

Sobreviventes

Sara Santos e Sofia Tavares

“[...] Penso que deveria ter morrido antes de tudo isto acontecer.

[...] Quero morrer para ir ter contigo, porque nunca mais voltarei a ser feliz”¹.

INTRODUÇÃO

Marcado por estigma e tabus, o suicídio é frequentemente percebido como uma morte confusa, com causas complexas, multideterminadas e mal compreendidas. Para quem o comete, pode ser visto como libertador e finalizador de uma dor psicológica insuportável, mas para os entes próximos e significativos, o suicídio representa habitualmente o início de um percurso de sofrimento intenso, que os enclausura numa herança aterradora e desconcertante, quase sempre cristalizada num pacto de silêncio impenetrável, agonizante e transformador de vida. É com base nesta preocupação, que nos alerta para a amplitude deste grave problema de saúde pública, que o pai da suicidologia Edwin Shneidman afirma^[1,2]:

“A morte de uma pessoa não é apenas um fim, mas é também um começo – para os sobreviventes. Com efeito, no caso de suicídio, o maior problema de saúde pública não é nem a prevenção de suicídio [...], nem a gestão de tentativas [...], mas a redução dos efeitos do *stress* nas vítimas sobreviventes de mortes suicidas, cuja vidas são mudadas para sempre e que, ao longo de um período de anos, os números ascendem aos milhões”².

Shneidman^[4] dirigiu o seu interesse para o impacto do suicídio nos indivíduos próximos do suicida, que sofrem de dor intensa e prolongada após a perda, sendo habitualmente apelidados de sobreviventes na literatura. A palavra sobrevivente tem sido utilizada (ainda que não de forma consensual) para designar uma pessoa que perdeu alguém por suicídio e cuja vida foi significativamente alterada por este facto^[5]. Na literatura é comum encontrar sobrevivência associada a três dimensões: parentesco com o suicida, ligação emocional e grau de sofrimento vivenciado após o suicídio, independentemente da relação familiar

¹ Relato de uma mãe sobrevivente na sequência do suicídio da filha de 15 anos.

² “*A person’s death is not only an ending: it is also a beginning – for the survivors. Indeed, in the case of suicide, the largest public health problem is neither the prevention of suicide [...], nor the management of attempts [...], but the alleviation of the effects of stress in the survivor-victims of suicidal deaths, whose lives are forever changed and who, over a period of years, numbers in the millions [...]*”^[3].