

# ***Processo de luto por suicídio: Reflexões sobre Prevenção e Posvenção***



***Karina Okajima Fukumitsu***

V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012 – “Ciência, Saúde e Espiritualidade”  
(ProEx/UFES)

***karinafukumitsu@gmail.com***

	<b><i>OCORRÊNCIAS POR 100.000 HABITANTES</i></b>
<b>Mundo Suicide prevention (SUPRE) <sup>1</sup></b>	<b>16 suicídios 1 suicídio a cada 40 segundos</b>
<b>Brasil (manual) <sup>2</sup></b>	<b>3,9 a 4,5 suicídios 7.987 em 2004</b>

1. [http://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicideprevent/en/index.html](http://www.who.int/mental_health/prevention/suicideprevent/en/index.html)

2. Prevenção do suicídio: manual dirigido a profissionais das equipes de saúde mental (2006).

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012  
“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**

[...] e isto é exatamente o que uma pessoa suicida é. É um assassino; um assassino que destrói a si mesmo em vez de destruir aos outros.

Tanto o assassino quanto o suicida possuem algo em comum: uma *impotência* para enfrentar a situação; e escolhem a maneira mais primitiva: explosão em violência.

(PERLS, 1979, p. 229)



**Suicídio  
pode  
ser...**

**a confirmação  
concreta da  
descontinuidade  
do sentido de  
vida.**

Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO  
-24/11/2012 - "Ciência, Saúde e Espiritualidade"  
(ProEx/UFES)

*Era uma vez uma menina de dez anos de idade que viu sua mãe "quase" morta por pelo menos 15 vezes, com suas mãos geladas, sem reações, caída no chão ou em sua cama. Essa mãe utilizava diversas estratégias para suas tentativas de suicídio: tomou pílulas e medicações misturadas ao álcool, ateou fogo em suas roupas, tentou jogar-se do sétimo andar do edifício, tentou enforcar-se etc.*

*As coisas foram ficando cada vez piores e mais estressantes entre a mãe e a pequena menina: a mãe estava desesperançosa e comunicava esse desespero em sua fala e atitudes.*

*E nada havia que a menina pudesse fazer, a não ser aceitar a possibilidade de estar com a mãe da maneira como sua mãe podia.*

*Essa menina tinha muita dificuldade para entender o motivo pelo qual sua mãe, a pessoa que a gerou por nove meses, a quem amava tanto e a quem lhe deu o presente da vida, estava tentando tirar sua própria vida.*

*Essa questão a acompanhou até a fase adulta e, por isso, ela escolheu ser uma psicóloga clínica. Psicologia: uma área em que se estuda e se compreende o comportamento humano...*

**– Por que minha mãe sempre deixava uma chave para que pudesse socorrê-la?**

**– Para que a porta fosse aberta – resposta que encontrei depois de alguns anos.**

**(FUKUMITSU, 2011, p.91).**

- ✓ *Qual é o pedido?*
- ✓ *Qual é o desejo que não se concretiza em vida?*
- ✓ *Qual é a mensagem existencial?*

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012**  
**“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**

# Checklist S-A-D P-E-R-S-O-N-S

“Pessoas Tristes” (PATTERSON; PATTERSON,1983)

**Sex** "sexo",

**Age** "idade",

**Depression** "depressão",

**Previous attempt** "tentativas anteriores",

**Ethanol** "álcool",

**Rational thinking loss** "perda da razão",

**Social supports lacking** "falta de suporte social",

**Organized plan** "plano organizado",

**No spouse** "sem parceiro ou parceira",

**Sickness** "doença".

***Suicídio***  
***&***  
***Psicoterapia:***  
***Reflexões sobre prevenção***

Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012 “Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)

**“Existem dois tipos de terapeutas – aqueles que perderam um paciente por suicídio e aqueles que perderão”.**

*“There are two kinds of therapists – those who have lost a patient to suicide and those who will”*  
(MEADE, 1999, p.6).

In: HAAS, C. When a client commits suicide. *Counseling Today*.  
*American Counseling Association*, 42(8):1-6, 1999.

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012**  
**“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**

"Cuidar é inseparável da compreensão e como compreensão deve ser simétrica: ouvindo o outro, ouvindo a nós mesmos, cuidando do outro, cuidando de nós mesmos“

(MERIGHI, 2002).

Estamos a serviço do cliente, mas é necessário ponderar o significado do servir.

***Servir não quer dizer fazer pelo cliente***

***(FUKUMITSU, 2011).***

Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012

“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)

Meus mestres me dão a melhor definição do que significa o amor: o amor real é aquele que permite que o outro aprenda suas próprias lições sem tentar salvá-lo. Amar é saber quando colocar rodinhas auxiliares na bicicleta da criança e também saber quando retirá-las. Isso é amor. Retirar as rodinhas auxiliares é muito mais difícil do que colocá-las, mas, apesar disso, no devido momento, será necessário retirá-las.

(KÜBLER-ROSS, 2003, p.191).

# ***Suicídio & Posvenção***

**Como a tendência natural do ser humano é fechar situações inacabadas, a morte por suicídio demanda uma reorganização.**

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012  
“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**

## **Os direitos dos sobreviventes pela morte por suicídio (traduzido por Karina Okajima Fukumitsu)**

- Enlutar-se a seu modo e conforme o tempo que for necessário
- Saber a verdade sobre o suicídio, ver o corpo do falecido, e organizar o funeral, considerando suas necessidades, ideias e rituais
- Considerar o suicídio como resultante de causas interrelacionadas que provocaram uma dor insuportável para a pessoa que cometeu o suicídio: o suicídio não foi meramente uma escolha
- Viver plenamente, com alegria e tristeza, livre do estigma ou julgamento
- Respeitar sua privacidade e a do morto

- Receber apoio de parentes, amigos, colegas e outros sobreviventes, assim como, de profissionais habilitados, com o conhecimento e discernimento da dinâmica do processo do luto, dos potenciais fatores de risco e suas consequências
- Entrar em contato com o médico ou cuidador (se houve) que acompanhou a pessoa que cometeu o suicídio
- Não ser considerado como um candidato ao suicídio ou como um doente mental
- Compartilhar sua experiência com outros sobreviventes, cuidadores e com todos que buscam a ampliação do conhecimento acerca do suicídio e do luto por suicídio
- Não se exigir ser a mesma pessoa de antes: há uma maneira de se viver antes do suicídio e outra depois dele

(ANDRIESSEN, 2004, p.3).



**“Não importa o que fizeram de mim, o que importa é o que eu faço com o que fizeram de mim”.**

**Jean-Paul Sartre**

***O amor  
perfeitamente  
imperfeito...***

- **“Por que ela fez isso?**
- **Por que não evitei que isso acontecesse?**
- **Como ela foi capaz de fazer isso comigo?”**

- ✓ **Em vez de explicar, oferecer a compreensão dos sentimentos e compartilhar com a pessoa aquilo que viveu com o morto;**
- ✓ **em vez de dar respostas, acolher;**
- ✓ **em vez de oferecer teorias sobre o luto, confirmar a vivência singular  
(FUKUMITSU, 2008).**

**“Se as pessoas existem  
para serem amadas  
E as coisas para serem usadas.  
Por que será que amam-se as coisas  
e usam-se as pessoas?”  
(autor desconhecido)**

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012  
“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**

***“Dizem que o que procuramos é um sentido para a vida. Penso que o que procuramos são experiências que nos façam sentir que estamos vivos”***

**(CAMPBELL)**

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012  
“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**

“Ninguém tem o direito de destruir a crença de outra pessoa por exigir evidência empírica”.

*No one has the right to destroy another person's belief by demanding empirical evidence (ANN LANDERS)*

**Permitir-se viver é uma maneira de lidar com o luto.**

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO DE EXTENSÃO - 24/11/2012  
“Ciência, Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**



**“VOCÊ NASCE  
SEM PEDIR  
E MORRE  
SEM QUERER.”**

**APROVEITE O  
INTERVALO”**

**(AUTOR DESCONHECIDO)**

**Karina Okajima Fukumitsu - V CURSO  
DE EXTENSÃO - 24/11/2012 “Ciência,  
Saúde e Espiritualidade” (ProEx/UFES)**



“\_\_ Depois de 4 anos em coma, seria um milagre”

\_\_ Acredito em milagres. Deveria acreditar também”

\_\_ Por que eu?”

\_\_ Porque precisa deles. Pode até acontecer um, mas como não crê, nem perceberia“

*(Begnino para a outra enfermeira, Filme Fale com ela)*

***Muito obrigada!***

***Karina Okajima Fukumitsu***

***karinafukumitsu@gmail.com***

和 Paz