



# DEPRESSÃO E SUICÍDIO

**Palestrante:**  
**Pastor Elias Soares**

■ “O Senhor é o que tira a vida e a dá;  
faz descer à sepultura e faz tornar  
a subir dela”

(1Sm 2.6)

■ “Por que estás abatida, ó minha alma, e por  
que te perturbas em mim? Espera em Deus,  
pois ainda o louvarei na  
salvação da sua presença”

(Sl 42.5)

# INTRODUÇÃO:

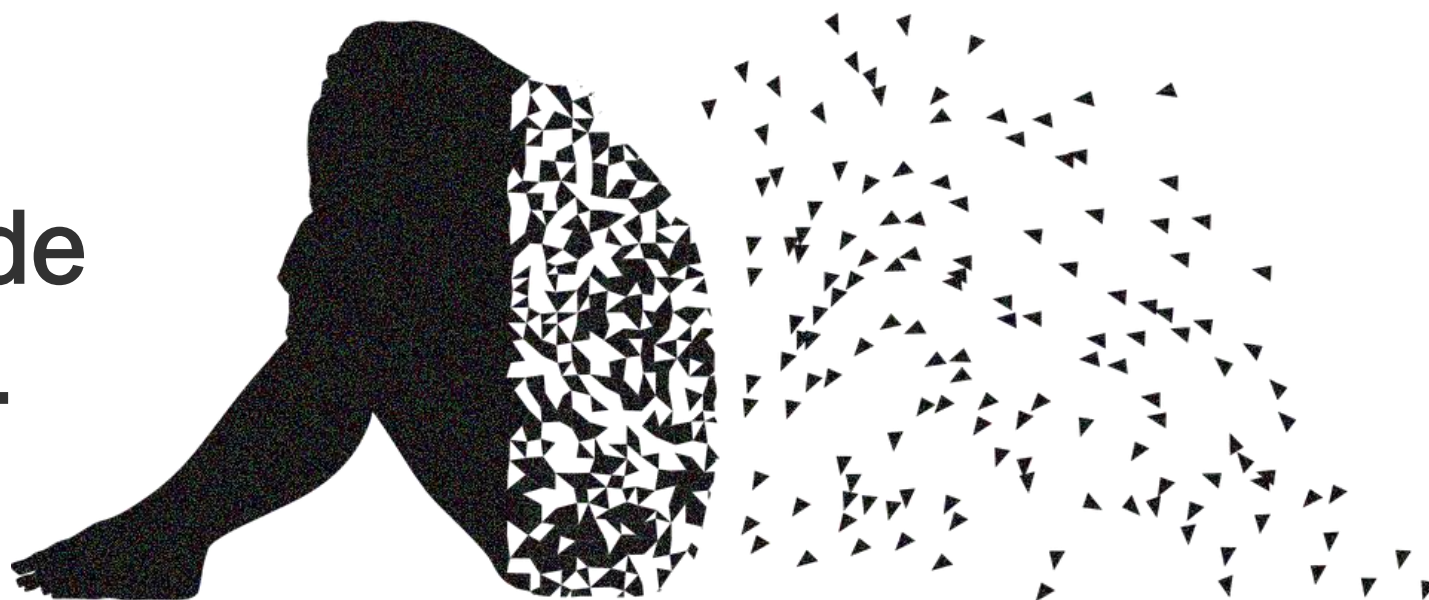
O assunto **envolve:**

A questão da saúde,

**A dor,**

O sofrimento e

A **perda da vida** de  
um ente querido.



# DEPRESSÃO

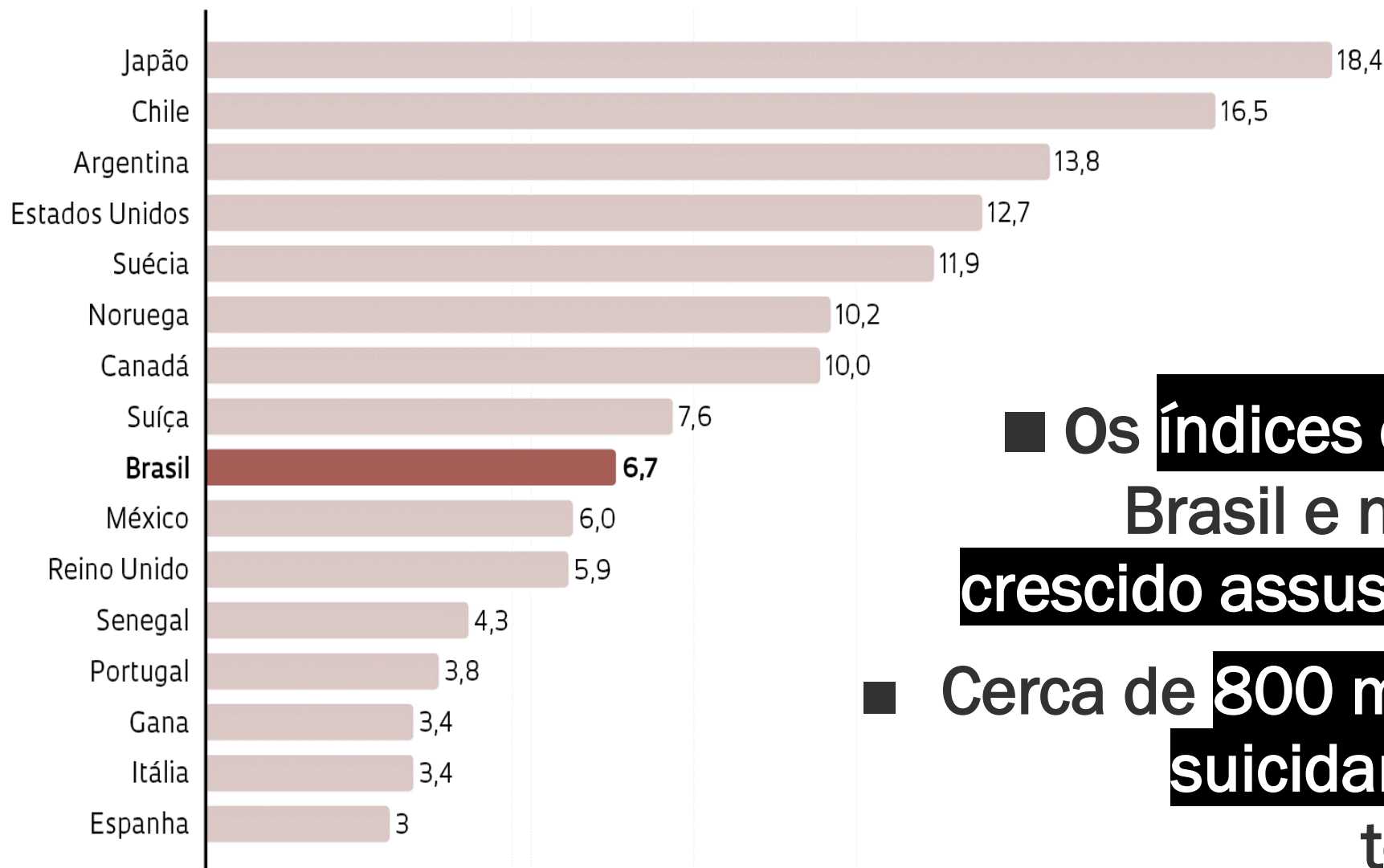
- Cerca de **4% da população mundial (300 milhões de pessoas)** sofre de depressão em todo o mundo.

- O **Brasil** é o **terceiro país** no Ranking Mundial com o **maior número** de pessoas com depressão. Cerca de **5,4% (12 milhões de pessoas)** no Brasil, sofre de depressão nos seus mais diferentes quadros.

# Taxas brutas de suicídio ▲

Por 100 mil habitantes entre 15 e 29 anos

# SUICÍDIO



■ Os índices de suicídio no Brasil e no mundo têm crescido assustadoramente.

■ Cerca de 800 mil pessoas se suicidam por ano em todo o mundo.

# O QUE É DEPRESSÃO?



- Vamos apresentar aquilo que **ela NÃO É:**

❖ *A DEPRESSÃO NÃO É UMA POSSESSÃO DEMONÍACA*

***A DEPRESSÃO NÃO É APENAS UMA TRISTEZA***

❖ *A DEPRESSÃO NÃO É FRESCURA*

***A DEPRESSÃO NÃO É ALGO NA QUAL TEMOS DE  
NOS ENVERGONHAR OU ESCONDER***



# O QUE É DEPRESSÃO?

❖ - Deriva do latim *depressionem*,  
de *deprimere*



- “apertar firmemente”, “para baixo”

❖ - «Abaixamento do nível de pressão ou peso»,  
- «Acto de deprimir(-se)»,

# O QUE É DEPRESSÃO?

❖ «Distúrbio que se caracteriza por cansaço, desânimo, alteração do estado de humor, tristeza intensa, abatimento profundo, com desinteresse pelas coisas»



❖ As funções psíquicas e a motricidade do indivíduo com depressão ficam mais lentas, além de haver diminuição da capacidade de atenção e concentração.



# É UM PROBLEMA ENDÓGENO E EXÓGENO



Endógeno

É um problema interno.

Nesse caso, não tem uma  
causa externa.



Exógeno

É um problema externo.

Nesse caso, não tem  
uma causa interna.

# OS SINTOMAS DA DEPRESSÃO



## 1 – HUMOR

- **A – Tristeza.** Não é uma simples tristeza. É uma tristeza mais intensa, com duração mais prolongada, em torno de duas semanas;
- **B – Ela causa diminuição do prazer** nas atividades;
- **C – Diminui a vontade de fazer as coisas** que você gosta;
- **D – Ansiedade, medo, mais sensibilidade às ameaças** (é comum que isso ocorra).

# OS SINTOMAS DA DEPRESSÃO



## 2 – PENSAMENTOS

- A – Pensamento de autocrítica acentuado

*Ex.: Eu sou um fracasso, sou inútil, não faço nada certo.*

## 3 – FÍSICO

- A – Diminuição da energia física, indisposição, fadiga, cansaço constante, mais sensível à dor física.

# OS SINTOMAS DA DEPRESSÃO

## 4 – RELACIONAMENTO INTERPESSOAL

A – Insatisfação com os próprios relacionamentos; criticar os relacionamentos pela falta de prazer.



**A DEPRESSÃO PODE MATAR:**

**A depressão pode levar ao suicídio**

# POSSÍVEIS CASOS DE DEPRESSÃO NA BÍBLIA:

- Elias (1Rs 19);
- Jó (Jó 19).



# A SÍNDROME DE BURNOUT

## ■ Definição:

- “Burnout é uma palavra do idioma inglês e pode ser traduzida como "queimar por completo".

O termo se refere ao “desgaste emocional e, conseqüentemente, físico que a pessoa sofre.”

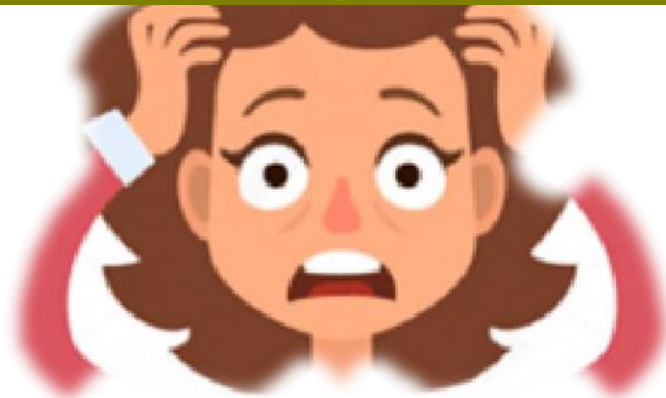




# ESTRESSE

- O que é estresse? Quais seus sintomas?

O estresse é cansaço? É uma doença?



Pela classificação internacional das doenças (CID),  
o estresse ainda não é classificado como doença,  
mas ele influencia e predispõe uma série de  
doenças quando ele vem em excesso.

# ESTRESSE É DIFERENTE DE CANSAÇO

**O cansaço =**

Resultado do trabalho,  
do trânsito e reuniões que  
deixam você exausto.

Uma boa noite de **SONO** repara  
todo o cansaço.



# ESTRESSE É DIFERENTE DE CANSAÇO

O estresse =

É uma **reação do nosso organismo**.  
Ele tem componentes psicológicos,  
físicos e hormonais.

**Nesse caso**, eu preciso de **um grande  
esforço emocional** para superar aquela  
situação.



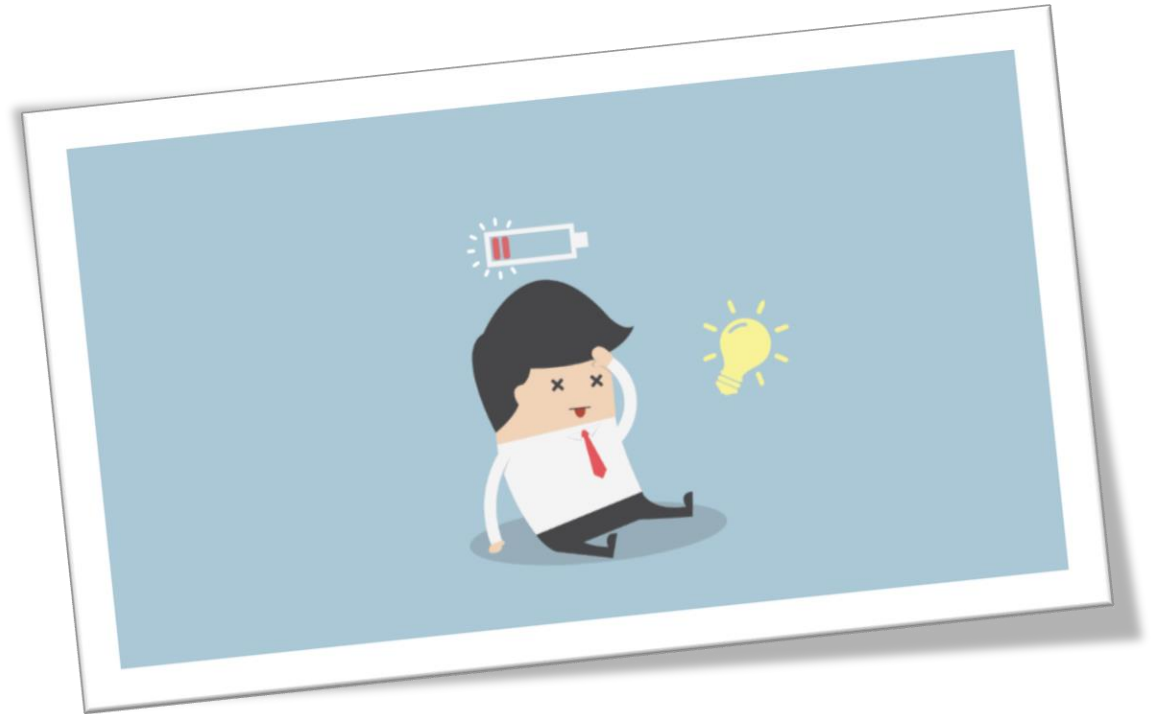
Sofrer estresse é normal.

O problema é quando  
ele vem em excesso.



# Males do **Estresse** em Excesso

- Gastrite
- **Insônia**
- Queda de cabelos
- **Irritação**
- Esgotamento físico
- **Falta de concentração**
- Perda da libido, etc.



# COMO AJUDAR ALGUÉM COM DEPRESSÃO

## INCENTIVÁ-LA A PROCURAR AJUDA MÉDICA

- Convidá-la para sair, mostrando as vantagens, visto que a pessoa nesse quadro será resistente à exposição pública.
- Não levar em consideração tudo aquilo que a pessoa em depressão nos diz.



# COMO AJUDAR ALGUÉM COM DEPRESSÃO

- Se colocar à disposição perguntando: “O que posso fazer”? **Se prontificar a servir.**
- Não fazer comparações com outras pessoas que passaram pelo quadro depressivo e venceram, pois cada caso é um caso em particular.

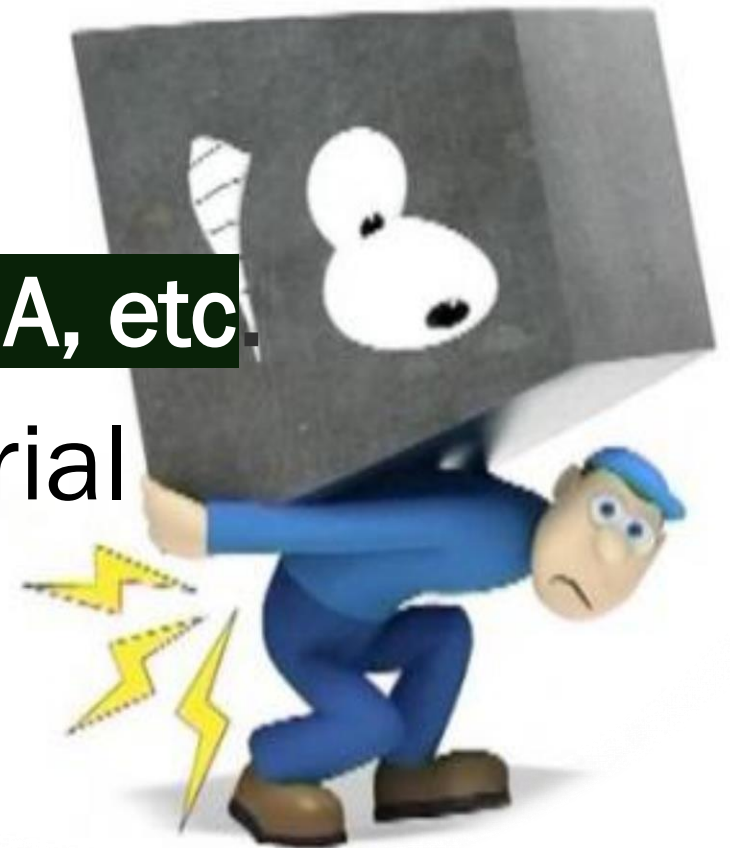
# ALIVIANDO A CARGA

PARA OS OBREIROS, PAIS DE FAMÍLIA, etc.

- Cuidado com o ativismo ministerial (você não é um super-homem)

- **Você não é o centro de tudo:**

Liderança centralizadora – não queira resolver tudo sozinho – deixe o perfeccionismo (Moisés e Elias).



# ALIVIANDO A CARGA

- A igreja não é sua
- Não se cobre tanto
- Aprenda a lidar com a frustração
- Cuidado com o pessimismo
- Durma o suficiente e tenha um sono reparador
- Procure descansar na palavra de Deus



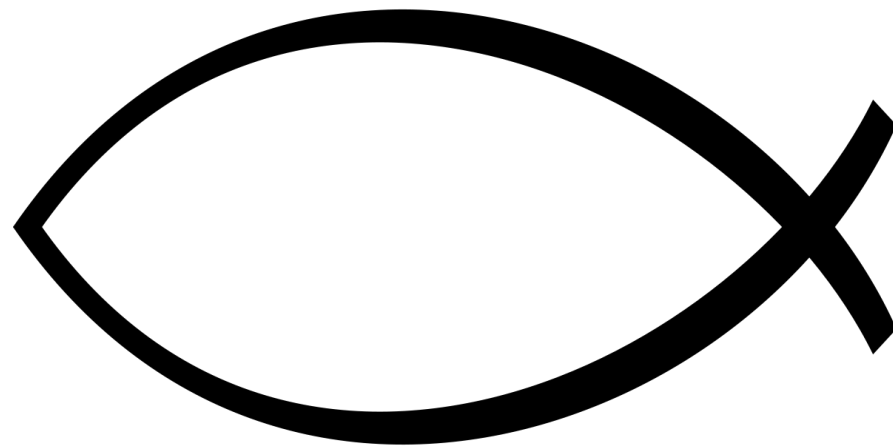
# ALIVIANDO A CARGA



- Ore
- Busque ajuda profissional e espiritual
- Delegue autoridade
- Tire um momento de lazer, férias...
- Tire pelo menos um dia por semana para estar com a família

# O SUICÍDIO NA VISÃO CRISTÃ

■ (1Sm 2.6; 1Co 10.13; 1 Pe 5.7,8)



**BRASIL**

1 A CADA 46 MINUTOS

11 MIL POR ANO

**MUNDO**

1 A CADA 4 SEGUNDOS

800 MIL POR ANO

**MAIS DA METADE:  
MENOS DE 45 ANOS**

**15 A 24 ANOS:  
2ª MAIOR CAUSA**

## INTRODUÇÃO:

- De acordo com as pesquisas mais recentes, são mais de 800 mil pessoas que se suicidam por ano em todo o mundo.



# CAUSAS:



- As causas são as mais variadas:  
**depressão**, desafio, **decepção amorosa**,  
**vergonha**, orgulho, **vingança**, falta de  
esperança, **falta de Deus**, dívida,  
**frustração**, traição, **culpa**, opressão  
demoníaca, etc...

# O SUICÍDIO:



- O suicídio é a maior agressão que alguém pode infringir à sua própria vida.
- O suicídio, diz Sartre, “*é errado porque é um ato de liberdade que destrói todos os atos futuros de liberdade*”.

“Quão paradoxal, porém, é que alguém conclua para si que a melhor coisa que pode fazer para si mesmo é destruir a si mesmo. Como pode a melhor coisa para si mesmo ser o ato final contra si mesmo? A única maneira de alguém demonstrar interesse em si mesmo é preservar a si mesmo”.

*(Norman Geisler).*



De acordo com Agostinho:

**“O suicídio é um fracasso da coragem”**

# ETIMOLOGIA:

Suicídio, do latim, *sui*, “*de si mesmo*” e *cidium*, “morte” de *caedere*, “matar”.

Logo, suicídio, “morte de si mesmo, morte violenta que se dá alguém a si mesmo”.

***“Ato intencional de matar a si mesmo”.***

# 1 – CASOS E CAUSAS DE SUICÍDIOS NA BÍBLIA

- ABIMELEQUE (Jz 9.52-54)

**SAUL: (1Sm 31.3,4)**

- O PAJEM DE ARMAS: (1Sm 31.5)

**AITOFEL: (2Sm 17.23)**

- ZINRI: (1Rs 16.18)

**UMA EXCEÇÃO – SANSÃO (Jz 16.28-30).**

- JUDAS ISCARIOTES (Mt 27.5; At 1.16-18).



## 2 – PERSONAGENS QUE DESEJARAM A MORTE NA BÍBLIA

- JÓ: (Jó 3)

**MOISÉS: (Nm 11.11-15).**

- ELIAS: (1Rs 19.2-8,11-13).

**JEREMIAS: (Jr 20.14-18)**

- JONAS: (Jn 4.1-3,6-9)

# 3 – OS DESDOBRAMENTOS DO SUICÍDIO

## A – PARA QUEM SE FOI

- A interrupção da vida
- A interrupção de um sonho
- A punição divina pelo pecado



# 3 – OS DESDOBRAMENTOS DO SUICÍDIO

## B – PARA OS ENLUTADOS

- A dor da perda
- O possível sentimento de culpa
- O trauma nos filhos que terão que conviver com essa tragédia



# 4 – O SUICÍDIO NA VISÃO CRISTÃ

- É um pecado contra a soberania de Deus (1Sm 2.6; Gn 1.26,27; At 17.24-28)
- É um ato de rebelião contra Deus e a sua palavra
- É um ato de incredulidade contra Deus e a sua palavra

# 5 – O QUE A BÍBLIA DIZ SOBRE O SUICÍDIO?

**De acordo com Norman Geisler:**

“No que diz respeito às Escrituras, o suicídio se classifica na proibição do assassinato. É pelo menos **tão errado tirar ilicitamente sua própria vida** quanto o de tirar a vida de outra pessoa.

**O suicídio é errado porque é o assassinato** de um ser humano feito **à imagem e semelhança de Deus**, ainda que esse indivíduo seja a própria pessoa”.

# 5 – O QUE A BÍBLIA DIZ SOBRE O SUICÍDIO?

A Bíblia não diz **não se suicidará**, mas ela também não diz **que se deve se suicidar** em prol de si mesmo. Logo, é importante vermos o que ela diz sobre matar ou tirar a vida.

**(Êx 20.13; | Ap 21.8).**

## 6 – SUICÍDIO E ASSASSINATO

### 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ **NÃO DEVE** SE SUICIDAR

- 1 – DEUS É O AUTOR DA VIDA  
*(Gn 1.1,26,27; 2.7; 1Sm 2.6; Mt 2.10a; At 17.26-28).*
- 2 – DEUS É O DONO DA VIDA  
*(Ez 18.4; 1Co 6.20)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

■ 3 - SOMOS APENAS UM MORDOMO  
DA VIDA

*(1Co 4.1)*

■ 4 – SÓ DEUS PODE TIRAR A VIDA

*(1Sm 2.6)*



# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

■ 5 – A BÍBLIA DIZ: “NÃO MATARÁS” | (Êx 20.13)

■ 6 – O HOMICIDA É UM ASSASSINO DE SI MESMO

*“Os homicidas que não se arrependerem não herdarão o reino de Deus” (1Jo 3.15; Ap 21.8; 22.15).*

■ 7 – VOCÊ NÃO RECEBEU DE DEUS AUTORIZAÇÃO  
PARA TIRAR A SUA PRÓPRIA VIDA  
*(Êx 20.13; Ef 5.29)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

■ 8 – SEU CORPO É SANTUÁRIO E TEMPLO  
DO ESPÍRITO SANTO

*(1Co 6.19,20).*

■ 9 – QUEM DESTRUIR O TEMPLO DE DEUS,  
DEUS O DESTRUIRÁ

*(1Co 3.16,17)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ **NÃO DEVE** SE SUICIDAR

■ 10 – VOCÊ DEVE GLORIFICAR A DEUS  
NO SEU CORPO

*(1Co 6.20)*

■ 11 – DEUS PROMETEU DAR  
O ESCAPE

*(1Co 10.13)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

- 12 – VOCÊ REPRESENTA CRISTO AQUI NA TERRA  
(2Co 5.20)
- 13 – VOCÊ DEVE SER O EXEMPLO DOS FIÉIS.  
E QUE EXEMPLO UM SUICIDA PODERÁ DAR?  
(1Tm 4.12)

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

- 14 – VOCÊ DEVE SER UM IMITADOR DE CRISTO E ELE NÃO SE SUICIDOU
- 15 – A BÍBLIA DIZ QUE A NOSSA TRIBULAÇÃO É LEVE E MOMENTÂNEA  
(2Co 5.17)

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

- 16 – JESUS DISSE QUE NO MUNDO TERÍAMOS AFLIÇÕES,  
MAS É PARA TERMOS BOM ÂNIMO,  
POIS ELE VENCEU O MUNDO

*(Jo 16.33)*

- 17 – VOCÊ POSSUI UMA VIVA ESPERANÇA: A VOLTA DO  
SENHOR JESUS CRISTO

*(1Co 15.19-23,52-54;1Ts 4.13-18; 1Jo 3.1-3; Ap 22.4)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ **NÃO DEVE** SE SUICIDAR

■ 18 – VOCÊ TEM O CONSOLADOR,  
O ESPÍRITO SANTO

*(Jo 14.16,17)*

■ 19 – JESUS PROMETEU ESTAR CONTIGO  
PARA SEMPRE

*(Jo 14.18; Mt 28.20)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

- 20 – OS FILHOS DE DEUS SÃO GUIADOS PELO ESPÍRITO DE DEUS | (Rm 8.14-16)

*O Espírito Santo jamais o guiará ao suicídio. Somente o diabo faria isso, pois ele é homicida desde o princípio | (Jo 8.44).*

*Jesus veio para que você tivesse vida e a tivesse com abundância (Jo 10.10).*

*O salário do pecado é a morte, mas o dom gratuito de Deus é a vida eterna por Cristo Jesus (Rm 6.23).*



# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

- 21 – TEMOS A PAZ QUE EXCEDE TODO ENTENDIMENTO

*(Jo 14.27; Rm 5.1; Fp 4.7).*

- 22 – PORQUE A SUA MENTE DEVE ESTAR OCUPADA COM:

*Tudo que é verdadeiro, tudo que é honesto, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, tudo que há virtude e louvor.*

Até onde sabemos, o suicídio não possui nenhuma dessas qualidades *(Fp 4.8,9)*.

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

■ 23 – VOCÊ DEVE ESTAR CONTENTE EM  
TODA SITUAÇÃO

*(Fp 4.11-13)*

■ 24 – VOCÊ É DA FAMÍLIA DE DEUS

*(Ef 2.19)*

# 25 RAZÕES POR QUE VOCÊ NÃO DEVE SE SUICIDAR

25 – Existe uma provisão e escape de Deus para você.

(Sl 46.1-11; Sl 90.1; 91.1; 1Co 10.13; 1Pe 5.7,8;  
Jo 14.13-17; Mt 6.24-31; 11.28-30; Fp 4.4-9;  
2Co 5.3-5; 1Ts 4.13-17; 1Tm 6.7-12).

# FONTE DE PESQUISA

Este trabalho é fruto de diversas pesquisas, tendo como fontes:

- A Bíblia Sagrada;
- Trabalhos e vídeos de vários psiquiatras, entre eles a Dra. Maria Fernanda Caliani e o Dr. Antonio, do Programa Hoje em Dia (TV Record), e do Dr. Marco Antônio Abud Torquato Jr.
- O site World o Meters, disponível em <https://www.worldometers.info/br/>

# SOBRE O PALESTRANTE:



- ***Elias Soares de Moraes*** é Ministro do Evangelho e serve a Deus na Igreja Assembleia de Deus, Min. Ipiranga, em São Paulo;
- É pesquisador nas áreas da Onomatologia e Exegese;
- É autor e escritor dos livros “Dicionário Etimológico de Nomes Bíblicos” e “Perguntas Difíceis de Responder” (volumes 1,2 3 e 4);
- Foi diretor teológico da Faculdade Teológica Betesda e é consultor teológico nas rádios Musical e Adore FM;
- Participa dos debates no VEJAM SÓ (RIT TV);
- É casado com Débora Soares e é pai de dois filhos: Davi e Abigail.