

**Programa de Pós-Graduação em Educação
Universidade do Estado do Pará
Belém-Pará- Brasil**



Revista Cocar. Edição Especial N.34/ 2025 p. 1-20

ISSN: 2237-0315

Dossiê: Inclusão e Educação em Saúde Mental

Comportamento suicida e mídias sociais: perspectivas para a educação, prevenção do suicídio e promoção da saúde mentalⁱ

Suicidal behavior and social media: perspectives for education, suicide prevention and mental health promotion

Ricardo Augusto dos Santos

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM)

Uberlândia/MG - Brasil

Sergio Antonio Mendes Reche

Universidade Federal de São Carlos (UFSCar)

São Carlos/SP - Brasil

Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM)

Uberlândia/MG - Brasil

Resumo

O comportamento suicida abrange desde ideação até o ato do suicídio em si, sendo as mídias sociais importantes meios para a externalização desse comportamento. Este estudo tem por objetivo pesquisar postagens sobre comportamento suicida no Instagram® e a interação dos usuários. Trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva, utilizando Etnografia Virtual para coleta e análise temática para interpretação dos dados. Foram analisadas 648 postagens com conteúdo multimidiáticos (vídeos, músicas, imagens criativas) em categorias como comportamento suicida, transtornos mentais, relações sociais, espiritualidade e busca de sentido. As mídias sociais permitem a externalização do sofrimento e configuram-se como ferramentas potenciais para prevenção do suicídio e promoção da saúde mental, especialmente na saúde e educação. A análise das publicações mostrou que usuários frequentemente expõem razões e desejos ligados ao suicídio, destacando a necessidade de compreender essas manifestações como oportunidades de intervenção.

Palavras-chave: Comportamento suicida; Redes Sociais; Saúde Mental

Abstract

Suicidal behavior ranges from ideation to the act of suicide itself, with social media being an important means of externalizing this behavior. This study aims to research posts about suicidal behavior on Instagram® and user interaction. This is a descriptive qualitative research, using Virtual Ethnography for collection and thematic analysis for data interpretation. 648 posts with multimedia content (videos, music, creative images) were analyzed in categories such as suicidal behavior, mental disorders, social relationships, spirituality and search for meaning. Social media allows the externalization of suffering and represents potential tools for preventing suicide and promoting mental health, especially in health and education. The analysis of the publications showed that users frequently explain reasons and desires linked to suicide, highlighting the need to understand these manifestations as opportunities for intervention.

Keywords: Comportamento suicida; Redes Sociais; Saúde Mental

Introdução

Atualmente a questão da saúde mental da população é fonte de preocupação, questionamentos e estudos. Pensar em saúde mental vai além da simples ausência de transtornos ou patologias, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde mental é um bem-estar em que cada pessoa consiga exercer seu potencial, lidando com situações de estresse da vida cotidiana, percebendo suas habilidades, conseguindo contribuir para a sociedade, sendo um componente integral da saúde e bem estar que sustenta nossas habilidades individuais e coletivas (OMS, 2022).

Um dos principais desafios relacionados à saúde mental é o suicídio em função de ser um problema complexo e difícil de prever, que resulta de uma interação de múltiplos fatores biológicos, psicológicos e sociais. O limite entre a idealização, a tentativa e o autoextermínio é uma linha tênue, visto que o suicídio é pensado, planejado e antecedido por tentativas, caracterizando um continuum de comportamentos (Santos, 2022). Segundo o *Suicide worldwide in 2019*, publicado pela OMS em 2021, o suicídio continua sendo uma das principais causas de morte no mundo, chegando a 700 mil registros (Who 2021), entre a faixa etária de 15 a 29 anos, o suicídio se apresenta como a quarta maior causa das mortes (Who, 2021).

No Brasil, a taxa de suicídio entre a faixa etária de 10 a 24 anos cresceu 6% ao ano entre 2011 e 2022, já a taxa de autolesões cresceu 29% a cada ano. O número foi maior do que em comparação a população geral, cuja taxa de suicídio teve um crescimento de 3,7% ao ano e de autolesão de 21% ao ano, neste mesmo período (Alves, 2024). Esses dados nos mostram a importância de estudos que correlacionam a vida acadêmica com sofrimento psíquico, uma vez que, a faixa etária que apresenta a maior taxa de suicídio no Brasil e no mundo está em universidades. É importante ressaltar que o suicídio é um ato que integra um *continuum* de comportamentos denominado na literatura como comportamento suicida, incluindo autoagressões, que envolve ideação suicida (ideias sobre a morte), plano suicida (planejamento de como morrer), tentativa de suicídio (execução de autolesão por meios variados) podendo culminar no suicídio (Bertolote, 2016). Estes dados, alertam para os altos índices do comportamento suicida observados no Brasil entre adolescentes e adultos jovens. Um dos contextos usuais nesta etapa de vida, é o acadêmico universitário.

A vida acadêmica é caracterizada por um momento que se pode denominar como

adulthood emergente, que segundo Pereira pode ser caracterizado como:

um período de exploração da identidade, uma vez que neste período da vida, os jovens buscam maior identidade social e profissional. Trata-se de uma etapa perpassada por inseguranças, visto que os jovens são inseridos em novos contextos sociais que exigirão habilidades específicas, as quais os jovens podem não possuir, deixando-os vulneráveis. (Pereira et al., 2018, p. 3768).

Taxas de prevalência de problemas de saúde têm sido exploradas em vários grupos de estudantes e estima-se que 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua formação. (Cruz, 2020) (Cavestro; Rocha, 2006). Belletati demonstrou que os sintomas mais comuns apresentados por estudantes eram: fadiga (56,4%), irritabilidade (49,8%), preocupações somáticas (49,7%) e distúrbios do sono (56%). (Belletati, 2011). Além disso, estudos apontam que a população universitária apresenta uma taxa maior de sintomas depressivos, chegando a 83%, sendo ansiedade e transtornos depressivos os mais comuns. (Lam et al, 2015) (Stallman, 2010).

O impacto causado por sintomas depressivos no desempenho acadêmico dos estudantes universitários é perceptível quando comparado com grupos sem sintomas (Heiligenstein, 1996). Níveis mais altos de dificuldade e exigência acadêmica podem gerar sintomas depressivos e ansiedade, conseqüentemente esses sintomas causam uma diminuição no rendimento acadêmico, provocando um ciclo de acontecimentos adoecedor. (Reche et al, 2024) Segundo Reche et al (2024) as alterações ocupacionais demonstram umnexo causal entre estas e uma queda no desempenho acadêmico com possíveis manifestações depressivas, intensificando o sofrimento psíquico em um ciclo adoecer.

As principais alterações ocupacionais encontradas neste estudo estão relacionadas à participação social e a questões educacionais. Um destaque importante do estudo está relacionado à solidão e a dificuldade de estabelecer um relacionamento de amizade, sendo encontradas 72 ocorrências com postagens contendo trechos de solidão, exclusão, falta de suporte e estigmatização relacionada ao sofrimento psíquico. Metade dessas ocorrências apresentavam um conteúdo denso sobre o sentimento de exclusão e solidão dentro da universidade, gerando um sentimento de não pertencimento. (Reche et al, 2024)

Os achados deste estudo demonstram como o ambiente universitário pode ser um espaço que apresenta diversos fatores de risco para o sofrimento psíquico e conseqüentemente para a prevalência do suicídio. Por outro lado, tem sido frequente observar a expressão do comportamento suicida na internet, em especial, nas redes sociais

online. Um estudo realizado por Bailey *et al* (2020), aponta que a internet tem se configurado como um meio para a expressão deste comportamento, destacando hipóteses para que o meio virtual seja um espaço viável para esta prática, dentre elas: as dificuldades para manutenção do financiamento para o acesso aos cuidados em saúde mental, barreiras práticas como preconceito em relação a buscar ajuda, a vulnerabilidade da população mediante potenciais efeitos adversos, e dificuldade de pesquisadores e profissionais para abordar e lidar com este tema tão sensível. Neste sentido estudo enfatizam a importância da criação de estratégias de prevenção ao suicídio voltadas para jovens e adolescentes, atualmente considerado o grupo de maior risco para comportamento autodestrutivo, especialmente por meio de Tecnologias de Comunicação e Informação (Castillo-Sánchez *et al*, 2020; Ophir *et al*, 2020; Bailey *et al*, 2020; Santos *et al*, 2023). Considerando-se este cenário, este estudo tem por objetivo pesquisar em uma rede social amplamente conhecida no Brasil, páginas sobre comportamento suicida e analisar suas postagens, a fim de se observar e caracterizar a forma pela qual o comportamento suicida e o suicídio são tratados e compartilhados pelos usuários, e suas respectivas interações.

Método

Trata-se de pesquisa qualitativa descritiva, estudo observacional de conteúdo postado em mídias sociais do método: Etnografia Virtual. Esse método consiste na vivência prolongada em um ambiente, no qual o pesquisador compartilha de forma plena a vida da comunidade ou grupo social (Hine, 2000). Nos ambientes virtuais ocorrem interações entre as pessoas que entram e saem em diversos contextos sociais e distintas conversas que ocorrem ao mesmo tempo Leopoldo (2012). Neste contexto, para melhor compreensão da expressão do comportamento suicida, a presente pesquisa foi realizada na rede social *Instagram*[®], em etapas distintas que se complementam, no primeiro momento foi realizada a análise das interações, cultura e comportamento dos usuários na página pesquisada, e posteriormente a análise temática dos resultados. O *Instagram*[®] foi escolhido como cenário deste estudo por ser a mídia digital com maior número de usuários no Brasil em conjunto com o *Youtube*[®] no ano de 2022 (Kemp, 2022). Inicialmente foram realizadas buscas por páginas que publicassem conteúdos sobre suicídio na referida mídia por meio das seguintes palavras-chaves em português: suicídio, depressão, autoagressão. Essa pesquisa utilizou dados postados em páginas públicas de conteúdo aberto, cuidando

da segurança, privacidade e confidencialidade dos dados a partir da preservação da identidade e privacidade das fanpages e respectivos usuários, encontrando-se um total 22 perfis no período de 04/03/2021 a 09/08/2021.

A pesquisa está de acordo com todos os procedimentos éticos previstos a partir das resoluções nº 466/2012 em relação à pesquisa com seres humanos, aprovado pelo CEP/UFTM por meio do número: 4.667.713. Para a sistematização dos dados foi utilizado o software Atlas.Ti que auxilia na sistematização de dados qualitativos e foi utilizado a Análise Temática de Braun e Clarke (2006) como método de análise de dados permitindo identificar, analisar, interpretar e relatar padrões (temas) a partir de dados qualitativos.

Numa etapa inicial foram enviadas 22 mensagens via direct (privado) para os tutores/perfis que se enquadraram aos objetivos da pesquisa, 12 perfis retornaram ao primeiro contato, 03 perfis não apresentavam critérios de elegibilidade em função da identificação do tutor ser menor de 18 anos, 9 páginas apresentaram os critérios para a realização da pesquisa, declarando interesse prévio de participação na pesquisa. A seguir, foi enviado aos tutores/perfis o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, onde constavam descritos os objetivos da pesquisa, assim como os procedimentos para efetivação da participação.

Resultados

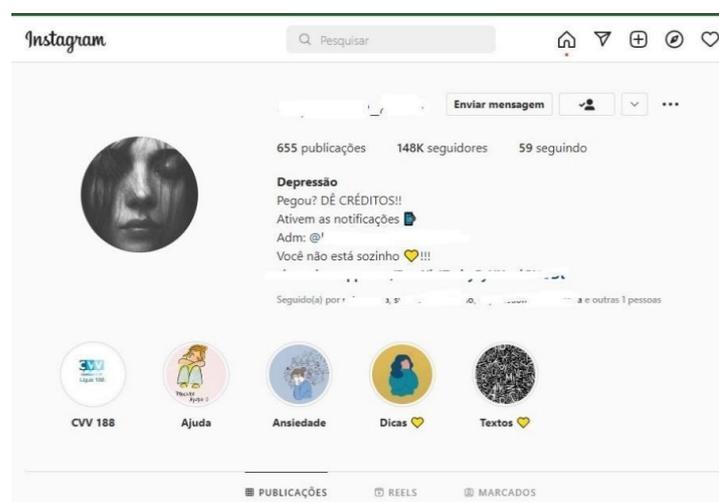
Dentre as 09 páginas que responderam positivamente, apenas 03 responderam declarando o consentimento livre e esclarecido. Em visita no dia 07/02/2022 aos 03 perfis que autorizam a realização da análise dos conteúdos postados, foi verificado que 02 perfis com número significativo de seguidores (100 mil) haviam sido desativados, restando para análise um perfil. Trata-se de uma página que conta com 148 mil seguidores, a primeira publicação ocorreu no dia 30/12/2016 e a última (quando do momento da coleta de dados) foi 04/03/2022. No início da realização da pesquisa havia 653 publicações. Na foto de perfil da página, apresenta a foto do rosto de uma mulher com os olhos fechados, semblante entristecido, utilizando cores preto e cinza, o nome da página faz referência a depressão.

Conforme apresentado na Figura 1, consta o título depressão, seguindo por orientações às pessoas que acessaram a página da seguinte forma: “Pegou? De créditos!!”. Observa-se que logo sem seguida há solicitação para ativar notificações dos conteúdos das páginas, em seguida o link do perfil pessoal da tutora dos conteúdos. Embaixo a seguinte

frase: “Você não está sozinho”. A seguir apresenta a disponibilidade de um link onde é possível acessar um grupo de aplicativo de outra rede social (WhatsApp®) com o intuito de debater sobre a temática depressão/comportamento suicida. Para fins de melhor compreensão do comportamento da cultura digital, o pesquisador acessou por um período de 24 horas o grupo de conversação indicado para apoio e suporte, sendo sua experiência registrada no diário do campo, mostrando desta forma a disponibilidade de acesso a multiplataformas aos interessados sobre o tema.

Em seguida, observou-se no perfil as interações com conteúdo semelhantes e a indicação destes mesmos aos usuários, apresentados pelo próprio Instagram®, por meio de busca pelas seguintes palavras: suicídio, depressão online, depressão minha parceira, ou seja, a própria rede social facilita acesso dos usuários a outras páginas que apresentam conteúdos semelhantes. Primeiramente, estas informações foram coletadas e registradas em uma planilha de Excel, datando as postagens da *fanpage* compartilhada no período de 30/12/2016 a 04/03/2022. Na planilha gerada pela coleta de dados da página, o número da postagem indicado pela letra P (publicação), data da publicação (data da criação da postagem), descrição da publicação (conteúdo postado), número de comentários (quantidade de pessoas que manifestaram algum comentário a postagem), com a respectiva localização deste na postagem (C+nº do comentário na postagem) e número de likes (curtidas realizadas) conforme figura 2 a seguir.

Figura 1 - Página da rede social pesquisada.



Nota: Características observadas na página selecionada. É possível encontrar textos e imagens relacionadas à depressão logo no início (foto de um rosto em cinza apresentando tristeza, o título da página “Depressão”).

Fonte: Instagram®, 2022.

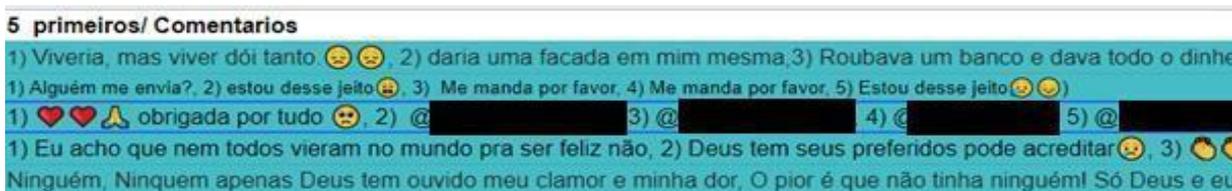
Figura 2 - Planilha de levantamento de dados da página Instagram.

Publicação:	Data:	Descrição publicação:	Interações:	Likes
P1	30/12/2016	As pessoas que prometem te ajudar , ao ficar ao seu lado. São as primeiras que vão embora.	5	503
P2	31/12/2016	Às vezes so precisamos de um abraço	5	522
P3	31/12/2016	E sempre aparece aquela vontade de desistir . Nada mais faz sentido , estou morta por dentro , sou apenas um corpo vazio sem alma	8	489
P4	31/12/2016	Eu deveria ser forte, eu deveria ter aprendido a lidar sobre isso, mas eu nao consigo	6	459
P5	31/12/2016	Pessoas caladas tem mentes barulhentas	3	541

Fonte: Autores.

Posteriormente, foram selecionadas 10% do número das postagens com maior relevância, ou seja, com maior número de interações totalizando 64 postagens e como critério de desempate foi levado em consideração publicações com maior número de likes. Após a sistematização das 64 postagens em uma planilha de Excel, foi utilizado a mesma estrutura da Figura 2, acrescentado os cinco primeiros comentários, a exemplo da Figura 3, como relevante para essa pesquisa.

Figura 3 - Exemplo planilha das 05 primeiras interações das postagens de maior relevância.



Nota: neste exemplo, temos o processo de seleção de comentários nas postagens mais relevantes, com a presença de termos relacionados ao comportamento suicida (auto agressão) e de abandono. Os nomes foram censurados para se evitar identificação. Fonte: Instagram® 2022.

Cultura e comportamentos da página analisada.

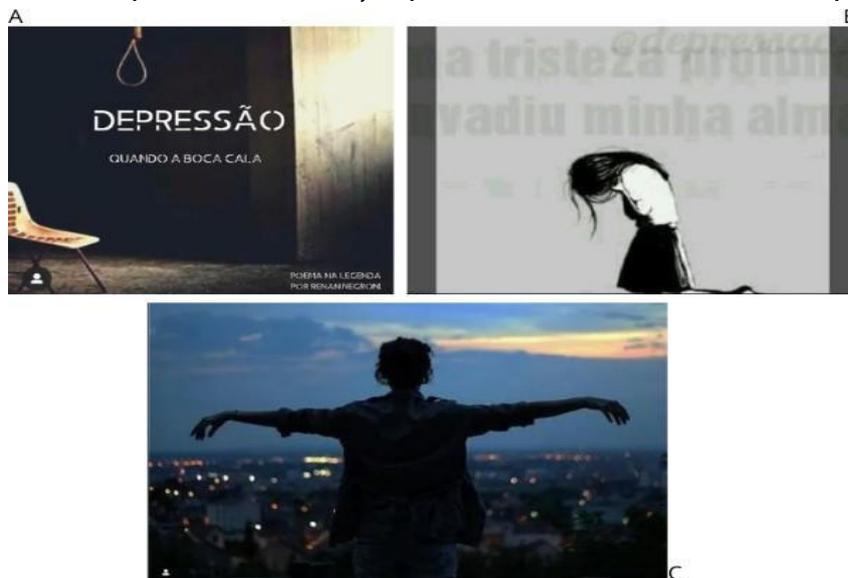
Na etapa de inserção do pesquisador na página do Instagram® foi possível verificar a crescente interação entre o tutor da página com seus seguidores (usuários). Durante todo o processo do acompanhamento das postagens é perceptível a preocupação do tutor em publicar conteúdos que fossem de encontro aos anseios dos usuários, utilizando os chats das publicações como lugar de feedbacks das postagens. No dia 23/01/2017 é realizada postagem de comemoração de 150 mil seguidores, onde verifica-se maior preocupação na padronização das publicações a utilização da @ com o nome da página nas postagens e a intensificação de interação da tutora com os usuários no chat.

Em relação às postagens, identificou-se três diferentes formas de utilização da expressão da linguagem nos posts realizados. Em sua maioria, 542 postagens utilizaram como meio de comunicação texto/escrita, 18 postagens utilizaram recursos audiovisuais, como vídeos e 88 postagens utilizou exclusivamente imagens. É importante destacar que

em todas as postagens textuais havia em seu fundo um forte recurso imagético. A seguir serão apresentadas as tipologias das postagens, a começar pelo meio de comunicação texto/escrita, como podemos verificar.

Nas postagens observa-se a ocorrência de forte expressão imagética (542) combinadas à linguagem escrita. As duas linguagens se complementam trazendo consigo uma outra configuração de comunicação, a exemplo da Figura 4, onde há um cenário explícito na postagem sobre suicídio sobre o efeito da depressão por meio da imagem e da escrita. A página utilizou o recurso audiovisual em 18 postagens com vídeos de duração de poucos minutos; três postagens de vídeos apresentavam orientações de pessoas sobre manejo e cuidado de transtornos mentais como: transtorno de pânico, vontade de se auto agredir e depressão. Os demais, apresentavam vídeos com teor de sofrimento e imagens frequentes de pessoas mergulhadas em rios, oceanos e piscinas sempre sozinhas. Utiliza-se na composição das imagens do vídeo a escrita a exemplo da Figura 4 que se inicia com a seguinte frase “Uma tristeza profunda invadiu meu ser” utilizado durante a composição das imagens e escrita, música de tom melancólico e frases com forte teor depressivo.

Figura 4 - Exemplo de comunicação por texto escrito, audiovisual e por imagem



Nota: Posts realizados na página com forte conteúdo suicida. A: Exemplo de postagem utilizando texto escrito. B: exemplo de vídeo encontrado nos posts da página selecionada. Evidencia-se o teor deprimido da postagem, frequente em outros conteúdos divulgados pelos mesmos autores. C: esta postagem, também é retratado tema com forte apelo suicida, pela representação de uma pessoa posicionada em um local alto, sem deixar clara a intenção de se jogar. Fonte: *Instagram*®, 2022.

Em 88 postagens foi verificado a utilização de forma exclusiva de imagem, na maioria das postagens eram utilizadas as cores escuras e opacas. Observou-se a utilização de fotos/desenhos que apresentam algum tipo de comunicação de sofrimento ou

representação de solidão. Na maioria das postagens eram apresentados dois recursos imagéticos frequentes, sendo eles a utilização de imagens de pessoas em cima de lugares altos como prédios ou viadutos, a exemplo da Figura 4, como também o uso de imagens de pessoas mergulhadas sozinhas em rios, piscinas e oceanos.

Outro ponto observado no comportamento das mídias sociais é a utilização frequente de Emojis, Emoticons e símbolos próprios da cultura das redes sociais como (@, _ , ...) a exemplo da Figura 5, a seguir. Nota-se que o uso destes símbolos como forma de expressão ora era utilizado como substituição de alguma palavra, ora sendo utilizado para endossar algum sentimento, expressão escrita, ou ainda como maneira de contradição entre a figura e a expressão escrita.

Figura 5 - Utilização de “Emojis”, “Emoticons” e símbolos.



Nota: Utilização recorrente de “Emojis” e “Emoticons” relacionados a tristeza. Fonte: Instagram, 2022.

A utilização de símbolos comunicacionais é algo presente na forma de expressão entre os usuários, nota-se o desejo dos seguidores da página em indicar a postagem para alguém utilizando o símbolo @ (símbolo que preconiza a forma de encontrar outro perfil e indicar para ver o conteúdo) como também o underline como meio de separação de palavras substituindo o espaço.

Ao total foram selecionadas 64 postagens com maior número de interações entre os usuários no chat. Após a análise da cultura e do comportamento postado no perfil

pesquisados, os dados qualitativos foram sistematizados e analisados em cinco unidades temáticas intituladas: 1) Comportamento suicida; 2) Transtorno mental (Adoecimento psíquico); 3) Relações sociais; 4) Espiritualidade e 5) Busca de sentido; que serão apresentadas seguir e discutidas à luz da literatura.

O comportamento suicida representa um fenômeno bastante usual, recorrente e requer atenção especial, especialmente nos contextos educacionais, ele pode ser caracterizado como uma forma continuada de autoagressões, envolvendo pensamentos sobre suicídio, planos de como morrer por suicídio, tentativa de suicídio e o próprio suicídio. Conforme observado na postagem P:245, expressa por meio de publicação textual/escrita: “O que você faria se não estivesse com medo?” Dois participantes identificados nessa pesquisa como C-2 e C-3 expressaram: “Me mataria, mas um dia eu consigo” e “Me mataria, mas eu não consigo”. Nota-se nas duas respectivas postagens, expressões diretas relacionadas a ideações suicidas.

No que se refere a transtorno mental/sofrimento psíquico, aqui traduzido pelo diagnóstico de transtorno mental e manifestação de sofrimento emocional, verifica-se na postagem 559 “Depressão quando a boca cala” o recurso imagético de uma corda com nó de força e uma cadeira próxima, fazendo a insinuação de uma cena para o suicídio (Figura 4. A.). No chat é possível verificar as seguintes interações desta postagem C- 1 “Existindo até criar coragem de fato, esgotada” C- 2 “Eu morri faz tempo, só existindo” C-3 “Cada dia minha vontade só leva a esse caminho” C-4 “Me ajuda” e C-5 “eu acho realmente que a morte, seria o melhor pra mim...” Outros quadros de transtorno mental são mencionados, além de orientação para o manejo e cuidado de uma crise, a exemplo da P-565 “Vídeo demonstrando dicas de como ajudar pessoas em crise de pânico”, destaca-se que as interações do Chat apresentaram maior interação entre os usuários com a utilização do @ como forma de marcar outras páginas para visualizar a publicação.

Algo recorrente nas postagens e interações analisadas é a utilização do termo “dor”. A exemplo da postagem P-606 “Tem dia que dói...” e o respectivo comentário, identificado como C-1: “tem dia que a dor está insuportável”, são mensagens recorrentes encontradas em diversas interações da página.

À respeito da espiritualidade, aqui compreendida como busca de algo transcendente e não necessariamente a algum teor religioso, não foi observado postagem do tutor da página nesse sentido, embora fora observado no chat diversas postagens com

apelo/E, R como verifica-se nos exemplos da postagem P=429 “Quem estava lá quando você precisava” com a seguinte interação C-1 - “Ninguém , Ninguém apenas Deus tem ouvido meu clamor e minha dor (...)” e da P=566 com o seguinte relato no C-02 “Eu sempre fui na igreja, mas sempre sentia um vazio na alma, sentia que a vida n tinha menor sentido... duvida da existência de Deus ... Vivia escondendo isso da minha família (sou filha de pastores) Até que um dia encontrei... Me encontrei com Jesus de quem tanto ouvia falar... Eu o conhecia só de ouvir falar mas um dia o encontrei . O encontrei em meu quarto em uma noite que resolvi “orar” pois já ã aguentava viver daquela forma... Senti ele me curado de feridas... Ele vem preenchendo meu vazio e me dando sentido para viver... JESUS Ñ É RELIGIÃO, JESUS FOI AQUELE QUE VEIO E MORREU EM TEU LUGAR PRA TE SALVAR... hoje sou uma nova pessoa (...) espero que meu comentário ajude alguém... se precisa de algum conselho é só chamar. ”

Como também se verifica na P-575, C-1: ”Se apegam em Deus só ele pode curar verdadeiramente a Depressão a ansiedade, a Síndrome do Pânico é a Insônia. Já sofri com tudo isso, fiz todos os tipos de tratamento e n fui curado. Depois q comecei a Buscar a Deus. Orar é jejuar, minha vida começou a mudar!! Só quem sofre com isso sabe o quanto isso é ruim”. Desta forma, caso o usuário não tenha em sua prática de E/R para poder ser curada, poderá gerar algum peso emocional, contribuindo para um sentimento de confusão e possível distanciamento social.

No que concerne a busca de sentido, termo aqui compreendido como um motivador/incentivo para continuar com a vida, foi frequentemente encontrado nas publicações e nas respectivas interações no Chat, a exemplo da publicação P=446“CONTINUE VIVO - Você precisa ouvir sua música favorita mais uma vez. Seu bichinho sentirá sua falta se você partir. A lua é bonita demais para nunca mais ser vista. Você ainda não viu a próxima temporada daquela série incrível, você tem que ver as luzes de natal esse ano. O barulho da chuva vai te relaxar novamente”. Observa-se nessa tipologia de postagens possíveis motivos para alguém continuar vivo. Nas interações no Chat da publicação podemos ver questionamentos que vão de encontro a publicação como: C-01 “E quando tudo isso deixar de fazer sentido” e C-02 “ O que vocês fazem quando o vazio toma conta, é como se eu não estivesse mais aqui, e a vida das pessoas vão continuar... e talvez elas fiquem melhores...” nessa mesma publicação é possível encontrar desabafo como o C-03 “Está tão difícil me manter viva na vdd eu já desisti”, da

mesma forma é possível encontrar interações que apontam possíveis motivos para continuar, como o C-04 “mas ñ o fiz por completo ainda pelos meus dois gatinhos” encontrando desta forma a motivação singular de cada um para dar sentido para a vida.

Quanto à temática relações sociais, relevante na construção e manutenção dos vínculos, verifica-se, na maioria das vezes, uma lacuna ou até ausência, a exemplo da postagem P-429 “Quem estava lá quando você mais precisava?”. Houve nesta postagem comentários como: C-01 “Ninguém, ninguém apenas Deus tem ouvido a minha dor (...)” trazendo possível sensação de isolamento social, mas também de conforto por meio da Espiritualidade/Religiosidade, continuando em seguida “(...) O pior é que não tinha ninguém! Só Deus e eu! Minha família, parentes não, família”, revelando desta forma um outro aspecto de um possível apoio familiar no momento que precisava.

Outro ponto observado na postagem P-589 “Acredite, eu não estou tão bem quanto parece” a uma clara solicitação de pedido de ajuda por meio do Chat C-3 “Preciso de ajuda, de apoio não consigo mais aguentar essa dor, angústia, ansiedade, essa falta de ar, dor no peito, sensação de estar sufocando, essa insegurança, me achar incapaz, indecisão, medo do que as pessoas vão achar de mim, alimentação conturbada, de tudo que passei até agora. Não estou conseguindo aguentar mais isso”, foi a interação entre os próprios participantes do Chat com orientações de busca por ajuda de pessoas que possam oferecer algum cuidado e que não esteja passando pelas mesmas dificuldades, a exemplo da postagem no chat C-5 que procura responder ao pedido de ajuda da postagem no chat C-3 já mencionada. C-5 “admirável a sua coragem em pedir ajuda, mas como pessoas que passam o mesmo que você ou pior poderiam te ajudar? Só conseguem te entender, mas não têm nada a oferecer... E acredito que para um fim do sofrimento precisa de alguém que, sim, te entenda, mas lhe apresente uma solução também. Se aproxime de pessoas que encontraram a solução e que estarão dispostas a te ajudar”.

Um destaque importante expresso foi a necessidade de “contato” social ante a uma crise de ideação suicida, mesmo que por meio de multimídias (redes sociais, telefone) é observado como uma tentativa de pedido de ajuda a exemplo da postagem P-576 no C-01: “ Por favor alguém aí passa o número do *WhatsApp* pra gente conversar tô precisando muito. Tô com um vazio infinito, uma solidão, tristeza profunda, pensamentos de morte. Não sei como ainda estou vivo, penso várias vezes em enfiar uma faca no meu coração, me imagino pular muito de uma ponte e eu sem vida no chão...alguma mulher ou homem passa

seu número pra gente conversar no WhatsApp por favor. // Eu não estou vazia, estou sobrecarregada, estou. Cheia de coisas q nem sei explicar, só tô com medo de não aguentar tanto ...// Sim 😞 // 😞 // essa imagem ao espelho do que eu sou agora!

Ainda nessa temática a necessidade de contato social, observa-se na publicação P-540, a solicitação de manifestação de afeto por meio de “ abraço virtual” conforme podemos verificar a postagem no Chat C-3 “Boa noite gente, gente desculpa incomodar vcs, seis podem me dar um abraço virtual, é q eu estou com depressão pela segunda vez”, evidenciando por meio deste pedido, a possibilidade de conseguir interações virtuais semelhantes a interações presenciais.

Análise e Discussão

Para Canevacci (2001), no mundo contemporâneo, toda a cultura da vida cotidiana parece estar violada pelas múltiplas mídias, estas cada vez mais integradas à comunicação visual, de modo que os indivíduos se encontram envolvidos por uma aura tecnológica, de tal forma que nenhuma dimensão da sua vida parece escapar à mediação comunicacional das imagens visuais.

Os resultados evidenciam a ênfase do tutor da página na comunicação visual por meio de recursos comunicacionais (imagem, escrita, audiovisual). Na maioria das postagens, eram utilizadas as cores escuras e opacas, com a utilização de imagens representativas de comunicação de sofrimento, representação de solidão e a alusão à ideia suicida. Sendo apresentado dois recursos imagéticos frequentes, a utilização de imagens de pessoas em cima de lugares altos como prédios e viadutos ou sozinhos mergulhados ou boiando em rios, oceanos e piscinas.

Outra forma encontrada de comunicação foi a utilização de símbolos comunicacionais presentes na cultura virtual para se expressarem, a exemplo: “@” ou “_” como forma de separação ou substituição de palavras. Para Reed (2014), a evolução da língua tem a ver com a interação entre o homem e a tecnologia. Segundo Reed (2014), “como a língua que usamos para nos comunicar com os outros tende a ser mais maleável do que a da escrita formal, a combinação do informal, da comunicação pessoal e a da plateia de massa propiciada pelas mídias sociais é uma receita para mudanças na comunicação”. Desta forma, nas postagens analisadas, verificou-se a utilização de Emoji e Emoticons como forma de expressão, ora utilizado como substituição de alguma palavra

ora sendo para endossar algum sentimento, expressão ou empregado como maneira de contradição entre a figura do *Emoji* com a escrita.

O comportamento suicida pode ser considerado como um continuum de comportamento que perpassa pela ideação suicida, refere-se a pensamentos que indica o anseio de morrer por suicídio; o plano suicida, que é a formulação de um método peculiar pelo qual se deseja findar a vida; e a tentativa de suicídio, o comportamento prejudicial no qual perdura a intenção de morrer (Botega, 2014). A ideação são indícios para prever o ato e por isso faz-se necessário não apenas a detecção de forma precoce desses pensamentos, como também uma maior compreensão a respeito dos possíveis motivos causadores do seu surgimento (Araújo *et al.*, 2010, p. 03). Em muitos casos, essas sinalizações não são devidamente acolhidas, sendo apenas percebida quando há a tentativa de morrer por suicídio, mesmo quando o idealizador deixa, por meios de cartas e bilhetes, seu registro de despedida (M. M. Silva, 2017). O ato de deixar algo escrito, demonstra a racionalização do ato de tirar a própria vida, desta forma, a digitalização do mundo atual tornou as mídias sociais uma importante ferramenta de expressão e comunicação, dessa forma, as plataformas digitais são um ambiente onde mensagens de ideação, de pedidos de socorro ou de despedida podem ser encontrados (Carvalho; Pacheco, 2016).

Algo recorrente verificado nas postagens analisadas foi de encontro com a teoria Sheineidamn que para ocorrer o suicídio, são necessários a combinação dos elementos que foram comumente encontrados nas postagens como; sentimento de dor intolerável (P-526 C-3 “Morreu sim, e dói muito viver esse luto interior, uma dor sufocante); atitude de autodesvalorização (P-501 C-4 “Assim me sinto um lixo inútil, fedido, me Deus me ajuda); sensação de isolamento intenso (P- 381 - C-5 “(...) Amigos? Procuram apenas quando precisam de algo! Talvez a solidão seja boa para vermos que não necessariamente precisamos de alguém ao nosso lado... até porque ninguém se importa com ninguém de verdade”; e por último a desesperança (P-629 C- “Só a morte pode me salvar dessa escuridão”) (Shneidman, 1985). Além disso, 90% dos casos de suicídio tiveram sua intencionalidade comunicados às pessoas próximas e familiares, sendo a intencionalidade um elemento decisivo para o risco de suicídio. (Shneidman, 1994).

Os transtornos mentais, outra unidade temática encontrada neste estudo, são considerados como um fator influenciador para o comportamento suicida (Who, 2021). A depressão foi o transtorno mental mais associado ao comportamento suicida e estima-se

que mais de 80% dos casos de pessoas que morreram por suicídio apresentavam algum transtorno mental de base (Bachmann, 2018).

Para Matsberger e Ronningstam (2011) os fatores que discriminam os indivíduos que apresentam comportamento suicida são de ordem subjetiva, associada a intenso sofrimento e não indicadores objetivos de risco ou gravidade. Colaborando com essa afirmação, outros autores afirmam que não é a depressão em si que estimula os indivíduos a uma crise suicida, mas o sofrimento psíquico intenso, marcados por afetos intoleráveis como a desesperança, desespero, desamparo e ódio direcionado a si (Hendin et al, 2004; Orbach, Mikulincer; Sirota, 2003). Estudos têm revelado que vivências de afetos de intenso sofrimento são predominantes nas crises suicidas, a despeito da existência de indicadores clínicos para a depressão ou outros transtornos mentais, demonstrando o papel central dos estados afetivos na compreensão do comportamento suicida (Aleman; Deny, 2014; Turecki; Brent, 2015).

Em relação a Espiritualidade/Religiosidade (E/R) não foi observado nenhuma menção do tutor da página sobre esse tema, mas foi constatado uma grande quantidade de interações no Chat com essa temática. Contudo, a relação entre E/R como fator de prevenção ao comportamento suicida são inconsistentes (Oliveira; Junges, 2012; Cunha; Scorsolini-Comin, 2019; Inoue; Vecina, 2017; Hamdan; Peterseil, 2019). No entanto, estudos sugerem que há menor risco de suicídio entre as pessoas que possuem o hábito de frequentar serviços religiosos, devido aos possíveis mecanismos de proteção da religião ao comportamento suicida, por envolver ampliação contexto social do indivíduo, possível envolvimento com os ritos religiosos e a crença na desaprovação da instituição religiosa em relação ao suicídio (Norko et al, 2017; Vanderweele et al, 2016). A E/R, nesses casos, também pode se manifestar como um fardo emocional ao indivíduo que não apresenta alguma crença, contribuindo para sentimento de confusão e distanciamento social. Além disso, as pessoas que não conseguem atender de forma adequada aos níveis de adesão à espiritualidade ou práticas religiosas podem sofrer culpa excessiva. Essa confusão pode se tornar uma fonte de estresse e ansiedade, estimulando o comportamento suicida de Hamdan e Perteseil-Yaul (2020).

Outra temática encontrada e com frequência debatida nas postagens foi em relação ao questionamento do sentido para continuar vivo. Para Viktor Frankl (1990), a vida carece de sentido, ou seja, não há um sentido em si; é preciso que o homem construa, conforme

suas possibilidades, um sentido para viver e a sua ausência seria apontado pelo autor como um dos motivos para o suicídio. A desesperança apresenta-se como um elemento que foi encontrado com frequência, a exemplo P- 526 C-1 “Morreu a minha vontade de viver”, além de serem fatores precipitantes para o comportamento suicida, os estados efetivos associado a não encontrar motivos para viver apontam para estados depressivos e ansiosos que são frequentemente associado ao comportamento suicida (Phillips *et al.* 2002).

E por fim, as Relações Sociais demonstraram ser uma temática importante nas postagens realizadas, relações essas aqui compreendidas como a conjunto de interações entre pessoas. Para Joiner (2005), em sua Teoria Psicológica Interpessoal do Suicídio, compreende que as pessoas evoluíram para temer a dor, os ferimentos e a morte. Postula em sua teoria que para haver o comportamento suicida um dos sentimentos necessários é o de não pertença. Para o mesmo autor, esse sentimento tem relação com isolamento social e a solidão, que vai contra a necessidade básica do ser humano de “pertencer” a algum grupo social (Joiner, 2005). A “solidão” é definida como alguém que se sente desconectada dos outros e inclui: morar sozinho, ter baixo suporte social, família desestruturada, entre outros; o isolamento social é traduzido como não ter ninguém com quem contar ou não ter suporte de ninguém e inclui: isolamento do convívio com as pessoas, violência doméstica, abuso na infância, conflitos familiares e perdas (Joiner, 2005).

As relações sociais também foram encontradas como fonte de apoio e proteção, foram identificadas mensagens de acolhimento e suporte como P- 591 C-2 “@xxx que conversar? ” Ou mensagens positivas ou motivacionais; e mensagens de aconselhamento P-587 “@xxxx ❤️ vc é incrível! Se ame!” demonstrando desta forma possível espaço de apoio ante a expressão do sofrimento.

Assim, esse estudo aponta evidências em relação a como o comportamento suicida se apresenta nas redes sociais e como estas são usadas para o compartilhamento de textos e mensagens pessoais relacionadas ao suicídio.

Considerações finais

O suicídio representa uma questão multifacetada que transcende aspectos sociais, culturais, psicológicos e biológicos. Este estudo destacou a relevância das redes sociais

como espaços de expressão do comportamento suicida, evidenciado por postagens no Instagram®. A análise das publicações revelou como os usuários frequentemente expõem razões e desejos associados ao ato de findar a própria vida, trazendo à tona a necessidade de compreender essas manifestações como potenciais oportunidades de intervenção.

As redes sociais podem ser consideradas ferramentas estratégicas para conscientização, identificação e intervenção em crises relacionadas ao comportamento suicida, especialmente em contextos que integram educação e saúde. Apesar da limitação de se basear em uma única rede social de ampla popularidade no Brasil, os achados oferecem insights iniciais sobre como o comportamento suicida é articulado em plataformas digitais, apontando caminhos para estudos futuros que abarquem outras mídias e contextos mais amplos. Propõe-se, assim, que ações intersetoriais entre educação e saúde promovam a disseminação de informações sobre o comportamento suicida, favorecendo o reconhecimento precoce e a prevenção, seja pela orientação ao suporte especializado, seja pela criação de redes de apoio que reforcem a busca pelo sentido de viver. Em última instância, as redes sociais podem assumir um papel transformador ao ampliar a visibilidade do tema e contribuir para a redução de mortes por suicídio.

Referências

- ALEMAN, André; DENYS, Damiaan. Mental health: a road map for suicide research and prevention. **Nature**, v. 509, n. 7501, p. 421-423, 2014.
- ALVES, Flávia Jôse Oliveira et al. The rising trends of self-harm in Brazil: an ecological analysis of notifications, hospitalisations, and mortality between 2011 and 2022. **The Lancet Regional Health–Americas**, v. 31, 2024.
- ARAÚJO, Luciene da Costa; VIEIRA, Kay Francis Leal; COUTINHO, Maria da Penha de Lima. Suicidal ideation in adolescence: a psychosociologic view in the high school context. **Psico-USF**, v. 15, p. 47-57, 2010.
- BACHMANN, Silke. Epidemiology of suicide and the psychiatric perspective. **International journal of environmental research and public health**, v. 15, n. 7, p. 1425, 2018.
- BAILEY, Eleanor et al. An enhanced social networking intervention for young people with active suicidal ideation: safety, feasibility and acceptability outcomes. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 7, p. 2435, 2020.
- BELLETATI, Valéria Cordeiro Fernandes. **Dificuldades de alunos ingressantes na universidade pública: alguns indicadores para reflexões sobre a docência universitária**. 2011. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.
- BERTOLETE, José Manoel. **O suicídio e sua prevenção**. Editora Unesp, 2016.

BOTEGA, Neury José. Comportamento suicida: epidemiologia. **Psicologia USP**, v. 25, p. 231-236, 2014.

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative research in psychology**, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006.

CARVALHO, Francielle; PACHECO, Éser. Sentidos existenciais manifestos em cartas de suicidas. **Sinapse Múltipla**, v. 5, n. 2, p. 89-89, 2016.

CASTILLO-SÁNCHEZ, Gema et al. Suicide risk assessment using machine learning and social networks: a scoping review. **Journal of medical systems**, v. 44, n. 12, p. 205, 2020.

CAVESTRO, Julio de Melo; ROCHA, Fabio Lopes. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. **Jornal brasileiro de psiquiatria**, v. 55, p. 264-267, 2006.

CRUZ, Maria Cristina Natasha Lima et al. Ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 5, p. 14644-14662, 2020.

CUNHA, Vivian Fukumasu da; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. The Religiousness/Spirituality Dimension in Clinical Practice: An Integrative Review of the Scientific Literature. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 35, p. e35419, 2019.

DOS SANTOS, Ricardo Augusto et al. Comportamento autodestrutivo e tecnologia de informação e comunicação. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 11, n. 1, p. e6439-e6439, 2023.

FRANKL, Viktor E. et al. **Dar sentido à vida: a logoterapia de Viktor Frankl**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1990.

HAMDAN, Sami; PETERSEIL-YAUL, Temima. Exploring the psychiatric and social risk factors contributing to suicidal behaviors in religious young adults. **Psychiatry research**, v. 287, p. 112449, 2020.

HEILIGENSTEIN, Eric et al. Depression and academic impairment in college students. **Journal of American College Health**, v. 45, n. 2, p. 59-64, 1996.

INOUE, Thais Martins; VECINA, Marion Vecina Arcuri. Spirituality and/or religiosity and health: a literature review. **Journal of the Health Sciences Institute**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 127-30, 2017.

JOINER, Thomas E. **Why people die by suicide**. Harvard University Pres, 2005.

LAM, Linda Chiu-Wa et al. Prevalence, psychosocial correlates and service utilization of depressive and anxiety disorders in Hong Kong: the Hong Kong Mental Morbidity Survey (HKMMS). **Social psychiatry and psychiatric epidemiology**, v. 50, p. 1379-1388, 2015.

MALTSBERGER, John T.; RONNINGSTAM, Elsa F. **Rumpelstiltskin Suicide**. *Suicidology online*, v. 2, 2011.

OLIVEIRA, Márcia Regina de; JUNGES, José Roque. Mental health and spirituality/religiosity: psychologists' understandings. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 17, p. 469-476, 2012.

OMS. Organização Mundial de Saúde. **Mental Health. Mental Health Determinants and Populations**, Department of Mental Health and Substance Dependence.

OPHIR, Yaakov et al. Deep neural networks detect suicide risk from textual facebook posts. **Scientific reports**, v. 10, n. 1, p. 16685, 2020.

PEREIRA, Anderson Siqueira et al. Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adultez emergente. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 11, p. 3767-3777, 2018.

RECHE, Sérgio Antônio Mendes et al. **Significant changes in occupations among college students: a study carried out on a correlated online social network profile**. 2024.

REED, Jon. How social media is changing language. **Retrieved** December, v. 2, p. 2018, 2014.

SANTOS, Cristina Vianna Moreira dos. Sofrimento psíquico e risco de suicídio: diálogo sobre saúde mental na universidade. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 149-160, 2019.

SANTOS, Ricardo Augusto dos, et al. **A expressão do comportamento suicida em redes sociais online**. 2022.

SSHNEIDMAN, Edwin S. A psychological approach to suicide. In: **American Psychological Association Convention**, Aug, 1986, Washington, DC, US; This chapter is based upon one of the 1986 Master Lectures that were presented at the aforementioned convention. American Psychological Association, 1987.

STALLMAN, Helen M. Psychological distress in university students: A comparison with general population data. **Australian psychologist**, v. 45, n. 4, p. 249-257, 2010.

VANDERWEELE, Tyler J. et al. Association between religious service attendance and lower suicide rates among US women. **JAMA psychiatry**, v. 73, n. 8, p. 845-851, 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Suicide worldwide in 2019: global health estimates**. 2021.

Agradecimentos: Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Uberaba. Minas Gerais

Nota

ⁱ O artigo é oriundo da Dissertação de Mestrado primeiro autor, vinculado ao Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Uberaba. Minas Gerais

Sobre os autores

Ricardo Augusto dos Santos

Mestre em Psicologia pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Uberaba-MG-Brasil. Psicólogo E-mail: ricardoasanto@gmail.com; Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5739-2565>

Sergio Antônio Mendes Reche

Graduando em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), São Carlos-SP-Brasil. E-mail: sergio.reche@estudante.ufscar.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8726-6965>

Heloísa Cristina Figueiredo Frizzo

Docente no Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Uberaba-MG-Brasil e Docente do Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Uberaba-MG-Brasil. Doutora em Ciências pelo Programa Interunidades pela Escola de Enfermagem na Universidade de São Paulo, São Paulo-Brasil. Líder do Grupo de Pesquisa Núcleo Interdisciplinar de Pesquisa em Tecnologias no Cotidiano. UFTM.

E-mail: heloisa.frizzo@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7661-0353>

Recebido em: 12/03/2025

Aceito para publicação em: 20/03/2025