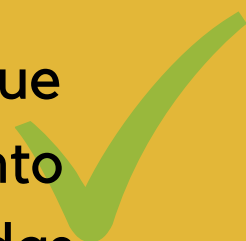


MITOS E VERDADES:



Pessoas que ameaçam se matar querem chamar atenção

Pessoas que ameaçam se matar expressam que algo não vai bem e que estão em um sofrimento psicológico extremo. Elas precisam ser cuidadas por um profissional da saúde mental, receber suporte, acolhimento, escuta e diálogo.



Não devemos falar sobre suicídio pois isso pode aumentar os riscos

Falar sobre suicídio é de extrema importância. A incidência só vem crescendo, o que mostra a gravidade desse problema de saúde pública. Falar sobre suicídio pode salvar vidas!



Depressão é "mimimi"

A depressão é uma condição de saúde mental séria e complexa que vai além de simplesmente se sentir triste ou desanimado. Envolve uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais que afetam profundamente a maneira como uma pessoa pensa, sente e se comporta. É importante compreender que a depressão não é uma escolha ou uma questão de fraqueza, mas sim uma condição médica que requer apoio e tratamento adequados. Ignorar ou minimizar a gravidade da depressão pode dificultar a busca de ajuda e a recuperação das pessoas afetadas por ela.

