



# SISTEMA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO

## PREVENÇÃO AO SUICÍDIO



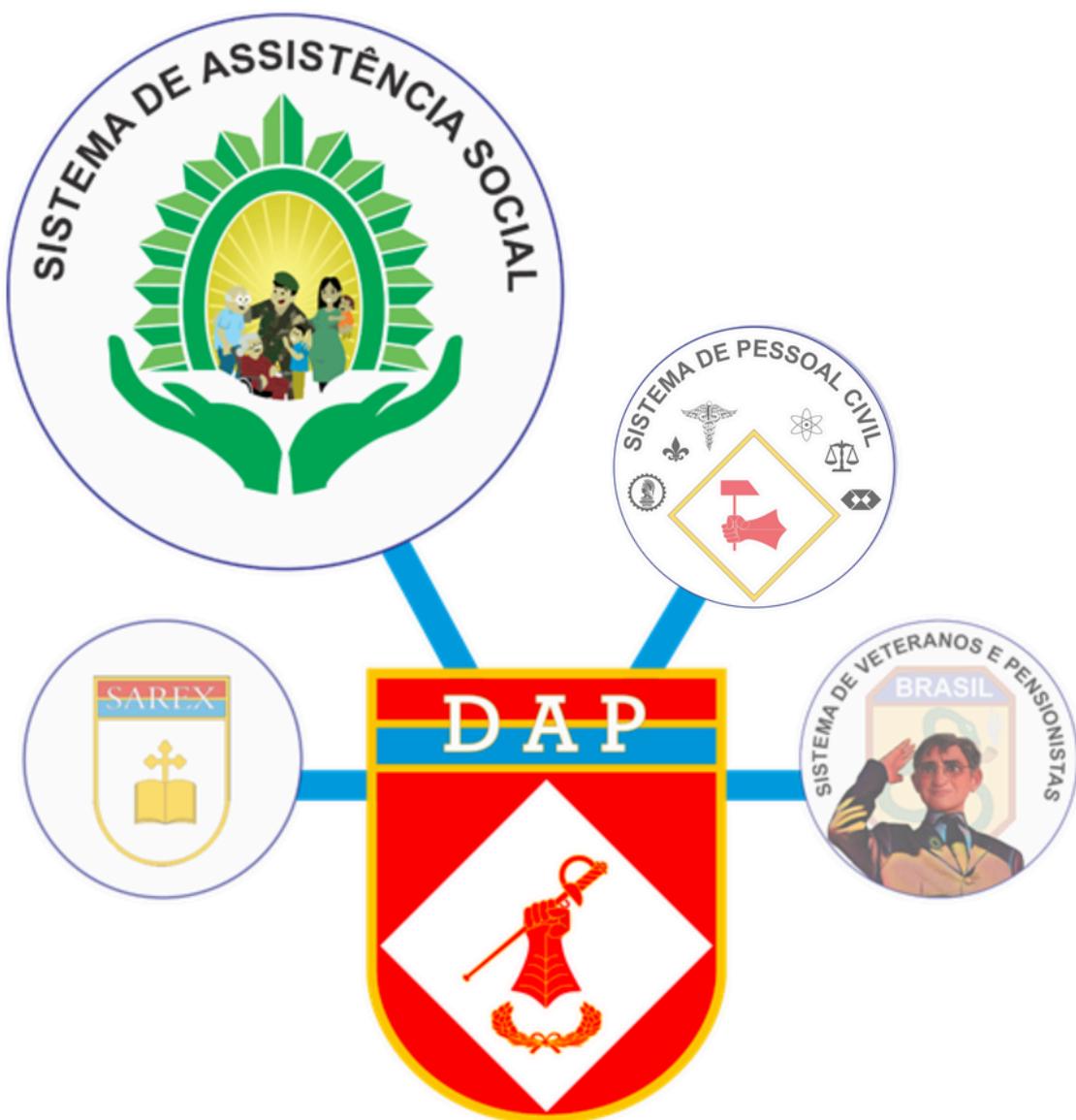
CADERNO DE ORIENTAÇÃO



# CADERNO DE ORIENTAÇÃO

DAP-05.006

## PREVENÇÃO AO SUICÍDIO



1ª Edição 2024



# PREVENÇÃO AO SUICÍDIO



## INTRODUÇÃO

Nenhuma ação isolada é capaz de prevenir o suicídio. Entretanto, ações coordenadas no âmbito do Exército Brasileiro podem contribuir com uma prevenção efetiva. Para que se tenha sucesso nessa empreitada, este esforço deve ser empreendido por todos os integrantes da Família Militar.

Nesse sentido, a Diretoria de Assistência Social (DAP) tem o papel de potencializar as ações a serem empreendidas pelos integrantes do Exército na prevenção ao suicídio. A Diretoria coordena a execução de uma estratégia baseada nos seguintes pilares: difusão de informação sobre o tema; a capacitação dos integrantes do Sistema de Assistência Social do Exército (SASEx), e multiplicação de conhecimentos para todos os militares.

A efetividade da prevenção ao suicídio depende da reafirmação de uma cultura de confiança mútua entre os integrantes do Exército. Para que isso seja possível, os militares devem reforçar seus laços de camaradagem. Logo, os comandantes em todos os níveis devem prestar a devida atenção e cuidado a seus subordinados, permitindo que estes sintam-se confortáveis em buscar ajuda e confiantes que serão acolhidos pelos mais antigos. Paralelamente, todos devem estar sempre atentos às necessidades de seus pares, atuando como verdadeiros “cangas” sempre que forem demandados. Por isso, este caderno de orientação se propõe a apresentar como potencializar os laços de camaradagem e de cuidado entre os militares, a fim de contribuir com a prevenção ao suicídio.

Sabe-se que o suicídio é resultado da junção de fatores inter-relacionados. Por isso, as ferramentas de prevenção devem ser abrangentes e diversificadas. Em consequência, os militares devem aprender como reconhecer fatores de risco e gatilhos que potencializam a ocorrência do atentado à própria vida. Adicionalmente, estratégias protetivas devem ser implementadas por meio do fortalecimento da liderança e do espírito de corpo, baseadas nos valores cultuados pelo Exército, e por intermédio de técnicas que desenvolvam a resiliência e o autocuidado, com auxílio técnico das Seções de Assistência Social (SAS) e dos elementos de ligação do SASEx nas OM.

Em face do exposto, a DAP e a 11ª Região Militar elaboraram este caderno de orientação como um documento “vivo” que oferece o passo a passo para a realização de esforços conjuntos para prevenção do suicídio e da automutilação.



## FINALIDADE

Este Caderno de Orientação estabelece a forma pela qual as ações de prevenção ao suicídio devem ser realizadas pelos integrantes do SASEx. Para tanto, uma estratégia baseada na informação, na capacitação e na multiplicação de conhecimentos deve ser implementada pelas Seções de Assistência Sociais Regionais (SAS R) e pelos elementos de ligação do SASEx das Organizações Militares (OM), sob a orientação técnica da DAP.

## OBJETIVO

Orientar os integrantes do SASEx na execução das ações inseridas no Programa de Valorização da Vida, voltadas para a prevenção ao suicídio.

## O QUE FAZER

- a. Divulgar informações sobre prevenção, intervenção e posvenção ao suicídio.
- b. Capacitar os elementos de ligação do SASEx para atuarem como multiplicadores das estratégias de prevenção, intervenção e posvenção ao suicídio
- c. Orientar os integrantes das Comissões de Seleção para identificação de casos de risco.
- d. Implementar nas OM estratégias de intervenção nos casos de ideação ao suicídio.
- e. Realizar autópsia psicológica nos casos de suicídio, quando houver autorização da família.
- f. Realizar posvenção nos casos de suicídio na OM e junto à família.



## COMO FAZER

### a. Divulgar informações sobre prevenção, intervenção e posvenção ao suicídio

#### 1) DAP

- Disponibilizar aos militares material informativo do "Meu Canga" para o fortalecimento das ações de prevenção e intervenção ao suicídio (ANEXO A).

#### 2) SAS R e SAS GU

- a) Difundir aos militares material informativo do "Meu Canga" para o fortalecimento das ações de prevenção e intervenção ao suicídio (ANEXO A).
- b) Realizar palestra informativa sobre prevenção ao suicídio aos integrantes da família militar (ANEXO C).
- c) Estabelecer ligações técnicas com as OM para apoio às ações de prevenção, intervenção e posvenção.

#### 3) OM

- Solicitar colaboração das SAS R na realização de palestra informativa sobre prevenção, intervenção e posvenção aos integrantes da família militar (ANEXO C).

### b. Capacitar os elementos de ligação do SASEx para atuarem como multiplicadores das estratégias de prevenção, intervenção e posvenção ao suicídio

#### 1) DAP

- a) Coordenar a execução do acordo de cooperação para a realização e a divulgação do "Curso de Prevenção e Posvenção do suicídio" para dois públicos-alvo distintos: (1) pessoal de saúde, pessoal de assistência social e elementos de ligação do SASEx e (2) demais militares.
- b) Disponibilizar a "Capacitação PEL (Pergunte, Escute e Leve)" para elementos de ligação do SASEx para atuarem como multiplicadores de conhecimento sobre estratégias de prevenção, intervenção e posvenção (ANEXO B).



## **2) SAS R e SAS GU**

- Divulgar a capacitação de elementos de ligação do SASEx no “Curso de Prevenção e Posvenção do Suicídio” e na “Capacitação PEL (Pergunte, Escute e Leve)” para habilitá-los a atuar como multiplicadores de conhecimento sobre estratégias de prevenção, intervenção e posvenção nas OM, conforme orientações dos ANEXO A e B.

## **3) OM**

- Designar os militares que atuarão como elementos de ligação do SASEx para que realizem o “Curso de Prevenção e Posvenção do Suicídio” e a “Capacitação PEL (Pergunte, Escute e Leve)” de modo a habilitá-los a atuarem como multiplicadores de conhecimento sobre estratégias de prevenção, intervenção e posvenção nas OM.
- Difundir, por intermédio dos elementos de ligação do SASEx, os conhecimentos da “Capacitação PEL (Pergunte, Escute e Leve)” para todos os integrantes da OM.

### **c. Orientar integrantes das Comissões de Seleção para identificação de casos de risco**

#### **1) SAS R e SAS GU**

- Realizar, em coordenação com as Seções de Serviço Militar Regional, a capacitação “Identificação de Fatores de Risco” (ANEXO D).

#### **2) OM**

- Designar militares para realizarem a capacitação “Identificação de Fatores de Risco”.

### **d. Implementar nas OM estratégias de intervenção nos casos de ideação ao suicídio**

#### **1) DAP**

- Disponibilizar os cartazes de “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida para Militares”, “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida para Comandantes” e “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida para Família Militar”, conforme orientações do ANEXO B.

#### **2) SAS R e SAS GU**

- a) Disponibilizar apoio técnico para a realização das estratégias de intervenção nos casos de ideação ao suicídio.
- b) Orientar o estabelecimento da rede de apoio local com instituições que atuam diretamente com a prevenção ao suicídio em suporte às estratégias de intervenção nos casos de ideação ao suicídio.



### **3) OM**

- a) Orientar, por intermédio dos elementos de ligação do SASEx, sobre o uso das “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida para Militares”, “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida para Comandantes” e “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida para Família Militar”.
- b) Incluir no campo destinado nas “Instruções de Enfrentamento à Ideação Suicida”, as informações da rede de apoio da OM, da assistência social regional e da rede de apoio local.

### **e. Realizar autópsia psicológica nos casos de suicídio, quando houver autorização da família**

#### **1) DAP**

- Coordenar a execução do acordo de cooperação para a realização do “Curso de Autópsia Psicológica” para a SAS R e SAS Gu.

#### **2) SAS R e SAS Gu**

- a) Designar militares para realizarem o “Curso de Autópsia Psicológica”.
- b) Realizar a entrevista de autópsia psicológica de todos os casos de suicídio, quando houver autorização da família, conforme protocolo (ANEXO E).

### **f. Realizar posvenção nos casos de suicídio na OM e junto à família**

#### **1) DAP**

- Disponibilizar material de orientação aos comandantes por intermédio da “Caderno de Orientação Posvenção à Tentativa ou à Morte por Suicídio ” (ANEXO F).

#### **2) SAS R e SAS GU**

- a) Disponibilizar apoio técnico ao Comandante de OM para as ações de posvenção ao suicídio.
- b) Realizar a posvenção ao suicídio aos familiares enlutados.

#### **3) OM**

- Realizar, em coordenação com a SAS, a posvenção ao suicídio na OM, de acordo com as orientações da “Cartilha de Orientações ao Comandante de OM sobre Posvenção”.



## ANEXO A

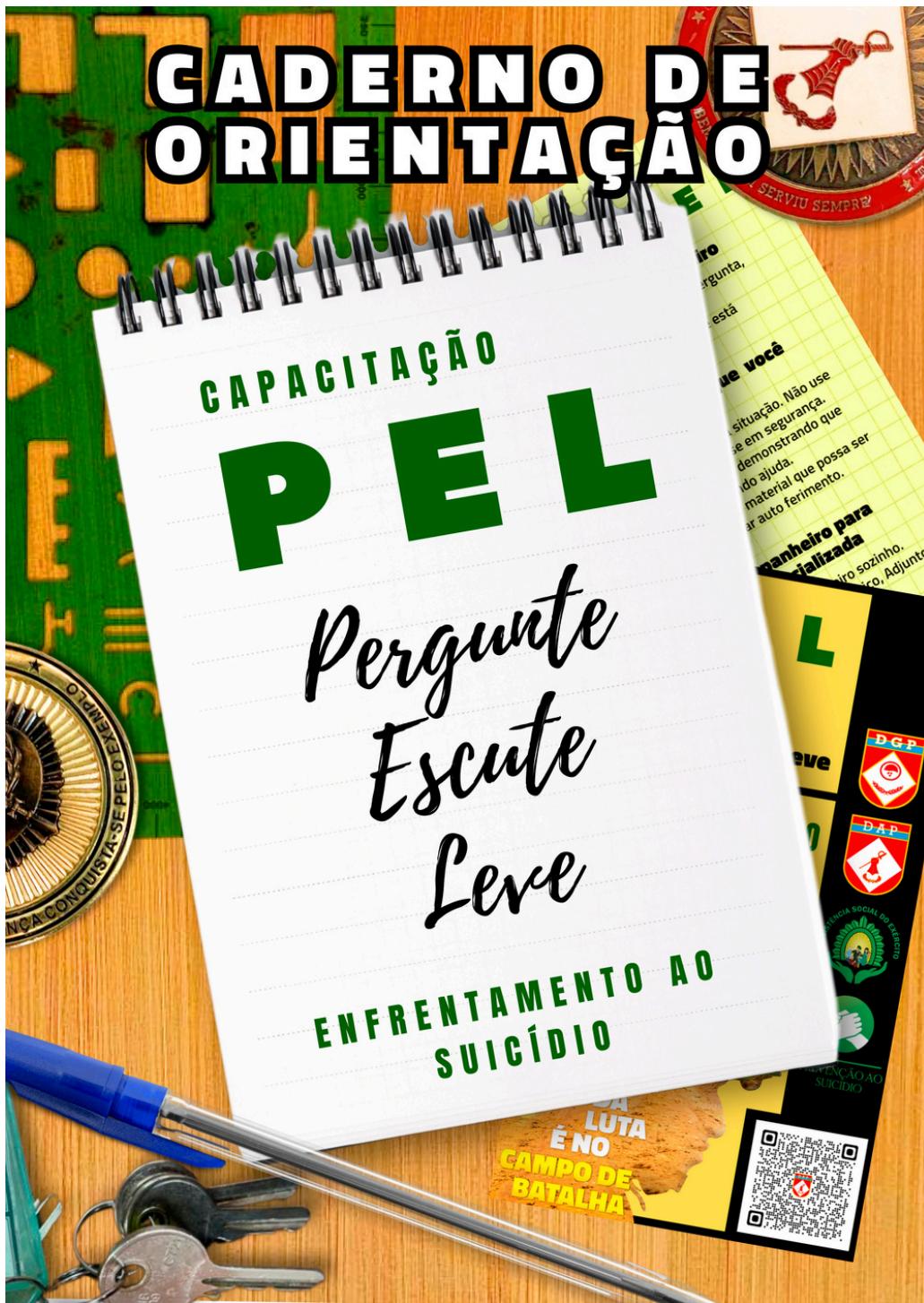
As orientações sobre o MEU CANGA constam do Caderno de Orientação DAP-05.018.





## ANEXO B

As orientações sobre a Capacitação PEL constam do Caderno de Orientação DAP-05.002.





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 1 E 2)



## ENFRENTAMENTO AO SUICÍDIO



### VALORIZAÇÃO DA VIDA

### PREVENÇÃO AO SUICÍDIO



## SUMÁRIO



### VALORIZAÇÃO DA VIDA



### PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

- SUICÍDIO E SEUS IMPACTOS
- DESCONSTRUÍNDOD MITOS
- QUE SÃO FATORES DE RISCO?
- QUAIS SÃO OS SINAIS DE ALERTA?
- ENFRENTANDO O SUICÍDIO
- FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO
  - MEU CANGA
  - CAPACITAÇÃO PEL (PERGUNTE, ESCUTE E LEVE)
- VENCENDO O ESTIGMA
- REDE DE APOIO DO SISTEMA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO (SASEx)





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 3 E 4)



## SUICÍDIO E SEUS IMPACTOS

### DEFINIÇÃO



É um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, usando um meio que acredite ser letal.

É um fenômeno multifatorial e ambivalente.

Não há testes ou critérios absolutos que estabeleçam quem irá ou não irá cometer suicídio.



## SUICÍDIO E SEUS IMPACTOS

### IMPACTOS

- No mundo, cerca de 800 mil pessoas morrem por suicídio todos os anos:
  - A cada 100 mortes, uma ocorre por suicídio.
  - A cada 40 segundos, um suicídio ocorre no mundo.
  - 9/10 suicídios poderiam ser evitados através de tratamento adequado.
- No Brasil ocorre cerca de **13.000 suicídios por ano.**





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 5 E 6)

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO**

## DESCONSTRUINDO MITOS

**X MITOS**

- FALAR SOBRE SUICÍDIO AUMENTA O RISCO DELE OCORRER.
- MILITARES SÃO FORTES E SUICÍDIO É PARA OS FRACOS.
- APENAS PESSOAS COM PROBLEMAS PSICOLÓGICOS PENSAM EM SE MATAR.
- QUANDO UMA PESSOA DEPRIMIDA Pensa EM SUICÍDIO E, NO MOMENTO SEGUINTE DEMONSTRA ESTAR MELHOR, O RISCO JÁ PASSOU.
- QUEM AMEAÇA SE MATAR, APENAS QUER CHAMAR ATENÇÃO.
- QUANDO ALGUÉM DECIDE SE MATAR, NÃO HÁ NADA QUE SE POSSA FAZER PARA IMPEDIR.

**VERDADES**

- FALAR SOBRE SUICÍDIO ALIVIA A ANGÚSTIA E PERMITE QUE A PESSOA RECONHEÇA A NECESSIDADE DE BUSCAR AJUDA.
- TODOS PODEM POSSUIR FERIDAS PSICOLÓGICAS QUE PRECISAM DE CUIDADOS. BUSCAR AJUDA É SINAL DE CORAGEM.
- FATORES DE RISCO E EVENTOS TRAUMÁTICOS, QUE PODEM OCORRER COM QUALQUER UM, COLABORAM PARA A IDEAÇÃO SUICIDA.
- O RISCO NÃO ACABOU. A PESSOA PODE ESTAR ALIVIADA POR TER TOMADO A DECISÃO DE SE MATAR.
- AMEAÇAR SE MATAR É UM SINAL DE ALERTA. ESSE PODE SER UM COMPORTAMENTO QUE ANTECEDE O SUICÍDIO.
- EXISTE VÁRIAS FORMAS DE IMPEDIR UM SUICÍDIO. O QUE A PESSOA PRECISA É DE APOIO E CUIDADOS PROFISSIONAIS.

**SAIBA MAIS SOBRE MITOS E VERDADES ACESSANDO NOSSOS INFORMATIVOS**

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO**

## QUE SÃO FATORES DE RISCO?

**PROBLEMAS CRÔNICOS**

**ENDIVIDAMENTO**

**RELACIONAMENTO EM CASA**

**DEPRESSÃO**

**BEBIDA/DROGAS**

**ANSIEDADE**

**DESPERPO**

**DEPRESSÃO**

**DEPENDÊNCIA QUÍMICA**

**DESESPERANÇA**

**DESAMPARO**

**5D**



## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 7 E 8)

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO**

## QUE SÃO OS SINAIS DE ALERTA?

**PROBLEMAS CRÔNICOS**

**GATILHOS**

- DESILUSÃO AMOROSA
- SEPARAÇÃO CONJUGAL
- CONFLITOS FAMILIARES
- COBRANÇAS DE DÍVIDAS
- PERDA DO EMPREGO
- ACESSO A MEIO LETAIS

**Ideação Suicida**

**Dor psíquica insuportável**

**Suicídio = Única Saída**

**Sinais de Alerta são Comportamentos Perceptíveis. Fique atento a:**

- Abuso no uso do álcool
- Brigas constantes em casa
- Afastamento da família e amigos
- Mudança drástica de comportamento
- Desfazimento de bens afetivos
- Textos, postagens, fotos sobre morte
- Falas sobre se matar e que é um peso para os outros
- Comportamento ou carta de despedida

**DGP**  
**D.A.P.**

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO**

## ENFRENTANDO O SUICÍDIO

**O SUICÍDIO É UM DESAFIO A SER ENFRENTADO EM CONJUNTO. AO SEU LADO, PODE TER ALGUÉM QUE PRECISA DA SUA AJUDA. É SUA MISSÃO AJUDAR QUEM PRECISA, SEJA ELE O...**

**CANGA**

**NEM TODA LUTA É NO CAMPO DE BATALHA**

**SUBORDINADO**

**NEM TODA LUTA É NO CAMPO DE BATALHA**

**FAMILIAR**

**NEM TODA LUTA É NO CAMPO DE BATALHA**

**DGP**  
**D.A.P.**



## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 9 E 10)

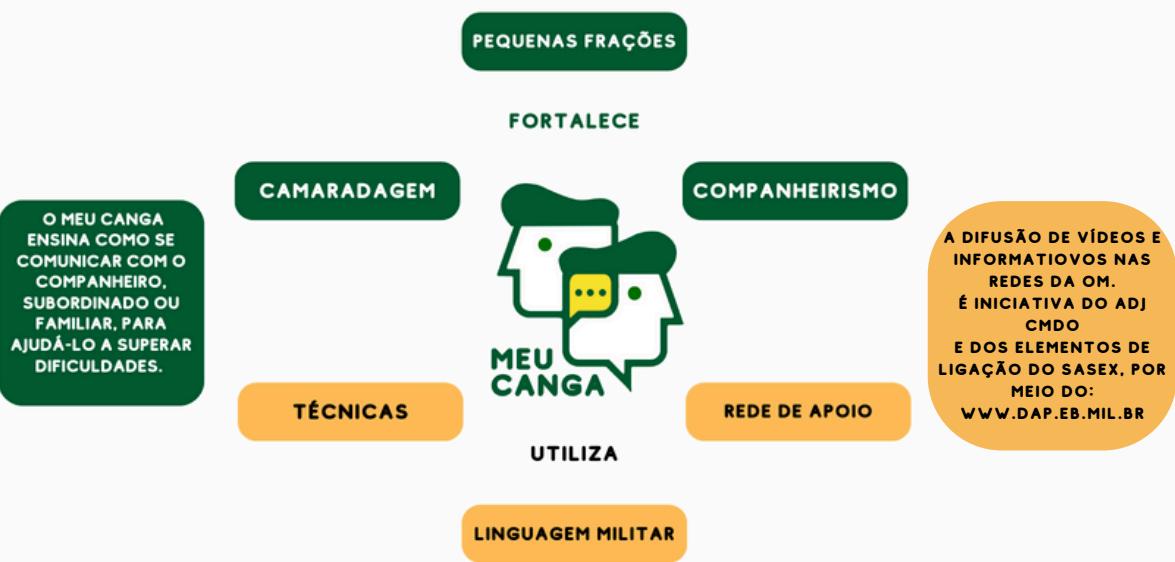
**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO** **FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO**



**CAPACITAÇÃO PEL**

**DGP**  
**DAP**

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO** **FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO**



**O MEU CANGA ENSINA COMO SE COMUNICAR COM O COMPANHEIRO, SUBORDINADO OU FAMILIAR, PARA AJUDÁ-LO A SUPERAR DIFICULDADES.**

**PEQUENAS FRAÇÕES**  
**FORTALECE**  
**CAMARADAGEM**  
**COMPARHEIRISMO**  
**TÉCNICAS**  
**UTILIZA**  
**REDE DE APOIO**  
**LINGUAGEM MILITAR**

**A DIFUSÃO DE VÍDEOS E INFORMATIVOS NAS REDES DA OM. É INICIATIVA DO ADJ CMDO E DOS ELEMENTOS DE LIGAÇÃO DO SASEX, POR MEIO DO: [WWW.DAP.EB.MIL.BR](http://WWW.DAP.EB.MIL.BR)**

**DGP**  
**DAP**



## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 11 E 12)



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO



MEU  
CANGA

#### COM O MEU CANGA VOCÊ APRENDERÁ COMO

- DESENVOLVER EMPATIA
- IDENTIFICAR SENTIMENTOS AFLITIVOS
- BUSCAR A CAUSA DOS PROBLEMAS
- IDENTIFICAR NECESSIDADES NÃO ATENDIDAS QUE GERAM SOFRIMENTO PSICOLÓGICO
- PERMITIR QUE O CANGA ACEITE SUA AJUDA
- ENCONTRAR A SOLUÇÃO COM O APOIO DO SASEX
- LEVAR O CANGA À REDE DE APOIO
- SALVAR UMA VIDA

ACESSE O  
QR CODE



ACESSE OS VÍDEOS  
DO MEU CANGA



ACESSE OS  
INFORMATIVOS  
DO MEU CANGA



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

#### O QUE FAZER NA MINHA OM?

ADJUNTO DE COMANDO OU ELEMENTO DE LIGAÇÃO DO SASEX, ASESSE O CADerno DE ORIENTAÇÃO PARA SABER COMO DIFUNDIR O MEU CANGA NA SUA OM.



ACESSE O CADerno  
DE ORIENTAÇÃO DO  
MEU CANGA





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 13 E 14)



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

## CAPACITAÇÃO PEL

Pergunte  
Escute  
Leve

INICIATIVA PRIORITÁRIA PARA O  
ENFRENTAMENTO AO SUICÍDIO

INSTRUÇÃO DE 90 MINUTOS A SER  
MINISTRADA PELO ADJ CMDO OU  
ELEMENTO DE LIGAÇÃO DO SASEX

FORTALECE A COESÃO, A  
LIDERANÇA E A CAMARADAGEM NA  
PEQUENA FRAÇÃO

DIMENSIONADA PARA UMA  
FRAÇÃO VALOR PELOTÃO

LINGUAGEM DIRETA E MILITAR,  
UTILIZANDO MEMENTO

NOVA ABORDAGEM DE  
ENFRENTAMENTO AO SUICÍDIO:  
PREVENÇÃO + INTERVENÇÃO



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

## CAPACITAÇÃO PEL

Pergunte  
Escute  
Leve

COM A CAPACITAÇÃO PEL VOCÊ APRENDERÁ COMO

- IDENTIFICAR FATORES DE RISCO
- IDENTIFICAR FATORES PROTETIVOS
- RECONHECER SINAIS DE ALERTA
- FAZER A DIFÍCIL PERGUNTA: "VOCÊ ESTÁ PENSANDO EM SE MATAR?"
- ESCUTAR COM EMPATIA, MOSTRANDO QUE SE IMPORTA
- LEVAR O COMPANHEIRO PARA A AJUDA ESPECIALIZADA
- ELIMINAR O ESTIGMA
- CONHECER A REDE DE APOIO
- SALVAR UMA VIDA





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 15 E 16)



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

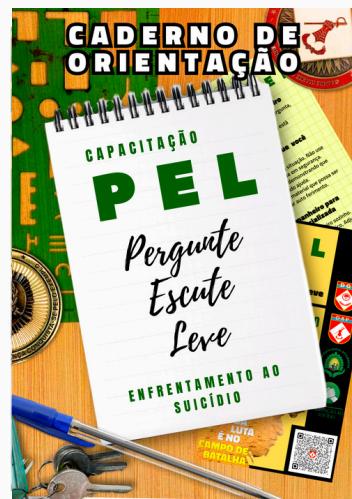
CAPACITAÇÃO  
**PEL**



#### O QUE FAZER NA MINHA OM?

BAIXE O CADERNO DE ORIENTAÇÃO PARA APRENDER A COMO MINISTRAR A CAPACITAÇÃO.

ACESSE O QR CODE



ACESSE O CADERNO DE ORIENTAÇÕES DA CAPACITAÇÃO PEL



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

CAPACITAÇÃO  
**PEL**



#### O QUE FAZER NA MINHA OM?

BAIXE A PALESTRA, PREPARE E AGENDE A INSTRUÇÃO PARA TODOS OS PELOTÕES DA OM



ACESSE A PALESTRA DA CAPACITAÇÃO PEL





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 17 E 18)

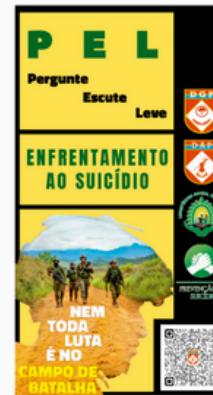


### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

CAPACITAÇÃO  
**PEL**



**O QUE FAZER NA MINHA OM?  
IMPRIMA E  
DISTRIBUA, AO  
FINAL DA  
INSTRUÇÃO, O  
MEMENTO DO PEL  
PARA CADA  
PARTICIPANTE.**



#### MEMENTO DO PEL

##### Pergunte ao companheiro

- Tente a coragem de fazer a pergunta, mas mantenha-se calmo.
- Pergunte diretamente: Você está pensando em se matar?

##### Escute e mostre que você se importa

- Com calma, controle a situação. Não use a força e mantenha-se em segurança.
- Faça a escuta ativa, demonstrando que entende e oferecendo ajuda.
- Ofereça qualquer material que possa ser usado para causar auto ferimento.

##### Leve o companheiro para a ajuda especializada

- Nunca deixe o companheiro sozinho. Leve-o ao superior hierárquico, Adjunto de Comando, Capelão, Seção de Psicologia da Unidade, Instituto da Guarnição ou Centro de Atenção Psicossocial (CAPS).
- Ligue 188 (Centro de Valorização da Vida).
- Em caso de emergência, ligue 192 (SAMU) ou 193 (Corpo de Bombeiros).

ACESSE O MEMENTO DO PEL



### FERRAMENTAS PARA ENFRENTAR O SUICÍDIO

CAPACITAÇÃO  
**PEL**



**O QUE FAZER NA MINHA OM?  
IMPRIMA E DISPONHA NOS LOCAIS DE  
CIRCULAÇÃO DA OM, OS CARTAZES DE  
ENFRENTAMENTO AO SUICÍDIO.**



ACESSE OS CARTAZES DE ENFRENTAMENTO AO SUICÍDIO





## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 19 E 20)



#### VENCENDO O ESTIGMA

**ESTIGMA**  
Crença de que  
buscar ajuda vai  
fazer com que os  
outros pensem que  
você é fraco.



O esforço de  
enfrentar o  
suicídio somente  
terá sucesso se  
**VENCERMOS**  
o estigma.

SUA TAREFA  
É DAR O  
EXEMPLO

- Não tolere o bullying ou tratamentos desrespeitosos.
- Procure ajuda, se precisar dela.
- Ofereça ajuda, se alguém precisar.
- Mantenha um clima de confiança e respeito.

Buscar ajuda é  
sinal de força!



#### REDE DE APOIO DO SASEx

**CONHECER PARA PROTEGER:**  
A ASSISTÊNCIA ESTÁ AO ALCANCE

PROBLEMAS  
CRÔNICOS



A REDE DE APOIO  
COMEÇA COM VOCÊ



SEGUE NA OM



**CAPS**  
Centro de Atenção Psicosocial  
SAÚDE



LIGUE 188



EMERGÊNCIAS: LIGUE

SAMU 192



BOMBEIROS  
**193**



PROSSEGUE NA  
RM OU GU



CHEGANDO AOS  
ÓRGÃOS  
GOVERNAMENTAIS



## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDES 21 E 22)

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO**

### REDE DE APOIO DO SASEx

**ALÉM DE ENFRENTAR O SUICÍDIO, A NOSSA REDE PODE AJUDAR DE MUITAS FORMAS.**

**ACESSE [WWW.DAP.EB.MIL.BR](http://WWW.DAP.EB.MIL.BR) E CONHEÇA NOSSOS PROGRAMAS E AÇÕES SOCIOASSISTENCIAIS**

**AÇÕES**

- PREVENÇÃO À DEPENDÊNCIA QUÍMICA
- PREVENÇÃO AO SUICÍDIO
- PREVENÇÃO A ESTADOS MENTAIS DE RISCO
- SAÚDE MENTAL
- APOIO À PESSOA COM DEFICIÊNCIA
- EQUOTERAPIA
- ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL
- PREPARAÇÃO PARA A RESERVA
- APOIO A MISSÕES ESPECIAIS

**PROGRAMAS**

- VALORIZAÇÃO DA VIDA

**PLANO**

**PASEx 2023-2026**  
Plano de Assistência Social do Exército

**PROGRAMAS**

- AMBIENTE SEGURO

**AÇÕES**

- PREVENÇÃO AO VIOLENTAPÓSIS
- CLIMA ORGANIZACIONAL
- PREVENÇÃO À VIOLENCIA DOMÉSTICA
- FORTEAMENTE DA FAMÍLIA MILITAR
- MEDICAL HOSPITALIZM
- APOIO SOCIOECONÔMICO
- EDUCAÇÃO FINANCEIRA

**ACESSE A PÁGINA DO SASEx NO SITE DA DAP**

**DGP**  
**DAP**

**ASSISTÊNCIA SOCIAL DO EXÉRCITO**

### SE PRECISAR, BUSQUE AJUDA.

**Se você ou uma pessoa próxima está pensando em se matar, por favor fale com o Centro de Valorização da Vida, ligando 188.**

**Caso você se depare com uma emergência, ligue para o SAMU ou para o Corpo de Bombeiros pelo telefone 193.**

**CVV APOIO EMOCIONAL**

**LIGUE 188**

**SERVÍCIO DE ATENDIMENTO MÓVEL DE REFERÊNCIA**  
**SAMU 192**  
EMERGÊNCIAS, LIGUE  
**BOMBEIROS 193**

**ACESSE A PÁGINA DO CVV NA INTERNET**  
**CVV**  
APOIO EMOCIONAL

**DGP**  
**DAP**



## ANEXO C

### PALESTRA DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO PARA FAMÍLIA MILITAR (SLIDE 23)



### ENFRENTAMENTO AO SUICÍDIO



**CONHECER  
PARA PROTEGER:  
A ASSISTÊNCIA  
ESTÁ AO ALCANCE**

***As dificuldades nunca serão  
maiores do que a nossa  
capacidade de superá-las.***

P. R. Sarkar

**TMJ!**

**OBRIGADO!**





## ANEXO D

### ORIENTAÇÕES PARA IDENTIFICAÇÃO DE FATORES DE RISCO PARA COMISSÕES DE SELEÇÃO

Distribuição e uso exclusivo das Seções de Assistência Social das Regiões Militares e de Guarnição e das Comissões de Seleção.

Ministério da Defesa  
Exército Brasileiro

# PROTOCOLO SAD

*Stress, Anxiety and Depression*



## ANEXO E

### ENTREVISTA DE AUTÓPSIA PSICOLÓGICA



# ENTREVISTA AUTÓPSIA PSICOLÓGICA

Para uso exclusivo dos  
profissionais de Psicologia e  
Assistência Social das  
Seções de Assistência Social





## ANEXO F

**DAP**

**ASSISTÊNCIA SOCIAL  
DO EXÉRCITO**

**CADERNO DE  
ORIENTAÇÃO**

**POSVENÇÃO  
À TENTATIVA OU À  
MORTE POR SUICÍDIO  
ORIENTAÇÃO AOS COMANDANTES**

# **ANOTAÇÕES**

# **ANOTAÇÕES**



GERINDO RECURSOS HUMANOS PARA GERAR PODER DE COMBATE