futura sanitarista, me dá mais vontade de ajudar o próximo, e tornar as redes sociais um ambiente mais seguro e agradável àqueles que as utilizam.

Quando eu era mais nova sofria muito bullying na escola por conta de uma condição física. Cresci vendo meu pai se tornar cada vez mais depressivo e, por várias vezes, falar em cometer suicídio. Com isso cresci achando que o suicídio poderia ser uma solução definitiva para vários problemas, tendo eu mesma algumas vezes tentado consumir o ato. Depois de procurar ajuda psicológica consegui superar e seguir em frente. Posteriormente me tornei influenciadora e percebi que o bullying havia “migrado” para as redes sociais e que as mesmas não tinham estrutura para lidar com o suicídio, o que ocasionou muitos atos até que as redes começaram a se reestruturar para amenizar esses casos. Todavia, não achei que os protocolos de segurança das redes eram eficazes, uma vez que esses protocolos eram meramente ocultar conteúdos relacionados ao suicídio.

Percebendo essa ineficiência das redes, resolvi usar minha influência para falar sobre os mecanismos que ajudam aqueles que necessitam de ajuda em meu instagram. Recebi muitos comentários positivos e com isso percebi que a mesma força que a rede tem para machucar, ela também tem para ajudar.

Com a chegada da pandemia, percebi que alguns amigos se tornaram mais ansiosos e outros chegaram a desenvolver síndromes de pânico e abandono, e até mesmo depressão. Notei também que a interação pelas redes sociais se tornará frequente. Isso trouxe muitos benefícios a algumas pessoas, porém, também trouxe muitos malefícios a outras, existindo alguns casos de suicídios online e discussão sobre este assunto.

Depois de muito pensar no tema deste trabalho, realizamos alguns cortes de assuntos que foram abordados durante minha graduação e de áreas que mais me identifiquei, como as de promoção à saúde, saúde mental, bioética e comunicação à saúde. Busquei fazer ligações dessas disciplinas, junto com o tema suicídio, que me interessou muito durante o projeto de saúde mental e covid-19. Percebi que é um problema que engloba um todo e devido minha familiaridade com a rede, pensei o porque não, fazer uma pesquisa sobre suicídio nas redes sociais? Mas durante minha escolha entramos na pandemia, e eu conseguia ver como as redes sociais se movimentavam mais, com a pandemia. Mas não sabia que a mesma poderia propiciar tantas coisas boas e ruins e que eram poucos os estudos científicos sobre o tema. Esse trabalho agregou no meu conhecimento de forma inigualável, pois mesmo estando dentro da rede eu não tinha conhecimentos sobre tantos casos de suicídio dentro da rede, sobre como a rede trabalha junto com outras instituições para prevenir esses casos, de como a prevenção é tão importante para diminuição do impacto que isso traz para a sociedade. E como a comunicação e a educação em saúde é fundamental para o conhecimento da população sobre o tema, ensinando-as a identificar e prevenir sintomas, a como proceder em casos de pessoas próximas que tentam cometer suicídio e como ajudar as mesmas sem agravar o caso. E as mídias sociais contribuem na disseminação dessas informações, tendo um papel de conscientização, de troca de informações, interações e perpassando barreiras, acabando com obstáculos e informando de forma verídica informações de qualidade a respeito do suicídio e suas potencialidades.

INTRODUÇÃO

As redes sociais foram criadas para serem ferramentas de comunicação e interação social. A primeira rede social surgiu nos Estados Unidos e no Canadá em 1995, chamada de Classmate, cujo intuito era conectar estudantes dentro da faculdade. Os anos se passaram e milhares de novas redes sociais foram surgindo e, o que era destinado a facilitar a comunicação, tomou uma proporção gigantesca e se tornou algo maior do que o esperado. Muitas redes sociais foram criadas depois disso para facilitar a comunicação e a interação entre as pessoas. A rede foi se adaptando à população e cada vez mais se inovando com novos recursos para os usuários, como o uso dos filtros, reels, hashtags e outros mecanismos.

Isso fez com que a rede social se tornasse parte do dia a dia das pessoas. Esse uso prematuro das redes por crianças pode afetar ou alterar o desenvolvimento cognitivo e social delas; adultos e jovens também estão suscetíveis a esse uso de forma mais desenfreada. Segundo uma pesquisa da Global digital overview, feita pelo site We Are Social com parceria do Hootsuite no ano de 2021, os usuários ficam conectados um pouco mais de 100 dias por ano em média, isso dá 7 horas e alguns minutos por dia, um pouco mais de 48 horas por semana online, sendo 2 dias inteiros a cada 7 dias.

Em uma pesquisa realizada com usuários do facebook com o tema “Opacidade das fronteiras entre real e virtual na perspectiva dos usuários do Facebook” (Rosa et al, 2016) foram realizadas entrevistas com intuito de entender a diferenciação do real e do virtual dentro da rede. O resultado foi que o que acontece no mundo virtual é amparado não só pela materialidade que é composto de imagens, vídeos e textos, mas também por toda a subjetividade das pessoas que se constituem e se comunicam por causa da rede.

A rede traz um mundo de possibilidades, seus benefícios e malefícios precisam de uma atenção maior. Já que ela pode ser uma possível fonte de sofrimento, potencializando, mediando e/ou favorecendo situações de sofrimento e adoecimento mental, tais como: transtornos de ansiedade, depressão, bullying – que é prevalente por aspectos pessoais que acabam virando motivo de chacota entre usuários.

Posts relacionados a automutilação são comuns dentro da rede, pois existem uma gama de páginas e pessoas que falam sobre o tema de maneira preventiva e outras, de

maneira incentivadora, estas, por alguma falha, não são apagadas rapidamente pela rede. Tudo que é postado por famosos, como a famosa lipolad e a rinoplastia, acaba se tornando um gatilho também para pessoas que não conseguem chegar a esse padrão estético da rede, por isso filtros foram criados para ajustar “imperfeições” ou realçar os usuários sem precisar de cirurgias. Tudo isso pode aumentar o sofrimento das pessoas. Dentre as situações de sofrimento, observa-se o fenômeno do suicídio. As plataformas também trazem bastante benefícios para os usuários, tais como os de acompanhar páginas de interesse próprio que agregam na vida pessoal e profissional a qualquer hora do dia.

É possível acompanhar e realizar *lives*, cursos, encontros com seguidores e pessoas de maneira online, pode-se conectar com um mundo de possibilidades que às vezes não se encontra fora da rede. Nos sentimos parte do dia das pessoas que acompanhamos e podemos ficar mais próximos da nossa família e amigos pois a rede nos permite ultrapassar fronteiras. Ela auxilia no aumento de vendas online e dá oportunidades para quem tem afinidade com comunicação para que se tornem influenciadores digitais, aumentando a renda pessoal, ao passo que viabiliza o acesso, informações e posts preventivos sobre suicídio e páginas que ajudam pessoas em crises, ou que estão com pensamentos suicidas de maneira a auxiliar uma melhora desses usuários no momento de crise.

O suicídio nas redes sociais tem se tornado um assunto muito debatido, muitos casos ocorrem nas redes através de *lives* ou videochamadas. Quando um caso vem à tona ou é gravado e postado para todos verem, há efeitos para os familiares que perderam alguém por suicídio, como também para as pessoas que estão com vulnerabilidade psíquica e em risco de suicídio. É preciso levar em consideração o efeito Werther, nomeação que surgiu da obra de Johann Wolfgang Goethe, "Os sofrimentos do jovem Werther". Após o lançamento, a obra gerou muita repercussão entre os leitores. Assim que foi publicado o romance, muitos jovens do sexo masculino começaram a se vestir com as mesmas roupas do personagem e cometeram suicídio da mesma forma descrita no livro, deu muita repercussão e o livro teve que ser banido de todos os lugares. O suicídio em sua forma explícita desencadeou gatilhos para que os jovens cometessem o ato na Europa, onde “ se mataram usando uma pistola e roupas parecidas com as do protagonista” (Brito, 2019).

O suicídio é uma expressão do sofrimento, também vislumbrado na realidade do Instagram. Esse fenômeno é definido como “Uma violência auto infligida é um ato decidido, iniciado e levado até o fim por uma pessoa com total conhecimento ou expectativa de um resultado fatal, configurando situações de altas complexidades que mudam a partir de alguns aspectos.” (CONTE et al. 2012, p. 2018). A posvenção é um fator essencial para a diminuição de danos a estas pessoas causados pelo suicídio, e seu objetivo principal “seria ajudar à resolução do processo de luto, incluindo o desencorajamento de eventuais idéias ou tendências suicidas.” (Saraiva, 2010).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2022) ocorrem 800 mil suicídios por ano, isso equivale a 1 morte a cada 40 segundos; a 2ª maior causa de morte mundial entre pessoas de 15 a 29 anos. Sendo o sexo masculino mais exposto ao suicídio, “os homens consideravam invariavelmente o efeito que as questões psicológicas podem ter sobre a masculinidade, (...) conter emoções e manter a “firmeza” frente à adversidade” (Silva e Melo, 2021). O fenômeno é um problema de saúde pública, a sua prevenção e controle podem diminuir os casos e estatísticas.

Devido a pandemia de covid-19, foi decretado isolamento social em muitos países no ano de 2020, hoje dia 16/03/2022, somam-se mais de 6,5 milhões de mortes pela doença (Our World In Data, 2022). Essa nova doença desconhecida gerou medo, pânico, ansiedade e apartamento da população, todos deveriam permanecer dentro de suas casas longe do trabalho, da família e de todos os conhecidos. Com isso a migração para a rede social teve um crescimento desenfreado e segundo uma pesquisa da Socialbakers (2020), o Instagram cresceu 31,2% em 2020.

O Instagram foi escolhido para essa pesquisa pois teve um crescimento muito rápido durante a pandemia e por ser a maior rede de compartilhamento de fotos, vídeos, interações e *lives* em tempo real com um alcance muito alto e 100% voltado para a interação social. Já houve muitos casos famosos de suicídio em *lives*, postagens e vídeos, tendo um impacto social muito grande, podendo influenciar novos casos de suicídio. A “Mídia é positivamente correlacionado com os casos de suicídio, configurando-se como o terceiro motivador de suicídio, depois do desemprego e da violência, para todos os grupos de pessoas.” (Loureiro et al, 2003, p. 22)

Sabendo dessas vulnerabilidades, quais mecanismos as redes possuem para minimizar casos de suicídio (especialmente aqueles que ocorrem ao vivo), para reduzir

os impactos de grupos a favor da violência auto infligida, os vídeos e fotos de casos explícitos dentro da rede? Como o mesmo sabe avaliar quando o usuário não está bem e está pesquisando conteúdos suicidas dentro do redes enquanto navega? Existiria algum algoritmo que pudesse ajudar na prevenção desses males? Utilizaremos o estudo do instagram para responder a essas questões. Este trabalho sustenta-se no argumento de que a rede social alcança e vincula pessoas de todo o mundo e que posts preventivos tem o poder de evitar mortes de muitas pessoas dentro e fora da rede. Desse modo, aposta-se no aprofundamento e publicação dos mecanismos de promoção à saúde mental e elementos protetivos formais e informais como modo de prevenção do suicídio.

Destarte, o objetivo deste trabalho é compreender como a rede do instagram desenvolve elementos protetivos em relação ao suicídio. Com esse fim, visa-se descrever os mecanismos formais de enfrentamento e prevenção ao suicídio dentro da plataforma instagram, explorar as narrativas pessoais de tentantes ou familiares com a intenção protetiva, bem como identificar posts de instituições, eventos e profissionais que trazem informações acerca do fenômeno em prol da prevenção do suicídio e mostrar como o setembro amarelo movimentava as redes.

O SUICÍDIO COMO QUESTÃO DE SAÚDE COLETIVA

O suicídio é um acontecimento muito complexo, que ocorre no mundo todo e representa um grave problema mundial de saúde pública. Acontece em ambos os sexos, mas o masculino é o mais predominante. Segundo dados do boletim epidemiológico de 2019 do Ministério da Saúde, “homens apresentaram um risco 3,8 vezes maior de morte por suicídio que mulheres. Entre homens, a taxa de mortalidade por suicídio em 2019 foi de 10,7 por 100 mil, enquanto entre mulheres esse valor foi de 2,9.” (Secretaria de vigilância em saúde e Ministério da Saúde, 2021, p.3). A hipótese é que essa realidade seja, entre outras coisas, reflexo da masculinidade vigente. Segundo Louis Appleby, professor do Grupo de Aconselhamento Nacional para Prevenção do Suicídio da Inglaterra, isso ocorre porque eles:

“relutam em buscar ajuda”, além de serem mais propensos a beber muito e a impulsos de autodestruição. O problema não vai diminuir tão cedo, e mesmo internacionalmente – cada um dos países do mundo se depara com suicídios de homens superando os de mulheres, e isso ocorre porque os homens não falam. Ou, mais do que isso, porque eles são treinados para não falar.” (Appleby, apud IPPES, 2021)

Já nas mulheres as tentativas são mais prevalentes que nos homens, por fatores relacionados “ a violência de gênero, à depressão, privação social, perdas afetivas de cônjuges e filhos, abortamento, além das singularidades que permeiam as histórias de vidas” (Meira et al, 2021). Ambos os sexos são sensíveis a casos de suicídio, mas os homens têm uma maior taxa de mortalidade por causa das formas mais letais e agressivas que usam para cometer o ato, diferente das mulheres.

O suicídio acomete diversos grupos de risco, como idosos, população negra, LGBTQIA+ e indígenas. Segundo a Buscioli (2012), na população indígena, existem casos de suicídios alarmantes como 20 mortes por 100 mil indígenas. Esses povos

enfrentam diariamente situações de “de tensão social, com ameaça à integridade de seus territórios, saberes e problemas concretos, como invasões territoriais, exploração sexual e uso abusivo de álcool” (Souza,et al, 2020,p.2)

Muitos dados de suicídio ainda são desconsiderados estatisticamente, mas as estimativas são de que para cada caso de suicídio que ocorre, aconteceu entre 10 a 20 tentativas (Penso e Sena,2019). “Ao longo da vida de cada 100 pessoas, 17 chegam a pensar em suicídio, 5 planejam e, entre elas, apenas uma chega a ser atendida por um serviço de emergência” (Moura,et al.,2017,p.9). Quando uma pessoa de fato consegue ter seu caso consumado, isso afeta mais outras 60 pessoas que têm proximidade com a mesma. Ademais, entre 40 % e 60% dessas pessoas que cometem automutilação, buscam serviços de saúde um mês antes do ato acontecer (Gonçalves et al, 2011).

No Brasil constitui-se crime, auxiliar no suicídio, induzir, instigar o ato, mas a tentativa de suicídio e seu caso consumado, não se constituem crimes (LEI Nº 13.968, 2019). Em países africanos e asiáticos “a tentativa de suicídio permanece sendo crime, notadamente nos países do Norte da África e do Sul da Ásia” (Ranjan et al. 2014 p.1) Para alguns países o ato não merece punição e sim um tratamento e políticas públicas ativas, como o Brasil, que tem a política nacional cujo objetivo principal é:

o desenvolvimento de estratégias de promoção de qualidade de vida, de educação, de proteção e de recuperação da saúde e de prevenção de danos; desenvolver estratégias de informação, de comunicação e de sensibilização da sociedade de que o suicídio é um problema de saúde pública que pode ser prevenido; organizar linha de cuidados integrais; identificar a prevalência dos determinantes e condicionantes do suicídio e tentativas; contribuir para o desenvolvimento de métodos de coleta e análise de dados; promover intercâmbio entre o Sistema de Informações do SUS e outros sistemas de informações setoriais afins; e promover a educação permanente dos profissionais de saúde das unidades de atenção básica, dos serviços de saúde mental, das unidades de urgência e emergência (Portaria Nº 1.876,2006).

No entanto, a legislação faz contraposição à realidade, cujos direitos humanos e princípios bioéticos são violados, especialmente pela orientação religiosa, moral e estigmatizante em torno do ato, como:

“autonomia e responsabilidade individual; consentimento; indivíduos sem capacidade para consentir; respeito pela vulnerabilidade humana e pela integridade Individual; privacidade e confidencialidade; e responsabilidade social e saúde da Declaração Universal de Bioética e Direitos Humanos” (Albuquerque et al, 2017,p.16).

A falta por vezes de sensibilização dos profissionais de saúde com tentativas de suicídio faz com que esses pacientes se sintam desacolhidos, desassistidos. Ao entrevistar pacientes internados por tentativas de suicídio, Vital e Gontijo (2003,p.108) chegaram a conclusão que os profissionais discriminavam: “as expressões de sofrimento eram nomeadas como manifestações histéricas, tratadas com descrédito, descaso, de forma hostil e desumana, especialmente nas ocorrências em que não havia risco de morte” Todo esse processo de hospitalização é um processo frágil onde as equipes médicas devem receber um preparo de como agir e lidar com essas situações, tendo em vista que não só o físico está abalado mas muito mais o mental. Para Marquetti (2012, p.2), ainda existe “a utilização de meios-técnicos científicos como recursos sofisticados de evitação de mortes voluntárias, as atitudes incoerentes de leigos, os aparatos justificativos dos teóricos, a recusa das instituições em se manifestar”. Tudo isso pode prejudicar a prevenção do suicídio, que é um dos 17 objetivos do desenvolvimento sustentável da ONU, que tem como finalidade “promover o bem-estar mental, prevenir transtornos mentais, prestar cuidados, melhorar recuperação, promover os direitos humanos e reduzir a mortalidade, morbidade e incapacidade das pessoas com transtornos mentais” (OMS, 2013)

Para fazer frente ao cenário alarmante. Deve-se levar em conta, fatores protetivos para a prevenção do suicídio na população, como os de:

ter um bom relacionamento com os membros da família e receber suporte; ter confiança em si mesmo e boas habilidades sociais, a percepção para pedir ajuda quando em dificuldades, estar aberto para a experiência e soluções disponibilizadas por outras pessoas e também para novos conhecimentos; fazer integração social participando de atividades esportivas, clube, igreja, ter bom relacionamento na escola e no trabalho e receber suporte de pessoas significativas. (Marcolan,,2004,p.30)

A DINÂMICA DAS REDES SOCIAIS NA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO EM TEMPOS PANDÊMICOS.

As redes sociais são de grande relevância para a prevenção do suicídio, por seus diversos mecanismos facilitadores de comunicação, interação e alcance. Muitos casos de suicídio já ocorreram dentro da rede, através de transmissões de *lives*, fotos e vídeos, que chocaram muitos usuários e familiares que assistiram ou que souberam desses casos. Um caso conhecido ocorreu em 2019 na Malásia, uma jovem de 16 anos usou a enquete do instagram para tomar uma decisão importante sobre cometer suicídio: usando a letra D “death” para morte em inglês e L “life” para vida, (69% dos seguidores dela) sem saber o que se tratava, votaram na letra D. A tomada de decisão acabou em uma fatalidade (Folha de São Paulo, 2019).

Segundo a revista Extra Globo (2017), outra adolescente de 19 anos fez uma *live* ao vivo gravando seu suicídio, amigos ligaram para o corpo de bombeiros e para os pais que chegaram ao endereço antigo da adolescente; quando a encontraram, ela já estava morta. No dia seguinte seus pais cometeram suicídio a mesma forma que a adolescente. Também no mesmo ano de 2017 houve outro caso, de uma jovem de 19 anos que morava no Acre, e que lutava contra padrões de beleza; ela registrou: “parece que não dá para ser feliz tendo que agradar a todos e a si mesma”. Ela fez uma *live* na rede que deu mais de 300 pessoas simultaneamente, usou o facebook um dia antes para perguntar se “já viram alguém morrer ao vivo?”. Diariamente postava coisas relacionadas ao ato, amigos preocupados com a situação ligaram, durante e antes da *live* para saber se estava tudo bem, mas não foi o suficiente para impedir que ela realizasse seu suicídio na rede social (G1, 2017).

Esses casos são só alguns dos que ocorrem usualmente na rede e que são divulgados para a população pelo seu grande impacto dentro e fora do mundo virtual. Paralelamente, vislumbram-se jogos que aconteciam com as crianças e adolescentes, como o jogo da baleia azul, que se baseava em 50 desafios diários que as pessoas tinham que fazer para passar para a próxima fase, o último desafio era a morte. As redes sociais eram usadas para a checagem do cumprimento das “tarefas”. Em 2017 aconteceram muitas mortes por suicídio devido ao jogo.

De acordo com Vedana (2018, pág.194) :

"Estudos revelaram que jovens com problemas de saúde mental são usuários mais pesados de mídias sociais(...) e que nas mídias sociais, conteúdos pró-suicidas podem ser produzidos anonimamente e são facilmente acessados por pessoas vulneráveis. Entre esses conteúdos estão os pactos de suicídio, jogos suicidas, manuais sobre métodos relacionados ao suicídio, bem como conteúdos que valorizam, romantizam, encorajam, condenam o suicídio ou dificultam a compreensão desse comportamento”

A maioria dos casos de suicídio online é relacionado a jovens, uma vez que eles estão em processo de amadurecimento e isso os tornam mais vulneráveis aos fatores de risco que existem no Instagram.

Joel Birman em seu artigo tatuando o desamparo (2005), faz uma crítica sobre o uso abusivo, violências e os efeitos da dessubjetivação na internet, a não orientação do uso das redes sociais, somada às alterações que antecedem, ao mesmo passo em que prolongam a adolescência – esta tem como lógica central a performance.

Performance realizadas sobre as crianças são muito maiores hoje do que outrora, principalmente no que se refere à multiplicidade de atividades ligadas à educação e ao aprendizado. Neste contexto, existe um incremento importante da rivalidade entre as crianças, que passam a se preocupar com o futuro muito precocemente. Em contrapartida, o espaço para os jogos e as brincadeiras infantis se estreita de maneira marcante. Configura-se, assim, um mundo que enfatiza excessivamente a rivalidade, mas que esvazia as relações de trocas mais tenras entre as crianças.(Birman,2005. p, 09)

Sabe-se que a infância e a adolescência têm grande importância cognitiva para nosso desenvolvimento e que o uso abusivo de aparelhos eletrônicos como televisão, computadores e smartphones, tão precocemente, pode causar uma fragilidade psíquica nessas crianças que crescem com isso. Ainda para Birman (2005,p.10), “A televisão coloca as crianças em contato muito precoce com temas e situações do mundo adulto, como a sexualidade, a violência e as drogas”. Não somente a televisão, mas vários

outros canais interativos podem ser de fácil acesso a esses conteúdos violentos para as crianças, e que incitam uso abusivo de álcool, drogas, sexo e até a morte.

A fragilidade de figuras paternas e maternas no crescimento desses jovens é um fator também crucial, existe uma carência afetiva que gera fragilidades afetivas nesses jovens que não são compensadas por nada. “O sentimento de "abandono é o maior efeito disso,” contribuindo sobremaneira para a instauração da fragilização psíquica que atrapalha o tornar- se adulto por parte de nossos jovens.” (Saviotto, 2012, p. 25).

Tendo conhecimento dos fatores de risco supracitados, foi buscado dados de revisão de literatura que abordam o “suicídio e as redes sociais”, no google acadêmico e no Scielo. No google acadêmico foi encontrado uma dissertação com o título “ Suicídio e redes sociais: Uma análise comportamental das postagens de uma jovem no instagram.” feito pela autora Alessandra Rios, no ano de 2021. Em sua dissertação, a autora estuda o comportamento de uma jovem antes de cometer suicídio, como eram feitas as postagens dela, a maneira que ela falava, como se apresentava dentro da rede . Para a autora, a rede social pode se tornar um espaço favorável para os usuários compartilharem seus sentimentos, seus planejamentos e até sua própria ideação suicida. Será que as pessoas dão sinais de quando pretendem cometer um suicídio nas redes sociais? Pensando nisso, a autora analisou 37 postagens feitas 3 meses antes de uma jovem provocar seu suicídio. Foi levado em consideração legendas, curtidas, comentários, comportamento verbal, dentre outros. Constatou-se que a jovem tinha cometido suicídio um dia depois do seu casamento ser cancelado pelo noivo a mesma se casou sozinha. O fato teve muita repercussão nas redes positiva e negativamente e, muitos memes foram compartilhados Após a morte da jovem ser divulgada nas mídias, muitas pessoas criaram páginas com o nome dela para ganhar seguidores, likes e "lacrarem" em cima da morte da jovem.

Os jovens buscam na internet a fama, fazem vídeos arriscando a própria vida por curtidas, respondendo à cultura do espetáculo etc. “Todos querem ser celebridades e ocupar a cena midiática como protagonistas importantes e até mesmo como pop-stars, como contrapartida onipotente para a impotência vertiginosa em que estão lançados” (Birnam, 2005).

Em 2019 a plataforma ocultou as curtidas como forma de diminuir a ansiedade dos usuários. Segundo Shimabukuro e Junqueira (2021) essa retirada causou muita

controvérsia pelo fato de ser ruim para algumas pessoas e boa para outras, pois o recurso é importante para quem trabalha na rede, já que eles trabalham com números. O Instagram deu uma declaração para empresa Olhar Digital sobre a volta dos likes no final do ano de 2019: “Ouvimos da nossa comunidade que o número de curtidas pode ser uma boa fonte para identificar tendências e grandes momentos culturais e, por isso, iniciamos uma nova fase do teste para observar outras maneiras de exibir o número de curtidas e entender como isso afeta a experiência da comunidade do Instagram”. Até os dias atuais são feitos muitos testes para diminuir os impactos que a rede gera na vida, pois no mundo virtual se cria várias identidades, se posta o que quer, há muita felicidade, não existem pessoas tristes ou frustradas dentro da rede, é como se estivesse jogando RPG, onde pessoas criam seus personagens e suas histórias de vida, mas a vida real é muito diferente. Pircado et al (2020), analisou amostras relacionadas a postagens de pessoas do Instagram marcadas ou com hashtags voltadas ao suicídio e chegou a conclusão que os “estudos relatam encontrar conteúdo de automutilação ou suicídio entre 9 e 66% de suas postagens estudadas”, um número grande de publicações, quando avaliado os mecanismos de proteção do Instagram relacionados a automutilação, chegou-se a conclusão que ainda são ineficientes.

Estudos mostram que pessoas tristes ou insatisfeitas com seu corpo, quando entram no Instagram, se sentem piores do que antes pois há muita comparação com os corpos idealizados, supostas viagens, ostentação e vida profissional. Esse mundo de imagens idealizadas gera grande impacto na saúde mental das pessoas, especialmente por uma busca do inalcançável. Fotos postadas, conteúdos e a grande espera por likes, fama, engajamento, entre outros mecanismos demonstram que as pessoas estão mais voltadas para a quantidade de curtidas que um post recebe do que para a qualidade do conteúdo postado. Segundo pesquisas feitas pela MEDLEY (2021), seus resultados indicaram que:

O compartilhamento de fotos pelo Instagram impacta negativamente no sono, na autoimagem e aumenta o medo de jovens de ficar fora dos acontecimentos. Cerca de 70% dos jovens revelaram que o aplicativo fez com que eles se sentissem pior em relação à própria autoimagem e, quando a fatia analisada são as meninas, esse número sobe para 90%(...) A imagem corporal é um problema para muitos jovens, particularmente entre as mulheres na fase da adolescência. Estudos mostram que 90% das jovens estão descontentes com o corpo, justamente em uma era onde são carregadas cerca de 10 milhões de novas fotografias apenas no Facebook a cada hora, o que gera uma rede infinita de comparação baseada em aparência. Esse impacto é tão grande, que um estudo apontou que a mídia social está por trás do aumento de gerações mais jovens que procuram por cirurgia plástica para aparecer melhor em fotos.

No documentário chamado “dilema das redes” da netflix, “especialistas em tecnologia e profissionais da área fazem um alerta: as redes sociais podem ter um impacto devastador sobre a democracia e a humanidade” (Netflix,2020). O documentário mostra como a rede funciona e como os algoritmos são projetados para que as pessoas fiquem 24h conectadas. Nos é mostrado como os apps são pensados nos mínimos detalhes para nos “prender” às redes através de ferramentas que são agradáveis ao psicológico, um exemplo é a ferramenta “curtida” que aparece em formato de coração, a barra de rolagem que se torna algo viciante e as notificações que nos instigam a ver o que aconteceu na rede. O documentário ainda traz que houve um aumento de casos de suicídio depois da criação do facebook, snapchat, instagram, twitter.

O documentário conta a história de uma família, onde 2 dos filhos eram viciados em redes sociais, e a terceira não era tão tecnológica, e através dessa história é problematizado o uso abusivo das redes, por ex-funcionários dessas empresas. Onde o intuito era prender ainda mais os usuários, mostrando publicações de pessoas com quem você tem mais interação, suas pesquisas na rede, tudo pensado em como te manter “online”. Existe um problema que nem os próprios profissionais sabem nomear, quando perguntados “qual é o problema das redes sociais?” (dilema das redes, 2020), essas mesmas pessoas não sabiam responder, ficavam em silêncio.

A rede é composta por uma gama de ferramentas que facilitam o contato com assuntos de todos os tipos, como as Hashtags (#), que funcionam como um filtro dentro da rede, ligando palavras chaves. Ela direciona usuários a uma página com uma gama de publicações relacionadas a esse tema; por exemplo, se usarmos a #suicidionobrasil o algoritmo irá direcionar a uma página com várias publicações de pessoas que usaram aquela #, ou falam sobre ela em suas publicações. Encontramos também Páginas e Perfis, sendo as páginas voltadas a conteúdos para a população, divulgações, instituições, profissionais, geralmente os conteúdos das páginas podem ser compartilhados por terceiros, diferente dos perfis, que é algo mais pessoal, pode ser privado, que só entram pessoas que o perfil aceita ou aberto, em que qualquer pessoa pode visualizar e seguir.

Em um lado estão os malefícios, no outro encontramos muitos benefícios que a rede social pode proporcionar em nossas vidas, como os fatores de proteção que as redes desenvolvem para seus usuários. É extremamente necessário falarmos da

importância dos fatores protetivos para o suicídio, esses fatores tem o poder de levar informações e ajudar a população em casos de crises que venham a enfrentar. Pereira, et al. (2018) afirma que:

A ação dos fatores de proteção e como se refletem na ação e reação dos jovens diante de problemas que surjam em sua vida pode amenizar riscos, intensificar recursos para lidar melhor com os eventos estressores e conseguir desfechos positivos frente às situações. Por outro lado, a ausência de fatores de proteção e a presença de fatores de risco geram menos recursos, aumentando as chances de desfechos negativos e acarretando vulnerabilidade para o desenvolvimento de problemas sociais e emocionais. Tais condições de vulnerabilidade podem levar os jovens a soluções drásticas como o suicídio. (p. 3768)

A rede social é uma ferramenta que pode ser muito útil quando se fala de prevenção ao suicídio já que a maior parte da população se encontra dentro dela. São diversas páginas encontradas dentro da rede voltadas à prevenção do suicídio, muitas com temas protetivos como o CVV. Pessoas capacitadas no CVV podem auxiliar em qualquer hora do dia, auxiliando, escutando e encaminhando a profissionais capacitados, dentro e fora das redes.

Um dos vários mecanismos que o instagram e o facebook desenvolveram para a prevenção do suicídio dentro das redes foi uma ferramenta que se iniciou em julho do ano de 2016, onde usuários da rede, de forma anônima, podem solicitar ajuda para amigos que estejam demonstrando sinais de depressão dentro da plataforma e a plataforma automaticamente irá enviar essa mensagem "alguém viu um de seus posts e pensa que você pode estar passando por um momento difícil. Se você precisar de apoio, nós gostaríamos de ajudar." (Vita alere,2016).

Desde fevereiro de 2019 o instagram ocultou todas as imagens com conteúdos relacionados a violência, automutilação e restringiu também vídeos, fotos com tema do suicídio, se estendendo a memes, animações e desenhos que mostram explicitamente a forma de se cometer o ato.

Outro movimento muito importante que ocorre todos os anos nas redes sociais é o setembro amarelo, que é uma campanha de conscientização sobre o suicídio para a população. Há muito ganho de informações, em que instituições, profissionais e pessoas estão mais solícitas em publicar informações, divulgar iniciativas, eventos, canais de ajuda, grupos de apoio e ações para se prevenir o suicídio. "Todavia, o Estado não cria meios nem serviços qualificados para responder e se responsabilizar por esses atendimentos" (Lima, 2020).

A falta de conscientização e do saber abordar o tema com segurança acaba se tornando um problema imensurável entre usuários e empresas, que muitas vezes estão postando só para ganhar engajamento com a causa, sem nenhuma responsabilidade ética e técnica, podendo tocar em uma ferida sem saber como curá-la. O alcance do Instagram é muito grande, pois é uma plataforma que se “concentra em fotografias, é um lugar onde as pessoas muitas vezes expressam sentimentos através de selfies e, dessa forma, usuários atentos podem perceber quando alguém precisa de ajuda” (Cavalcante,2016).

Com o grande alcance da internet, surgiram nas redes os influenciadores digitais. Estes podem levar, seu conteúdo para todos os que os seguem, influenciando de maneira assertiva, mostrando autoridade sobre o que se fala em seu conteúdo e se tornando uma espécie de guia ou mesmo de padrão a ser seguido. Aproveitando o grande alcance, 50 influenciadores se reuniram em uma ação social dentro da rede, no ano de 2019, onde vários desses desativaram suas contas por 24h a fim de promover a discussão e trazer visibilidade a um tema que até hoje é considerado um tabu.

“um dia antes do Dia Mundial de Prevenção do Suicídio, em 10 de setembro, as celebridades desativaram suas contas no Instagram para chamar atenção do tema e promover a ONG CVV – Centro de Valorização da Vida, que trabalha nesta justa causa.(...)A maioria das contas foi reativada 24 horas depois, com posts e stories divulgando a ONG e aproveitando o buzz provocado pelo desaparecimento coletivo para conscientizar a internet a debater o tema da saúde mental – assunto tratado como tabu, mas que precisa de atenção especial.”(PAIVA,2019.P.1)

No dia seguinte esses influenciadores fizeram um post, falando “como vai você?” e explicaram o propósito da ação em parceria com o CVV.

Existe o caso de uma jovem norueguesa de 22 anos que, no ano de 2019, monitorava de maneira voluntária mais de 450 contas no instagram sem nenhum vínculo com a rede e, percebia sinais de perigo. Ela não era paga por isso e não tinha treinamento específico para tal ajuda, mas se sentia “preparada” para ajudar aquelas pessoas dentro da rede. "Sinto que quando não estou ao telefone monitorando, as pessoas podem fazer algo com elas mesmas e ninguém verá", diz a jovem. No que tange às contas que a jovem atualmente monitora, ela diz:

”São aquelas que precisam de aprovação dos donos para poder segui-las. A maioria delas pertence a jovens mulheres que publicam posts sobre seus sentimentos mais obscuros. Há alguns meninos também. É um mundo secreto de pensamentos privados, imagens e confissões governadas por uma regra não escrita de "não dedure".” (BBC NEWS, 2019

É possível encontrar várias outras pessoas como essa jovem dentro da rede desenvolvendo esse papel, que podem ser ponto fundamental para a melhoria da saúde mental de outras pessoas, incluindo descobertas precoces de sinais para o suicídio. Ainda que iniciativas individuais e autônomas tenham seu valor, quando amparadas por formação técnica e ética, o papel integrador de proteção dentro da rede deve ser embasado pela responsabilização institucional e políticas públicas para garantia de informações, direitos e ampla e efetiva prevenção do suicídio.

Apesar de toda toxicidade e efeitos danosos que encontramos dentro da rede, os fatores de proteção podem ser fontes de informação, partilha e podem potencializar a vida, promover saúde mental e prevenir que mais casos de suicídio ocorra, como no caso da pandemia de covid-19 que desencadeou um aumento de casos de suicídio na população.

Em fevereiro de 2020, chegou ao Brasil o primeiro caso de covid-19. Desde então ninguém imaginava o que iria acontecer e quais efeitos trariam a população. Como era uma doença nova que as pessoas não conheciam, gerou muito pânico, medo e ansiedade. Para além do medo do desconhecido, os dados de realidade delinearão uma crise sanitária, com números significativos de adoecimento, internações e mortes. O Brasil registrou até o dia 21/10/2021, 21,697,341 casos acumulados de covid-19, segundo o Ministério da Saúde. “O suporte social e o acesso a serviços de saúde mental e aconselhamento psicológico durante a pandemia da COVID-19 foi facilitado pelas redes sociais.”(Mendes, et al, 2021. p.2)

A pandemia gerou grande impacto na saúde, incluindo a saúde mental. Ornell et al (2020) em seu artigo traz o contexto pandêmico como “Pandemia do medo e covid-19”. Os autores levantaram muitas inquietações sobre o medo, estresse avaliando alguns pontos como:

“O medo é um mecanismo de defesa animal adaptável que é fundamental para a sobrevivência e envolve vários processos biológicos de preparação para uma resposta a eventos potencialmente ameaçadores. No entanto, quando é crônico ou desproporcional, torna-se prejudicial e pode ser um componente essencial no desenvolvimento de vários transtornos psiquiátricos. Em uma pandemia, o medo aumenta os níveis de ansiedade e estresse em indivíduos saudáveis e intensifica os sintomas daqueles com transtornos psiquiátricos pré-existent. Durante as epidemias, o número de pessoas cuja saúde mental é afetada tende a ser maior que o número de pessoas afetadas pela infecção.”(Ornell et al. 2020, p.2)

O adoecimento psíquico deve ser alvo de políticas públicas nesse momento pandêmico, tendo em vista as vulnerabilidades das pessoas face às experiências que são fatores de risco para o suicídio, tais como: “medo, isolamento, solidão, desesperança, acesso reduzido a suporte comunitário e religioso/espiritual, dificuldade de acesso ao tratamento em saúde mental, doenças e problemas de saúde, suicídios de familiares, conhecidos ou profissionais de saúde” (Fiocruz,2020, p.3). Tudo isso deve ser levado em consideração nesse momento tão delicado para a população, onde estudantes e pessoas usam mais a internet para realizarem trabalhos de escola, faculdade ou trabalhos de home office. Esse uso constante das mídias sociais acabou aumentando casos de cyberbullying no mundo durante a pandemia, “especialmente em países como Indonésia, Filipinas, Portugal e Brasil, locais em que esse aumento foi de mais de 30% em cerca de 5 meses” (Mendes et al, 2021. p. 4).

Muitas maneiras foram pensadas para amenizar esse sofrimento da população que ficou vulnerável a essa doença e suas complicações durante a pandemia, tendo em vista que a partir de um aparelho eletrônico, pode-se viabilizar outras constituições do sujeito como as de:

“pertencimento ao mundo, de produtor de autoria, de construtor da sua história, já que é na produção de cada arquivo, texto, desenho, cartão, foto, e-mail etc., que esses sujeitos marcam um ser, um ser como qualquer outro, um ser vivo e potente, que procura a produção como um meio para a sua comunicação, (...) os adolescentes buscam estar em rede, na maioria das vezes, com o intuito de constituir amizades e realizarem trocas com outros jovens. Estudo realizado em 2008 revelou que as tecnologias podem favorecer a constituição de redes de convivência por adolescentes em situação de grave sofrimento psíquico, já que este público pode transcender o lugar de objeto que ocupa, numa ótica do olhar técnico especializado pelos diagnósticos e práticas terapêuticas e passar a ocupar uma posição diferenciada de protagonismo” (Andrade et al. 2020,p.6)

A prevenção ao suicídio no contexto pandêmico é de suma importância, tendo em vista o isolamento social e a falta de contato físico com familiares, amigos, que morreram com COVID-19 e, com mudanças repentinas de rotinas, que geram estresse e sofrimento psíquico. Nesses momentos a interação on-line ganhou ainda mais importância para a comunicação, fortalecendo assim os laços que foram “suspensos” durante o isolamento.

“Contudo, é preciso ficar atento ao uso das mídias virtuais com conteúdo sobre o comportamento autolesivo e suicida. Páginas de Facebook, Instagram, grupos de WhatsApp e outras mídias digitais possibilitam tanto a construção de vínculos, o

compartilhamento de experiências e a oferta de apoio, quanto podem contribuir para a normalização de comportamentos autolesivos.” (Fiocruz, 2020)

Com a necessidade de se prevenir o suicídio, a Fiocruz criou uma cartilha de prevenção ao suicídio da pandemia de covid-19, onde aborda os impactos da doença na vida da população como os impactos que a pandemia causa na saúde mental das pessoas e quais são as reações esperadas ou normais que podem agravar os casos psíquicos.

Tendo em vista as estatísticas que apontam o aumento dos casos de tentativas e suicídios após eventos extremos, identifica-se como fundamental o desenvolvimento de estratégias de prevenção, acompanhamento e pósvenção, visando o bem-estar da população.(...) . No Brasil, 51% dos casos de suicídio acontecem dentro de casa. Estima-se que apenas um em cada três casos de tentativa de suicídio chegue aos serviços de saúde, de forma que os dados sobre o comportamento suicida são bastante incipientes. Uma tentativa anterior aumenta o risco de concretização do suicídio cerca de cem vezes em relação a quem nunca tentou; (Fiocruz,2020 p.2)

A prevenção perpassa a práticas de políticas públicas com o objetivo de evitar casos de suicídio e a promover a saúde mental das pessoas. A cartilha também traz intervenções que foram sugeridas pela OMS em (2014) e outros dois autores classificam essas intervenções como:

Universal: destinada a toda a população, independente do risco, e seu objetivo é impedir o início de determinado comportamento. **Seletiva:** tem foco em indivíduos e populações que estão sob baixo risco, mas que ainda não desenvolveram o comportamento alvo da intervenção. Seu objetivo é reduzir os fatores de risco através da busca ativa, oferta de informações e acolhimento. **Indicada:** intervenção imediata, específica para indivíduos e populações que estão sob risco iminente ou que já desenvolveram o comportamento alvo. (FIOCRUZ, 2020 P.11)

A cartilha tem o cuidado também de trazer o olhar para a pósvenção que é direcionado a famílias que perderam pessoas para o suicídio, voltado para rodas de conversas, grupos de apoio, orientações para que o luto seja o menos doloroso possível. Segundo a OMS (WHO,2010):

Cerca de seis a dez pessoas são impactadas de maneira importante pelo suicídio de alguém. Considerando este dado, entre os anos de 2002 e 2012, o Brasil contabilizou mais de 500 mil sobreviventes enlutados por suicídio. Estudo recente no contexto norte-americano aponta que o número de pessoas impactadas por um caso de suicídio pode ser ainda maior, podendo chegar a 135 pessoas. (FIOCRUZ, 2020, P.15)

A pósvenção ajuda sobreviventes a lidarem com o luto, com ou sem ajuda de um profissional capacitado, e é baseada em “ações, atividades, intervenções, suporte e

assistência para aqueles afetados por um suicídio consumado, é uma ferramenta reconhecida mundialmente como um componente importante no cuidado da saúde mental dessas pessoas.” (SCAVACINI, 2018)

A Fiocruz no ano de 2022, realizou um estudo inédito sobre o comportamento do suicídio no ano de 2020 com a pandemia. Foram utilizados dados do Ministério da saúde sobre mortalidade e se chegou à conclusão que houve um aumento significativo nas regiões norte e nordeste de suicídio e os resultados apontaram que:

“homens com 60 anos e mais da região Norte, o excesso de suicídios alcançou 26%, nas mulheres de 30 a 59 anos da região Norte, durante dois bimestres consecutivos, também houve o excesso de suicídios. O padrão também foi observado nas mulheres com 60 anos ou mais do Nordeste, com excesso de suicídios de 40% (...)“ apesar da diminuição geral (13%) na taxa de suicídios no Brasil no período avaliado, houve um excesso substancial de suicídios em diferentes faixas etárias e sexos das regiões Norte e Nordeste do país.” (FIOCRUZ, 2022)

É necessário falarmos da prevenção ao suicídio em tempos pandêmicos, de adoecimento mental e físico causados pela doença, para que os casos diminuam drasticamente e a população saiba da existência de canais de ajuda dentro e fora da rede.

METODOLOGIA DE PESQUISA

A metodologia trata-se de uma pesquisa qualitativa baseada no método ciberetnográfico no espaço do instagram. Criada por Pierre Levy (1999), a cibercultura ou ciberetnografia é definida por “um fluxo contínuo de ideias, práticas, representações, textos e ações que ocorrem entre pessoas conectadas por computadores”. Nessa metodologia o pesquisador atua como praticante cultural produzindo dados em rede, as pessoas não são apenas informantes, mas praticantes que produzem culturas, saberes e conhecimentos no contexto da pesquisa (Santos, et al,2015.) Fragoso et al (2015)“ afirma que as dimensões de espaço e tempo foram redimensionadas pelas tecnologias de comunicação e informação e que a netnografia virtual é um método de pesquisa que tem sido utilizado para observação de comunidades e redes sociais online”.

Esse método possibilita achados e debates contemporâneos virtuais sem a necessidade de sair de casa e, em um contexto pandêmico contribui bastante para o

pesquisador coletar dados de grupos específicos de forma remota dentro da rede, já que “entende-se que a internet e as redes sociais virtuais expressam elementos ligados a valores e visões de mundo que são os mesmos compartilhados no mundo dito “real”, ou que com ele compartilha vários elementos”(Rezende,et al.,2021). Encontramos formações de comunidades que se juntam através de interesses específicos, facilitando a busca da pesquisa. Deste modo a rede, se torna um campo de investigação, “ tão legítimo como outro qualquer, pois é produzido e consumido por atores sociais, sendo estruturado a partir de experiências humanas e, ao mesmo tempo, estruturando-as.”(Rezende,et al.,2021).

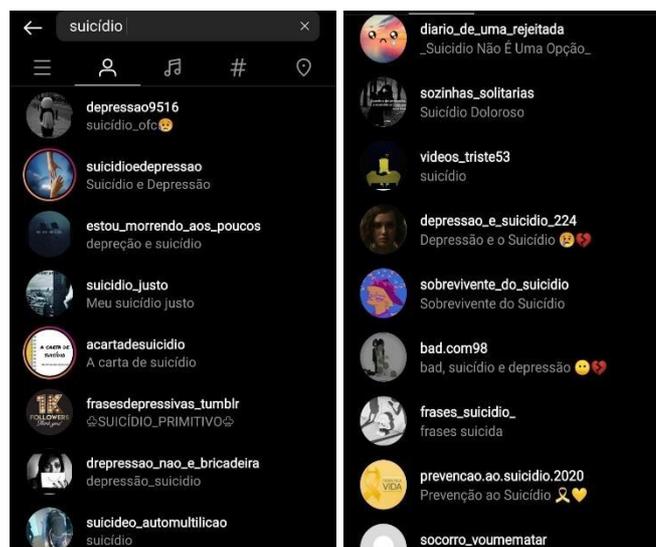
Foram utilizados descritores e hashtag relacionados ao suicídio, como: “suicídio”, “prevenção do suicídio”, “quero me matar”, “vídeos de suicídio”, “casos de suicídio”, “automutilação”, “setembro amarelo”, “ansiedade”, “covid-19 e depressão”. Foram realizadas várias simulações com as palavras dos descritores para entender como a rede reage e lida com os termos citados, com casos de suicídio e a prevenção do ato. Avaliamos 27 imagens, relacionadas a postagens e/ou mecanismos de proteção do instagram encontrados dentro da rede. A amostra utilizada foi temática e a pesquisa teve início no dia 07/05/2021 e teve finalização no dia 29/02/2022.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi feita uma busca ativa usando o método ciberetnografico, dentro da rede instagram com os descritores “prevenção”, “redes de apoios”, “suicídio” e “casos de suicídio dentro da rede”. Os resultados encontrados estão organizados em achados de contas pessoais, separados em: 1) mecanismos de defesa da própria plataforma; 2) comentários ou posts pessoais com conteúdos de estímulo e conteúdos de informação e ou prevenção de instituições e profissionais, 3) posts de familiares de pessoas que tentaram ou executaram o suicídio e 4) Setembro amarelo e sua complexidade.

Nas pesquisas realizadas dentro do Instagram usando hashtags relacionadas ao tema foram encontradas páginas sobre depressão com temas que apoiam o suicídio. Nas primeiras 10 contas que o aplicativo entrega, a maioria tem postagens, fotos, vídeos, frases tristes e que incentivam o ato. Os usuários podem entrar em qualquer uma dessas páginas sobre suicídio, relacionadas a conteúdos que vão contra as diretrizes da plataforma, como na figura 1.

Figura 1 - Páginas relacionadas ao suicídio quando procuradas na rede Instagram, 2021.



Tem páginas que já falam “suicídio é a solução”, “vou me matar”, “estou morrendo aos poucos”, as páginas que falam sobre o tema de uma maneira de prevenção aparecem pouco nas primeiras contas, aparecem somente se descer bastante a barra de rolagem, onde se encontra uma gama de psicólogos que falam de prevenção, institutos como vita alere e posvenção ao suicídio, figural na figura 2.

Figura 2- Páginas voltadas a prevenção do Suicídio no Instagram, 2021.



Já nas hashtags a primeira que aparece é de #suicídio e #suicidio com 103 mil e 437 mil publicações respectivamente, a segunda hashtag maior é a #suicidionãoéfredura com 156 mil publicações, a #prevençaoasuicidio tem 131 mil publicações, todas essas hashtags foram atualizadas no dia 22/10/2021 às 14:00 horário de Brasília.

Neste caso das hashtags, quando o usuário clica nas que são mais postadas, como a primeira e a segunda hashtags mais mencionadas (suicídio e suicídio), o aplicativo envia uma mensagem de segurança: “Podemos ajudar? Publicações com as palavras que você está pesquisando muitas vezes incentiva um comportamento que pode fazer mal a uma pessoa e a até levá-la à morte. Caso você esteja passando por um momento difícil gostaríamos de ajudar”, como nas figuras 3 e 4.

Figura 3 - Hashtags encontradas no Instagram com seus respectivos números de publicações, em 2021.



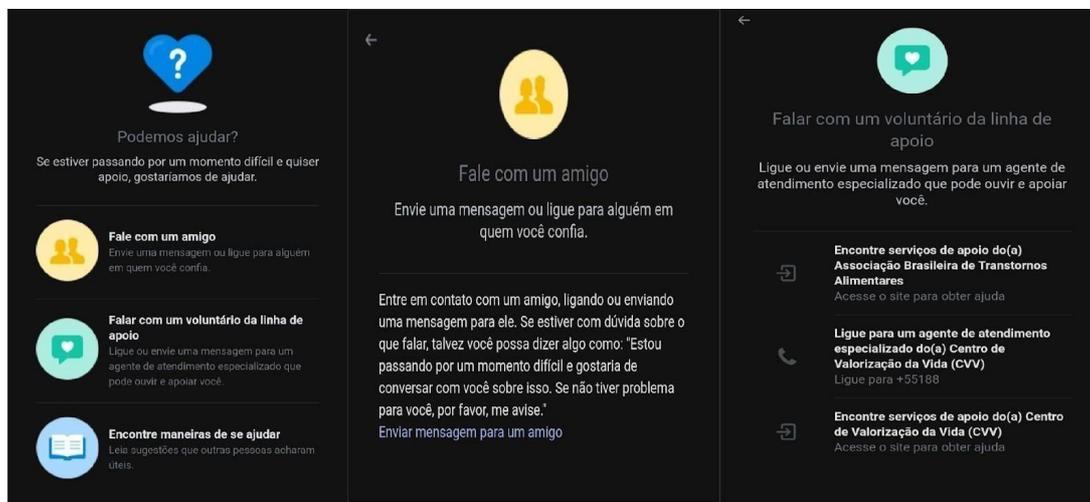
Figura 4 - Mensagem automática do Instagram, quando procurada a palavra “suicídio”, 2021.



Logo abaixo da mensagem aparecem dois botões de ações como os de obter apoio; quando clicado, é direcionado para três ações: a primeira direciona a falar com um amigo ou ligar para alguém que você confia, e ainda sugere a forma de enviar mensagem dentro da plataforma para algum usuário. Você precisa escolher algum amigo e enviar, caso você não envie, o Instagram não irá enviar automaticamente para o amigo que você escolheu.

A segunda sugestão é falar com algum voluntário do Centro de valorização à vida (CVV), seja por ligação, e-mail, ou chat. A terceira disponibiliza maneiras de ajuda, como alguns métodos para se acalmar durante uma crise, como mudar os ares e como se cuidar para passar por este momento ruim que está enfrentando, conforme abaixo.

Figura 5 - Sugestões que a rede fornece ao usuário que procura por suicídio



Caso o usuário não opte por buscar apoio, mas sim visualizar as publicações, o Instagram, de forma automática, deixa uma mensagem de segurança com uma opção de ajuda “podemos ajudar?”. Em cima do banco de dados das publicações, aparecem os tipos de publicação sobre o tema: setembro amarelo, frases suicidas, casos que já ocorreram na plataforma, prints de famosos que postaram que iram tirar suas próprias vidas, enquetes que deram o que falar, etc. Vídeos explícitos com cenas de suicídios são banidos do instagram e o proprietário da postagem recebe uma mensagem de aviso que a publicação vai contra as diretrizes da comunidade, como na figura 6.

Figura 6 - Mensagem automática, enviada para usuário que usa a #suicidio.



Essas publicações de incentivo, imagem da morte, com conteúdos desinformativos voltadas ao suicídio são prejudiciais, tendo em vista que é “um fenômeno bem conhecido em que a exposição aos comportamentos suicidas de um indivíduo pode aumentar o risco de comportamentos suicidas de outro indivíduo” (Sumner et al,2020). Pode-se perceber que as diretrizes do Instagram ainda se encontram divergentes à prática encontrada na rede. Se a rede se compromete a proteger os usuários dentro da mesma e em uma busca simples por “suicídio” aparece muitos posts incentivando o ato, podendo se tornar gatilho, isso vai contra a essa diretriz que a rede defende:

“Não permitiremos mais representações fictícias de automutilação ou suicídio no Instagram, como desenhos, memes ou conteúdo de filmes ou quadrinhos que usam imagens gráficas. Também removeremos outras imagens que podem não mostrar automutilação ou suicídio, mas incluem materiais ou métodos associados” (Instagram,2019)

Para Rezende et al, (2021,p.3), “a internet e as redes sociais virtuais expressam elementos ligados a valores e visões de mundo que são os mesmos compartilhados no mundo dito “real”, ou que com ele compartilha vários elementos.” Isso se deu nos resultados, muitas páginas foram criadas por pessoas que já estavam em sofrimento e queriam se expressar da forma que achavam melhor e menos correta, como na criação de várias páginas que motivem outras pessoas a também realizarem suicídio. A maioria dessas páginas tem poucas publicações, mas nada se sabe acerca do fim que cada história, já que muitas destas foram “abandonas”.

Como o Instagram pode aumentar e garantir sua segurança e fazer com que suas diretrizes sejam cumpridas por parte de seus usuários? Seria necessária a intervenção do estado, através de políticas públicas que regulamentem os conteúdos sensíveis dentro das plataformas?

Buscando narrativas pessoais de tentantes e familiares de forma preventiva dentro da rede foram encontrados algumas páginas de posvenção na rede, onde pessoas que já passaram por casos de suicídio na família, ou já cometeram o ato usam páginas dentro da rede para ajudar outras pessoas, com posts preventivos e informativos. Quando buscado por Posvenção na rede a primeira página que aparece é @posvecadosuicidio, conta com um pouco mais de 1800 seguidores e tem vários posts relacionados as pessoas sobreviventes enlutadas pelo suicídio, divulgações de grupos de apoios voltados para essas pessoas, posts informativas, que indicam, por exemplo, que a cada 1 morte por suicídio 135 são impactadas com o caso. A página ainda tem um link em sua Bio do seu site de posvenção. Como nas figuras 7, 8 e 9 abaixo.

Figura 7 - Página oficial @posvencaodosuicidio



Figura 8 – Serviços disponibilizados pela página



Figura 9 - Site oficial da página de posvenção do suicídio e suas iniciativas.



Para Rezende (2021), “ os relatos pessoais adquirem um papel significativo. A tônica do “testemunho”, que contém uma “verdade sobre o sujeito” Nesse caso podem auxiliar outras pessoas que não lidam muito bem com o luto ou ainda não aceitam a perda do ente querido.

Não só o suicídio é um tabu mas o luto também se torna um, tendo em vista que existe uma culpabilização de algum familiar sobre esse ato. Então a Posvenção se torna um suporte para esse luto. “O Círculo (The Circle) é um exemplo do quanto o processo de luto pode ser facilitado pelo fato das pessoas sentirem-se conectadas com outros sobreviventes.” (SCAVACINI,2018). E a ação mais frequente na posvenção são os

grupos de apoio que “ oferecem apoio, promovendo a sensação de pertencimento, local para compartilhar a dor e os sentimentos, além de aprender novas formas de lidar com o luto, renovando muitas vezes a esperança da travessia nesse processo” (SCAVACINI,2018 p.50) . O que mais encontramos nos resultados foram páginas de posvenção que oferecem grupos de apoio para os enlutados.

É possível também encontrar páginas feita por pais que perderam seus filhos para o suicídio, como no caso da página “@nomoblidis1” que foi criada pelos pais de uma jovem que cometeu suicídio em 03/2017 e, a partir disso, eles criaram um blog e grupos de apoio, para compartilharem o que viveram forma de apoio a quem também vive o processo de luto. Na página do instagram deles é comum ver posts relacionados a alguns fatos sobre o luto por suicídio, posts interativos sobre um pequeno dicionário do luto, onde é possível encontrar muitas palavras e seus significados de luto, tais como: “Guerreira”, “felicidade”, “supor”, “superação”, “ainda”, “já”, “ausência”, “passado”, “julgamento”, dentre outras. Na bio também encontramos um link que direciona para um canal de ajuda, com muitos posts informativos, onde há dados de suicídio, sobre o blog, materiais educativos contatos e grupos de apoio onde são passadas informações, datas, encontros dos grupos, plantões psicológicos ou quaisquer outras menções detalhadas sobre o suicídio e buscas de ajuda, conforme abaixo:

Figura 10 – Print da página @nomoblidis1



Figura 11 - Estáticas sobre suicídio disponibilizados no site Nomoblidis1



Grupos de apoios são importantes para o processo de luto, e são de suma importância no suporte emocional na posvenção, “ sendo considerados como espaço de escuta, reconhecimentos, legitimação e apoio a pessoas enlutadas ou intensamente impactadas pelo suicídio, assim, possibilitando a construção de sentidos para a perda e uma adaptação ao processo continuado de ressignificação.” (KREUZ, et al,2020)

Quando um jovem consome suicídio, a família sempre se pergunta o “porque?”. Muitos jovens sofrem em silêncio “ por medo ou por vergonha de revelar que estão sendo atacados, o que aumenta o poder do agressor”(MALDONADO, 2012).

Nos resultados encontrados relacionados a perfis pessoais, que contém fotos dos mesmos, utilizaremos nomes fictícios a fim de preservar as identidades dos mesmos. O perfil “ @vv” é de uma mãe que perdeu o filho para o suicídio, ela conta sua trajetória de luto e superação. Em seu perfil, sua biografia conta com a frase “do luto ao Ironman”; ela mostra sua rotina de atividades físicas, realiza muitas *lives* sobre os temas de suicídio, dor, luto, superação e como foi o processo da perda de seu filho.

Figura 12 – Post da mãe que perdeu o filho

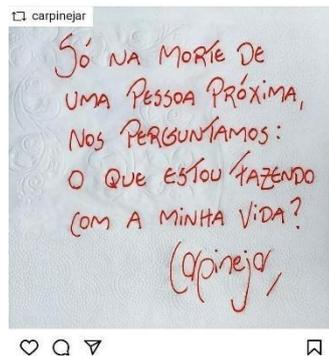


Figura 13 - Biografia de uma mãe que perdeu o filho para o suicídio e ajuda outras pessoas

Mãe do Anjo Bruno 🙏 filha Jô 🌻
Projeto pessoal de superação
A chegada é só o começo
🏊🚴🏃, Do Luto ao Ironman
🏊🏃, Brasileiro de Aquathlon 🏆 cat

Figura 14 - Serviços disponibilizados pelo perfil @nivv



Já o perfil “@nivv”, faz posts de posvenção do suicídio baseados em evidências da psicologia, são posts bem informativos com muitos pontos de vista e conhecimentos, onde a dona da página está no 9º semestre de psicologia e aborda sobre o tema trazendo reels de interação, como em um de 3 filmes sobre o luto, (Beleza oculta 2016, Up-Altas aventuras 2009 e A cabana 2017). A página também compartilha posts de outras redes como a do Vita alere, onde mostra o documentário disponível no youtube chamado “Laços e Nós; tecendo histórias de luto por suicídio”. A página também conta com grupo de apoio aos enlutados por suicídio. Chama atenção as figuras e os filmes que a criadora da página traz para os posts, criando identificações nas pessoas; ela aborda a psicologia de uma maneira divertida e interativa, tornando interessante seu perfil, atraindo muitas pessoas que passam por casos de luto, de uma maneira “leve”. Na bio também podemos encontrar chamadas para ações, como a do grupo de apoio, site, playlist e Tribuna de Minas, que é um site de uma rádio onde a autora do site participa do tema “ Com informações, campanhas Juiz-Foranas buscam prevenir o suicídio”

Figura 15 - Página oficial do Instagram do perfil @nivv



Figura 16 – Serviços disponibilizados pela página

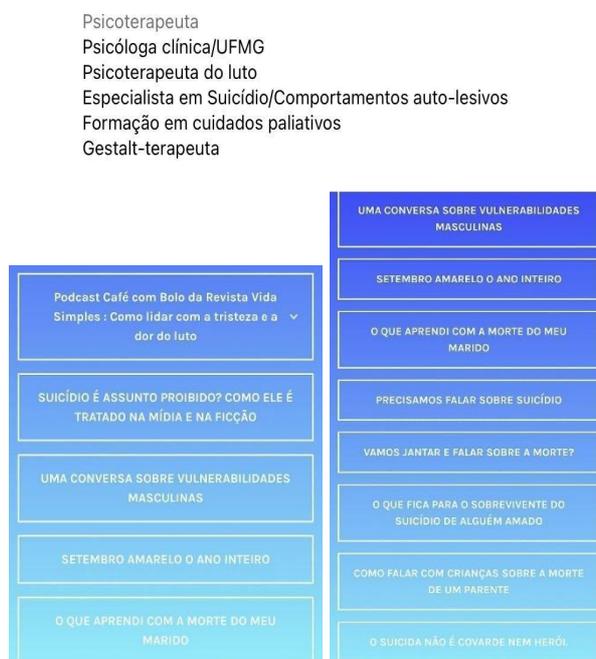


Figura 17 - Post sobre vídeo laço e nós, tecendo histórias do luto por suicídio



O perfil de @lp, é de uma psicoterapeuta do luto, especialista em suicídio e comportamentos autolesivos. Em sua rede ela traz frases de luto, os posts ajudam a superação, o autocuidado etc. Os posts têm olhares científicos e pessoais mostrando os dois lados de tudo . Na sua bio encontram-se links; um deles conta sua história de superação e julgamentos pela mesma ser psicóloga e ter perdido seu marido para o suicídio. Ela fala abertamente sobre seu luto mostrando como foi todo o processo de luto e cura.

Figura 18 - Print da Bio e Serviços disponibilizados pela psicoterapeuta



Os perfis de profissionais voltados à temática do suicídio dentro da rede contribuem para as informações verídicas e cientificamente embasadas, tendo em vista que esses profissionais têm uma capacitação e formação em psicologia ou cursos voltados a área. Essas comunicações e informações auxiliam pessoas dentro da rede, sinalizam suas dores, sentimentos e incentivam a busca de ajuda, especialmente quando em situações de risco. Essas páginas disponibilizam conteúdos interessantes de forma gratuita, para toda a comunidade, sendo uma forma de prevenção dentro da rede. Como Pereira, et al. (2016) afirma “ a ação dos fatores e como se refletem na ação e reação dos jovens, são fatores de proteção que se encontram dentro do ambiente online.

Na busca de identificar posts de instituições, eventos e profissionais que trazem informações acerca da prevenção ao suicídio, foram encontradas muitas páginas de instituições que fazem posts informativos sobre o suicídio que podem ser compartilhados por todos, como no caso do @vitaalere, que disponibiliza cards para os usuários divulgarem em sua rede sobre maneiras de como se prevenir e como proceder em casos de suicídio. A instituição também disponibiliza telefones que podem ser usados para ligações, pedidos de ajuda ou apoio a crises de ansiedade de forma gratuita. O seu perfil conta com mais de 37 mil seguidores e suas publicações são todas voltadas para a prevenção do suicídio na internet e fora dela.

Na página são divulgadas , eventos, grupos de apoio e *lives* com profissionais e famosos, como Dj Alok e Juliette que virou um fenômeno depois de sua saída do Big Brother Brasil 2021 onde ganhou o programa e também muitos seguidores rapidamente em poucos meses. Sua *live* no Vita Alere abordou o tema “De repente 33 milhões de seguidores: como lida com tanta influência @juliette?”. Também encontramos um bate papo com Rita Von Hunty, sobre o suicídio na população LGBTQIA + .O perfil conta mais de 919 posts até o dia 09/03/2022 às 13:00 e, cada post tem uma informação: um jogo sobre o suicídio, como a internet pode se tornar um gatilho; o perfil dar várias dicas para saúde mental das pessoas, identifica os sinais do suicídio e como prevenir e/ou agir nesses casos. O perfil também conta com links em sua bio, com vários assuntos e posts gratuitos de compartilhamentos.

Figura 19 - Perfil oficial @vitaalere



Figura 20 - Reels sobre o conteúdo que você vê cria um filtro que transforma sua visão de mundo.

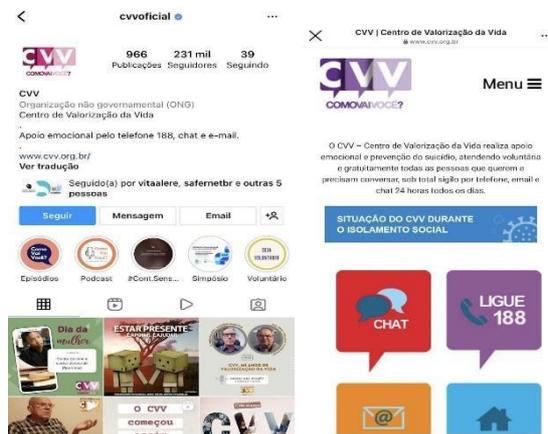


Figura 21 – Serviços disponibilizados pela instituição



Outro perfil bastante conhecido é o @CVVOFICIAL, que é do Centro de Valorização da Vida, que como citado ao longo desse trabalho, conta com profissionais capacitados 24 horas por dia através do número 188, chat ou e-mail. Seu perfil conta com 231 mil seguidores e seus posts são todos voltados para a prevenção do suicídio. É possível encontrar muitas *lives* salvas de diversos assuntos sobre suicídio com muitos profissionais da psicologia, medicina, psiquiatria, antropologia, dentre outros, que ampliam o olhar e os conhecimentos sobre o tema.

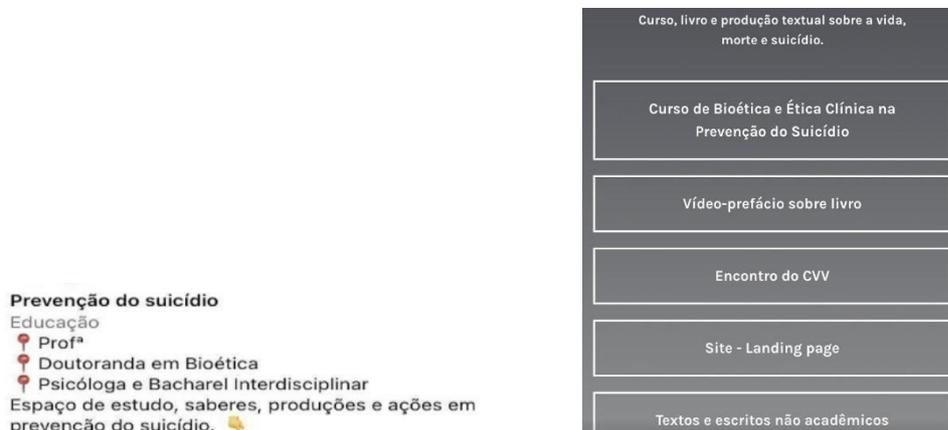
Figura 22 - Página oficial @cvvoficial e serviços disponibilizados pela instituição



Existe outras páginas de grande relevância, como a @abeps, a Associação Brasileira de Estudo e Prevenção do Suicídio, um grupo que conta com atuantes, pesquisadores e especialistas do tema em todo o Brasil, cuja missão é fomentar o estudo, a discussão e a pesquisa em torno da prevenção do suicídio. Há o @ippesbrasil, o Instituto de Pesquisa, Prevenção e Estudos em Suicídio (IPPES) que, igualmente, desenvolve um trabalho de prevenção do suicídio dentro e fora das redes, contemplando em especial, os profissionais de segurança pública. O instituto tem uma biblioteca online e gratuita sobre a temática do suicídio.

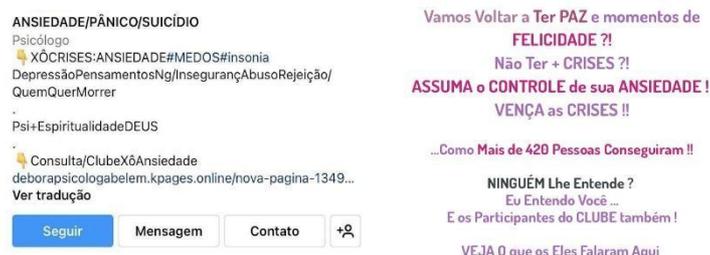
Relacionado a profissionais que abordam o tema, podemos encontrar uma gama de perfis, - foi utilizado o descritor “Prevenção ao Suicídio”. Dentre os encontrados temos @llc, professora, doutoranda em Bioética, psicóloga e bacharel interdisciplinar. Em seu perfil aborda a prevenção do suicídio através de post, *lives* e através do seu livro “Deverei Velar pelo outro? Suicídio, estigma e economia dos cuidados.” Encontramos uma gama de *lives* sobre prevenção do suicídio com muitos convidados, onde em uma das *lives* o assunto abordado foi justamente “ O suicídio e o isolamento social: um bate papo sobre os fatores de risco e proteção”.

Figura 23 - Perfil oficial @llc e serviços disponibilizados pela psicóloga



Evidenciou-se também a @dp, que aborda temas de ansiedade, pânico e suicídio; a maioria dos seus posts é em forma de reels, sobre o tema, onde a mesma aborda, em comunicações rápidas, um tema em 30 segundos.

Figura 24 - Perfil oficial @dp e print dos serviços fornecidos pela psicóloga.



Essas foram as páginas encontradas que abordam direta e continuamente a prevenção ao suicídio. Muitas não usam de forma estratégica o nicho do seu perfil que fica abaixo do seu @ para serem buscadas mais rapidamente pelos usuários, mas fazendo uma busca bem minuciosa, encontramos muitos perfis de profissionais que abordam o tema de maneira frequente, como o perfil @saudentaldapopnegra, que trabalha com a promoção à saúde mental da população negra. Outras páginas e perfis não voltados às áreas enfatizam apenas o setembro amarelo.

Dentro da rede, o mês de setembro parece ter uma explosão de ajudas e as pessoas ficam mais "solicitas" sobre os casos de bullying, cancelamentos e ansiedade que a rede pode gerar, assim como a mesma pode ajudar na prevenção do suicídio. Essa

detecção traz como contraponto um interesse secundário, o engajamento: várias páginas de profissionais, empresas e instituições dão uma ênfase maior no assunto, trazendo *lives*, entrevistas, posts voltados a temática e até pessoas que não são especialistas no assunto abrem caixinhas de “desabafo” e se prontificam a “ajudar” muitas vezes só para seguir o hype” e ganhar visibilidade.

Quando o mês acaba tudo volta ao normal e os usuários ficam “leigos” no assunto e a rede volta a ser uma possível fonte de sofrimento para as pessoas que desabafam sua vida com os pseudos “ajudantes”, que muitas vezes não conhecem mas que tem esperanças nessa possível ajuda “gratuita” que somente um profissional capacitado conseguiria fornecer a esses usuários. As páginas @ansiaderefletida e @xoansiedadepsi, no mês de setembro criaram diversos posts sobre o setembro amarelo e alguns deles em formas de memes interativos para seus usuários.

Figura 25 - Posts de memes das páginas @ansiaderefletida e @xoansiedadepsi, realizados no setembro amarelo.



Já o @lip_ufrj trouxe um post mais crítico sobre o setembro amarelo e como ele realmente deveria ser. O perfil @psicr é uma psicóloga que realizou um post onde mostram os rótulos que as pessoas que cometem suicídio recebem, como nas imagens abaixo.

Figura 26 - Posts informativos realizados por profissionais e instituições no setembro amarelo



O @vitaalere trouxe para os usuários um dia antes do mês de setembro, no dia 31 de agosto, um vídeo sobre um workshop para os profissionais da mídia e influenciadores de como os mesmos devem abordar o assunto suicídio de forma segura na sua rede.

Figura 27 - Divulgação do @vitaalere sobre workshop de como falar de forma segura sobre o suicídio



São mais de 1 milhão de posts relacionados a #setembroamarelo no instagram, onde todos os usuários podem encontrar posts informativos, memes, críticas, workshops, rodas de conversas e grupos de apoio.

O papel das redes junto a promoção e a prevenção da saúde é de manter interações saudáveis entre usuários, transformando a rede em um ambiente seguro, integrador de culturas, diferenças, diversidade, comunicação e informação sobre aspectos que podem promover bem-estar físico, social e mental. Prevenindo assim doenças psíquicas, cyberbullying, cancelamentos, diminuindo potencializadas pelo uso abusivo das redes, buscando descobrir fatores sociais que estão ligados a esse adoecimento, tais como: violências, uso abusivo de álcool ou drogas, ausência dos pais, desemprego, dentre outros que podem ser um dos fatores que devem ser levados em consideração, na hora da elaboração de um plano de ação ou de comunicação entre esses usuários, a promoção e a prevenção, ocorre na rede quando por exemplo é pesquisado a palavra “suicídio”, a rede prontamente envia a mensagem para o usuário mostrando que a pesquisa pode conter gatilhos e que caso o mesmo continue a pesquisa a rede estará lá dando um suporte para qualquer gatilho que o mesmo venha a ter, como as dicas para promover a saúde mental em um momento de crise, ou encaminhando a um contato de ajuda do cvv. “o suicídio pode ser combatido em nível comunitário aumentando a conscientização sobre o suicídio e educando os indivíduos sobre comportamentos de alto risco e incentivá-los a identifica-los em pessoas” (Pourmand et al,2019). Profissionais que abordam o tema em sua rede, eles contribuem também para essa promoção tendo em vista que um dos princípios da política Nacional de promoção

à saúde (vigente) é a participação social e na rede é o que mais temos, essa participação entre instituições e rede, profissionais e de pessoas como um todo, contribuindo com o debate sobre o suicídio de uma maneira informativa e leve. Na busca de empoderar os usuários e a população sobre a importância de um debate dentro e fora da rede, dos seus direitos, já que o empoderamento é “um processo que conduz à legitimação e dá voz a grupos marginalizados e, ao mesmo tempo, remove barreiras que limitam a produção de uma vida saudável para distintos grupos sociais” (Carvalho e Gastaldo, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entendendo a importância e imperativo de se discutir o suicídio e como a rede social tem um papel fundamental para a prevenção de casos, optou-se por investigar os fatores protetivos (formais e informais) do Instagram no período pandêmico, por entender que o cenário sociopolítico ampliou o uso da rede, assim como os fatores de risco e a vulnerabilidade psíquica da população brasileira.

Historicamente o suicídio é um tabu na sociedade. A informação foi afirmada como modo de prevenção de novos casos, de busca de ajuda, de sensibilização de toda a população, através da identificação dos sinais e sintomas do suicídio. Apesar desse reconhecimento, observa-se uma escassez ou incipiência de trabalhos científicos, especialmente em língua portuguesa, quando comparado a outros temas de bioética, de promoção e prevenção à saúde. Esse filtro se torna ainda menor quando vinculados às redes sociais e à pandemia.

Dentre os resultados, observou-se que, devido a lentidão da rede em localizar transmissões ao vivo (*lives*) e posts com conteúdo suicidas, o Instagram tem sido uma plataforma propícia para a disseminação destas ações, alcançando milhares de usuários, incentivando alguns e trazendo dor e sofrimento a outros. Quando buscado pela palavra “Suicídio”, a rede automaticamente envia uma mensagem de proteção ao usuário e sugere três opções que podem, ou não, ser seguidas. Caso o usuário não queira ajuda, ele é direcionado às publicações, essas com seu conteúdo explícito, o que pode levar o usuário a ter muitos gatilhos. Encontramos também posts com conteúdos mais preventivos que visam ajudar essas pessoas, especialmente por profissionais especialistas e instituições temáticas.

As redes têm um grande potencial de conscientizar pessoas, sobre os riscos e a prevenção do suicídio mas sozinha não consegue. Por isso, existem instituições como o CVV, Vita Alere, que juntos formam parcerias para agregar com a rede e prevenir o suicídio, mas ainda não é o suficiente, já que ainda acontece diversos casos como

mencionados neste trabalho. Os órgãos poderiam se unir prontamente com as redes sociais, as políticas públicas e os serviços de saúde para fomentar ações preventivas dentro da rede e fora da rede. Isso iria potencializar muito a prevenção de novos casos e a conscientização das pessoas sobre o problema de saúde pública que é o suicídio.

A pesquisa foi limitada pelo tempo curto da pesquisa, pela falta de dados em períodos específicos, – não é possível filtrar datas dentro da rede, de posts feitos durante a pandemia até o ano atual. Pelo fato da rede ser atualizada 24 horas por dia, conter uma gama de posts e ter um déficit de hashtags específicas sobre o assunto, a busca pelo tema proposto neste trabalho os resultados foram limitados. A falta de precisão sobre verdades e mentiras em posts pessoais faz com que filtrar publicações para análise seja um trabalho extremamente difícil, especialmente quando considerados os perfis falsos. Outro limite encontrado foi a escassez de artigos científicos e dados relacionados ao tema delineado.

As potencialidades encontradas foram o fácil acesso aos conteúdos a partir de um celular, não precisando necessariamente ter uma conta dentro da rede para acessar perfis específicos, bastando só o uso de um navegador para ter acesso a esses perfis. Dentro da rede é possível encontrar muitos conteúdos informativos sobre prevenção de suicídio, setembro amarelo, rodas de conversa, grupos de apoio e *lives* sobre temas abordados de diversos assuntos que foram salvos nestes perfis. As ferramentas da rede podem alcançar muitas pessoas, sendo um potencializador de informações quando usado de maneira correta.

A relevância desse trabalho se apoia no argumento que a rede social alcança e vincula pessoas de todo o mundo e que posts preventivos têm o poder de evitar mortes de muitas pessoas dentro e fora da rede. Desse modo, apostamos no aprofundamento das publicações, dos mecanismos de promoção à saúde mental e elementos protetivos, formais e informais, como modo de prevenção do suicídio. Esse trabalho tem como contribuição a tessitura dos mecanismos já existentes e explicitá-los de forma crítica à comunidade, podendo por fim contribuir com novas pesquisas e conscientizar mais pessoas sobre a temática.

Por fim, evidencia-se a necessidade de mais pesquisas dentro da rede, voltadas para esse assunto, para produção de mais dados e informações mais concretas sobre dados socioeconômicos, que pudessem, preferencialmente, filtrar a : escolaridade, sexo,

estado e etc. Sugere-se a possibilidade de indicação de um perfil de emergência quando o usuário fizer sua inscrição no aplicativo, bem como tutoriais sobre os mecanismos que a rede disponibiliza, tornando esses mecanismos mais conhecidos publicamente a favor dos usuários mais vulneráveis e, conseqüentemente, diminuindo a incidência de casos de suicídio dentro das redes.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Raylla; Garrafa, Volnei. SciELO - Brasil - **Autonomia e indivíduos sem a capacidade para consentir: o caso dos menores de idade**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/ygKNVBXcF3dJF6349tWZxbN/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 06 abr. 2021.
- ALVES, Soraia. **Pesquisa mostra que uso do Instagram cresceu durante a pandemia e é 31% maior que o Facebook**. B9. Disponível em: <https://www.b9.com.br/pesquisa-mostra-que-uso-do-instagram-cresceu-durante-a-pandemia-e-e-31-maior-que-o-facebook/>. Acesso em: 19 abr. 2022.
- AMPER, Time de Conteúdo. **We Are Social e HootSuite - Digital 2021 [Resumo e Relatório Completo]**. Amper. Disponível em: <https://www.amper.ag/post/we-are-social-e-hootsuite-digital-2021-resumo-e-relatorio-completo>. Acesso em: 16 mar. 2021.
- ANDRADE, Lorena; MAUCH, Ana; COSTA, Jéssica; *et al.* **A utilização das redes sociais digitais no cuidado psicossocial infanto-juvenil, diante da pandemia por Covid-19**. Health Residencies Journal - HRJ, v. 1, n. 2, p. 44–61, 2020. Disponível em: <https://escsresidencias.emnuvens.com.br/hrj/article/view/12/17> Acesso em 21 fev. 2022
- BBC News Brasil. **A jovem norueguesa que monitora 450 perfis no Instagram para tentar evitar suicídios**. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-50316410>. Acesso em: 9 jun. 2021.
- BBC News Brasil, **Como identificar os sinais de risco de suicídio no cotidiano e nas redes sociais**, 2019. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-49636666>. Acesso em: 20 ago. 2021.
- BIRMAN, Joel. **Tatuando o Desamparo; A juventude na atualidade**. 2005. p. 9-10. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/psicoeduc/chasqueweb/edu01011/birman-tatuando-o-desamparo.pdf>. Acesso em: 05 jun. 2021.
- BRITO. **Efeito Werther: como um suicídio pode afetar outras pessoas - Revista Galileu | Saúde**, 2019. Disponível em: <https://revistagalileu.globo.com/Ciencia/Saude/noticia/2019/09/efeito-werther-como-um-suicidio-pode-afetar-outras-pessoas.html>. Acesso em: 20 abr. 2021.

BUSCIOLI, Silvana. **Narrativa acerca da tentativa de suicídio: Considerações sobre a prevenção no contexto da saúde pública**, universidade estadual de Maringá. 2012. Disponível em: <http://repositorio.uem.br:8080/jspui/bitstream/1/3955/1/000212909.pdf>. Acesso em: 04 fev.2022.

CASTILLO-SÁNCHEZ, Gema; MARQUES, Gonçalo; DORRONSORO, Enrique; *et al.* **Suicide Risk Assessment Using Machine Learning and Social Networks: a Scoping Review**. Journal of Medical Systems, v. 44, n. 12, p. 205, 2020. Acesso em: 10 abr.2021. Disponível em: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10916-020-01669-5.pdf>

CAVALCANTE DANIELA. **Instagram lança recurso de prevenção do suicídio; saiba como usar para salvar vidas**. TudoCelular.com. Disponível em: <https://www.tudocelular.com/android/noticias/n80730/prevencao-suicidio-instagram.html>. Acesso em: 19 abr. 2021.

CONTE, Marta; MENEGHEL, Stela Nazareth; TRINDADE, Aline Gewehr; *et al.* **Programa de Prevenção ao Suicídio: estudo de caso em um município do sul do Brasil**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 17, n. 8, p. 2017–2026, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/KGPwNxKH9BgV5LrZ3FgW4hw/?format=pdf&lang=en>. Acesso em: 20 abr. 2021.

Estudante transmite morte em rede social | Acre | G1. 2017. Disponível em: <https://g1.globo.com/ac/acre/noticia/estudante-transmite-suicidio-ao-vivo-em-rede-social-ja-viram-alguem-morrer.ghtml>. Acesso em: 26 jun. 2021.

EXTRA, Globo (G1) 2017. **“Pais de Jovem Que Transmitiu Morte Ao Vivo São Encontrados Mortos Em Casa.”** GLOBO - G1. Disponível em: extra.globo.com/casos-de-policia/pais-de-jovem-que-transmitiu-morte-ao-vivo-sao-e%20encontrados-mortos-em-casa-21644203.html. Acesso em: 26/05/2021.

Fiocruz avalia excesso de suicídios no Brasil na primeira onda de Covid-19. Agência Fiocruz de Notícias. 2022. Disponível em: <https://agencia.fiocruz.br/fiocruz-avalia-excesso-de-suicidios-no-brasil-na-primeira-onda-de-covid-19>. Acesso em: 18 abr. 2022.

FIOCRUZ,2020. **CARTILHA, SUICIDIO NA PANDEMIA DE COVID-19**. Acesso em: 02/09/2021. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/05/cartilha_prevencao-suicidio.pdf

Folha de São Paulo. **Jovem se suicida na Malásia após perguntar a seguidores em rede social se deveria se matar - 16/05/2019 - Mundo** - Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/mundo/2019/05/jovem-tira-a-propria-vida-na-malasia-apos-resultado-de-enquete-em-rede-social.shtml>. Acesso em: 12 fev. 2022.

Fragoso S, Recuero R, Amaral A. **Métodos de pesquisa para internet**. Porto Alegre: Sulina; 2015.FUKUMITSU, Karina O.; SCAVACINI, Karen. Suicídio e manejo

psicoterapêutico em situações de crise: uma abordagem gestáltica.

PHENOMENOLOGICAL STUDIES - Revista da Abordagem Gestáltica, v. 19, n. 2, p. 198–204, 2013. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v19n2/v19n2a07.pdf> Acesso em: 20 fev 2022.

GONÇALVES, Amadeu; FREITAS, P.; SEQUEIRA, Carlos. **Comportamentos Suicidários em Estudantes do Ensino Superior: Factores de Risco e de Protecção**. Millenium, p. 149–159, 2011. Disponível em:
https://www.researchgate.net/publication/290807920_Comportamentos_Suicidarios_em_Estudantes_do_Ensino_Superior_Factores_de_Risco_e_de_Proteccao. Acesso em: 25 abr. 2021.

Instituto Vita Alere de Prevenção e Posvenção do Suicídio. 2016. Disponível em:
 <<https://hi-in.facebook.com/vitaalere/posts/1092470747536037>>. Acesso em: 19 abr. 2021.

IPPEES - Instituto de Pesquisa. **Os homens estão morrendo porque não conseguem falar |, Prevenção e Estudos em Suicídio**. Disponível em:
 <<https://ippesbrasil.com.br/noticias/os-homens-estao-morrendo-porque-nao-conseguem-falar/>>. Acesso em: 06 jun. 2021.

KREUZ, Giovana; ANTONIASSI, Raquel Pinheiro Niehues. GRUPO DE APOIO PARA SOBREVIVENTES DO SUICÍDIO. **Psicologia em Estudo**, v. 25, 2020. Disponível em:
 <<http://www.scielo.br/j/pe/a/NxmPb6PdVV8svwSFNP8ryqB/?lang=pt>>. Acesso em: 20 ago. 2021.

Lei 3968. Disponível em:
 <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/L13968.htm>. Acesso em: 20 ago.. 2021.

LEVY, Pierre. **Cibercultura**. São Paulo (SP): Ed. 34, 2010. Disponível em:
<https://mundonativodigital.files.wordpress.com/2016/03/cibercultura-pierre-levy.pdf>. Acesso em: 04 fev. 2022

LIMA, Luana. **Deverei velar pelo outro?: suicídio, estigma e economia dos cuidados**. 2020. Editora Dialética; 1ª edição (23 setembro 2020). Disponível em:
<https://loja.editoradialetica.com/humanidades/deverei-velar-pelo-outro> . Acesso em: 20 jun. 2021.

LOUREIRO, Paulo R A; MOREIRA, Tito Belchior; SACHSIDA, Adolfo. **OS EFEITOS DA MÍDIA SOBRE O SUICÍDIO: UMA ANÁLISE EMPÍRICA PARA OS ESTADOS BRASILEIROS**. p. 22, . Disponível em:
http://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/2264/1/TD_1851.pdf . Acesso em: 01 abr. 2022.

MALDONADO, Maria Tereza. **Bullying e Cyberbullying – o que fazemos com o que fazem conosco?** 1ª edição. São Paulo: Editora Moderna Ltda, 2012. Disponível em:

<https://www.amazon.com.br/Bullying-Cyberbullying-Fazemos-Fazem-Conosco/dp/8516069419> . Acesso em: 08 mar. 2021.

MARCOLAN, JOÃO FERNANDO **O Suicídio como Problema Mundial de Saúde Coletiva: aspectos de vigilância em saúde mental** *Saúde Coletiva*, vol. 1, núm. 3, 2004, pp. 28-34 Editorial Bolina São Paulo, Brasil. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/842/84226053005.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2021.

MARQUETTI, Fernanda Cristina. **O suicídio como espetáculo na metrópole: cenas, cenários e espectadores**. São Paulo: Editora Fap-Unifesp, 2011. 245p. Disponível em: <https://journals.openedition.org/pontourbe/313?lang=pt>. Acesso em: 24 fev. 2022.

MEDLEY. **Leia o que a ciência diz sobre o efeito das redes sociais. AS REDES SOCIAIS ESTÃO TE FAZENDO BEM? VEJA O QUE A CIÊNCIA DIZ**. 2021. Disponível em: <https://www.medley.com.br/blog/saude-social/redes-sociais-fazem-bem-ou-mal>. Acesso em: 19 abr. 2021.

MEIRA, Karina; DANTAS, Eden; JESUS, Jordana. **Suicídio: uma questão de gênero – DEMOGRAFIA** | UFRN. Disponível em: <https://demografiufrn.net/2021/03/22/suicidio-uma-questao-de-genero/>. Acesso em: 17 abr. 2021.

MENDES, Ana Karoline de Almeida; ASSUNÇÃO, Izabely Lima; NORMANDO, Lara Vasconcelos; *et al.* **Covid-19 e o uso abusivo da internet: O cyberbullying é um fator de risco para o suicídio no Brasil?** *Research, Society and Development*, v. 10, n. 7, p. e51910716844–e51910716844, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16844/18896> . Acesso em: 21 mar. 2022.

MOURA, Anna; Almeida, Eliane; Rodrigues, Paulo et al. **Prevenção do suicídio no nível local: orientações para a formação de redes municipais de prevenção e controle do suicídio e e para os profissionais que a integram**. 2017. Disponível em: <https://www.cevs.rs.gov.br/upload/arquivos/201706/14115228-prevencao-do-suicidio-no-nivel-local.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2021.

MOSSERI, Adam. **Mais medidas para manter as pessoas que usam o Instagram em segurança** | Blog do Instagram, 2019. Disponível em: <https://about.instagram.com/pt-br/blog/announcements/more-steps-to-keep-instagram-users-safe/>. Acesso em: 9 mar. 2021.

Olhar Digital. **Instagram volta a mostrar número de curtidas**, 2019 Disponível em: <https://olhardigital.com.br/2019/11/28/noticias/instagram-volta-a-mostrar-numero-de-curtidas/>. Acesso em: 19 abr. 2021.

Organización Mundial de la Salud, 2013. Plan de Accion sobre Salud Mental 2013-2020. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf. Acesso em: 29 jan 2022.

ORNELL, Felipe; SCHUCH, Jaqueline Bohrer; SORDI, Anne Orgler; *et al.* **Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias.** Debates em Psiquiatria, v. 10, n. 2, p. 12–16, 2020.

PAIVA, Vitor. **Como uma mobilização de influenciadores no Instagram está ajudando na prevenção de suicídios.** Hypeness. Disponível em: <<https://www.hypeness.com.br/2019/09/como-uma-mobilizacao-de-influenciadores-no-instagram-esta-ajudando-na-prevencao-de-suicidios/>>. Acesso em: 19 abr. 2021.

PENSO, Maria Aparecida; SENA, Denise Pereira Alves de. **A desesperança do jovem e o suicídio como solução.** Sociedade e Estado, v. 35, p. 61–81, 2020. Disponível em : <https://www.scielo.br/j/se/a/rLfXhwgd7qgpBzMSrjwFXmj/?lang=pt#:~:text=Apesar%20de%20os%20dados%20num%C3%A9ricos,emocionalmente%20outras%2060%20pessoas%20pr%C3%B3ximas.> Acesso em 20/01/2022.

PEREIRA, Anderson Siqueira; WILLHELM, Alice Rodrigues; KOLLER, Silvia Helena; *et al.* **Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adulez emergente.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, p. 3767–3777, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/GnVdNw8QX4cMkQVdqSDR45R/?lang=pt>. Acesso em: 03 fev. 2022

PICARDO, Jacobo; MCKENZIE, Sarah K.; COLLINGS, Sunny; *et al.* **Suicide and self-harm content on Instagram: A systematic scoping review.** PLOS ONE, v. 15, n. 9, p. e0238603, 2020.

Política Nacional de Promoção da Saúde. p. 60, 3ª edição – 2010 MINISTÉRIO DA SAÚDE Secretaria de Vigilância em Saúde Secretaria de Atenção à Saúde. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf. Acesso em: 24 fev. 2022.

PORTARIA Nº 1.876, Ministério da Saúde. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt1876_14_08_2006.html>. Acesso em: 09 ago. 2021.

POURMAND ET AL. 2019 **Social Media and Suicide: A Review of Technology-Based Epidemiology and Risk Assessment | Telemedicine and e-Health.** Disponível em: <<https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/tmj.2018.0203>>. Acesso em: 4 maio 2022.

RANJAN, Rajeev; KUMAR, Saurabh; PATTANAYAK, Raman Deep; *et al.* **(De-) criminalization of attempted suicide in India: A review.** Industrial Psychiatry Journal, v. 23, n. 1, p. 4, 2014.

REZENDE, Claudia Barcellos; AURELIANO, Waleska de Araújo; AISENGART, Rachel. **A vida compartilhada: parto, doença e morte na internet.** Mana, v. 27, 2021. Disponível em:

<<http://www.scielo.br/j/mana/a/pPZc8tdzJXYn3JRg65sY6NS/?lang=pt>>. Acesso em: fev. 2022.

RIOS, Alessandra Dionis. Pró-Reitoria Acadêmica Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia. **SUICÍDIO E REDES SOCIAIS: UMA ANÁLISE COMPORTAMENTAL DAS POSTAGENS DE UMA JOVEM NO INSTAGRAM**. 2021. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/bitstream/tede/2841/2/AlessandraDionisRiosDissertacao2021.pdf> Acesso em 09 fev. 2022.

RITCHIE, Edouard Mathieu; Lucas Rodès- Guirao; Cameron Appel; Charlie Giattino; Esteban Ortiz-Ospina; Joe Hasell; Bobbie Macdonald; Saloni Dattani e; Max Roser. **Brazil: Coronavirus Pademic Country Profile. Our World in Data**, 2022. Disponível em: <https://ourworldindata.org/coronavirus/country/brazil>. Acesso em: 16 mar. 2022

ROSA, Gabriel Artur Marra e; SANTOS, Benedito Rodrigues dos; FALEIROS, Vicente de Paula. **Opacidade das fronteiras entre real e virtual na perspectiva dos usuários do Facebook**. Psicologia USP, v. 27, n. 2, p. 263–272, 2016. Acesso em 06 abr. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusp/a/Qcjs4PTCPLRGcf5vNpHFcgh/?format=pdf&lang=pt>

SANTOS, EDMÉIA; MADDALENA, Tânia; SANTOS, Rosemary; *et al.* **Análise de dados em pesquisa-formação na cibercultura** III Jornada de Pesquisas sobre Tecnologias Comunicacionais Contemporâneas – JPsTCCs. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/3ajornada/mesas-de-trabalho/analise-de-dados-em-pesquisa-formacao-na-cibercultura/>>. Acesso em: 10 abr. 2021.

SARAIVA, Carlos. **Suicídio: de Durkheim a Shneidman, do determinismo social à dor psicológica individual - Sociedade Portuguesa de Suicidologia**. Disponível em: <<https://www.spsuicidologia.com/generalidades/biblioteca/artigos-cientificos/82-suicidio-de-durkheim-a-shneidman-do-determinismo-social-a-dor-psicologica-individual>>. Acesso em: 25 fev. 2022.

SAVIETTO, Bianca Bergamo. **Juventude e família na contemporaneidade: um desamparo sem fim**. Gerais : Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 5, n. 1, p. 23–35, 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202012000100003. Acesso em: 20 fev. 2022.

Secretaria de vigilância em saúde e Ministério da Saúde. Boletim epidemiológico, Mortalidade por suicídio e notificações de lesões autoprovocadas no Brasil, 2021. Disponível em : https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/boletins-epidemiologicos/edicoes/2021/boletim_epidemiologico_svs_33_final.pdf

SHIMABUKURO e Junqueira. **DIGITAL, Olhar. Instagram poderá voltar a exibir número de likes em postagens**. 2021. Disponível em: <<https://olhardigital.com.br/2021/01/14/noticias/instagram-podera-exibir-likes-novamente/>>. Acesso em: 19 abr. 2022.

Site oficial da Netflix. **O Dilema das Redes** |. Disponível em:
<<https://www.netflix.com/br/title/81254224>>. Acesso em: 19 abr. 2021.
SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. **Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo?** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, p. 4613–4622, 2021.

Suicídio - OPAS/OMS | **Organização Pan-Americana da Saúde**, 2022. Disponível em:
<<https://www.paho.org/pt/topicos/suicidio>>. Acesso em: 19 abr. 2021.

SOUZA, Ronaldo Santhiago Bonfim de; OLIVEIRA, Júlia Costa de;
ALVARES-TEODORO, Juliana; *et al.* **Suicídio e povos indígenas brasileiros: revisão sistemática.** *Revista Panamericana de Salud Pública*, v. 44, p. 1, 2020.

SUMNER, Steven A.; BURKE, Moira; KOOTI, Farshad. **Adherence to suicide reporting guidelines by news shared on a social networking platform.** *Proceedings of the National Academy of Sciences*, v. 117, n. 28, p. 16267–16272, 2020.

VEDANA, Kelly Graziani Giacchero. **Mídias sociais e suicídio.** SMAD. *Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas*, v. 14, n. 4, p. 194–195, 2018.

Vidal, Carlos Eduardo Leal e Gontijo, Eliane Dias. **Tentativas de suicídio e o acolhimento nos serviços de urgência: a percepção de quem tenta.** *Cadernos Saúde Coletiva*. 2013, v. 21, n. 2, pp. 108-114. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/ZgWqyVy6hjVYchTXBWc4z9R/abstract/?lang=pt>.
Acesso em: 10 nov. 2021.