

Mãe lança livro sobre suicídio de filho para prevenir outras mortes

Jornalista o escreveu há 30 anos, mas somente agora conseguiu divulgá-lo nos jornais

Raquel Valli

A jornalista Ana Lúcia Vasconcelos, de Campinas (SP), acaba de lançar o e-book “Um Pequeno Ensaio Sobre o Suicídio”. O filho dela, diagnosticado com esquizofrenia, tirou a própria vida em novembro de 1996.

Ana conta que escreveu o texto na sequência, destrocada, abrindo a ferida e deixando-a sangrar, apaziguando a própria dor. Na época, tentou publicá-lo em jornais, mas foi barrada por uma regra editorial que proibia matérias sobre o tema.

“Falavam que provocava mais suicídio. Mas, eu achava absurdo. Tem muita gente que tem preconceito contra doença mental. É terrível você admitir que um filho teu, ou um parente teu, que tem uma doença mental. Há resistência das pessoas de procurarem tratamento para os filhos, parentes. Uma ignorância muito grande. E eu queria alertar as

pessoas. É doença. Tem que ser tratada. Você pode ajudar. E eu queria ajudar com esse livro. Ajudar, como eu quero até agora. Eu quero ajudar pessoas que tenham parentes com problemas mentais. Pra gente salvar. Pra evitar o suicídio. O que eu quero é evitar que as pessoas se matem. Várias doenças que podem levar ao suicídio. Então eu escrevi pensando isso, em barrar o processo. Esse é o meu objetivo”, declara a autora, que é licenciada em Ciências Políticas e Sociais pela PUC-Campinas e mestre em Filosofia da Educação pela Unicamp.

O filho de Ana tirou a própria vida após resistência ao tratamento. Decidiu que não tomaria mais remédios. Quando a notícia definitiva chegou, ela estava na igreja.

Diferente de muitas mães que se revoltam contra o divino, encontrou na espiritualidade e na crença na vida eterna o esteio para não desmoronar.

E a dor se transformou em

investigação. Enquanto a família se fechava, mergulhou na escrita para tentar entrar na cabeça do filho e compreender a doença invisível.

Pesquisa

O processo foi acompanhado por um fenômeno que ela descreve como milagroso: livros começaram a “cair” nas mãos dela, por meio de amigos. Em apenas dois meses, leu trinta obras.

Além disso, buscou auxílio de especialistas e místicos. Cruzou as visões de psicanalistas renomados e de médicos com as trajetórias de figuras, como Santa Teresa de Jesus.

Compreendeu que a doença mental é como um câncer invisível, que, por não apresentar sintomas físicos óbvios como o emagrecimento ou o afinamento visível, é ignorada ou negada.

Importância de suporte

O Ministério da Saúde orien-

ta que é fundamental buscar o amparo de pessoas próximas, confiáveis, ao passar por momentos difíceis, sobretudo quando se está com pensamentos de autole-são ou desesperança.

Reforça que pedir auxílio especializado, de psicólogos e médicos, é um passo corajoso e necessário para atravessar determinadas crises.

Ajuda gratuita

Para um suporte imediato e sigiloso, o Centro de Valorização da Vida (CVV) oferece atendimento gratuito 24 horas por dia com voluntários preparados. O atendimento é pelo telefone 188, ou pelo site: <https://cvv.org.br/>

Na rede pública de saúde, o acolhimento pode ser encontrado nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e nas Unidades Básicas de Saúde.

Em situações de emergência ou risco imediato, deve-se procurar as UPAs 24h, prontos-socor-

ros, hospitais ou acionar o Samu pelo número 192.

Psiquiatria

Um levantamento digital feito este ano pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), abrangendo todas as unidades federativas brasileiras, aponta 25% dos participantes admitiram ter cogitado o suicídio em um intervalo de seis meses.

O desejo de isolamento social ou de “sumir” foi ainda mais comum, afetando mais da metade dos entrevistados.

O estudo serviu como base para as ações do Setembro Amarelo - mês de conscientização contra o suicídio.

O ponto positivo, ainda de acordo com o levantamento, é que, devido à nova abordagem informativa, 50% dos entrevistados já passaram por consultas com psicólogos ou psiquiatras e sabem exatamente onde encontrar o suporte necessário.



Ministério da Saúde orienta que é fundamental buscar amparo em momentos de crise

Estúdio da Prefeitura é disponibilizado para população para gravar podcasts

O PodCamp, estúdio público de gravação de podcasts da Prefeitura de Campinas (SP), tem se consolidado como um importante espaço de incentivo à produção de conteúdo e à democratização da comunicação na cidade.

Ultrapassou a marca de mil gravações em 2025, reunindo projetos de diferentes formatos e temáticas como negócios, cultura, educação, inovação e empreendedorismo.

Disponibilidade

O serviço é gratuito e aberto a toda a população. Qualquer pessoa interessada pode agendar um horário para utilizar o estúdio por meio da plataforma oficial do PodCamp, disponível em <https://podcamp.ima.sp.gov.br>

Ao todo, são disponibiliza-

dos trinta horários mensais para gravações, realizadas na sede da Informática de Municípios Associados (IMA) - empresa de economia mista cujo principal acionista é a Prefeitura e que atua como o braço tecnológico da administração pública.

Infraestrutura

O espaço conta com infraestrutura completa, incluindo sala com tratamento acústico, mesas, cadeiras, microfones profissionais, iluminação direta e indireta, mesas controladoras de imagem e o acompanhamento de um técnico especializado durante todo o período de gravação. As gravações acontecem às terças, quartas e quintas-feiras, com horários disponíveis de manhã e à tarde.

Cada sessão pode ter até 60



minutos de duração e comportar até quatro participantes.

Empreendedorismo

Entre os projetos que passaram pelo estúdio está o podcast

da Comunidade Omni, idealizado por Ana Renata, consultora e mentora de negócios.

Para ela, a experiência no PodCamp foi positiva. “Foi muito legal participar do PodCamp.

A estrutura é excelente, o atendimento é muito profissional e toda a experiência superou nossas expectativas. A gente adorou gravar aqui”, afirma.

O episódio do podcast da Comunidade Omni contou ainda com a participação de Letícia Petean, empreendedora no ramo de joias, que também aprovou a experiência. Segundo ela, o espaço contribuiu diretamente para a qualidade da gravação. “Gostei muito de participar do PodCamp. O ambiente é bem estruturado e torna o conteúdo mais profissional”, destaca.

Podcast

É um conteúdo em áudio transmitido via internet, que funciona como um programa de rádio sob demanda.