



Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e Assédios

Setembro Amarelo

Campanha de conscientização sobre a prevenção do suicídio, criada para alertar a população sobre a importância de cuidar da saúde mental.

Definição de suicídio

O suicídio pode ser definido como um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, mesmo que ambivalente, usando um meio que ele acredita ser letal.

Por que falar sobre isso no trabalho?

O ambiente de trabalho pode ser um fator de risco ou proteção para a saúde mental. A CIPA tem um papel importante na promoção do bem-estar de todos os colaboradores.

Fique atento aos sinais:

- ° Isolamento
- ° Mudança repentina de comportamento
- ° Tristeza constante
- ° Queda de desempenho
- ° Frases como **“Quero desaparecer”** ou **“Não aguento mais”**

Ações preventivas

- ° Palestras com Psicólogos;
- ° Psiquiatras;
- ° Rodas de conversa e oficinas sobre saúde emocional;

“A vida vale a pena. Não hesite em pedir ajuda”

“Vencer na vida é realmente viver”

CIPA – Juntos pela vida e pela saúde mental no trabalho.

Tomas Aparecido Angelotti - Presidente da CIPA