



O ÚLTIMO *POST*: Cartas de suicídio publicadas no Facebook

The last post: suicide letters posted on Facebook

Submissão: 10/10/20

Thaynara Bárbara MartinsTorres¹

Aprovação: 12/11/2020

Liza Fensterseifer²

RESUMO

O presente estudo propôs-se a lançar luz à temática do suicídio, um evento complexo, multideterminado, com taxas epidemiológicas crescentes, sendo considerado um problema de saúde pública. Seu principal objetivo foi buscar elementos que auxiliem na compreensão do ato suicida, com base em cartas de suicidas postadas no Facebook. Foi empreendida uma análise qualitativa, por meio de pesquisa documental, que elegeu como objeto de estudo cinco cartas publicadas no Facebook pelo próprio suicida. A investigação seguiu a proposta da análise de conteúdo e os resultados foram organizados em cinco categorias: 1) Culpa e perdão; 2) Histórico de sofrimento; 3) Expectativas e instruções pós-morte; 4) Sentido da vida e percepção de si; e 5) A escrita do sujeito suicida. Os resultados revelaram que os suicidas carecem de sentido em suas vidas e que a escrita de uma carta tem como principal função comunicar algo. Os registros de pessoas com comportamento suicida configuram-se como uma “herança” deixada pelo sujeito, sendo um momento de autorreflexão e uma maneira de dizer o que foi impedido de ser dito em vida. Apenas a ampliação do conhecimento dos fatores de risco e de proteção do comportamento suicida pode oferecer subsídios à sua prevenção e, neste sentido, os resultados alcançados neste estudo oferecem uma importante contribuição.

Palavras-chaves: Psicologia; Suicídio; Cartas de suicidas; Facebook; Fatores de risco e proteção.

ABSTRACT

This study aimed to shed light on the theme of suicide, a complex, multidetermined event, with increasing epidemiological rates, being considered a public health problem. It's main objective was to search for elements that help in the understanding of the suicidal act, based on suicide letters posted on Facebook. A qualitative analysis was carried out, through documentary research, which elected as a subject of study five letters published on Facebook by the suicide. A content analysis was undertaken and the results were organized into five categories: 1) Guilt and forgiveness; 2) History of suffering; 3) Postmortem expectations and instructions; 4)

¹ Psicóloga. Ex-aluna do curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Unidade São Gabriel. E-mail: thaynaramartin@gmail.com

² Psicóloga, Doutora em Psicologia pela PUCRS, Professora da Faculdade de Psicologia da PUC Minas. E-mail: liza@pucminas.br

Sense of life and self-perception; and 5) The writing of the suicidal subject. The results revealed that suicides have no meaning in their lives and that the writing of a letter has the main function of communicating something. The records of people with suicidal behavior are configured as a legacy left by the subject, being a moment of self-reflection and a way of saying what was prevented from being said in life. Only the expansion of the knowledge of risk and protection factors of suicidal behavior can offer subsidies for its prevention and, in this sense, the results achieved in this study, offer an important contribution.

Keywords: Psychology; Suicide; Suicide letters; Facebook; Risk and protection factors.

1 INTRODUÇÃO

A morte é um dos assuntos mais delicados de serem tratados, considerando sua complexidade e os múltiplos sentimentos envolvidos. (SILVA SOARES, 1986 *apud* GUERREIRO, 2014). Ainda que se saiba que a morte é um fator inerente à vida humana, este é um tema pouco discutido e velado. De modo geral, busca-se cada vez mais a vida e tem-se uma concepção da morte como algo que está distante (BOTEGA, 2015). O suicídio, por sua vez, realiza o caminho inverso, já que envolve a morte que foi buscada pelo sujeito. (RIBEIRO; MOREIRA, 2018).

O termo suicídio remonta ao século XVII, e ainda que haja algumas divergências quanto à sua definição, suas várias concepções concordam que se trata de uma ação empreendida pelo próprio sujeito, que visa findar com sua vida. Para a Organização Mundial da Saúde (2018), o ato suicida sempre implica em ter consciência do fato. Quanto à sua etiologia, destaca-se a existência de uma relação complexa entre diversos fatores, como psicológicos, biológicos, sociais e ambientais.

A preocupação com o comportamento suicida é crescente, já que a cada ano, cerca de 800 mil pessoas morrem por suicídio, e entre jovens de 15 a 29 anos, esta é uma das principais causas de morte (OMS, 2018). As estatísticas revelam, ainda, que para cada suicídio há um número muito maior de tentativas, sendo este, inclusive, um importante fator de risco para o comportamento suicida. De acordo com Botega (2014), a estimativa é que as tentativas de suicídio representam, no mínimo, 10 vezes o número de mortes pela mesma razão.

O suicídio denuncia uma busca do sujeito por algo que o liberte de sua dor, que se mostra insuportável. (BOTEGA *et al.*, 2006). É uma escolha exercida frente ao sofrimento, que denota a desesperança daquele sujeito, que não vê outra alternativa para findar sua dor e, em função disso, acaba buscando a morte. (GUERREIRO, 2014). Desse modo, entende-se que quando o sujeito tenta o suicídio ele está expressando um contexto de crise, não sendo algo repentino, mas gradual, que, conseqüentemente, requer atenção e intervenção. Isso deve

ser feito de forma adequada, com o acolhimento, a sensibilidade e a imposição necessárias a cada caso, favorecendo a compreensão de que no contexto do comportamento suicida, a prevenção deve envolver tanto a pessoa quanto seu meio de relações. (BRASIL, 2017).

Neste cenário, os bilhetes deixados pelas pessoas que se matam reforçam o entendimento de que a vida foi intencionalmente interrompida. São mensagens que expõem o desespero, a desorientação, de forma, muitas vezes, desorganizada e em palavras soltas, sendo o fragmento de um contexto mais amplo e, certamente, mais complexo. A partir destes apontamentos, as cartas e bilhetes mostram-se como objetos de estudo, uma vez que representam uma das formas de se alcançar e “ouvir” o que se passava com o sujeito, por ocasião de sua decisão pelo suicídio. Eles representam a comunicação do sujeito sobre os sentimentos experienciados nesse momento de tamanho sofrimento e aproximação da morte.

Cumprido destacar que atualmente há diferentes formas de se publicizar comunicados e informações, tendo em vista o papel de “fala” ocupado pelas redes sociais. No caso do suicídio não é diferente, e tem-se observado que as pessoas se utilizam de ferramentas públicas, como o Facebook, por exemplo, para deixar registrada sua carta de despedida. Com isso, em alguns casos, esses registros não são mais encontrados somente pela família, ou em um lugar particular, mas são publicados pelo próprio suicida em seu perfil em redes sociais. Este estudo trata especificamente desses casos.

Considerando o contexto apresentado aqui, o objetivo geral deste estudo foi buscar elementos que auxiliem a compreensão do ato suicida, com base em cartas de suicidas, postadas no Facebook. Os objetivos específicos ficaram assim delimitados: identificar os sentimentos e pensamentos mais recorrentes, registrados em bilhetes e cartas de suicidas; identificar os fatores de risco que podem ter contribuído para o suicídio; identificar elementos que poderiam ter atuado como fatores de proteção para o comportamento suicida; e identificar o sentido que está por detrás do gesto de deixar uma carta suicida.

A fim de responder os objetivos propostos nesta pesquisa foi realizada uma revisão da literatura, e também, uma pesquisa de abordagem qualitativa e documental, que analisou cartas de suicidas publicadas pelo próprio sujeito no Facebook, momentos antes de sua morte. Os resultados obtidos foram tratados por meio da análise de conteúdo e foram discutidos à luz dos pressupostos e postulados teóricos que embasam este estudo.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1. Contextualização e definição do suicídio

O fenômeno do suicídio não se reduz a uma única perspectiva, abordagem ou forma de

ver o problema, mas compreende diferentes ciências, considerando sua origem complexa e multideterminada (BOTEGA, 2015). É um tema bastante denso e por isso pode e deve ser discutido por inúmeras perspectivas, como filosófica, sociológica, psicológica, histórica, antropológica, moral, entre muitas outras, que buscam compreender as várias condições que exercem influência sobre o ato suicida. (CASSORLA, 1984).

A concepção do suicídio ainda sofre variações conforme diferentes culturas e religiões. Segundo Botega (2015), algumas culturas primitivas percebiam o suicídio como um acontecimento que fazia parte dos costumes da tribo. O autor menciona, ainda, que na antiguidade greco-romana, o suicídio era concebido como um direito pessoal. Já na Idade Média, passou a ser visto como um pecado mortal. Somente após meados do século XX que se iniciou a prevenção do suicídio como questão de saúde pública, depois de se identificar a relação entre suicídio e transtornos mentais.

Para Durkheim (1897/2000), o suicídio sempre é uma ação executada por um indivíduo que opta pela morte, em detrimento da vida. Contudo, as causas que influenciam este sujeito não são iguais em todos os casos. Para ele, o suicídio pode ser classificado em três tipos: egoísta, altruísta e anômico. O autor esclarece que cada suicida deixa uma impressão particular, que comunica suas características, as condições que antecederam aquele momento, e que esses elementos não podem ser elucidados somente com base em questões sociais.

De acordo com Botega (2015, p. 24), no final da década de 1960, a Organização das Nações Unidas definiu o suicídio como “um fenômeno multifatorial, multideterminado e transacional, que se desenvolve por trajetórias complexas, porém identificáveis”. Na mesma direção, a Organização Mundial de Saúde, citada pelo mesmo autor, define comportamento suicida como um ato do sujeito que provoca lesão a si próprio, independente do elemento motivador ou da intenção letal desse ato. A partir dessa definição é possível compreender o comportamento suicida como um *continuum*, que abarca pensamentos autodestrutivos, que se manifestam em ameaças, gestos, tentativas e, finalmente, no suicídio consumado. Conforme explicam Maia e outros (2017), o suicídio surge, muitas vezes, como uma busca por socorro, uma forma encontrada para suportar um sofrimento, sendo uma tentativa de acabar com a dor ou com o sentimento de culpa, de se esquivar de situações com as quais o sujeito não consegue lidar.

Cassorla e Smeke (1994) ainda afirmam que quando uma pessoa se suicida, ela não está em busca da morte em si, mas deseja matar uma parte de si; porém, como se depara com a impossibilidade de pôr fim apenas a essa parte, acaba se matando por inteiro. Assim, ela não deseja realmente morrer, mas deseja uma outra vida, baseada na fantasia, uma construção da

sua mente, livre do sofrimento. Há uma relação entre questões internas do sujeito e fatores externos, e diante de um momento difícil, a pessoa pode não conseguir lidar com as adversidades, porque essas são muito complexas ou porque está internamente fragilizado, ou ainda por ambas as razões. (CASSORLA, 1984). É justamente a partir destes elementos internos e externos que se pode identificar os fatores que atuam como risco e proteção do comportamento suicida.

2.2. Fatores de risco e de proteção para o comportamento suicida

O sujeito que comete o suicídio, em geral, não comete este ato em decorrência de um único elemento, mas como uma resposta a uma série de fatores de risco, somados a algum precipitador. Segundo Abasse *et al.* (2009), o suicídio resulta da interferência de questões particulares, do ambiente em que o sujeito vive e da sociedade em que está inserido. Tanto no ato em si quanto na tentativa de suicídio, está sendo expressa “uma dor emocional que o sujeito considera ser interminável, intolerável, e com a qual acredita não ter capacidade de lidar”. (ABASSE *et al.*, 2009, p. 414).

Conforme explica Botega (2015), a origem dos fatores de risco que podem predispor um indivíduo à autodestruição é diversa e variável, envolvendo questões genéticas, histórico pessoal e familiar, elementos relativos à cultura, contextos sociais e econômicos, presença de eventos estressores, características da personalidade, transtornos de ordem mental, entre muitos outros. O mesmo autor afirma que dentre os fatores de risco há os de natureza sociodemográfica, dos quais se pode citar o sexo masculino, ser jovem adulto (entre 15 e 35 anos) ou idoso (acima de 75 anos), ter orientação sexual homoafetiva ou bissexual, ser ateu e pertencer a minorias étnicas. A presença de transtornos mentais configura-se como um forte preditor do suicídio, com especial destaque para a depressão, o transtorno bipolar, a esquizofrenia e outros transtornos de personalidade, assim como o uso e abuso de álcool e outras drogas. (BRASIL, 2006; BOTEGA, 2015).

Os fatores psicossociais também merecem atenção, tais como o histórico de abusos físico ou sexual, perda e separação dos pais na infância e estrutura familiar instável; falta de apoio no meio social em que o sujeito vive, o que gera isolamento; situações de desemprego e aposentadoria; relacionamentos interpessoais com experiências de agressão, humilhação, desamparo, perdas importantes, acontecimentos estressantes, entre outros. Além disso, deve-se considerar como o sujeito se sente em relação a si mesmo, sua autoestima, grau de impulsividade, comportamento agressivo, variação do humor e pensamento muito rígido, o

que dificulta o enfrentamento de adversidades. (BOTEGA, 2015). Existem outros elementos que podem se tornar fatores de risco, como por exemplo, o acesso a instrumentos letais, como armas de fogo, venenos, entre outros, a presença de doenças que incapacitam o sujeito, que são estigmatizantes, doenças terminais, estados confusionais ou delirantes. (BOTEGA, 2015).

Além dos fatores de risco devem ser considerados os precipitadores, que segundo Maia e outros (2017), são eventos e fatos recentes da vida do sujeito, que atuam como alavanca para o suicídio, podendo ser representados como a gota d'água. Esses eventos podem ser rompimento de laços afetivos, perdas, desemprego, aposentadoria, dentre outros. Para estes autores, os fatores de risco ou predisponentes seriam a água que enche gradativamente o copo, e o fator precipitante é a gota que derrama esse líquido.

Se de um lado há os fatores que predis põem o indivíduo ao suicídio, tratados aqui como fatores de risco, merecem igual destaque os fatores que atuam como protetores deste comportamento. (WERLANG; BORGES; FENSTERSEIFER, 2005). Esses fatores consideram a personalidade e o estilo cognitivo do sujeito, a estrutura familiar, quando se pode contar com um bom relacionamento, quando há senso de responsabilidade relacionado aos outros membros da família, quando há a presença de crianças pequenas, quando houve atenção e responsividade dos pais na infância do sujeito e quando este grupo familiar oferece apoio em situações difíceis. (BOTEGA, 2015).

Existem elementos de proteção que compõem a esfera social e cultural da vida do sujeito, tais como se sentir integrado e ter boas relações com diversos grupos, como amigos, vizinhos, colegas, etc. A prática religiosa também pode atuar como um fator de proteção, bem como o acesso a serviços de saúde mental. O que se procura é fortalecer esses fatores, contribuindo para o aumento da qualidade de vida do sujeito, de sua produtividade, de sua saúde e de seu sentimento de bem-estar, o que, em contrapartida, reduzirá os fatores de risco. (BOTEGA, 2015). Conhecer fatores de risco e de proteção é um dos passos mais importantes para se prevenir o suicídio. Na busca por identificar e compreender adequadamente esses fatores, diferentes vertentes da Psicologia oferecem explicações e aportes teóricos sobre o comportamento suicida, o que será tratado na seção a seguir.

2.3. Contribuições e aportes teóricos da Psicologia para a compreensão do comportamento suicida

A Psicologia conta com diferentes concepções e postulados teóricos acerca do suicídio e dos fatores que influenciam o sujeito que o comete. Sob a perspectiva da Gestalt, o suicídio

está relacionado a questões existenciais, como a ausência de sentido, o sofrimento, o medo, entre outros. Assim, a pessoa que pensa no suicídio está vivenciando um momento de crise e encontra na morte a possibilidade de solucionar esse conflito (FUKUMITSU; SCAVACINI, 2013).

Sob o viés da psicanálise, parte-se do entendimento de que os pensamentos referentes ao suicídio são inclinações agressivas e destrutivas direcionadas aos outros, mas que o sujeito dirige a si próprio. Para Freud (1915/2006), o ato de se matar ocorre quando o ego toma a si mesmo como objeto e, assim, a hostilidade e agressividade destinada a um objeto que foi perdido ou que provocou sofrimento, é canalizada contra o próprio sujeito.

Outra abordagem que oferece suas contribuições à questão do suicídio é a Cognitivo-comportamental, que o entende como um fenômeno no qual as influências advindas da sociedade e a escolha pessoal do sujeito estão relacionadas, impactando e determinando seus comportamentos. (MCHUGH; SLAVNEY, 1998 *apud* BOTEGA, 2015). Na perspectiva comportamental, o suicídio é, na verdade, um comportamento de esquiva, que se dá de modo extremo. Isso ocorre porque na busca de evitar dor e sofrimento a pessoa vislumbra a morte como solução. Existem, ainda, contingências que atuam de modo coercitivo, juntamente ao reforço negativo e à punição, que podem resultar em sentimentos de culpa. (CHILES; STOSAHL 2005 *apud* BOTEGA, 2015). A Psicologia Cognitiva, por sua vez, postula que um dos fatores de risco ao suicídio é a dificuldade do sujeito em resolver problemas, que é entendida como uma inabilidade em compreender um problema e vislumbrar possíveis estratégias e soluções efetivas. (CORONEL; WERLANG, 2010).

Por fim, é importante apresentar uma concepção teórica proposta por Edwin Shneidman, visto como propulsor da suicidologia, e que compreende que o grande motivador dos comportamentos autodestrutivos é o conceito de dor psicológica. O conceito de *psychache* enseja a ideia de que o suicídio não tem como elemento principal a morte em si, ou o ato de matar, mas sim uma busca do sujeito pelo fim da consciência e da dor, que não consegue mais suportar. Isso significa que se fosse possível, o sujeito cessaria sua consciência, mas se manteria vivo, já que o entendimento central é de que o suicida não busca a morte, mas o fim de sua dor. (SHNEIDMAN, 1993 *apud* BOTEGA, 2015). Diante das informações e apontamentos aqui apresentados e discutidos é possível reafirmar o caráter multidimensional do suicídio, que não pode ser explicado por um único viés, sendo necessária e possível a sua compreensão com o auxílio de múltiplas teorias e perspectivas.

Um último aspecto relevante ao estudo proposto aqui é o papel de cartas e bilhetes deixados por sujeitos que cometeram suicídio, na medida em que podem ser entendidos como

importantes elementos que registram o que se passou com aquele que se matou. Em função disso, a seção a seguir trata das possíveis contribuições desses registros escritos, no contexto da morte por suicídio.

2.4. O sentido de cartas e bilhetes deixados por suicidas

A escrita revela-se como um instrumento de grande relevância, tanto para a autorreflexão quanto para comunicar algo que está no íntimo de um sujeito. No contexto suicida não é diferente, conforme explica Bolleme (1998, p. 201, *apud* WADI; SOUZA, 2005, p. 1): “nunca se escreve senão para viver, a fim de fazer frente a uma situação, para explicar, justificar-se, informar, dirigir-se a, apelar, queixar-se, sofrer menos, fazer-se, dar-se prazer”. Dessa forma, o sujeito que escreve antes de tirar sua vida parece buscar esses mesmos objetivos, em uma tentativa de manter-se presente, de alguma forma, mesmo após a sua morte. (WADI; SOUZA, 2005).

O suicídio em si já se configura como a principal mensagem do sujeito e, assim, os bilhetes tornam-se metamensagens. Justamente por isso é que se faz importante analisar o conteúdo dessas mensagens como declarações espontâneas daquele que as escreveu. Esses escritos revelam-se como demonstrações do sujeito acerca do seu desejo de comunicar algo, que além da escrita, assume uma linguagem corporal, através do suicídio. (SILVA, 2017). A mensagem deixada, muitas vezes, expressa o desespero e a confusão experienciadas nos momentos anteriores ao ato suicida.

Wadi e Souza (2005), citando Gomes (2004), esclarecem que, possivelmente, para o suicida, escrever essas mensagens tenha se tornado um momento e um espaço de “estreitamento (ou rompimento) de vínculos”, o que não poderia ser realizado em outros contextos. Os autores mencionam que em geral, as cartas abarcam questões como “desencontros amorosos, doenças, ciúmes, raiva, vingança, vergonha, orgulho ferido, solidão, problemas financeiros, dívidas – informações sobre a vida vivida” (WADI; SOUZA, 2005, p. 3), o que faz das cartas um espaço carregado de memórias. Acredita-se, então, que há um interesse daquele que se suicidou em ser ouvido após sua morte e, assim, por meio da análise de bilhetes e cartas, busca-se resgatar o que foi dito, a quem foi direcionado, que sentimentos e intenções estavam envolvidos.

A comunicação do desejo de ser ouvido e, a partir dessa carta, ter seu espaço de fala, remete a outra discussão necessária neste cenário: a quem é direcionado esse discurso, quem tem/terá acesso a ele. Historicamente tinha-se um entendimento de que o suicídio, assim como

a morte, eram eventos particulares, que envolviam o sujeito e sua família mais próxima. Todavia, na atualidade, com a ascensão das redes sociais, a publicização de qualquer evento e vivência, e não seria diferente com o suicídio, é alcançada com facilidade. Dessa forma, surge o questionamento: o que significa o ato de publicar sua carta, em um perfil de rede social, que permite o acesso a um grande número de pessoas? Isso anuncia, certamente, o rompimento com a lógica do suicídio vivido às escondidas, de modo privado, configurando-se em algo que pode ser público e publicado. A seguir, estes apontamentos serão melhor tratados.

2.5. Suicídio: vivência pública ou privada?

Ao analisar o suicídio como uma forma de comunicação é importante refletir sobre os meios com os quais o sujeito pode operar, a fim de alcançar esse objetivo. Na contemporaneidade, Nafaguchi e Adorno (2016) destacam a influência da internet como uma forma de comunicar acerca da vida, dos sofrimentos, das questões subjetivas e da morte. As redes sociais deixaram de ser unicamente tecnologia e tornaram-se elementos da cultura moderna, atuando como um espaço de socialização e de geração de um conteúdo que pode ser compartilhado. (DANAHO BOYD, 2008 *apud* NAFAGUCHI; ADORNO, 2016).

O ato de publicizar ideias e experiências através da postagem em uma rede social remete, então, a outra discussão pertinente ao contexto deste estudo: o suicídio como um evento público. Em outros tempos, o suicídio era concebido como um evento particular, que demandava certo distanciamento de outras pessoas. Mesmo quando havia uma carta, ela era deixada para poucos. No entanto, pesquisas apontam que na atualidade há um cenário diferente. Marquetti (2014) conduziu um estudo em que coletou relatos de familiares de suicidas e que era comum que eles fizessem menção a elementos relacionados à cena do suicídio, como os objetos, os locais, a escolha dos “espectadores”, do dia e do horário, demonstrando todo um planejamento, que envolveu a vivência de um evento público, em local público. Assim, reafirma-se o caráter comunicativo do suicídio, que se constrói em uma transição entre o que é particular, para o que é público, envolvendo a família em si ou a sociedade de modo geral. “Quando um suicídio transita entre o espaço público-privado, sua manifestação é percebida como uma desorganização dos padrões da morte e da referência cultural de público-privado.” (MARQUETTI, 2014, p. 242).

Ao publicar e expor sua carta em uma rede social, alcançando um número expressivo de pessoas, constrói-se a hipótese de que o sujeito desejava provocar reações nos outros sobre a sua morte. Neste contexto, o presente estudo teve a intenção de “ouvir” esse sujeito em

sofrimento, através da análise de cartas postadas no Facebook por pessoas que cometeram suicídio. Com isso, pretende-se contribuir para a compreensão do suicídio, um fenômeno complexo, multifacetado, que se configura como um problema de saúde pública.

3. METODOLOGIA

A presente pesquisa propôs-se a fazer um estudo dos registros deixados por pessoas que se mataram, através de uma abordagem qualitativa e documental. Foram analisadas cinco cartas publicadas por suicidas em sua própria página em rede social (Facebook). As cartas foram localizadas após pesquisas em sites de busca como o Google, utilizando os termos “cartas de suicídio”, que por sua vez direcionaram a um site que apresenta um acervo de cartas e notícias sobre o assunto. Do total de cartas encontradas, as cinco que foram tratadas neste estudo foram escolhidas considerando três critérios: 1) terem sido publicadas no Facebook; 2) conterem informações sobre a idade e o sexo do sujeito e 3) data aproximada do suicídio. As informações encontradas a respeito da pessoa que cometeu o suicídio foram sistematizadas no Quadro 1, que consta a seguir. A fim de preservar os sujeitos e garantir o seu anonimato, seus nomes foram substituídos por uma numeração: Post 1, Post 2, e assim sucessivamente. A escolha da palavra “Post” se deu porque as publicações em rede social são chamadas de postagens, ou simplesmente post’s.

Quadro 1 - Informações sobre os autores das cartas analisadas

Identificação neste estudo	Sexo	Idade	Método	Data
Post 1	Masculino	24 anos	Afogamento	01/2019
Post 2	Feminino	38 anos	Não informado	02/2019
Post 3	Feminino	25 anos	Precipitação	11/2016
Post 4	Masculino	18 anos	Enforcamento	01/2015
Post 5	Masculino	38 anos	Tiro na cabeça	02/2015

Fonte: Dados da pesquisa

Escolhidas as cartas, elas foram analisadas por meio da análise de conteúdo, por ser uma técnica que “possibilita a descrição do conteúdo manifesto e latente das comunicações” (GIL, 2002, p. 89), e os resultados obtidos foram discutidos à luz dos pressupostos e postulados teóricos que embasam este estudo.

A análise de conteúdo teve como finalidade a organização sistematizada do conteúdo das cartas, através do estabelecimento de unidades temáticas de análise e a separação em categorias, a fim de se alcançar maior compreensão acerca do que dizem as cartas. Desse

modo, foram identificadas cinco categorias de análise, que constam apresentadas e discutidas na próxima seção.

4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Examinando alguns dados referentes aos autores das cinco cartas aqui analisadas foi possível observar a presença de características sociodemográficas comuns. No que diz respeito à idade, todos os cinco são adultos jovens, com idade entre 18 e 38 anos, o que segundo Botega (2015), é uma faixa etária considerada como fator de risco para a autodestruição.

Aqui, por se ter como objeto apenas as cartas, sendo estas um relato do próprio sujeito sobre si, sobre sua vida e, principalmente, sobre o momento próximo ao ato suicida, não se teve acesso a outros dados. Desse modo, vale notar que o que se privilegia é a fala do próprio sujeito, através do que registrou em sua carta, em um momento de sofrimento intenso, que antecedeu sua morte. A imersão e o desmembramento das cartas, com auxílio da técnica da análise de conteúdo, possibilitaram a identificação de alguns temas e/ou conteúdos que apareceram como recorrentes e, por isso, foram tomados como categorias de análise: 1) Culpa e perdão, 2) Histórico de sofrimento, 3) Expectativas e instruções pós-morte, 4) Sentido da vida e visão sobre si e 5) A escrita do sujeito suicida.

4.1. Categoria 1: Culpa e perdão

A análise das cartas revelou que o sentimento de culpa é uma temática frequente. Dentre as cinco cartas analisadas, em três delas há elementos indicativos de culpa, em algum sentido, ou uma responsabilização de algo ou de alguém, pelo suicídio.

Essa busca ou apontamento de um culpado revela-se tão acentuada que no Post 1 o texto foi iniciado pela frase: “Não foi culpa de ninguém”, e essa mesma sentença se repete em outro momento, de modo ainda mais específico, isentando amigos, ex-namorada, família, e enfatizando que “a culpa foi minha”. Na mesma direção, no Post 4 consta: “a culpa, antes de tudo, é minha”. Entretanto, o autor da carta complementa: “mas há vários outros fatores... a família é a mesma que une e a mesma que destrói”. Desse modo, vê-se que há uma certa ambivalência na carta deste suicida, pois se por um lado ele isenta a todos de culpa e responsabilidade, também os pune, apontando faltas e fatores que estão diretamente

relacionados à sua decisão de tirar a própria vida. Silva (2017) assinala que a ambiguidade é comum nas cartas de suicidas, e que ela revela seu desejo de eximir os outros da culpa, mas, paralelamente, seu desejo de acusá-los, mesmo que de modo implícito.

No Post 5 vê-se, de modo mais claro, a franca culpabilização de pessoas que conviviam com o suicida: “[...] Portanto, que vocês sigam suas vidas sabendo o que vocês causaram. [...] Vocês são os maiores culpados disso tudo.” (POST 5). A responsabilização nominal que o suicida, autor do Post 5, faz em sua carta, vai ao encontro do que preconizam Wadi e Souza (2005), que explicam que, muitas vezes, a carta torna-se um meio de indicar aos seus destinatários, os responsáveis pela morte.

Além do sentimento de culpa, o desejo e a busca por perdão, apareceram de modo contundente nas cartas analisadas, tanto que em todas as cinco há este apontamento, o que converge com o que afirma Fukumitsu (2014). Segundo a autora, as cartas de suicidas, em geral, têm um tom de explicação, acusação e de pedidos de perdão, em busca do entendimento e da aceitação daqueles que ficam, e como forma de reafirmar que a morte era mesmo a única opção. Em todas as cartas analisadas este tipo de “pedido” foi encontrado, como pode se observar nos seguintes trechos:

Me perdoem por não ter tido um último ‘role’ com vocês. (POST 1)

Perdão por não aguentar, meus filhos. (POST 2)

Que Deus me perdoe e me entenda, mas ele já sabia, ele sempre sabe. (POST 3)

Desculpe por não ter sido um namorado melhor, eu sei que poderia ter feito mais. E eu não peço desculpa por esfaquear seu coração como estou fazendo, porque não sou digno de desculpas. (POST 4)

Tendo em vista os trechos aqui mencionados é possível identificar que ao mesmo tempo em que o sujeito culpa o outro, ele também se culpa e vai em busca do perdão, o que, novamente, explicita a ambiguidade característica desse momento. Observa-se que, de certa forma, ao escrever a carta o suicida busca esclarecer e refletir sobre as coisas que aconteceram. Não obstante, ele faz suposições ou indicações acerca do futuro. Partindo desse pressuposto, elaborou-se a próxima categoria de análise.

4.2. Categoria 2: Expectativas e instruções pós-morte

Um achado relevante encontrado nas cartas analisadas foram os conteúdos relacionados às expectativas e indicações sobre o que o sujeito gostaria que fosse feito após a sua morte. Cassorla e Smeke (1994) explicam que o sujeito que se mata tem uma crença

acerca da reação das pessoas frente à sua morte, é como se o sujeito abrisse mão da própria vida, a fim de realizar essa “vingança”, e assim, permanecer vivo no imaginário dos outros. Este conteúdo apareceu nas cinco cartas tomadas aqui como objetos de análise, como fica explicitado nos trechos a seguir:

sei que alguns ficarão tristes, mas, por favor, lembrem-se das minhas piadas [...] de risada, quando zuaem a minha morte, [...] e se alguém que estiver lendo isso estiver com o mesmo sentimento, pense duas vezes; se você estiver em dúvida, continue vivendo, nunca se sabe o dia de amanhã. Você pode ser feliz, eu poderia ser feliz [...] Quando alguém pedir pra você se sentar do lado, pra conversar... não importa quem seja, sente-se.. essa pessoa pode estar precisando de ajuda. Um "vai ficar tudo bem" pode mudar o dia de alguém [...] Coloquem *Losing my religion* do R.E.M pra tocar, é minha música favorita [...] e pra vcs.. VIDA Q SEGUE. (POST 1)

aproveite o pouco tempo de vida que lhe resta [...] se divirtam, sejam unidos, amem uns aos outros, e aproveitem, quero mesmo que aproveitem, não percam tempo com besteira [...] “espero que sigam meus conselhos e façam das suas vidas melhores. (POST 4)

O sujeito mistura acusações junto com seus últimos pedidos, palavras de conforto e protestos e, dessa forma, constrói uma espécie de testamento, que contempla não somente seus bens materiais, mas também aspectos emocionais e afetivos, o que converge com as ideias de Silva (2017). Estes achados ficam explicitados no seguinte trecho de uma das cartas:

plante uma árvore em minha memória. Eu adoraria estar presente pra cuidar de vocês. Quero que sorriam ao se abraçar. O meu único legado é a minha inteligência, espero que sigam meus conselhos e façam das suas vidas melhores. Tchau, algum dia talvez eu encontre vocês no céu, vou ter um amigo lá... (POST 4)

Diante desses dados pode-se entender que apesar da morte ser um fim, o sujeito enxerga uma continuidade (BOLLEME, 1998 *apud* WADI; SOUZA, 2005). Ao escrever o sujeito encontra uma forma de viver, uma possibilidade de explicar, justificar, queixar-se, dentre outros.

Além das instruções ou referências dirigidas aos outros, as cartas analisadas trouxeram, também, uma expectativa do sujeito em relação ao que irá acontecer com ele após a morte e como será “o outro lado”. Segundo Pereira e Fensterseifer (2019), em pesquisa realizada por Handelman e Lester (2007), foram analisadas cartas de pessoas que cometeram suicídio e observou-se, com certa frequência, que elas eram escritas em tempo verbal futuro, e havia pontuações acerca do paraíso e sobre alguma divindade, como Deus. Essa característica também foi identificada nas cartas do presente estudo, como demonstram os seguintes trechos:

e mesmo sendo ateu, eu espero q tenha algum tipo de vida do outro lado, e que de algum modo eu consiga guiar vocês. (POST 1)

Que na próxima reencarnação eu possa fazer uso de todo aprendizado que tudo isso

me trouxe, mesmo com tanta dor e sofrimento. (POST 3)

lá deve ser lindo...será que o no paraíso tem pássaros? [...] algum dia talvez eu encontre vocês no céu, vou ter um amigo lá [...] eu nunca tive tanta certeza de dizer o que vou dizer: vou descansar em paz. (POST 4)

A partir desses registros, vê-se que o sujeito acredita, ou pelo menos espera, que a morte não seja efetivamente o seu fim, e revela que o seu desejo não é morrer, mas sim alcançar uma outra vida, da forma como imagina, onde esteja isento de sofrimento, exatamente como apontam Cassorla (1984) e Shneidman (1993 *apud* BOTEGA, 2015). A morte é buscada como estratégia para cessar e bloquear o sofrimento insuportável sentido pelo sujeito, é a saída encontrada para tanta dor. Cumpre notar que esse sofrimento, conforme indica a literatura e também pode ser visto nos resultados aqui observados, não é em relação a um fato isolado, mas compreende uma série de elementos precedentes ao ato. Neste contexto, a categoria a seguir discute, justamente, o histórico de dor e sofrimento registrado nas cartas analisadas.

4.3. Categoria 3: Histórico de sofrimento

Outro fator que pôde ser observado de modo marcante nas cartas de suicidas foi o histórico de sofrimento do sujeito. Importante retomar a compreensão de que o autoextermínio não é resultante de uma única questão, sendo uma resposta a uma junção de diferentes fatores de risco, acrescidos de um elemento precipitador (BOTEGA, 2015). Por conseguinte, considera-se que o suicídio consumado tem, antes dele, uma história, um *continuum*, que compreende pensamentos, ideias, ameaças, tentativas até, finalmente, o suicídio em si.

Segundo Cassorla (1984), é comum que o comportamento suicida relacione-se com adversidades particulares e internas do sujeito e com questões externas. Um trecho do Post 1 demonstra a relação do sujeito com as adversidades, a ausência de sentido na vida e o sofrimento excessivo, que acaba por favorecer o surgimento de ideias e pensamentos suicidas:

Olhei pro céu e não consegui prometer nada, porque eu não tenho nada pra viver entre ficar na minha cama o dia todo e não estar mais por aqui, eu prefiro ir embora [...] infelizmente, eu sempre respiro fundo, olho pro teto, e a única coisa que passa na minha cabeça é a corda e a cadeira. Eu sou preguiçoso, vai dar muito trabalho achar uma corda, fazer o nó e tal, então, eu vou pegar a bike, pegar uma brisa no rosto e me jogar na primeira agua funda que eu ver, não sei nadar mesmo. (POST 1)

Na mesma direção, vale lembrar que transtornos mentais configuram-se como importante fator de risco para o comportamento suicida, especialmente a depressão, o abuso

de álcool e drogas, a esquizofrenia e o transtorno bipolar (BRASIL, 2006; BOTEGA, 2015). A presença de transtornos mentais pôde ser observada em trechos de algumas cartas, como ilustrado a seguir:

Mas ai começou a ansiedade, a vontade de não levantar.. de não ir pra escola, de não fazer nada... [...] esse ano minha cabeça acabou comigo tinha dia q eu tava de boa, feliz, mas minha cabeça não queria q eu ficasse feliz a cabeça queria pensar merda, [...] eu não conseguia levantar meu corpo tinha 2 toneladas, não conseguia tomar banho não conseguia comer, não sabia se o céu tava nublado não abria a janela, não fazia literalmente nada [...] é uma briga pessoal e eu sempre apanhei hoje infelizmente eu apanhei demais [...] eu não conseguia levantar da cama, ter uma vida normal era a famosa depressão me comendo todo dia, mas eu tinha que agir como se eu tivesse de boa. (POST 1)

Em virtude de alguns problemas familiares, sempre tive muitas inseguranças e medos, além de vários problemas relacionados à minha estima própria [...] enquanto isso, às favas minha integridade emocional e psicológica [...] passei a ter medo de ficar sozinha em casa [...] eu passei a ter dificuldades para dormir. (POST 3)

Além da presença de sintomas e psicopatologias, os suicidas também costumam apresentar algumas características típicas em seu funcionamento cognitivo. Uma delas é o pensamento em túnel, que envolve uma expressiva constrição do pensamento e inflexibilidade cognitiva. Isso faz com que a pessoa que comete o suicídio, conforme explica Scavacini (2013), não consiga perceber outras formas de lidar com o que está sentindo. É como se estivesse presa em um ciclo repetitivo de pensamentos, sofrimentos e confusões, sem vislumbrar outra saída que não a morte. Essa dificuldade em encontrar outras saídas para o problema também denota um pensamento rígido, que se divide em tudo ou nada, o que leva o sujeito a crer que a morte é a única solução possível para seu problema.

A percepção da falta de alternativas gera outros desdobramentos, tais como a sensação de que a vida é um fardo, excessivamente pesado, como registra a autora do Post 3, ao encerrar sua carta: “Essa vida eu já não posso mais suportar”. Esse sentimento remete ao conceito de *psychache*, cunhado por Shneidman (1993 *apud* BOTEGA, 2015), justamente para se referir à dor insuportável sentida pelo suicida, que busca a morte, então, como uma tentativa de extinguir a sua consciência frente à dor que está sentindo e que se tornou insuportável. O sentimento de não suportar a vida, traz a reboque a falta de sentido para viver, a presença de um vazio existencial, aspecto central na compreensão do comportamento autodestrutivo, analisado na próxima categoria.

4.4. Categoria 4: Sentido da vida e visão sobre si

A ausência desse sentido para a existência e para a vida do sujeito surgiu na maioria

das cartas e também é encontrada na literatura, sendo mencionada por autores de diferentes abordagens e correntes teóricas. À luz de postulados teóricos da Gestalt (FUKUMITSU; SCAVACINI, 2013), o suicídio é entendido como algo diretamente atrelado a fatores existenciais, como o sofrimento, o medo e a carência de um sentido, exatamente como pôde ser observado no Post 4: “a vida não tem sentido quando não se procura sentido na vida. [...] a vida é feita para os fortes”.

Em uma vertente mais social e menos individual de leitura e compreensão do fenômeno suicida, entende-se que quando o sujeito não reconhece uma motivação para viver, a vida torna-se um obstáculo, o que pode ser ilustrado com trechos de três das cartas analisadas neste estudo.

A vida pra mim nunca foi algo interessante [...] vida não é curta como dizem, parece que eu vivi uma eternidade [...] a vida moderna é uma merda, felizmente estou me retirando. (POST 1)

Dessa vida só levamos o mais bonito e o aprendido [...] Essa vida é uma ilusão e um jogo de arquétipos do bem e do mal, de dualidades... desde que o mundo é mundo. (POST 2)

Eu só queria esquecer tudo e seguir minha vida. [...] Essa vida eu já não posso mais suportar. (POST 3)

Além da visão que o sujeito tem da vida, é importante “ouvir” e perceber o que ele diz a respeito de si mesmo, como mais uma das formas de buscar subsídios para compreender o ato suicida. Em todas as cinco cartas analisadas há trechos em que o suicida descreve as percepções e imagens que tem de si mesmo, como fica ilustrado a seguir:

Eu só era a pessoa que queria que todos da rodinha dessem risada, mas se eu não estivesse na roda também, não faria diferença [...] eu sempre fui a pessoa que ia atrás pra conversar [...] e até o presente momento eu fui um palhaço na vida. (POST1)

Eu fiz o que pude, até onde pude. (POST 2)

Eu tinha sonhos e planos, sempre fui romântica até demais, idealista. Lutar por esses sonhos perdeu o sentido. (POST 3)

Eu pequei, não fui um irmão presente [...] eu sei que poderia ter feito mais. O meu único legado é a minha inteligência. (POST 4)

Fiz sempre o melhor que pude. (POST 5)

Estes achados convergem com as ideias de Botega (2015), que afirma que a observação dos sentimentos que o sujeito tem sobre si mesmo, sua autoestima, seu comportamento e seu modo de pensar, pode oferecer importantes informações quanto ao risco potencial de um sujeito de buscar o suicídio como solução para suas dificuldades. Partindo desse pressuposto, nota-se a significativa contribuição que a análise cuidadosa das cartas

deixadas por suicidas pode oferecer para o entendimento do comportamento autodestrutivo. Elas oferecem pistas e indicativos da condição do sujeito que escolheu e empreendeu a própria morte. Nesse sentido, a próxima categoria de análise propõe-se a discutir o que o sujeito buscava quando escreveu e publicou sua carta.

4.5. Categoria 5: A escrita do sujeito suicida

Um dos questionamentos do presente estudo diz respeito à função e ao papel da escrita registrada na carta deixada por aqueles que cometem o suicídio. Parece ser possível pensar que ao escrever sobre si mesmo, em seu último gesto antes da morte – a escrita da carta de “despedida” –, o sujeito se permite um momento de reflexão sobre sua trajetória até ali, o que poderia ter feito de modo diferente, como ele próprio poderia ter sido ou agido. Wadi e Souza (2005) afirmam que cartas que se caracterizam por um teor autobiográfico, exatamente como as cartas deixadas por suicidas, constituem-se como material de valor significativo, pois garantem que o sujeito possa falar de si e dos seus sofrimentos, oportunidade que, na maioria das vezes, ele não teve em sua vida.

A análise das cartas revela, ainda, uma outra perspectiva, já que foi possível identificar trechos em que os sujeitos “falam”, justamente, sobre o ato de escrever a carta, de deixar este último registro, esta última inscrição:

Imagine morrer sem deixar um textão? kkkkk [...]e pra vocês que leram até aqui... a vida não é curta como dizem. (POST 1)

É com muito pesar que escrevo essa carta. [...] Esse texto tem dois intuitos, denunciar uma situação de abuso insustentável e alertar as pessoas para a gravidade desse tipo de situação. (POST 3)

A TODOS QUE ME CONHECERAM UM DIA... A QUEM ESTIVER VENDENDO ESTA MENSAGEM... (POST 5)

A partir desses fragmentos é possível compreender que esse sujeito escreve esperando, de certa forma, um “retorno” dos outros, e nas redes sociais ele atinge um número maior de pessoas e, por conseguinte, de “respostas”. Adotando uma perspectiva de leitura mais ampliada da situação e observando cada Post em sua totalidade, é possível reconhecer outras características, como frases confusas, palavras soltas, uma escrita desordenada, que certamente reflete o estado confusional e desesperado do sujeito, com um turbilhão de sentimentos. Roberts e Harabagiu (2012), citados por Pereira e Fensterseifer (2019), citam como sentimentos frequentes nas cartas a tristeza, a raiva, a ansiedade, entre outros. Ao escrever o sujeito tenta traduzir em palavras a angústia que está vivenciando, mas nessa

tentativa, acabam ficando lacunas no que ele gostaria de comunicar. O fato de não conseguir escrever ou dizer tudo aquilo que está sentindo e que o está atormentando, fomenta ainda mais o desejo de se matar, tanto que assim ele o faz, transformando a própria morte em comunicação, dotando-a de um sentido e de um significado.

Concluída a análise dos dados foi possível concluir que o ato suicida esse encontra em meio a um emaranhado de fatores, e que o sujeito tem muito a dizer em sua carta. A partir da articulação entre o que a literatura oferece sobre o assunto e os dados fornecidos pelas cartas, nota-se que algumas questões são comuns aos sujeitos e se destacam alguns elementos que requerem uma maior atenção. As categorias de análise apresentadas e discutidas foram organizadas de modo a sistematizar essa investigação e favoreceram uma visualização mais objetiva desse fenômeno preocupante e complexo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo surgiu a partir de um incômodo frente ao alto índice de casos de suicídio e à indagação do que esse sujeito vivencia que o leva a buscar e a provocar a própria morte. Desde o início desse estudo houve um desejo de “ouvir” o sujeito que percebeu a morte como sua única possibilidade. Tendo em vista a impossibilidade desse contato, encontrou-se nas cartas deixadas pelo próprio sujeito uma forma de ouvi-lo. Na busca pelas cartas que seriam analisadas, foi identificado um número considerável desses registros publicados em redes sociais, o que fez surgir um outro questionamento: o que significa publicar uma carta deixada como último registro, antes do suicídio, em uma rede social? Neste contexto específico é que se inseriu este estudo.

No tocante aos sentimentos e pensamentos mais presentes nas cartas, os resultados alcançados mostram que há sentimento de culpa, de que não é mais possível suportar a vida, tristeza, raiva e pensamentos sobre o que acontecerá após a morte. Como fatores de risco para o comportamento suicida foi possível notar que há um histórico de sofrimento, que contempla tanto questões internas do sujeito quanto externas, tais como características do contexto em que ele está inserido. Além disso, a presença de sintomas de transtornos mentais, como depressão e ansiedade, foi marcante nas cartas analisadas. Quanto à identificação de fatores de proteção, observou-se a importância de se ter um sentido para viver, assim como de se ter autoestima, estrutura familiar e social consistentes e que forneçam suporte e apoio ao sujeito. Acerca da função das cartas, os resultados demonstram que é um momento de autorreflexão do sujeito, no qual ele faz considerações sobre sua vida e também comunica algo àqueles que

ficam, muitas vezes, algo que não pôde comunicar em vida.

A Psicologia, como ciência humana, tem como foco o sujeito e, a considerar o fenômeno do suicídio, deve estar preparada para atuar de modo a favorecer sua prevenção. Através dessa pesquisa almejou-se trazer contribuições para a área da Psicologia, especialmente no tocante à ampliação da compreensão dos fatores de risco e de proteção para o comportamento autodestrutivo e no melhor entendimento da dor psicológica e do intenso sofrimento experienciados pelo sujeito. Além da atuação preventiva, nota-se que a Psicologia pode atuar em um contexto de posvenção, atentando-se àqueles que ficaram e compreendendo que, para eles, a vivência do suicídio também é uma experiência de profundo sofrimento e que precisa de atenção.

Com estes apontamentos finais se deseja reiterar que o presente estudo buscou lançar luz sobre a discussão do suicídio, um tema complexo e que carece de discussões cada vez mais amplas e profundas, não somente no campo científico, mas principalmente, para a comunidade em geral. Favorecer a criação de espaços que discutam o tema do suicídio, com o objetivo de auxiliar e instrumentalizar as pessoas que estão fora da academia para a identificação de situações de risco, de modo a ampliar a rede de possibilidades de prevenção e que, de fato, algumas mortes por suicídio possam, com isso, ser evitadas, é um dos compromissos que profissionais da Psicologia podem assumir. Que este estudo seja um primeiro convite a isso.

REFERÊNCIAS

ABASSE, Maria Leonor Ferreira *et al.* Análise epidemiológica da morbimortalidade por suicídio entre adolescentes em Minas Gerais, Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 407-416, abr. 2009.

BOTEGA, Neury José *et al.* Prevenção do comportamento suicida. **Psico**, Porto Alegre, PUCRS, v. 37, n. 3, p. 213-220, set./dez. 2006.

BOTEGA, Neury José. Comportamento suicida: epidemiologia. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 25, n. 3, p. 231-236, dez. 2014.

BOTEGA, Neury. **Crise suicida: avaliação e manejo**. Porto Alegre: Artmed, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Prevenção do suicídio: manual dirigido a profissionais das equipes de saúde mental**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://www.cvv.org.br/wp-content/uploads/2017/05/manual_prevencao_suicidio_profissionais_saude.pdf Acesso em: 06 abr. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Suicídio: Saber Agir e Prevenir; Boletim epidemiológico**, 2017. Disponível em: <http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2017/setembro/21/2017-025-Perfil-epidemiologico-das-tentativas-e-obitos-por-suicidio-no-Brasil-e-a-rede-de-atencao-a-saude.pdf>. Acesso em: 06 abr. 2019.

CASSORLA, Roosevelt M. S. **O que é suicídio**. São Paulo: Editora Brasiliense, 1984.
CASSORLA, Roosevelt M. S.; SMEKE, Elizabeth L. M. Autodestruição humana. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 10, p. 61-73, 1994.

CORONEL, Márcia Keller; WERLANG, Blanca Susana Guevara. Resolução de problemas e tentativa de suicídio: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**. Porto Alegre, v. 6, n. 2, p. 59-82, 2010.

DURKHEIM, Émile. **O Suicídio**: estudo da sociologia. São Paulo: Martins Fontes, 2000. (Original publicado em 1897)

FREUD, Sigmund. Luto e melancolia. *In* **A História do Movimento Psicanalítico, Artigos Sobre a Metapsicologia e outros trabalhos**, Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, Volume XIV, Imago, 2006. (Original publicado em 1915).

FUKUMITSU, Karina Okajima. O psicoterapeuta diante do comportamento suicida. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 25, n. 3, p. 270-275, mar. 2014.

FUKUMITSU, Karina O.; SCAVACINI, Karen. Suicídio e manejo psicoterapêutico em situações de crise: uma abordagem gestáltica. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 19, n. 2, p. 198-204, dez. 2013.

GIL, Antônio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GUERREIRO, Emanuel. A ideia de morte: do medo à libertação. **Diacrítica**, Braga, v. 28, n. 2, p. 169-197, set. 2014.

MAIA, Rodrigo da Silva *et al.* Comportamento suicida: reflexões para profissionais de saúde. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, Porto Alegre, v. 1, n. 3, p. 33-42, nov. 2017.

MARQUETTI, Fernanda Cristina. O suicídio e sua essência transgressora. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 25, n. 3, p. 237-245, fev. 2014.

NAFAGUCHI, Thiago; ADORNO, Rubens de Camargo Ferreira. Suicídio, Gênero e Sexualidade na era digital. **Saúde e Transformação Social**. Florianópolis, v. 7, n. 3, p. 22-35, ago. 2016.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Folha informativa - Suicídio 2018**. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5671:folha-informativa-suicidio&Itemid=839. Acesso em: 30 mar. 2019.

PEREIRA, Vítor Miranda Batista; FENSTERSEIFER, Liza. Eu queria que alguém

percebesse, mas ninguém percebeu: o que revelam as cartas deixadas por suicidas. **Pretextos**, Belo Horizonte, v. 4, n. 7, p. 365-387, jun. 2019.

RIBEIRO, José Mendes; MOREIRA, Marcelo Rasga. Uma abordagem sobre o suicídio de adolescentes e jovens no Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 9, p. 2821-2834, set. 2018.

SILVA, Marcimedes Martins. **Suicídio**: Trama da Comunicação. 2 ed. São Paulo: Livrus, 2017.

WADI, Yonissa Marmitt; SOUZA, Keila Rodrigues de. Fragmentos (auto) biográficos nas mensagens de adeus de suicidas. In SIMPÓSIO NACIONAL DE HISTÓRIA, 13, 2005, Londrina, **Anais ANPUH**. Disponível em:
<http://www.snh2011.anpuh.org/resources/anais/anpuhnaional/S.23/ANPUH.S23.1608.pdf>
Acesso em: 14 ago. 2019.

WERLANG, Blanca Susana Guevara; BORGES, Vivian Roxo; FENSTERSEIFER, Liza. Fatores de Risco ou Proteção para a Presença de Ideação Suicida na Adolescência. **Revista Interamericana de Psicologia**, Porto Alegre, v. 39, n. 2, p. 259-266, 2005.