

Kit de Ferramentas do Consórcio Nacional sobre Prevenção de Suicídio na Força Policial



Estrutura abrangente para a prevenção de suicídio entre policiais



Conteúdo

Introdução

Aplicação de Estrutura Abrangente para a Prevenção do Suicídio entre Policiais	4
Criar uma cultura de liderança que apoie a saúde mental.....	5
Divulgar mensagens seguras e positivas	6
Desenvolver resiliência e habilidades de enfrentamento saudáveis	8
Mitigar o impacto do trauma e estresse cumulativo.....	9
Melhorar o acesso e diminuir as barreiras aos cuidados de saúde mental.....	11
Identificar e auxiliar pessoas em situação de risco.....	12
Tornar comum e promover o aumento do comportamento de busca de ajuda	14
Desenvolver e fortalecer os suportes de pares	15
Reforçar suportes e conexões.....	16
Preparar e fornecer suporte durante as transições	17
Fornecer suporte após uma morte por suicídio ou tentativa de suicidio.....	19
Conclusão	20
Referências:.....	20



Introdução

A Estrutura Abrangente para a Prevenção do Suicídio na Força Policial é um recurso central no trabalho mais amplo realizado pelo Consórcio Nacional sobre a Prevenção do Suicídio na Força Policial (o Consórcio). Um projeto do

Programa Nacional de Iniciativas de Segurança de Agentes (NOSI) do Escritório de Assistência à Justiça do Departamento de Justiça dos EUA, o Consórcio foi formado em outubro de 2018 pela Associação Internacional de Chefes de Polícia (IACP), em parceria com o Centro de Desenvolvimento da Educação (Education Development Center - EDC) e apoio da Aliança Nacional de Ação para a Prevenção do Suicídio (National Action Alliance for Suicide Prevention - Action Alliance) (), para aumentar a conscientização e prevenir o suicídio entre os policiais. Por meio do Consórcio, cinco grupos de força-tarefa foram formados para identificar recomendações e considerações para a profissão de policial no que se refere aos esforços de prevenção de suicídio em uma agência ou departamento: mensagens, dados e pesquisa, mudança de organização e sistema, apoio de pares e apoio familiar. Um tema comum que emergiu das discussões do Consórcio, tanto presenciais quanto virtuais, foi a necessidade de as agências de segurança pública terem informações sobre os vários componentes da prevenção ao suicídio. Este recurso de Estrutura Abrangente para a Prevenção do Suicídio na Força Policial é um guia para uma agência policial implementar estratégias holísticas e intencionais de prevenção ao suicídio em todo o espectro de prevenção, intervenção e após uma perda por suicídio.

Os esforços de prevenção do suicídio têm maior probabilidade de sucesso quando combinam várias estratégias que funcionam em conjunto para abordar diferentes aspectos do problema. Por meio do trabalho com o Consórcio, este modelo identifica e fornece 11 estratégias amplas que representam uma estrutura abrangente para a prevenção do suicídio por agentes de segurança pública e promoção da saúde mental. O arcabouço foi adaptado de um modelo desenvolvido pelo [Centro de Recursos de Prevenção do Suicídio](#). Este modelo e estrutura baseiam-se em evidências existentes e também em contribuições do Consórcio.



Aplicação da Estrutura Abrangente para a Prevenção do Suicídio na Força Policial

A Estrutura Abrangente para a Prevenção do Suicídio na Força Policial destina-se a apoiar a saúde e o bem-estar dos policiais e é apropriada para líderes de agências de aplicação da lei, equipe de comando, profissionais de saúde mental e bem-estar, equipe de suporte de pares e outros responsáveis pela saúde e bem-estar dos policiais. Ela foi elaborada para ter uma abordagem holística e deve ser usada para fornecer informações no desenvolvimento de planos de prevenção estratégica do suicídio e promoção da saúde mental que incluem políticas, procedimentos e treinamentos relacionados. As estratégias delineadas na estrutura devem ser implementadas ao longo do tempo por meio de uma abordagem de agência personalizada que reflete as necessidades, recursos e considerações específicas dentro de cada departamento. A liderança deve trabalhar com todos os membros do departamento, profissionais de saúde mental e bem-estar, representantes da família, capelães e outros envolvidos na prevenção do suicídio para priorizar um plano de implementação. Embora todas as áreas da estrutura sejam importantes, criar e sustentar uma liderança e cultura organizacional que apoie a saúde mental estabelece

a base para todas as outras ações. Este é o ponto de partida. Uma vez que o comando geral tenha começado a abordar a cultura, é melhor considerar todos os componentes da estrutura, inicialmente focalizando aqueles mais urgentes para o departamento específico. As áreas da estrutura foram organizadas em três categorias: Liderança, Assistência e Suporte. Essas categorias são principalmente para fins organizacionais, pois há fluidez e todas as seções exigem liderança, têm aspectos de apoio e cada uma desempenha um papel importante na assistência àqueles que podem estar em risco de suicídio. Existem inúmeros recursos locais, regionais, nacionais e internacionais para serem aplicados na implementação das estratégias nesta estrutura, e os departamentos são encorajados a explorar recursos específicos para suas necessidades e planos.

O conteúdo a seguir descreve estratégias para implementar e sustentar a prevenção do suicídio em organizações policiais. Essa estrutura deve ser usada para fortalecer essas proteções e melhorar a rede de segurança para prevenir crises suicidas.

Criar uma cultura de liderança que apoie a saúde mental

Facilitar com sucesso uma abordagem abrangente de prevenção do suicídio requer liderança ativa. Executivos, comandantes, supervisores e outros líderes têm um papel crítico em garantir que a prevenção do suicídio seja priorizada e que as normas e práticas que apoiem a saúde mental e o bem-estar sejam integradas de forma consistente e em todos os aspectos-chave do policiamento.¹

É particularmente importante criar uma cultura organizacional que apoie a saúde e o bem-estar geral, incentive a busca de ajuda e fortaleça a resiliência. Organizações resilientes reconhecem os riscos inerentes à profissão, incluindo traumas, e buscam ativamente proteger seu pessoal desses riscos.² Os líderes também ajudam a criar uma cultura que apoia a saúde mental ao dar o exemplo por meio de suas atitudes e comportamentos. Além de tornar sua saúde mental e bem-estar uma prioridade, é importante para os líderes compartilharem suas experiências vividas de como enfrentaram um desafio ou crise e foram capazes de superá-los com o apoio de profissionais de saúde mental, colegas e outros.

As estratégias que a equipe de comando deve usar para criar uma cultura de liderança que apoie a saúde mental incluem o seguinte:

- **PRIORIZAR** a saúde mental, bem-estar e prevenção de suicídio dos policiais alocando recursos para essas áreas e integrando-as em políticas, protocolos e sistemas. As agências podem considerar buscar recursos de saúde e bem-estar por meio de confisco de ativos, financiamento de subsídios, doações em espécie e muito mais.
- **CONDUZIR** uma auditoria das políticas e práticas atuais de bem-estar mental e prevenção do suicídio como ponto de partida ou para melhorar os esforços existentes.³
- **DESENVOLVER** um plano estratégico e um cronograma apropriado para implementação de forma a abordar a promoção da saúde mental e prevenção do suicídio.
- **SISTEMATICAMENTE** usar ferramentas como pesquisas anônimas e confidenciais para perguntar aos policiais sobre os fatores de estresse que os afetam e os recursos que lhes são de interesse e que podem ajudar a mitigar o estresse. Responder às informações fornecidas e usá-las para fundamentar o plano de promoção da saúde mental e prevenção do suicídio do departamento. Considerar como os fatores de estresse podem mudar ao longo do tempo, ao longo da carreira policial de uma pessoa e em várias patentes. Avalie se as mudanças implementadas estão abordando os problemas identificados.
- **INTRODUZIR**, priorizar e reiterar a importância do bem-estar holístico do policial, começando na academia de polícia e continuando ao longo da carreira do policial, incluindo a aposentadoria.
- **DIFUNDIR** pelo departamento informações e recursos que tratam de áreas de conflito que os policiais podem enfrentar, incluindo uso indevido de substâncias, problemas de relacionamento e de saúde financeira.⁴
- **IDENTIFICAR** e abordar as fontes de estresse relacionadas ao trabalho entre os policiais, incluindo fatores de estresse relacionados ao trabalho por turnos, horários e cuidados com crianças ou dependentes. Lembre-se dos desafios enfrentados por subgrupos específicos, incluindo pais solteiros e famílias com dois policiais (por exemplo, um casal formado por dois policiais) para cumprir os requisitos de horário normal ou horas extras.
- **OFERECER** treinamento em toda a agência que aumente o conhecimento sobre saúde mental e prevenção do suicídio e promova resiliência e habilidades de gerenciamento de estresse.⁵ Garantir que os treinadores demonstrem competência cultural e competência na cultura policial. Os líderes devem estar à frente e desses eventos de treinamento.
- **ENCORAJAR** e modelar o autocuidado por meio de ações como dormir o suficiente, alimentação saudável, atividade física, meditação, passar tempo com amigos e familiares e buscar ajuda se necessário.
- **GARANTIR** que a busca de ajuda não leve a consequências negativas para os policiais e contornar qualquer percepção equivocada que os agentes de segurança possam ter sobre a busca de ajuda.
- **ASSEGURAR** acesso a atendimento de saúde mental de alta qualidade e apoio psicológico, incluindo tratamento específico para suicídio.⁶ Tornar comum o uso de serviços de saúde mental ao integrar elementos de saúde psicológica em programas regulares de saúde e compartilhar rotineiramente histórias de recuperação de saúde física e mental. Proteja a confidencialidade e mantenha a confiança tendo leis e políticas claras de confidencialidade e garantindo que os policiais estejam cientes dessas regras.
- **GARANTIR** que haja protocolos e procedimentos em vigor em caso de morte ou tentativa de suicídio. Os protocolos e procedimentos garantirão que a agência possa realizar uma análise para identificar os fatores relevantes que a agência pode abordar para prevenir futuros comportamentos suicidas, entre outros no departamento.^{7,8}

Divulgar mensagens seguras e positivas

Outro elemento-chave da prevenção do suicídio é garantir que as mensagens relacionadas ao suicídio sejam transmitidas de forma a apoiar a segurança, a busca de ajuda e o tratamento. Os esforços de comunicação também devem aumentar a conscientização sobre programas e apoios de saúde mental e bem-estar.

As conversas sobre a saúde mental e a prevenção do suicídio na força policial devem ser feitas regularmente e ter foco em mensagens positivas, resilientes e esperançosas que evitem a banalização do suicídio como o resultado esperado da exposição aos fatores estressantes da atividade policial.

No ambiente policial, as mensagens sobre saúde mental e suicídio incluem:

- **AS INFORMAÇÕES** relacionadas ao suicídio transmitidas pela liderança
- **OS CAMINHOS** pelos quais os líderes naturais do departamento falam sobre saúde mental e suicídio
- **OS TIPOS** de conteúdo incluídos em materiais desenvolvidos pelo departamento para promover serviços de saúde mental
- **AS INFORMAÇÕES** fornecidas à mídia em entrevistas realizadas após uma morte por suicídio

A comunicação da agência pode ter uma abordagem holística, considerando todos os componentes da estratégia abrangente de prevenção do suicídio. É importante comunicar que o problema do suicídio é complexo, enfatizar a mensagem de que há esperança, de que o suicídio pode ser evitado e, finalmente, não há necessidade de lutar sozinho. Os departamentos devem destacar as soluções para o estigma, em vez do problema do estigma.

Os policiais têm uma mentalidade de solucionar problemas; portanto, mensagens claras que comunicam ações positivas, simples e diretas os capacitarão a tomar medidas que abordem o problema do suicídio em seus próprios escalões.

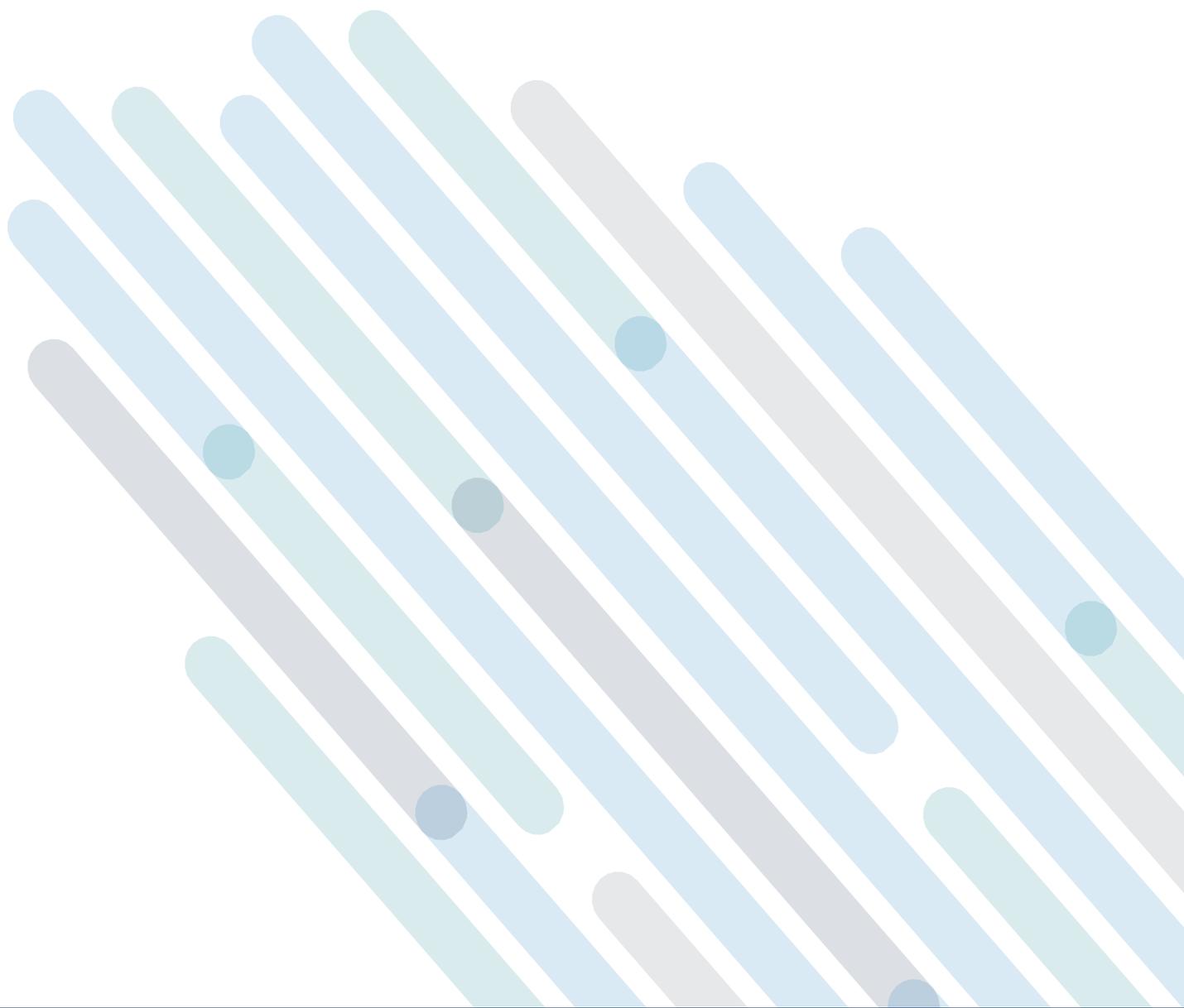
Honrar as vidas perdidas por suicídio, enquanto se respeita aqueles que estão lutando, é a chave em qualquer mensagem para os policiais. A equipe de comando, o pessoal de comunicação e os supervisores devem ter cautela ao falar sobre suicídio nas correspondências da agência, na mídia e em ambientes comunitários. Qualquer comunicação divulgada por um departamento ou outra organização sobre suicídio policial - inclusive após uma baixa por suicídio - deve levar em consideração os policiais, familiares e membros da comunidade. Capacitar a liderança e os pares para compartilhar suas histórias de desafios de saúde mental, de como lidar com traumas, questões de uso de substâncias, obtenção de ajuda em caso de violência por parceiro íntimo e resiliência durante uma crise suicida pode ter um impacto profundo.

Ao comunicar-se sobre o suicídio, as agências policiais devem seguir as orientações de mensagens desenvolvidas pelo

Consórcio, [Mensagens sobre Prevenção do Suicídio na Força Policial](#). O recurso de mensagens seguras se concentra tanto em evitar conteúdos de mensagens potencialmente nocivos como, ao mesmo tempo, em aumentar uma narrativa positiva. Certas mensagens sobre suicídio podem aumentar a probabilidade de uma pessoa em risco de suicídio ter maior probabilidade de pensar ou tentar o suicídio. A comunicação sobre suicídio deve evitar cobertura sensacionalista, detalhes sobre métodos ou locais de suicídio, expressar que o suicídio é comum, dar ênfase exagerada nos dados de morte por suicídio e retratar o suicídio com algo de explicação simples.⁹

As etapas para divulgar mensagens seguras e positivas incluem:

- **DESENVOLVER** uma estratégia e mensagens relacionadas à importância da saúde mental e do bem-estar em seu departamento.
- **COMUNICAR** sobre o bem-estar mental para todo o departamento regularmente, em vez de agir apenas após um evento traumático.
- **USAR** estratégias de mensagens seguras para falar sobre suicídio, prevenção do suicídio e compartilhamento de experiências vividas. Não tenha medo de falar sobre suicídio - tanto interna quanto publicamente. Incentive o pessoal da agência a reconhecer os sinais de alerta e a intervir de maneira eficaz e apropriada.
- **GARANTIR** que toda comunicação sobre suicídio atenda as diretrizes estabelecidas a respeito de mensagens. Os recursos disponíveis online incluem recomendações para [Reportagem sobre Suicídio](#) e [Mensagens sobre Prevenção de Suicídio na Força Policial](#), desenvolvidas pelo Consórcio.
- **INCLUIR** agentes com experiência vivida em mensagens para toda a agência.
- **EVITAR** dizer coisas depreciativas sobre indivíduos que relatam ter pensamentos ou comportamentos suicidas, incluindo membros da comunidade, pois os policiais que podem estar pensando em suicídio podem relacionar esses comentários a si mesmos.
- **GARANTIR** que todos os Agentes de Informação Pública/Agentes de Relações Públicas e porta-vozes da mídia no departamento estejam familiarizados com as diretrizes estipuladas em [Mensagens sobre Prevenção do Suicídio na Força Policial](#) para evitar banalizar ou mesmo sensacionalizar o suicídio.
- **COMPARTILHAR** as diretrizes do [Mensagens sobre Prevenção do Suicídio na Força Policial](#) e demais diretrizes associadas à mídia quando estão cobrindo uma matéria sobre saúde mental ou suicídio.



Desenvolver resiliência e habilidades de enfrentamento saudáveis

No dia a dia, os policiais se adaptam e enfrentam adversidades e uma série de diferentes situações e fatores de estresse.

Resiliência - a capacidade de enfrentar adversidades e se adaptar às mudanças - é um fator protetor contra o risco de suicídio.

Construir resiliência, habilidades de resolução de problemas e habilidades de enfrentamento podem aumentar a proteção contra o suicídio. Aumentar os fatores de proteção e diminuir os fatores de risco de suicídio nos níveis individual e organizacional são as principais abordagens em um plano de prevenção de suicídio.¹⁰

Os fatores de proteção especialmente relevantes para a polícia incluem:¹¹

- Resiliência
- Habilidades para lidar com fatores de estresse relacionados ao trabalho
- Serviços de saúde mental e bem-estar culturalmente apropriados
- Apoio social e de pares

A resiliência também abrange outros atributos, como otimismo, autoconceito positivo, busca de ajuda e capacidade de permanecer esperançoso. A pesquisa sugere que policiais resilientes são capazes de se autorregular e manter a compostura em situações desafiadoras. O conceito e os benefícios da resiliência também podem ser úteis na proteção contra o estresse cumulativo do trabalho e na administração dos fatores de estresse da vida cotidiana.¹²

Além de construir resiliência, é importante fortalecer as habilidades de enfrentamento saudáveis, como resolução de problemas, comunicação, tolerância ao sofrimento, controle do estresse, além de consciência emocional e habilidades de identificação. Muitas estratégias podem ser usadas para incorporar o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento saudáveis em toda a cultura organizacional. Considere canais como desenvolvimento profissional, recursos relacionados à comunicação e relacionamento, planejamento financeiro e programas como os de atenção plena.

- **PROVIDENCIAR** treinamento específico para profissionais de aplicação da lei de forma a ajudá-los a desenvolverem resiliência e habilidades para a vida, como pensamento crítico, gerenciamento de estresse, enfrentamento e como abordar com segurança desafios como estresse econômico e problemas de relacionamento. O treinamento também pode ensinar os policiais a administrar emoções intensas, como raiva e angústia, associadas a doenças físicas e envelhecimento. Treinamento de habilidades, aplicativos móveis e materiais de autoajuda são exemplos de maneiras de aumentar as habilidades para a vida e construir resiliência.
- **FORNECER** treinamento específico sobre resiliência e habilidades de enfrentamento rotineiramente, começando na academia e depois durante todo o trajeto até o momento da transição para a aposentadoria.¹³ Reforçar o treinamento formal por meio de canais informais, como discussões em momentos de lista de chamadas, conversas individuais com o supervisor de linha de frente, durante exercícios de saúde física, após um incidente crítico, durante as avaliações anuais de desempenho e nas verificações anuais de bem-estar.
- **DESENVOLVER** habilidades para lidar com o estresse e o trauma de maneira positiva. As habilidades de enfrentamento podem atenuar os efeitos negativos do estresse no bem-estar psicológico e ajudar os policiais a se ajustarem a situações emocionais negativas. Essas habilidades podem ajudar os policiais a identificar fontes específicas de estresse e desenvolver um plano para reduzi-los. Os recursos disponíveis incluem aqueles oferecidos pela IACP em <https://www.theiacp.org/resources/officer-safety-and-wellness>.
- **PROVIDENCIAR** aulas e treinamento em habilidades de enfrentamento e resiliência que sejam convenientes para os policiais durante vários turnos como parte do dever.
- **CONSULTAR** os recursos de resiliência, incluindo aqueles oferecidos pela IACP em <https://www.theiacp.org/resources/officer-safety-and-wellness>.

Mitigar o impacto do trauma e estresse cumulativo

Diariamente, os policiais passam por estresse relacionado ao trabalho que pode variar de conflitos interpessoais a eventos extremamente traumáticos, como uma troca de tiros envolvendo policiais ou um acidente de carro fatal envolvendo uma criança ou um suicídio na comunidade. A exposição repetida a incidentes traumáticos pode levar ao estresse cumulativo que, quando não administrado de maneira saudável, pode ser prejudicial à saúde física e mental dos policiais.¹⁴ A exposição à violência e eventos traumáticos pode impactar a percepção de mundo do policial e pode contribuir para uma série de consequências negativas, tanto no nível individual quanto organizacional.^{15, 16.}

Com apoios e intervenções adequadas, os policiais podem superar o impacto dessas experiências traumáticas. Os esforços para mitigar os efeitos do estresse relacionado ao trabalho devem ser fundamentados na questão de traumas, ou seja, com base no conhecimento e compreensão do trauma. Isso significa que:¹⁷

- Todo o pessoal da agência deve ter uma compreensão básica de trauma.
- Todo o pessoal da agência pode reconhecer os sinais de trauma.
- A agência deve aplicar princípios de abordagem informada sobre trauma.
- A agência deve garantir que suas práticas não desencadeiem memórias dolorosas que podem traumatizar novamente os indivíduos afetados. Por exemplo, o processamento obrigatório em todo o departamento após um evento traumático pode ser novamente traumatizante para um policial que foi impactado anteriormente, mas não atendeu a este evento em particular.

As estratégias que abordam o impacto por trauma e estresse cumulativo e que devem ser implementadas em todo o departamento incluem os pontos a seguir:

- **REVER** o [Kit de Ferramentas de Trauma Vicário](#), e avaliar a organização usando o [Guia de preparação organizacional](#) para o Trauma Vicário. Aplicar práticas para criar uma organização informada sobre traumas relacionados ao trauma vicário.¹⁸
- **CONSTRUIR** práticas fundamentadas em traumas nas operações diárias da agência, alinhando-se com os princípios do policiamento orientado para a comunidade,¹⁹ Justiça processual,²⁰ e a missão do departamento - tudo com o objetivo de construir uma cultura departamental informada sobre traumas.
- **DESENVOLVER** políticas, procedimentos e equipes que podem ser ativados para apoiar os agentes de polícia que foram impactado por um incidente traumático. Os protocolos de resposta a eventos traumáticos podem ser conduzidos por um profissional de saúde mental culturalmente competente, provedor do Programa de

Assistência ao Colaborados (EAP), capelão ou um oficial sênior.

- **CRIAR** um processo para a equipe identificar se um incidente foi considerado crítico ou traumático para um membro da equipe individual e se esse indivíduo gostaria de suporte, como incluir uma caixa de verificação no sistema de relatório de incidentes para a equipe preencher como "Eu gostaria de receber informações/suporte."

O QUE É TRAUMA?

- Um evento ou eventos (reais ou ameaças) de dano físico ou psicológico ou negligência grave com risco de vida.
- O indivíduo experimenta o(s) evento(s) como algo psicologicamente angustiante, prejudicial, perturbador ou muito pesado.
- O(s) evento(s) levam a efeitos adversos.
- O início do trauma pode ser imediato ou tardio.
- A duração do trauma pode ser de curto ou longo prazo.

PRINCÍPIOS-CHAVE DE UMA ABORDAGEM INFORMADA EM CASOS DE TRAUMA

- **Segurança** Todo o pessoal se sente fisicamente e psicologicamente seguro.
- **Confiabilidade e transparência.** As decisões são tomadas com transparência.
- **Suporte de pares.** O apoio dos colegas e a auto-ajuda mútua estabelecem segurança e esperança.
- **Colaboração e mutualidade.** A agência encoraja o compartilhamento significativo de poder e tomada de decisão.
- **Capacitação, voz e escolha.** Os pontos fortes e as experiências dos indivíduos são reconhecidos e desenvolvidos.
- **Questões culturais, históricas e de gênero.** A agência supera os estereótipos e preconceitos culturais e oferece serviços responsivos.

Fonte: Substance Abuse and Mental Health Services Administration. *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach.* Rockville, MD: SAMHSA, 2014..

<https://store.samhsa.gov/product/SAMHSA-s-Concept-of-Trauma-and-Guidance-for-a-Trauma-Informed-Approach/SMA14-4884.html>



As respostas ao trauma são individualizadas e variam de acordo com a situação. Portanto, a experiência de trauma do indivíduo deve ser considerada além da definição ou identificação do supervisor. Honre o sigilo neste processo, tanto quanto possível.

- **AGENDAR** reuniões informativas após qualquer evento ou circunstância que possa ser percebido como psicologicamente angustiante para permitir que os envolvidos processem a experiência e reflitam sobre seu impacto. Certifique-se de que o momento seja apropriado. Em alguns casos, um período de espera pode ser útil para permitir que os policiais descomprimam e possam repensar sobre a experiência.

Forneça informações e suporte em uma base contínua e conforme necessário para aqueles afetados e evite sessões de grupo obrigatórias para todos os policiais da agência, pois isso pode exacerbar o risco. Use intencionalmente formas de apoio formais e informais, como sair para tomar um café, reunir-se para uma refeição, passar um tempo juntos para praticar um esporte ou contatos individuais.

- **IDENTIFICAR** e abordar sinais de trauma vicário - definido como um "desafio ocupacional para pessoas que trabalham e se voluntariam nas áreas de atendimento a vítimas, aplicação da lei, serviços médicos de emergência, serviços de bombeiros e outras profissões associadas, devido à sua exposição contínua a vítimas de traumas e violência"²¹ e *burnout*, incluindo fadiga da compaixão, que é a diminuição gradual da compaixão pelos outros.
- **PROVIDENCIAR** acesso a tratamento de saúde mental culturalmente competente e baseado em evidências e a especialistas no tratamento de traumas. Caso não haja serviços específicos para traumas disponíveis em sua organização, certifique-se de que haja um sistema de encaminhamento confiável e eficaz que ajude a conectar os policiais com o tratamento adequado para traumas.
- **IDENTIFICAR** um patrocinador respeitado e confiável que pode liderar e supervisionar os esforços para implementar uma abordagem baseada em traumas. Envolver as pessoas com experiências vividas, como sobreviventes de traumas, policiais que recebem atendimento e parentes que também estão recebendo atendimento.

Melhorar o acesso e diminuir as barreiras aos cuidados de saúde mental

O acesso a serviços de saúde mental e bem-estar de qualidade é fundamental para prevenir o suicídio e apoiar o bem-estar e o desempenho do policial. Esses serviços devem estar disponíveis ao longo da carreira do policial, desde os dias de treinamento inicial na academia até a aposentadoria. Os profissionais de saúde mental devem ser sensíveis e competentes no tratamento dos profissionais da polícia, ao mesmo tempo que devem manter a competência para trabalhar com indivíduos e populações diversas.

Existem várias maneiras de melhorar o acesso e diminuir as barreiras à saúde mental nas agências policiais. Os itens abaixo descrevem estratégias que podem ser implantadas como parte de um plano holístico de prevenção do suicídio:

■ **AUMENTAR** o acesso a serviços de saúde mental e bem-estar, no mínimo, por meio de um Programa de Assistência ao Colaborador e, idealmente, por meio do uso de profissionais de saúde mental internos treinados na prevenção do suicídio e que entendam a cultura policial.²² Outras opções incluem contratar diretamente um ou mais profissionais de saúde mental, prestadores de cuidados na comunidade ou se juntar a outras agências para formar uma equipe de suporte regional.²³

■ **GARANTIR** que todos os provedores de saúde mental usados por departamentos ou recomendados a policiais sejam treinados em avaliação e tratamento de risco de suicídio e que se envolvam em treinamentos contínuos, uma vez que as práticas baseadas em evidências na prevenção do suicídio estão em constante evolução.

■ **PROVIDENCIAR** cuidados de saúde mental baseados em evidências, incluindo tratamento específico para suicídio e intervenções breves. Os serviços também devem incluir o tratamento baseado em evidências para o uso indevido de substâncias, dificuldades de sono, ansiedade, depressão, controle da raiva e lesão pós-traumática, pois todos esses, quando não tratados ou lidados, podem aumentar o risco de suicídio. Recursos sobre métodos de triagem específica para suicídio, avaliação e melhores práticas, incluindo tratamento baseado em evidências, estão disponíveis no [Kit de Ferramentas online de Suicídio Zero](#) e no [Centro de Recursos de Prevenção do Suicídio](#). Os tratamentos e intervenções específicas para o risco de suicídio incluem:

- Breves intervenções para risco de suicídio
 - Intervenção de planejamento de segurança^{24, 25, 26}
 - Plano de resposta a crises^{27, 28}
 - Contatos afetivos e solidários^{29, 30}
 - Acompanhamento^{31, 32}
 - Redução de acesso a meios letais^{33, 34}

➤ Tratamento baseado em evidências para risco de suicídio³⁵

- Terapia Comportamental-Cognitiva Breve
- Terapia cognitiva para prevenção de suicídio
- Terapia Comportamental-Dialética
- Avaliação colaborativa e gestão do risco de suicídio

- **EMPODERAR** a rede de segurança de policiais ao treinar supervisores, equipe de comando e unidades de apoio familiar e de pares nas melhores práticas de triagem, planejamento de segurança e conversas para reduzir o acesso a meios letais.
- **AVALIAR** e remover barreiras ao cuidado. Permitir que o pessoal compareça aos serviços de saúde mental durante o seu turno, se possível, e pense na localização dos serviços. Alguns policiais podem preferir ter acesso aos atendimentos de saúde mental fora de sua região. Reúna o feedback da equipe sobre o acesso e a localização dos serviços.
- **PROVIDENCIAR** suporte de grupo após eventos estressantes ou traumáticos usando as melhores práticas e abordagens baseadas em evidências. Todas as escalões devem estar envolvidos neste processo. Essa deve ser uma prática padrão após eventos críticos e deve ser usada quando o pessoal solicitar ou mostrar sinais de que isso é necessário. Considere o uso de suporte regional se toda a agência for afetada.
- **CONSTRUIR** a sensação de confiança de que a privacidade do policial e da equipe será protegida quando um indivíduo acessar voluntariamente os serviços de saúde mental e bem-estar e instruir os agentes de segurança pública sobre o processo de acesso aos serviços. Garanta a confidencialidade e que não haja repercussões na procura por atendimento, incorporando isso na política quando apropriado.
- **EDUCAR** o departamento em relação ao aconselhamento obrigatório ou recomendado, a diferença entre eles e as implicações para a confidencialidade. Isso inclui avaliações de aptidão para o serviço.
- **CONSIDERAR** desenvolver planos de segurança para qualquer membro da corporação como parte do processo de aptidão para o serviço. Este plano de segurança como parte do processo de aptidão para o serviço deve ser desenvolvido por um profissional de saúde mental ou de saúde. As avaliações de aptidão para o serviço devem, quando possível, incluir uma estratégia e um roteiro para o retorno ao serviço.

Identificar e auxiliar pessoas em situação de risco

Indivíduos que podem estar enfrentando distúrbios mentais ou emocionais, comportamento suicida ou outros problemas relacionados - como uso indevido de substâncias ou violência por parceiro íntimo - frequentemente mostram sinais de perturbações. Se for possível identificar esses indicadores de desafios, incluindo o risco de pensamento suicida, e conectar a pessoa a um apoio eficaz e culturalmente sensível, o comportamento suicida pode ser evitado.

A institucionalização dos esforços para identificar os primeiros sinais de alerta e intervir por meio de protocolos e cultura policial é crucial para proteger o bem-estar mental dos policiais".³⁶

O policiais precisam entender como identificar e responder com eficácia aos sinais de angústia, comportamento suicida, uso indevido de substâncias e violência praticada pelo parceiro íntimo - tanto consigo quanto com seus pares. A educação também deve incluir a consciência dos fatores precipitantes - eventos estressantes que podem desencadear uma crise suicida em uma pessoa vulnerável - como o fim de um relacionamento, problemas jurídicos ou ocupacionais, incluindo revisão pela Corregedoria ou sérios problemas financeiros.

As agências devem considerar as seguintes estratégias para identificar e auxiliar o pessoal em risco:

- **EDUCAR** e treinar todo o pessoal e seus sistemas de suporte (por exemplo, membros da família, líderes religiosos da comunidade, líderes naturais no departamento), para reconhecer os **Sinais de Alerta** de risco de suicídio, incluindo o uso indevido de substâncias e violência com parceiro íntimo. Aumente a conscientização sobre os sinais de alerta de risco grave de suicídio e risco imediato (consulte a página seguinte), bem como sobre os fatores precipitantes e fatores de estresse.^{37, 38} A educação e o treinamento devem abordar não apenas as etapas a serem seguidas quando alguém pode estar em risco de suicídio, mas também palavras específicas a serem usadas.
- **CRIAR** uma cultura em que acompanhar os sinais de perigo ou risco de suicídio em um colega policial é percebido como semelhante proteger um ao outro na linha de frente no desempenho de sua função.
- **ABORDAR** o que fazer e para onde ir quando um policial vê esses sinais de alerta em um colega ou em si mesmo. As fontes de apoio podem incluir Programas de Assistência ao Colaborador, política de portas abertas com o chefe ou outro líder de agência (formal ou informal), aconselhamento de saúde mental, atendentes de emergência/crise e linhas diretas, suporte de pares e apoio familiar.

- **COLABORAR** com prestadores de cuidados de saúde e outros profissionais de bem-estar envolvidos em verificações de aptidão física, tratamento de lesões durante o cumprimento do dever e atividades de bem-estar para identificar sinais nesses ambientes.
- **TORNAR** rotina para a equipe de comando e supervisores de linha de frente considerar se quem está sob seu comando pode estar mostrando sinais de risco ou problemas de saúde mental.
- **MANTER** uma cultura que reforça a pertinência de consultar profissionais de saúde mental interna ou externamente ou buscar apoio de pares de uma forma segura e acolhedora se estiver preocupado com um colega policial.
- **GARANTIR** que as ações necessárias para identificar e responder ao risco de suicídio sejam incorporadas às políticas e protocolos.
- **ROTINEIRAMENTE** divulgar informações sobre fontes de ajuda.

Sinais de alerta⁴⁰

RISCO IMEDIATO

Atua imediatamente se observar algum dos seguintes comportamentos:

- Falando em querer morrer ou se matar
- Procurando uma maneira de se matar, como ir a um lugar alto ou pesquisar online
- Falando sobre se sentir sem esperança ou sem razão para viver

RISCO GRAVE

- Falando sobre se sentir preso ou com uma dor insuportável
- Falando sobre ser um fardo para os outros
- Aumentando o uso de álcool ou drogas
- Agindo de forma ansiosa ou agitada, comportando-se de forma imprudente
- Dormindo muito pouco ou dormindo demais
- Afastando-se ou sentindo-se isolado
- Mostrando raiva ou falando sobre buscar vingança
- Exibindo mudanças extremas de humor

FATORES DE PRECIPITAÇÃO⁴⁰

- Eventos estressantes que podem desencadear uma crise suicida em uma pessoa vulnerável. Veja a seguir alguns exemplos:
 - Fim de um relacionamento ou casamento
 - Morte de um ente querido, amigo próximo ou colega
 - Problemas jurídicos
 - Sérios problemas financeiros

FATORES DE ESTRESSE⁴¹

- Acúmulo de tensões crônicas e aborrecimentos diários
- Exposição a eventos horríveis ou tensões agudas
- Eventos de relacionamento, incluindo divórcio ou perda de relacionamento importante; morte de cônjuge, filho ou melhor amigo, especialmente se por suicídio; infidelidade ou violência doméstica
- Trabalho em turnos, pois os policiais em turnos noturnos podem estar em maior risco por causa de padrões de sono anormais, o que pode prejudicar sua capacidade de tomar decisões
- Expectativas elevadas da profissão, seguidas de futilidade percebida ou isolamento social
- Dificuldades financeiras significativas, como incapacidade de pagar hipotecas ou as prestações do carro
- Diagnóstico de doença grave ou terminal
- Investigação da corregedoria
- Mudança significativa na rotina, como uma mudança de função ou aposentadoria eminente ou existente



Tornar comum e promover o aumento do comportamento de busca de ajuda

Embora os profissionais da polícia possuam habilidades e pontos fortes únicos que os tornam mais resistentes, essas qualidades não os tornam imunes à necessidade de ajuda em algumas oportunidades. Mesmo quando enfrentam altos níveis de estresse, os policiais podem relutar em buscar apoio.³⁹ Uma forte barreira para a procura de ajuda por um policial é o medo de justamente precisar de ajuda para lidar com uma situação estressante ou um problema de saúde mental e que isso seja visto como uma fraqueza ou leve a um resultado com consequências negativas.⁴⁰ A profissão de policial valoriza a força e a autossuficiência. Os policiais podem se ver como solucionadores de problemas, não como pessoas com problemas.⁴¹ Alguns podem perceber o estresse relacionado ao trabalho como uma parte normal do emprego e ver a procura de ajuda como um sinal de fraqueza ou falta de controle. Os policiais também podem temer que a busca de ajuda prejudique sua carreira.

Os policiais precisam ver a busca de ajuda como um recurso para se manterem fortes e ter o melhor desempenho. Eles também precisam ser capazes de reconhecer quando precisam de ajuda e como acessar as fontes de suporte.

As agências policiais devem identificar e remover as barreiras para a busca de ajuda por meio das seguintes ações:

- **ADOTAR** uma cultura de bem-estar emocional e aumento da consciência de que altos níveis de estresse fazem parte da profissão. Essa cultura deve ser demonstrada desde cedo, começando na academia.
- **AJUDAR** o efetivo a entender que uma boa saúde mental é tão essencial quanto uma boa saúde física e que buscar ajuda é uma forma de permanecer forte e ter o melhor desempenho.
- **GARANTIR** que os serviços de saúde mental são de fácil acesso e confidenciais dentro dos limites legais e éticos. Eduque os policiais sobre a confidencialidade e suas limitações, bem como sobre os processos de busca de ajuda, como por meio de um Programa de Assistência ao Colaborador, serviços internos de saúde mental e suporte de pares.
- **IDENTIFICAR** e abordar outras barreiras que possam dificultar a procura de ajuda. Por exemplo, certificar de que os policiais tenham acesso à ajuda durante o horário de trabalho. Tornar os serviços mais convenientes e culturalmente adequados às necessidades dos policiais.
- **CONSIDERAR** maneiras de tornar o uso do apoio à saúde mental uma rotina, tais como fornecer esses serviços a todo o pessoal regularmente e incorporar o suporte às listas de chamadas em reuniões de instrução, atividades de exercícios físicos e de desenvolvimento profissional.

- **AUMENTAR** a conscientização sobre saúde mental e apoio ao bem-estar disponível para o pessoal por meio de campanhas de extensão e disseminação de ferramentas de autoajuda. Certificar de que todo o pessoal compreende que os serviços de saúde mental são confidenciais e que não há problema em procurar ajuda para um problema de saúde mental.

Para ajudar os policiais a se sentirem confortáveis em busca de apoio para problemas mentais e emocionais, as agências devem se esforçar para tornar o atendimento à saúde mental uma parte normal de sua rotina diária. Para tornar a rotina de suporte à saúde mental é necessário:

- **GARANTIR** a disponibilidade de serviços de profissionais de saúde que entendem a cultura policial, como médicos com experiência direta com policiamento e aqueles treinados em avaliação de risco de suicídio e habilidades de tratamento.⁴²
- **OFERECER** exames de saúde mental de rotina que forneçam a todos os colaboradores a oportunidade de falar com um profissional de confiança e qualificado sobre suas tensões e problemas pessoais. As verificações de saúde mental podem ser realizadas em intervalos regulares, como anualmente, e também pode ser agendada em torno de eventos e transições que podem aumentar o estresse, como promoções, eventos familiares como ter filhos, comprar uma casa, divórcio, bem como aposentadoria.⁴³
- **OFERECER** eventos e oportunidades para que os colaboradores se familiarizem e ganhem confiança com profissionais e colegas que prestam apoio à saúde mental.

Desenvolver e fortalecer os suportes de pares

Durante anos, o setor de policiamento adotou o apoio formal e informal dos pares. Os policiais muitas vezes hesitam em falar sobre suas preocupações com a família, profissionais ou outras pessoas. Em vez disso, os policiais costumam estar mais dispostos a compartilhar suas preocupações com os colegas. Os colegas podem ter um grande impacto na prevenção do suicídio de várias maneiras. Eles podem ajudar a aumentar a conexão social, enviar mensagens de apoio (descritas na seção "Fortalecer Apoios e Conexões" da Estrutura), diminuir barreiras e preocupações sobre a busca de ajuda e reforçar estratégias de enfrentamento saudáveis. Os colegas podem usar seus conhecimentos e experiências pessoais para conversar de uma maneira que aumente o nível de conforto da pessoa em risco de suicídio em perguntar sobre suicídio e ajude-a compartilhando uma resposta verdadeira. Os programas de suporte de pares também podem treinar colegas policiais e outras pessoas para servirem como fonte de apoio para seus colegas, incluindo o reconhecimento de sinais de risco de suicídio e a resposta adequada.

Etapas que a liderança pode tomar para priorizar o suporte de pares:

- **DESENVOLVER** uma equipe de suporte de pares ou fortalecer a equipe existente para incluir a supervisão e consulta por um profissional de saúde mental. Se isso não for viável devido ao tamanho do departamento, se conectar ou trabalhar para desenvolver uma unidade regional de suporte de pares.
- **DISPONIBILIZAR** a unidade de suporte de pares, conforme apropriado, por meio da alocação de recursos financeiros ou de pessoal
- **COMUNICAR** como o suporte de pares pode ser usado e como defender o uso do recurso em todo o departamento. Compartilhar exemplos de como a liderança se apoiou nos pares ao longo de sua carreira.
- **CONSULTAR** todas as leis aplicáveis atuais relacionadas à confidencialidade do suporte de pares e a extensão do que é considerado comunicação privilegiada no Estado ou região. Aplicar as leis e a ética sem infringir o direito à confidencialidade. Educar os indivíduos sobre confidencialidade quando uma pessoa usa o suporte de seus pares.
- **CRIAR** um processo para selecionar indivíduos interessados em atuar como suporte de pares. Considerar incluir aposentados e oficiais da reserva, que podem contribuir com sua vasta experiência no trabalho e os desafios que isso acarreta.
- **PROVIDENCIAR** treinamento contínuo para membros da equipe de suporte de pares, incluindo treinamento sobre prevenção de suicídio. As agências podem consultar especialistas locais em saúde mental ou prevenção de suicídio.

- **GARANTIR** que os suportes de pares

compreendam seu papel em conectar os policiais a fontes apropriadas de ajuda, incluindo linhas de assistência em caso de crise e profissionais de saúde mental.

- **PROVIDENCIAR** suporte à equipe de suporte de pares para lidar com a potencial fadiga da compaixão
- **CONSIDERAR** como a liderança teria acesso ao suporte de pares ou recursos de que possam precisar, não apenas o efetivo de nível executivo, mas também outros em posições de liderança. Inclua líderes como pares, se possível. Se isso não for possível, entre em contato com uma equipe de suporte de pares da região.
- **ENGAJAR** a equipe de suporte de pares em iniciativas de saúde e bem-estar em todo o continuum para aumentar os fatores de proteção e fornecer suporte após incidentes críticos, como uma baixa por suicídio.
- **DESENVOLVER** e revisar as políticas relevantes para suporte de pares, incluindo relatórios seguros, de apoio e eficazes de policiais que estão em risco significativo de comportamento suicida.

Os pares devem ser treinados para:

- **IDENTIFICAR** sinais de alerta, eventos precipitantes, fatores de risco e fatores de proteção do risco de suicídio.
- **PERGUNTAR** diretamente se um colega policial está pensando em suicídio usando suas próprias palavras e uma ferramenta de triagem baseada em evidências, como a [Escala de Avaliação de Risco de Suicídio de Columbia](#). Versão do responsável pela triagem. As agências podem considerar a pesquisa de ferramentas de triagem adicionais para melhor atender às suas necessidades.
- **CONHECER** o que fazer quando o risco de suicídio for identificado, seguindo os procedimentos internos e todas as leis aplicáveis.
- **COMPREENDER** as melhores práticas na prevenção do suicídio, como:
 - Aumentar os fatores de proteção contra o suicídio
 - Reduzir os fatores de risco
 - Usar um plano de segurança
 - Reduzir o acesso a meios letais
 - Oferecer acompanhamento afetivo e solidário e seus papéis nessas práticas

Reforçar suportes e conexões

A prevenção do suicídio requer ação não apenas quando há uma crise. Também inclui agir antes que uma crise surja para construir fatores de resiliência que apoiem o bem-estar mental e protejam contra a ideação suicida. O sentido de pertencimento e conexão são algumas das proteções mais fortes contra pensamentos suicidas.⁴⁴ Dado que os policiais frequentemente não compartilham suas experiências de trabalho com membros da família, as agências precisam apoiar a camaradagem. Isso inclui ajudar os policiais a processar os incidentes traumáticos criando conexões dentro do departamento. Além da camaradagem interna à polícia, as unidades podem trabalhar para fortalecer a rede de apoio ao policial fora do ambiente de trabalho, fornecendo informações sobre esportes em um clube local, competições de videogame, outros hobbies em grupo e atividades espirituais e de atenção plena.

Pesquisas com indivíduos que tentaram suicídio mostram que ações simples podem ter um impacto significativo. Atividades como o envio de cartões postais com uma mensagem de carinho para indivíduos que receberam alta de um centro médico após uma tentativa de suicídio foram consideradas eficazes na prevenção de mortes por suicídio.^{45, 46} Os cartões postais transmitem mensagens indicando que a pessoa foi lembrada e que alguém está lá pra apoiá-las. As mensagens não instruíam o destinatário a comparecer a uma consulta, fazer o acompanhamento com recomendações de tratamento específicas ou realizar qualquer outra ação. Os líderes e membros da polícia podem replicar essas ações simples conectando-se com seus colegas e fornecendo mensagens de apoio.

APOIO FAMILIAR E SOCIAL

Pessoas que fornecem suporte aos policiais, como familiares, supervisores de linha de frente e líderes espirituais podem ser treinados para procurar sinais de alerta, indicadores de risco e perguntar aberta e diretamente sobre suicídio de forma a construir confiança com a pessoa que pode estar em crise. Isso começa com a identificação de grupos de risco, como aposentados, veteranos e policiais com deficiência, e desenvolver programas especialmente adaptados para fortalecer suas conexões. As agências policiais podem aumentar a conexão por meio de programas e atividades sociais que reduzem o isolamento, promovem um sentimento de pertencimento e estimulam relacionamentos de apoio emocional. As agências devem prestar atenção especial a qualquer policial que pareça isolado ou desconectado, respeitando as formas pelas quais essa pessoa deseja obter apoio.

As estratégias que as agências podem usar para fortalecer os suportes e conexões incluem:

- **FORTALECER** o suporte familiar. Ajudar os policiais a manter relacionamentos saudáveis com seus cônjuges, parceiros ou

outros entes queridos e fornecer sistemas de apoio social. Envolver as famílias dos policiais e fornecer apoio a estas famílias continuamente, em vez de apenas em resposta a um evento traumático. Ajudar as famílias a compreender a realidade do trabalho, os fatores de estresse que afetam os policiais e como a família pode ajudar. Educar os membros da família sobre os sinais de alerta de depressão, uso indevido de substâncias, lesão por estresse pós-traumático e suicídio, para que possam identificar sinais de problemas e saber quando e como conectar os policiais às fontes de suporte.

- **EDUCAR** as famílias sobre a cultura policial. Considerar a possibilidade de realizar grupos de cônjuges ou outros grupos de apoio familiar para os entes queridos dos policiais.
- **MELHORAR A CONEXÃO** para com a comunidade de apoio mais ampla e garantir que os policiais e familiares estejam equipados com recursos, disponíveis 24 horas por dia, e que as informações sejam facilmente acessíveis. Em um momento de crise, o tempo necessário para localizar um recurso deve ser o mais curto possível. Fornecer recursos, como apoio específico da polícia para crises, linhas telefônicas diretas de vida nacionais ou outros grupos de apoio, bem como diretórios de recursos de serviços de saúde mental. Como algumas pessoas podem preferir receber ajuda não vinculada ao departamento, fornecer um diretório de recursos abrangente também pode ser útil.
- **IDENTIFICAR** grupos de risco, como aposentados, veteranos e policiais com deficiência, e desenvolver programas especialmente adaptados para fortalecer as conexões sociais. Estenda a mão para qualquer pessoa que pareça isolada ou desconectada, de uma forma que respeite a cultura da pessoa.
- **TREINAR** redes de apoio, tanto pessoais quanto comunitárias, como líderes espirituais, a rede de primeiros socorros, profissionais de saúde não diretamente afiliados ao departamento e apoiadores, para identificar e acompanhar os sinais de risco de suicídio, incluindo a quem recorrer e quais recursos estão disponíveis. Reconhecer abertamente e lidar com o medo de que os membros da família possam vivenciar ao pensar em entrar em contato com o departamento para ajudar seu ente querido. Afastar quaisquer preocupações de que entrar em contato com o departamento possa ser visto como uma violação de confiança ou confidencialidade ou levar a repercussões negativas para o policial.
- **ESTABELECER** uma linha de comunicação onde os membros da família podem obter orientação e recursos de forma confidencial, como por meio do suporte familiar ou de uma ligação com um capelão.

Preparar e fornecer suporte durante as transições

As transições podem ser momentos particularmente desafiadores para os profissionais da polícia. Essas transições incluem mudanças nas atribuições de deveres, turnos, unidades e aposentadoria.

Além disso, as mudanças relacionadas a uma investigação em andamento, uma lesão no cumprimento do dever ou mesmo uma lesão fora do trabalho podem ter um impacto significativo na saúde mental de um policial, nas conexões com seus pares, nas redes sociais e no sentido de propósito. Outros tipos de transições na vida de um policial também podem afetar a saúde mental, incluindo desafios de relacionamento, divórcio, guarda de filhos, problemas jurídicos e preocupações financeiras. As agências policiais podem ajudar o seu efetivo a se preparar e passar com sucesso por essas transições.

Ao desenvolver e implementar uma estrutura abrangente de prevenção do suicídio, as agências policiais devem ser ativas na preparação e no apoio a todo o efetivo para as transições de serviço e saída da força policial. A preparação para a vida fora da polícia, incluindo a reserva, deve começar na academia e ocorrer ao longo da carreira profissional. É fundamental para a polícia desenvolver uma identidade positiva como uma pessoa com auto-valorização, valor, propósito e um futuro fora do papel de policial. O apoio à transição e o planejamento devem incluir cada uma dessas áreas:

- Financeiro
- Suporte/conexões de pares dentro da comunidade policial
- Apoio Familiar e social
- Saúde física
- Saúde mental e emocional
- Espiritual
- Afinidade/voluntariado com a comunidade
- Ocupacional

Várias estratégias específicas para ajudar nas transições incluem, por exemplo:

- **PROVIDENCIAR** apoio após uma lesão ou outro impacto significativo no trabalho, como a concessão de licença parental.
- **CONDUZIR** conversas individuais com os policiais. Por exemplo, "Eu sei que você acabou de ter um bebê. Quando estava na sua situação, percebi que estava mais estressado no trabalho, preocupado em não estar em casa se algo acontecesse. Como está indo, tudo bem?"
- **CRIAR** e manter uma cultura onde um policial possa comunicar necessidades relacionadas à família, saúde física, saúde mental e outras preocupações.

- **PROVIDENCIAR** apoio após uma perda ou lesão, incluindo as consequências de uma tentativa de suicídio ou morte.

Para lesões em serviço, as agências devem permanecer cientes das conexões do colaborador com sua unidade e como eles podem manter essas conexões enquanto se recuperam, curam e passam por uma mudança na escala e funções. Se o colaborador estiver se recuperando fora do trabalho por um período de tempo, o departamento deve se planejar para ajudar a ser proativo para manter conexões sociais, oferecendo suporte de pares e outros recursos de saúde mental conforme necessário, e fornecendo apoio educacional tanto para o colaborador como para seu sistema de suporte identificado.

Os departamentos de polícia devem considerar processos, políticas e cultura organizacional relevantes para todos os aspectos da aposentadoria. Os policiais podem deixar a profissão antes da idade de aposentadoria por uma série de razões. Os policiais identificados como de alto risco de suicídio no momento em que deixarem a polícia exigirão uma avaliação individual, caso a caso, e tomada de decisão associada, para tratar de questões como o acesso a armas de fogo. De acordo com a Pesquisa de Aposentadoria do Departamento de Serviços Psicológicos do Departamento do Xerife do Condado de Los Angeles (LASD), várias circunstâncias podem ajudar a tornar a aposentadoria mais fácil. Como exemplos, ter amigos e familiares que apoiam, atividades/passatempos externos, um plano/nova rotina, estabilidade financeira, exercícios e socialização fora dos serviços de aplicação da lei.⁴⁷

Os métodos para planejar e dar suporte aos policiais durante a aposentadoria incluem o seguinte:

- **PROVIDENCIAR** seminários de pré-aposentadoria que incluem informações sobre possíveis respostas emocionais e físicas e mudanças no estilo de vida.
- **DISTRIBUIR** informações abrangentes sobre os recursos de apoio, tanto internos quanto externos à força policial.
- **PROVIDENCIAR** apoio psicológico e de pares serviços pré e pós-aposentadoria com o objetivo de melhorar as habilidades de enfrentamento e abordar quaisquer lesões traumáticas não resolvidas e problemas de saúde mental.
- **GARANTIR** apoio de um supervisor ou colega de trabalho (incluindo aposentados) que pode acompanhar o policial durante o processo de aposentadoria.
- **FAZER COM QUE** a equipe de comando reconheça e homenageie a aposentadoria, de preferência pessoalmente, por meio de uma celebração, reunião de aposentadoria ou de um encontro.



- **TREINAR** os supervisores, familiares e colegas de trabalho na adaptação à aposentadoria.
- **ENVIAR** atualizações periódicas, incluindo cartões, aos aposentados para reiterar que eles são sempre bem-vindos no departamento. Os líderes podem considerar a inclusão de aposentados em grupos de suporte de pares ou encontrar outras maneiras significativas para que aposentados possam continuar a prestar serviços para o seu departamento e à sua comunidade.
- **AJUDAR** os agentes de segurança pública a começarem a se preparar para a transição para a aposentadoria desde cedo, começando na academia.
- **PROVIDENCIAR** apoio durante a aposentadoria e auxiliar os policiais no planejamento de mudanças no estilo de vida e no desenvolvimento de uma nova rotina. Isso inclui preparar os policiais para considerar como a aposentadoria afetará suas vidas familiares e maneiras de se ajustar, oferecendo suporte de pares aos policiais em transição para ajudá-los a entender o que esperar e como se ajustar à vida civil, e fornecer informações aos familiares sobre mudanças na dinâmica familiar, novos fatores de estresse e o processo de transição para a aposentadoria.

Fornecer suporte após uma morte por suicídio ou tentativa de suicídio

Fornecer apoio aos policiais, bem como familiares e amigos (tanto individualmente quanto no nível de departamento) que foram afetados pela perda ou tentativa de suicídio de um colega policial é essencial para prevenir o suicídio. A pesquisa de prevenção do suicídio mostrou que as pessoas que foram afetadas por uma morte suicida podem estar em maior risco após a perda.⁴⁸ Às vezes, as agências experimentaram suicídios de membros adicionais após a ocorrência de um suicídio, uma ocorrência conhecida como suicídio por contágio.⁴⁹ Os departamentos devem tomar medidas concretas para apoiar seus membros após uma perda por suicídio para ajudar na cura e recuperação e para prevenir este possível efeito dominó.

Além disso, os policiais são os primeiros a chegarem ao local após uma morte por suicídio. Atender a uma morte por suicídio pode ser traumático para alguns policiais, especialmente se for uma criança ou quando a família em luto está presente no local. A exposição ao suicídio pode aumentar o risco de suicídio e outros problemas relacionados, como depressão e estresse pós-traumático.⁵⁰

As agências policiais devem ter protocolos acessíveis pós-evento em vigor que abordem todo o efetivo afetado, a família do policial e outras pessoas importantes, além da mídia. Após uma perda por suicídio, a agência deve fornecer uma resposta dividida em três fases que primeiro estabilize a unidade, família e pares; em seguida, integre uma jornada de luto saudável; e, por último, ofereça oportunidade de dar sentido ao evento. As agências devem ser pró-ativas no desenvolvimento de planos de suporte e na ativação de recursos, em vez de aguardar a ocorrência de um evento trágico.

As agências podem aplicar essas estratégias para fornecer suporte após uma morte ou tentativa de suicídio:

- **DESENVOLVER** um plano de resposta e apoio após um suicídio, conhecido como plano posvenção, isso inclui a resposta organizada às consequências de um suicídio. Um plano posvenção é um conjunto de protocolos que especifica como sua agência responderá de forma eficaz e compassiva a uma morte por suicídio. Uma resposta de posvenção abrangente é uma intervenção que diminui o risco e promove a cura. Os componentes incluem protocolos que tratam das políticas funerárias; família, agência e notificação da comunidade; relações com a mídia; e aconselhamento pós-incidente e ações de conscientização de saúde mental em toda a agência. Implementar uma resposta de posvenção abrangente é um componente crítico da prevenção. Para obter mais informações sobre o planejamento de posvenção, consulte *"After a Suicide in Blue: A Guide for Law Enforcement Agencies"* (Depois de um Suicídio Policial: Um Guia para Agências da Força Policial")

, um recurso de posvenção desenvolvido pelo Consórcio.

- **CRIAR** um plano de comunicação que inclua todas as pessoas responsáveis pelas comunicações internas e externas e seguir as diretrizes de mensagens seguras.
- **UMA MORTE** por suicídio pode afetar outros policiais de maneiras diferentes. Pense de forma ampla e considere quem pode precisar de suporte mais específico e individualizado. Identifique esses indivíduos e atenda às suas necessidades exclusivas, usando o suporte de pares quando apropriado.
- **O SUPORTE DE PARES** deve ser enfatizado e ativado. Além de incentivar os indivíduos a buscarem apoio, o pessoal de suporte de pares pode envolver os policiais com maior probabilidade de serem afetados, especialmente colegas de trabalho próximos, parceiros, instrutores de treinamento, e outros.
- **INDIVÍDUOS** com relação particular mais próxima com o policial que morreu ou com as circunstâncias em torno da morte podem exigir apoio de acompanhamento individual. Por exemplo, após a morte por suicídio de um policial que estava prestes a se aposentar, as agências devem contatar outros policiais em transição para a aposentadoria.
- Equipes de apoio da **FAMÍLIA** desempenham um papel inestimável durante esse período. Essas equipes podem ajudar a atender às necessidades da família sobrevivente e de outros entes queridos, fornecendo apoio nas consequências imediatas da morte, planejando o funeral, lidando com as políticas e protocolos do departamento e dando suporte de luto de longo prazo. Além disso, as equipes de apoio à família podem desempenhar um papel importante ao conectar famílias para que possam lidar com o luto juntos.
- **ANIVERSÁRIOS** de morte podem ser eventos estressantes que trazem de volta memórias e emoções dolorosas. As agências devem estar preparadas para fornecer suporte durante esses momentos e chegar de forma proativa aos indivíduos que provavelmente serão afetados.
- **HONRAR** aqueles perdidos por suicídio como a agência faria com outros tipos de mortes.



Conclusão

As agências policiais e seus patronos devem tomar medidas para prevenir o suicídio de policiais. Por meio de uma abordagem estratégica abrangente para fortalecer a saúde mental dos policiais, os líderes e patronos da força policial podem ter um impacto positivo em toda a corporação e nas vidas individuais. Um passo de cada vez, com os líderes usando os recursos já disponíveis, a cultura pode ser transformada, mensagens positivas podem ser transmitidas e, finalmente, osuporte pode ser fornecido.

Referências:

- 1 International Association of Chiefs of Police. Breaking the Silence on Law Enforcement Suicides: IACP National Symposium on Law Enforcement Officer Suicide and Mental Health. Washington, DC: Office of Community Oriented Policing Services, 2017. <https://www.theiacp.org/resources/document/law-enforcement-suicide-prevention-and-awareness>.
- 2 "Officer Safety and Wellness Group Meeting Summary: Improving Law Enforcement Resilience" October 2016. https://cops.usdoj.gov/RIC/Publications/cops-p362-pub_21_1
- 3 International Association of Chiefs of Police. Breaking the Silence on Law Enforcement Suicides: IACP National Symposium on Law Enforcement Officer Suicide and Mental Health. Washington, DC: Office of Community Oriented Policing Services, 2017.. <https://www.theiacp.org/resources/document/law-enforcement-suicide-prevention-and-awareness>.
- 4 Copple, Colleen, James Copple, Jessica Drake, Nola Joyce, Mary-Jo Robinson, Sean Smoot, Darrel Stephens, and Roberto Villaseñor. 2019. Law Enforcement Mental Health and Wellness Programs: Eleven Case Studies. Washington, DC: Office of Community Oriented Policing Services.
- 5 Papazoglou, Konstantinos, and Judith P. Andersen. "A Guide to Utilizing Police Training as a Tool to Promote Resilience and Improve Health Outcomes among Police Officers." *Traumatology* 20, no. 2 (2014): 103-11. <https://doi.org/10.1037/h0099394>..
- 6 Brown, G. K., and S. Jager-Hyman. "Evidence-Based Psychotherapies for Suicide Prevention: Future Directions." *American Journal of Preventive Medicine* 47, no. 3 Suppl 2 (Sep 2014): S186-94 <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2014.06.008>. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25145738>.
- 7 Conner, K. R., A. L. Beautrais, D. A. Brent, Y. Conwell, M. R. Phillips, and B. Schneider. "The Next Generation of Psychological Autopsy Studies. Part I. Interview Content." *Suicide & Life-Threatening Behavior* 41, no. 6 (Dec 2011): 594-613.. <https://doi.org/10.1111/j.1943-278X.2011.00057.x>.
- 8 ———. "The Next Generation of Psychological Autopsy Studies: Part 2. Interview Procedures." [In eng]. *Suicide & Life-Threatening Behavior* 42, no. 1 (Feb 2012): 86-103. <https://doi.org/10.1111/j.1943-278X.2011.00073.x>.
- 9 Action Alliance Framework for Successful Messaging." Action Alliance Framework for Successful Messaging. Education Development Center, 2014. <http://suicidepreventionmessaging.org/>.
- 10 Office of the Surgeon General (US). "Strategic Direction 1: Healthy and Empowered Individuals, Families, and Communities." 2012 National Strategy for Suicide Prevention: Goals and Objectives for Action: A Report of the U.S. Surgeon General and of the National Action Alliance for Suicide Prevention. U.S. National Library of Medicine. Accessed April 6, 2020. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK109907/#strategicdirection1.s12>.
- 11 "Preventing Suicide Among Law Enforcement Officers: An Issue Brief" February 2020. https://www.theiacp.org/sites/default/files/2020-02/NOSI_Issue_Brief_FINAL.pdf.
- 12 Ramey, Sandra, and John Markovic. "Improving Officer Resiliency to Stress and Associated Health Outcomes." *The Beat*, September 2016. https://cops.usdoj.gov/html/dispatch/09-2016/improving_officer_health.asp.
- 13 "Officer Safety and Wellness Group Meeting Summary: Promoting Positive Coping Strategies in Law Enforcement" US Department of Justice COPS Office, 2020 <https://cops.usdoj.gov/RIC/Publications/cops-p375-pub.pdf>.
- 14 Violanti, J. M., L. E. Charles, E. McCanlies, T. A. Hartley, P. Baughman, M. E. Andrew, D. Fededulegn, et al. "Police Stressors and Health: A State-of-the-Art Review." *Policing* 40, no. 4 (Nov 2017): 642-56. <https://doi.org/10.1108/PJPSM-06-2016-0097>. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30846905>.
- 15 "Vicarious Trauma Toolkit: What Is Vicarious Trauma?" Vicarious Trauma Toolkit | What is Vicarious Trauma? Acessado em 6 de abril de 2020 <https://vtt.ovc.ojp.gov/what-is-vicarious-trauma>.

- 16 "Vicarious Trauma Toolkit: Glossary of Terms." Vicarious Trauma Toolkit | Glossary of Terms. . Acessado em 6 de abril de 2020. <https://vtf.ovc.ojp.gov/glossary#vicarious-trauma>.
- 17 Substance Abuse and Mental Health Services Administration. SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. Rockville, MD: Author, 2014. <https://store.samhsa.gov/product/SAMHSA-s-Concept-of-Trauma-and-Guidance-for-a-Trauma-Informed-Approach/SMA14-4884>.
- 18 "Vicarious Trauma Toolkit: Vicarious Trauma Toolkit Introduction." Vicarious Trauma Toolkit | Vicarious Trauma Toolkit Introduction. Acessado em 8 de abril de 2020. <https://vtf.ovc.ojp.gov/>.
- 19 "Community Policing Defined." COPS Office, United States Department of Justice. 2014). <https://cops.usdoj.gov/RIC/Publications/cops-p157-pub.pdf>.
- 20 "Procedural Justice." Procedural Justice | COPS Office. Acessado em 6 de abril de 2020. <https://cops.usdoj.gov/proceduraljustice>.
- 21 "Vicarious Trauma Toolkit: Glossary of Terms." Vicarious Trauma Toolkit | Glossary of Terms. Acessado em 6 de abril de 2020. <https://vtf.ovc.ojp.gov/glossary#vicarious-trauma>.
- 22 Spence, Deborah L., Melissa Fox, Gilbert C. Moore, Sarah Estill, and Nazmia E.A. Comrie. *Law Enforcement Mental Health and Wellness Act: Report to Congress*. Washington, DC: U.S. Department of Justice, 2019. <https://cops.usdoj.gov/lemhwareources>.
- 23 Ramchand, Rajeev, Jessica Saunders, Karen Chan Osilla, Patricia Ebener, Virginia Kotzias, Elizabeth Thornton, Lucy Strang, and Meagan Cahill. "Suicide Prevention in U.S. Law Enforcement Agencies: A National Survey of Current Practices." *Journal of Police and Criminal Psychology* 34, no. 1: 55-66.. <https://doi.org/10.1007/s11896-018-9269-x>.
- 24 Stanley, Barbara, and Gregory K. Brown. "Safety planning intervention: a brief intervention to mitigate suicide risk." *Cognitive and Behavioral Practice* 19, no. 2 (2012): 256-64.
- 25 Stanley, Barbara, Gregory K. Brown, Lisa A. Brenner, Hanga C. Galfalvy, Glenn W. Currier, Kerry L. Knox, Sadia R. Chaudhury, Ashley L. Bush, and Kelly L. Green. "Comparison of the safety planning intervention with follow-up vs usual care of suicidal patients treated in the emergency department." *JAMA psychiatry* 75, no. 9 (2018): 894-900
- 26 Stanley, Barbara, Gregory K. Brown, B. Karlin, J. E. Kemp, and H. A. VonBergen. "Safety plan treatment manual to reduce suicide risk: Veteran version." *Washington, DC: United States Department of Veterans Affairs* 12 (2008).
- 27 T. Scott Burch, Sean R. Williams, Emily Maney, and M. David Rudd. "Effect of crisis response planning vs. contracts for safety on suicide risk in US Army soldiers: a randomized clinical trial." *Journal of affective disorders* 212 (2017): 64-72
- 28 Bryan, Craig J., Jim Mintz, Tracy A. Clemans, T. Scott Burch, Bruce Leeson, Sean Williams, and M. David Rudd. "Effect of crisis response planning on patient mood and clinician decision making: A clinical trial with suicidal US soldiers." *Psychiatric Services* 69, no. 1 (2018): 108-111.
- 29 Cherkis, Jason. "The Best Way To Save People From Suicide." *The Huffington Post*. The HuffingtonPost.com, , 14 de novembro de 2018. <https://highline.huffingtonpost.com/articles/en/how-to-help-someone-who-is-suicidal/>.
- 30 Reger, Mark A., Heather M. Gebhardt, Jacob M. Lee, Brooke A. Ammerman, Raymond P. Tucker, Bridget B. Matarazzo, Amanda E. Wood, and David A. Ruskin. "Veteran preferences for the caring contacts suicide prevention intervention." *Suicide and Life-Threatening Behavior* 49, no. 5 (2019): 1439-1451
- 31 Stanley, Barbara, Gregory K. Brown, Lisa A. Brenner, Hanga C. Galfalvy, Glenn W. Currier, Kerry L. Knox, Sadia R. Chaudhury, Ashley L. Bush, and Kelly L. Green. "Comparison of the safety planning intervention with follow-up vs usual care of suicidal patients treated in the emergency department." *JAMA psychiatry* 75, no. 9 (2018): 894-900.
- 32 "Up Matters - Everyone Has a Role in Suicide Prevention." Follow. Acessado em 7 de abril de 2020. <https://followupmatters.suicidepreventionlifeline.org/#lower-risk>.
- 33 Barber, Catherine, David A. Hemenway, and Matthew C. Miller. "How physicians can reduce suicide-without hanging anyone's mental health." *American journal of medicine* 129, no. 10 (2016): 1016-1017.
- 34 "Lethal Means Counseling." Means Matter, , 5 de dezembro de 2017. <https://www.hsph.harvard.edu/means-matter/lethalmeans-counseling/>.
- 35 "In Health and Behavioral Healthcare." Zero Suicide. Acessado em 8 de abril de 2020. <https://zerosuicide.edc.org/toolkit/treat#quicktabs-treat=1>.
- 36 "IACP Symposium Serving the Leaders of Today, Developing the Leaders of Tomorrow" Acessado em 6 de abril de 2020: 10). https://www.theiacp.org/sites/default/files/Officer_Suicide_Report.pdf.
- 37 "Risk and Protective Factors." Risk and Protective Factors | Suicide Prevention Resource Center . Acessado em 8 de abril de 2020. <https://www.sprc.org/about-suicide/risk-protective-factors>.
- 38 International Association of Chiefs of Police. *Breaking the Silence on Law Enforcement Suicides: IACP National Symposium on Law Enforcement Officer Suicide and Mental Health*. Washington, DC: Office of Community Oriented Policing Services, 2017 <https://www.theiacp.org/resources/document/law-enforcement-suicide-prevention-andawareness>.
- 39 Chae, M. H., and D. J. Boyle. "Police Suicide: Prevalence, Risk, and Protective Factors." *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management* 36, no. 1 (2013): 91-118.
- 40 Chae, M. H., and D. J. Boyle. "Police Suicide: Prevalence, Risk, and Protective Factors." *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management* 36, no. 1 (2013):91-118. <https://doi.org/10.1108/13639511311302498>.
- 41 Violanti, J. M., and S. Samuels. *Under the Blue Shadow: Clinical and Behavioral Perspectives on Police Suicide*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publishers, 2007.
- 42 Spence, Deborah L., Melissa Fox, Gilbert C. Moore, Sarah Estill, and Nazmia E.A. Comrie. *Law Enforcement Mental Health and Wellness Act: Report to Congress*. Washington, DC: U.S. Department of Justice.. <https://cops.usdoj.gov/lemhwareources>.
- 43 Spence, Deborah L., Melissa Fox, Gilbert C. Moore, Sarah Estill, and Nazmia E.A. Comrie. *Law Enforcement Mental Health and Wellness Act: Report to Congress*. Washington, DC: U.S. Department of Justice, 2019. <https://cops.usdoj.gov/lemhwareources>.



- 44 Office of the Surgeon General (US). "Strategic Direction 1: Healthy and Empowered Individuals, Families, and Communities." 2012 National Strategy for Suicide Prevention: Goals and Objectives for Action: A Report of the U.S. Surgeon General and of the National Action Alliance for Suicide Prevention. U.S. National Library of Medicine. Acessado em 6 de abril de 2020.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK109907/#strategicdirection1.s12>.
- 45 Luxton, David D., Jennifer D. June, and Katherine Anne Comtois. "Can postdischarge follow-up contacts prevent suicide and suicidal behavior?." *Crisis* (2013)..
- 46 Comtois, Katherine Anne, Amanda H. Kerbrat, Christopher R. DeCou, David C. Atkins, Justine J. Majeres, Justin C. Baker, and Richard K. Ries. "Effect of augmenting standard care for military personnel with brief caring text messages for suicide prevention: a randomized clinical trial." *JAMA psychiatry* 76, no. 5 (2019): 474-483 r
- 47 Baumgart, Medina. *Retirement Adjustment Experiences in a Sample of Los Angeles County Sheriff's Department Law Enforcement (Sworn) Retirees*, Los Angeles Sheriff's Department Psychological Services Bureau, 2019
- 48 Andriessen, Karl, and Karolina Krysinska. "Essential questions on suicide bereavement and postvention." *International journal of environmental research and public health* 9, no. 1 (2012): 24-32.
- 49 Aguirre, Regina TP, and Holli Slater. "Suicide postvention as suicide prevention: Improvement and expansion in the United States." *Death Studies* 34, no. 6 (2010): 529-540.
- 50 Cerel, Julie, Jones, Blake, Brown, Melissa, Weisenhorn, David A., and Kyra Patel. "Suicide Exposure in Law Enforcement Officers." *Suicide and Life-Threatening Behavior*, (October 2019):
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/sltb.12516>.

SOBRE O DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA À JUSTIÇA

O **Escritório de Assistência à Justiça (BJA)** ajuda a tornar as comunidades americanas mais seguras ao fortalecer o sistema de justiça criminal do país: Os subsídios, treinamento e assistência técnica do BJA e serviços de desenvolvimento de políticas fornecem às organizações de jurisdições governamentais (estaduais, organizações locais, tribais e territoriais) e públicas e privadas as ferramentas de ponta e as melhores práticas de que precisam para apoiar a aplicação da lei, reduzir o crime violento e relacionado às drogas e combater a vitimização.

O BJA é um componente dos Programas do Departamento de Justiça do Departamento de Justiça dos EUA que também inclui o Escritório de Estatísticas de Justiça, Instituto Nacional de Justiça, Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência, Escritório para Vítimas de Crimes e Escritório de Sentenças, Monitoramento, Apreensão, Registro de Criminosos Sexuais, e Rastreamento.

Missão do BJA

O BJA fornece liderança e serviços na administração de subsídios e desenvolvimento de políticas de justiça criminal para apoiar a aplicação da lei local, estadual e tribal na busca por construir comunidades mais seguras. O BJA apoia programas e iniciativas nas áreas de aplicação da lei, compartilhamento de informações sobre justiça, combate ao terrorismo, administração de criminosos, combate ao crime e abuso de drogas, julgamento, promoção da justiça tribal, prevenção do crime, proteção de populações vulneráveis e capacitação. Os seguintes princípios orientam o trabalho do BJA no campo:

- **ENFATIZAR** o controle local.
- **CONSTRUIR** relacionamentos no campo.
- **PROVIDENCIAR** treinamento e assistência técnica em apoio aos esforços para prevenir o crime, o abuso de drogas e a violência nos níveis nacional, estadual e local.
- **DESENVOLVER** colaborações e parcerias.
- **PROMOVER** capacitação por meio de planejamento.
- **SIMPLIFICAR** a administração de subsídios.
- **AUMENTAR** o treinamento e assistência técnica.
- **CRIAR** responsabilização por projetos.
- **ENCORAJAR** a inovação.
- **COMUNICAR** o valor dos esforços de justiça para os tomadores de decisão em todos os níveis.

Para saber mais sobre o BJA, visite www.bja.gov ou siga-nos no Facebook (www.facebook.com/DOJBIA) e Twitter (<https://twitter.com/dojbja>) O BJA faz parte dos Programas do Escritório de Justiça do Departamento de Justiça.

SOBRE A IACP

A **Associação Internacional de Chefes de Polícia (IACP)** é a maior e mais influente associação profissional de líderes policiais do mundo. Com mais de 30.000 membros em mais de 165 países, a IACP é líder reconhecida no policiamento global. Desde 1893, a associação tem falado em nome dos agentes de aplicação da lei promovendo o avanço da liderança e profissionalismo no policiamento em todo o mundo.

A IACP é conhecida por seu compromisso em moldar o futuro da profissão policial. Por meio de pesquisas oportunas, programação e oportunidades de treinamento incomparáveis, a IACP está preparando os líderes policiais atuais e emergentes - e as agências e comunidades que eles atendem - para ter sucesso na abordagem das questões, ameaças e desafios mais urgentes do dia.

A IACP é uma organização sem fins lucrativos 501c (3) com sede em Alexandria, Virgínia. A IACP é editora da revista *The Police Chief*, o principal periódico para líderes de agências de aplicação da lei, e é a anfitriã da IACP Annual Conference, a maior exposição educacional e de tecnologia da polícia do mundo. A participação como sócio da IACP está aberta a profissionais de segurança pública de todas as categorias, bem como a líderes não juramentados em todo o sistema de justiça criminal. Saiba mais sobre a IACP em www.theIACP.org.



SOBRE O EDUCATION DEVELOPMENT CENTER (CENTRO DE DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL)

O **Centro de Desenvolvimento Educacional (EDC)** é uma organização global sem fins lucrativos que desenvolve soluções duradouras para melhorar a educação, promover a saúde e expandir as oportunidades econômicas. Desde 1958, o EDC é líder na concepção, implementação e avaliação de programas poderosos e inovadores em mais de 80 países em todo o mundo. Com experiência em áreas como prevenção do suicídio, desenvolvimento na primeira infância e aprendizagem e desenvolvimento da força de trabalho jovem, o EDC colabora com parceiros públicos e privados para criar, entregar e avaliar programas, serviços e produtos. Este trabalho inclui:

- **CRIAÇÃO** de recursos como currículos, kits de ferramentas e cursos online que oferecem experiências de aprendizagem envolventes
- **CONDUÇÃO** de avaliações formativas e sumativas de iniciativas
- **APLICAÇÃO** de experiência em capacitação, desenvolvimento profissional e treinamento e assistência técnica
- **FORNECIMENTO** de assessoria política, documentos de informação e pesquisa e análise
- **CONDUÇÃO** de estudos qualitativos e quantitativos para informar nossos programas e avaliar seu impacto

Por décadas, o EDC ofereceu apoio e recursos baseados em evidências para prevenir e enfrentar a violência, o suicídio e o trauma nos Estados Unidos e no mundo. O EDC abriga vários centros e institutos líderes focados

na prevenção do suicídio, incluindo a Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio, o Centro de Recursos para Prevenção do Suicídio e o Instituto Suicídio Zero. Com base nessa experiência, o EDC lidera iniciativas e consulta com agências e departamentos de segurança pública nacionais e locais no exame das questões complexas subjacentes ao suicídio entre as forças de trabalho de segurança pública, identificando ameaças e projetando soluções proativas e abrangentes. O EDC traz ampla experiência em desenvolvimento de programa, habilidades de pesquisa quantitativa e qualitativa e experiência em treinamento e desenvolvimento de currículo, bem como especialização em conteúdo em prevenção de suicídio, prevenção de violência, abordagens informadas sobre traumas e uso de substâncias. Saiba mais sobre o EDC em www.edc.org.

SOBRE A ALIANÇA DE AÇÃO NACIONAL PARA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO (NATIONAL ACTION ALLIANCE FOR SUICIDE PREVENTION)

A **Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio (Action Alliance)** é a parceria público-privada que trabalha para promover a Estratégia Nacional de Prevenção do Suicídio e fazer da prevenção do suicídio uma prioridade nacional. O Departamento de Abuso de Substâncias e Serviços de Saúde Mental fornece financiamento para o EDC operar e gerenciar o Secretariado da Action Alliance, que foi lançado em 2010. Saiba mais em theactionalliance.org e participe da conversa sobre prevenção de suicídio seguindo a Action Alliance no Facebook, Twitter, LinkedIn e YouTube.

Este projeto foi apoiado pelo Fundo nº 2018-DP-BX-K001 concedido pelo Bureau of Justice Assistance (Escritório de Assistência à Justiça). O Escritório de Assistência à Justiça é um componente dos Programas do Escritório de Justiça do Departamento de Justiça, que também inclui o Escritório de Estatísticas da Justiça, o Instituto Nacional de Justiça, o Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção de Delinquência, o Escritório para Vítimas de Crime e o Escritório SMART. Os pontos de vista ou opiniões contidos neste documento são de responsabilidade do autor e não representam necessariamente a posição oficial ou as políticas do Departamento de Justiça dos Estados Unidos.



MENSAGENS SOBRE PREVENÇÃO DO SUICÍDIO na Força Policial



Estratégias para mensagens seguras e positivas

Este documento foi desenvolvido pelo Consórcio Nacional sobre a Prevenção do Suicídio na Força Policial (o Consórcio) e enfoca a importância de mensagens seguras. Por meio do Consórcio, cinco grupos de força-tarefa foram formados para identificar recomendações e considerações para a profissão de policial no que se refere aos esforços de prevenção de suicídio em uma agência ou departamento: mensagens, dados e pesquisa, mudança de organização e sistema, suporte de pares e apoio familiar. Este recurso fornece informações para a liderança usar na ajuda à promoção e apoio dos esforços de prevenção do suicídio.

POR QUE MENSAGENS SOBRE O SUICÍDIO SÃO IMPORTANTES?

A pesquisa mostrou que as mensagens sobre o suicídio podem aumentar o risco de suicídio e minar os esforços de prevenção ou promover comportamentos positivos e apoiar os objetivos de prevenção.^{1, 2, 3} Existem muitas complexidades para o que contribui para pensamentos ou comportamento suicida em um policial individualmente. **Palavras importam** e a maneira como uma agência policial fala sobre o suicídio tem um impacto significativo na prevenção do suicídio e no incentivo ao comportamento de busca de ajuda para aqueles que podem estar em crise. Ao contrário das recomendações de práticas recomendadas, muitas mensagens enfocam o tipo específico, localização ou descrições gráficas em torno da perda por suicídio, fornecendo informações detalhadas que são inadequadas para as pessoas que ouvem as mensagens. A fim de ajudar a promover e apoiar os esforços de prevenção, as agências devem considerar as recomendações baseadas em evidências fornecidas neste kit de ferramentas.

O QUE É MENSAGEM PÚBLICA?

Mensagens públicas são amplamente definidas como quaisquer comunicações lançadas em domínio público, incluindo comunicações departamentais internas e externas

por e-mail, boletins informativos, treinamento, intranet, sites, folhetos, postagens em mídias sociais, apresentações públicas, entrevistas na mídia, comunicados à imprensa e quaisquer outras mensagens ou materiais para um grande grupo.⁴ As diretrizes a seguir não se destinam a tratar de conversas privadas, interações com indivíduos em crise, conversas individuais, incluindo um capelão, ou intervenções com um membro do suporte de pares ou profissional de tratamento.

QUAIS SÃO OS COMPONENTES PRINCIPAIS AO DISSEMINAR MENSAGENS SOBRE O SUICÍDIO?

Em 2014, a Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio (Action Alliance), uma parceria público-privada do país para a prevenção do suicídio, lançou o documento [Estrutura para mensagens bem-sucedidas](#), um recurso baseado em pesquisa que descreve quatro componentes principais ao enviar mensagens ao público sobre suicídio.⁵ Esses componentes principais incluem:



ESTRATÉGIA

Pensamento e planejamento iniciais que ajudam as mensagens a ter sucesso



SEGURANÇA

Evitar conteúdo de mensagens potencialmente prejudicial



NARRATIVA POSITIVA

Compartilhamento de mensagens que promovem esperança e busca de ajuda



DIRETRIZES

Utilização de diretrizes ou recomendações de mensagens específicas.



Tudo se resume a uma liderança corajosa desde o topo. Os chefes de polícia precisam enviar a mensagem de que não há problema em pedir ajuda e definir como fazer isso.

- **Presidente Steven Casstevens**, *Presidente, Associação Internacional de Chefes de Polícia*



Comece com a estratégia

O desenvolvimento de uma estratégia é o primeiro passo para qualquer comunicação eficaz ou esforço de mensagens. Os departamentos devem garantir que qualquer mensagem pública seja estratégica e bem pensada. Para fazer isso, os líderes da agência podem fazer as seguintes perguntas:

■ QUAIS SÃO OS OBJETIVOS DA MENSAGEM?

- Seja específico com os objetivos. Um objetivo amplo como "aumentar a conscientização" não é específico o suficiente. Em vez disso, considere uma meta como "aumentar o número de policiais que utilizam nosso programa de suporte de pares".

■ QUEM É O PÚBLICO?

- Mensagens direcionadas de maneira muito ampla, como "todos", não serão eficazes. Cada público terá necessidades exclusivas que precisam ser atendidas por meio de mensagens. Por exemplo, enviar mensagens a um recruta será diferente de enviar mensagens a um oficial de comando. Além disso, elaborar mensagens para todo o departamento será diferente de enviar mensagens para um grupo específico, como oficiais da reserva ou que se identificam como LGBTQ+.

■ QUE AÇÃO/COMPORTAMENTO O PÚBLICO ESTÁ SENDO ENCORAJADO A TOMAR?

- A ação/comportamento direcionado que o público-alvo deve realizar deve ser específico e ajudar o público-alvo a dar pequenos passos em direção a um objetivo mais amplo. Por exemplo, uma ação específica pode ser "aprender como apoiar um colega policial que pode estar em conflitos ou em crise, aprendendo a identificar os sinais de alerta de suicídio". Considere se o público está sendo encorajado ou solicitado a realizar uma ação específica ou se é uma obrigação, como o departamento que implementa exames de saúde mental de rotina com um profissional.

■ COMO AS MENSAGENS SE ALINHAM COM OUTROS PROGRAMAS OU SERVIÇOS?

- Seja intencional sobre o alinhamento com programas, serviços e a missão do departamento. Por exemplo, se uma agência desenvolve um pôster que promove a busca de ajuda, a agência deve incluir informações sobre os serviços disponíveis, como um programa de suporte de pares ou linhas de crise disponíveis para os policiais. Além disso, pode ser importante conectar programas de saúde mental com programas de saúde física e bem-estar em geral.



A pessoa mais perigosa que podemos encontrar a cada dia é nossa mentalidade, se não cuidarmos de nós mesmos.

- Nic Allen, *Patrulha Rodoviária de Dakota do Sul, Programa de Assistência a Acidentes, Coordenador de Testemunhas de Vítimas de West River*



Apoie a Segurança

A linguagem usada ao falar sobre suicídio é extremamente importante. As evidências corroboram que a forma como comunicamos publicamente sobre o suicídio pode ter um impacto na ideação suicida e pode colocar populações vulneráveis em maior risco.^{6, 7, 8, 9, 10}

Mensagens que podem contribuir para o aumento do risco incluem fornecer detalhes sobre o método ou local do suicídio, exaltar a morte por suicídio, retratar o suicídio como algo comum ou uma resposta esperada à adversidade e apresentar uma explicação simples para uma morte. As agências devem usar terminologia afirmando que um policial morreu por suicídio em vez de compartilhar o método específico ou detalhes de localização para os policiais, a comunidade ou a mídia. É útil comunicar que as dificuldades desempenharam um papel na morte por suicídio, embora não forneçam uma explicação simples. As declarações que indicam um único fator que contribuiu para a morte por suicídio devem ser evitadas. Muitas vezes, uma circunstância não é o único fator que contribuiu para uma crise suicida. Além disso, pode ser prejudicial comunicar ou contribuir para a percepção de que as crises suicidas são normais entre os policiais, como se fossem apenas uma parte do trabalho, ou uma reação comum a um trauma. As agências podem evitar exaltar o suicídio em suas comunicações, evitando comentar que o falecido agora está "livre de todo sofrimento".

Para ajudar a apoiar a segurança em todos os esforços de envio de mensagens, é importante que as agências:

- **ENFATIZEM** o fato de que a maioria das pessoas que enfrentam adversidades não morre por suicídio, mas, em vez disso, encontra apoio ou tratamento.
- **REALCEM** que o suicídio resulta de uma interação complexa de fatores e não pode ser atribuído a uma única causa.
- **COMPARTILHEM** histórias que se concentram em prosperidade, recuperação e enfrentamento saudável.
- **AJUSTEM** a terminologia de forma a evitar usar a palavra "cometer", que pode ter uma conotação criminosa, e, em vez disso, use palavras como "morreu por" ou "morreu de" suicídio, que são mais consistentes com termos de saúde física.



Compartilhe histórias positivas

Equilibre os aspectos negativos do suicídio com histórias de policiais que buscaram ajuda e passaram a se recuperar, viver e prosperar. Pense em como a mensagem ajudará outras pessoas a ter esperança, recuperação e resiliência. Alguns exemplos de como você pode compartilhar histórias positivas incluem:

- Ações **TANGÍVEIS** que seu público pode realizar, como conhecer os sinais de alerta de risco de suicídio e entrar em contato com um policial que está passando por um momento difícil.
- **HISTÓRIAS** de enfrentamento e resiliência compartilhando todas as extremidades do continuum de lidar com problemas financeiros, a recuperação de um braço quebrado, a cura de uma tentativa de suicídio.

- **PROVIDENCIAR** recursos disponíveis, como serviços internos de saúde mental, programas de assistência ao colaborador, suporte de pares, apoio de capelão, recursos baseados na comunidade e linhas diretas de crise.
- **COMO** as pessoas estão fazendo a diferença, incluindo histórias de como os funcionários do departamento estão apoiando os outros ou consideram o suporte de pares valioso.

Este componente não pretende minimizar a seriedade do suicídio, mas sim aplicar a evidência de que nossa mensagem é importante e todos têm um papel em equilibrar os aspectos negativos do suicídio com medidas de ação positiva que as pessoas podem tomar para ajudar a prevenir o suicídio.



Siga as diretrizes

Este componente reconhece que existem muitos recursos úteis disponíveis para tipos específicos de mensagens - como canais específicos, como materiais impressos ou comunicações eletrônicas, ou objetivos específicos, como aumentar a resiliência. Ao elaborar mensagens, as agências devem usar diretrizes e práticas recomendadas que já estão disponíveis. Essas diretrizes e mais recursos de mensagens podem ser encontrados em:

[Estrutura para mensagens bem-sucedidas](#) da Aliança para Ação Nacional de Prevenção do Suicídio

[Documento de considerações de relações com a mídia da IACP](#)

[Documento de mídia social da IACP](#)

[Postagem do blog da IACP: It's Simply Not Your News to Break \(Simplesmente não é a sua função dar a notícia em primeira mão\)](#)

“ Não existe um policial que passe 20 anos e não enfrente alguns desafios. Cada policial vai passar por isso. Precisamos conversar sobre isso e fornecer a eles as ferramentas iniciais, para que saibam o que fazer.

- Dianne Bernhard, *Subchefe, Aposentada, Departamento de Polícia de Columbia (MO) e Diretora Executiva de Preocupações de Sobreviventes da Polícia (COPS)*

Um componente-chave de uma abordagem de prevenção ao suicídio em toda a agência

Disseminar mensagens adequadas e positivas é um dos 11 componentes da *Estrutura abrangente para a prevenção do suicídio na força policial*, um recurso do Consórcio que fornece às agências de aplicação da lei estratégias abrangentes para apoiar os policiais por meio de mensagens, treinamento, suporte, afinidade interpessoal e muito mais. Abaixo estão as considerações para mensagens de chefes, estado-maior de comando, pares e famílias de policiais.

CHEFES E EQUIPE DE COMANDO

Os policiais conhecem as prioridades de seu chefe e estado-maior de comando por meio do que e como se comunicam pessoalmente e por meio da cadeia de comando e por meio do que reforçam na ação.

Os chefes e o estado-maior de comando precisam comunicar que a prevenção do suicídio e a saúde mental dos oficiais são prioridades. Os oficiais precisam saber que os chefes e o estado-maior de comando não estão apenas dizendo algo, mas eles querem ver se os líderes realmente querem isso, acreditam e estão comprometidos com a prevenção do suicídio e o apoio à saúde mental. Os líderes da agência podem solicitar feedback para entender como enviar mensagens para vários níveis, bem como como reforçar essas mensagens. A partir da academia, os oficiais têm consciência de que são analisados pela forma como controlam as situações. Os líderes devem comunicar que pedir ajuda é um sinal de estar no controle, não um sinal de fraqueza. Comunicar que é normal passar por estresse e traumas e que manter ativamente a saúde mental como parte da carreira de policial ajuda a tornar comum o comportamento de procura de ajuda.

As agências devem tornar estas mensagens sobre saúde mental de prevenção do suicídio uma rotina e falar sobre isso cedo e frequentemente ao longo de toda a carreira de um policial. O fornecimento de mensagens regulares sobre a importância da saúde mental ao longo da carreira de um policial reforçará o compromisso de manter os policiais bem e em segurança. É melhor incluir histórias de cura, recuperação e resiliência, compartilhando histórias pessoais e aumentando as vozes de apoiadores. Histórias poderosas de busca de ajuda, sobreviver a uma crise suicida, controlar a raiva, obter apoio após um trauma e se recuperar de um vício torna comum a busca de ajuda, demonstra que a agência protege o policial e constrói uma cultura de apoio à saúde mental do policial



Dicas para chefes e estado-maior de comando da polícia

- **COMPARTILHAR** histórias de pessoas que passaram por desafios de saúde mental ou uma crise suicida e experimentaram a cura e recuperação.
- **COMUNICAR** uma mensagem positiva, esperançosa e resiliente, indicando que o apoio está disponível, o tratamento é eficaz e, na maioria das situações, o suicídio pode ser evitado.
- **CONVERSAR** sobre saúde mental e prevenção do suicídio regularmente antes que ocorra um incidente crítico.
- **PERSONALIZAR** mensagens para as diversas necessidades do público, considerando o impacto que a cultura pode ter nos desafios da saúde mental.
- **CONSULTAR** um especialista em prevenção de suicídio ao falar com a mídia sobre a prevenção do suicídio na força policial ou após uma baixa por suicídio.
- **TER** cuidado ao falar sobre questões complexas, como o que contribuiu para o comportamento suicida. Tenha cuidado para não se comunicar de uma forma que exponha uma causa de forma simplificada demais.

SUPERVISORES DA LINHA DE FRENTE

Sargentos, cabos e outros líderes em funções de supervisão de pessoal usam muitos chapéus, que vão desde o isolamento entre o pessoal de linha de frente e a administração, até ficar de olho em comportamentos inadequados e trabalhar para desenvolver a unidade e coesão da equipe.¹¹ Os supervisores de linha de frente têm um papel fundamental no cuidado dos membros de sua equipe, na busca de indícios, no acompanhamento de faltas e no encaminhamento de um policial para Programas de Assistência a Colaboradores ou outros apoios quando necessário. Sargentos e cabos devem permanecer cientes das mensagens que enviam sobre saúde mental e prevenção do suicídio, como os indivíduos interpretam essas mensagens e o papel que desempenham na criação e manutenção de uma cultura de apoio. Os supervisores podem fazer ou quebrar uma cultura de "Está tudo bem não estar bem".



Dicas para supervisores de linha de frente

- **COMUNICAR** que não há problema em se concentrar e cuidar de si mesmo, porque, em última análise, cuidar de si mesmo é cuidar de todos os outros, incluindo sua unidade, sua família e sua comunidade.
- **SER MODELO** em autocuidado com ações e mensagens.
- **AGIR** como treinador quando se trata de saúde mental, se possível e adequado para a situação. Uma forma de comunicar isso pode incluir: "Não estou preocupado com o seu trabalho, estou preocupado com você".
- **DEMONSTRAR** tanta preocupação pelos membros da equipe quanto a demonstrada pela comunidade, gestão de risco ou percepção da gestão.
- **ENVIAR MENSAGEM** sobre saúde mental e bem-estar rotineiramente e alavancar o uso de tecnologia quando apropriado.

PARES

Os pares têm uma oportunidade única de romper o ceticismo e os desafios com a confiança que alguns podem ter no policiamento. Quando um colega compartilha sua experiência pessoal com problemas de saúde mental, uso de substâncias ou tentativa de suicídio, ele pode combater o desafio do silêncio que pode existir em torno dessas questões. Os pares ao compartilhar suas experiências capacitam outros colegas que podem estar enfrentando desafios semelhantes.

A voz e a presença de um par, de alguém que já passou por lá, pode mandar uma mensagem: "Este policial não tem vergonha disso. Este policial esteve lá, sentiu isso. Eu

não sou o único a passar por isso". Isso permite que um policial com dificuldade diga: "Estou passando pela mesma coisa". Os pares mostram que é corajoso ser vulnerável, que não é preciso ficar paralisado pela percepção de obter ajuda e que é normal priorizar a melhora. Quando um colega tem dificuldades, muitas vezes torna-se seu próprio patrono e essa paixão se espalha para outras pessoas na agência ou no grupo com quem estão falando. A orientação para mensagens relacionadas a histórias de colegas e comunicação sobre sua própria experiência deve ser aplicada à comunicação a grupos de pessoas. Os colegas de suporte devem ser capazes de ajustar sua linguagem para atender às necessidades dos colegas que estão apoiando e compartilhar sua mensagem de maneira genuína e envolvente. Os colegas precisam compartilhar sua mensagem de maneira genuína e envolvente. Eles devem ser capazes de contar a história certa de uma forma que se conecte com outras pessoas em toda a agência. Essas mensagens precisam ser entregues de forma equilibrada, evitando contar tudo sobre a história de uma pessoa ou sugerir que o que funcionou para ela funcionará para todos. Detalhes específicos de uma tentativa de suicídio ou overdose de uma substância deve ser administrada apenas se for essencial para se relacionar com o grupo. É impossível medir o impacto total dos pares na comunicação sobre a prevenção do suicídio e normalização dos desafios de saúde mental.



Dicas para pares

- **COMPARTILHAR** histórias de uma maneira genuína, acessível e vulnerável enquanto se conecta com as necessidades específicas dos grupos com os quais você está se comunicando. Tenha cuidado para evitar que as histórias pareçam ter tudo a ver com a experiência pessoal de alguém.
- **COMUNICAR -SE** de forma segura e incluir detalhes gráficos apenas se for necessário.
- **FOCAR** em todo o espectro dos desafios da saúde mental - ao abordar as coisas que podem parecer menos significativas, pode-se prevenir as crises.
- **ENFATIZAR** busca de ajuda, acesso a tratamento e uso de uma variedade de recursos, incluindo suporte de pares.
- **AJUSTAR** a abordagem, mensagem e histórias para o público, mantendo a sensibilidade à cultura. Não há uma receita única para todos, e o que um colega compartilha com a unidade de apoio à família pode ser diferente daquela feita a uma equipe de S.W.A.T. ou um grupo de agentes penitenciários trabalhando em instalações femininas.
- **MUDAR** a forma de transmissão da mensagem para de adaptar ao público; no entanto, a mensagem de autocuidado, esperança, resiliência e recuperação não pode mudar.

FAMÍLIA

As agências devem se lembrar da rede policial mais ampla e de que as famílias e as pessoas de apoio desempenham um papel fundamental na prevenção do suicídio e na promoção da saúde mental. As agências podem criar mensagens intencionais para as famílias que servirão para aumentar o apoio familiar e fornecer informações aos membros da família que podem ser um dos primeiros a ver sinais de alerta de uma crise suicida. As agências podem ter os pontos a seguir em mente para criar mensagens de prevenção de suicídio para familiares de policiais e para apoiar interações familiares positivas ao longo da carreira de um policial.

É importante enfatizar que o membro da família responsável pela aplicação da lei terá momentos positivos e satisfatórios em sua carreira. É igualmente importante tornar comum os tempos de desafios e lutas pela saúde mental. As agências devem informar as famílias a quem recorrer para obter assistência e recursos se ficarem preocupadas com seus familiares, para que ainda possam ser um agente de segurança pública competente e no controle. Forneça aos membros da família informações sobre maneiras de ajudar a cuidar do bem-estar mental de seu policial, com quem eles podem entrar em contato se estiverem preocupados e saber o que procurar em relação a sinais de preocupação em todo o espectro de questões que podem surgir. Além de materiais escritos, é útil para as famílias receberem comunicações sobre promoção da saúde mental e prevenção do suicídio durante a academia, em eventos familiares, reuniões de promoção e aposentadoria, grupos de apoio e quaisquer outros meios através dos quais as famílias estão envolvidas na agência. Ao desenvolver mensagens sobre prevenção de suicídio para famílias, as agências devem considerar que as pessoas de apoio não podem ligar para um número de telefone de um cartão em um ímã de geladeira se não tiverem outra experiência ou informação sobre esse recurso. Lembre-se de que a única informação que um membro da família pode ter é o que o policial compartilhou com ele.

É uma boa prática que os profissionais que prestam apoio à saúde mental participem de eventos em que as famílias estão para ajudar a construir confiança, mesmo que o evento não seja voltado para a saúde mental. Envolver as famílias na compreensão da força necessária para ser um policial, a resiliência que os policiais demonstram no dia a dia e a importância de ser uma parte ativa do sistema de suporte. As mensagens precisam comunicar a cultura da agência sobre saúde mental, compartilhe informações precisas e evite alarmar famílias. As agências podem pedir aos membros da família que cuidem ativamente de si próprios e incluir informações encorajando os membros da família a buscar ajuda para si mesmos quando necessário.



Dicas para as famílias

- **INCLUIR** todos os sistemas de apoio que um policial possa identificar como família, além de parentes consanguíneos ou parceiros casados.
- **AJUDAR** as famílias a compreenderem que podem apoiar o policial, ao mesmo tempo que respeitam o senso de independência e força do policial.
- **FOCAR** na força, resiliência e mensagens positivas, além de mensagens sobre sinais e o que procurar em um membro da família.
- **COMUNICAR** como apoiar a polícia a partir de uma perspectiva familiar.
- **COMPARTILHAR** que o risco de suicídio é uma preocupação sem enfatizar demais a preocupação ou contribuir para uma maior conscientização das pessoas de apoio.
- **FORNECER** fatos sobre como responder e a quem recorrer.

Conclusão

É essencial falar abertamente sobre saúde mental e prevenção do suicídio nos departamentos, em todos os níveis, e fazê-lo de forma a atender às necessidades específicas dos policiais e de suas famílias. As agências devem homenagear um membro que morreu por suicídio e, ao mesmo tempo, respeitar as necessidades daqueles que possam estar passando por dificuldades. Isso pode ser feito seguindo as diretrizes de mensagens seguras. Compartilhar histórias de cura e recuperação capacita os policiais a buscarem ajuda para si próprios e a apoiarem-se uns aos outros. O suicídio pode ser evitado quando é falado de forma segura, positiva e eficaz.



Recursos

1. "Action Alliance Framework for Successful Messaging." Action Alliance Framework for Successful Messaging | Action Alliance Framework for Successful Messaging. a
Acessado em 15 de abril de 2020. <http://SuicidePreventionMessaging.org/>.
2. ""Breaking the Silence: Suicide Prevention in Law Enforcement."". Acessado em 15 de abril de 2020. <https://www.youtube.com/watch?v=u-mDvJIU9RI>.
3. ""California Police Chiefs Pushing for Help with Suicide Prevention for Law Enforcement"" Acessado em 15 de abril de 2020. <https://www.youtube.com/assistir?v=uz6MNsIQ61I>.
4. Luxton, David D., Jennifer D. June, and Jonathan M. Fairall. "Social media and suicide: a public health perspective." *American journal of public health* 102, no. S2 (2012): S195-S200 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3477910/>.
5. ""Home." NFL Life Line.. Acessado em 15 de abril de 2020. <https://nflifeline.org/>.
- 6). "Safe Messaging Best Practices - Veterans Affairs." Acessado em 15 de abril de 2020. https://www.mentalhealth.va.gov/suicide_prevention/docs/OMH-086-VA-OMHSP-Safe-Messaging-Factsheet-4-9-2019.pdf.
7. "Social Media Safety Toolkit - Veterans Affairs." Acessado em 2 de abril de 2020. https://www.mentalhealth.va.gov/suicide_prevention/docs/OMH-074-Suicide-Prevention-Social-Media-Toolkit-1-8_508.pdf.
8. "Suicide: Warning Signs & Treatment: Military Veterans: Make the Connection." Warning Signs & Treatment | Military Veterans | Make the Connection. Acessado em 2 de abril de 2020. <https://maketheconnection.net/condicoes/suicidio>.
9. "Veteran Outreach Toolkit - United States Department of Veterans Affairs" U.S. Department of Veterans Affairs, acessado em 2 de abril de 2020. <https://www.va.gov/ve/seachToolkitPreventingVeteranSuicideI-sEveryonesBusiness.pdf>.

Referências

- 1 Pirkis, Jane, R. Warwick Blood, Annette Beautrais, Philip Burgess, and Jaelea Skehan. "Media Guidelines on the Reporting of Suicide." *Crisis* 27, no. 2 (2006): 82-87. <https://doi.org/10.1027/0227-5910.27.2.82>.
- 2 Stack, S. "Media Coverage as a Risk Factor in Suicide." *Injury Prevention* 8, no. 90004 (January 2002): 30iv-32. https://doi.org/10.1136/ip.8.suppl_4.iv30.
- 3 Gould, Madelyn S. "Suicide and the Media." *Annals of the New York Academy of Sciences* 932, no. 1 (January 2006): 200-224. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2001.tb05807.x>.
- 4 "What Is the National Action Alliance for Suicide Prevention's Framework for Successful Messaging?" National Action Alliance for Suicide Prevention. . Acessado em 24 de março de 2020. <http://suicidepreventionmessaging.org/framework>.
- 5 "Action Alliance Framework for Successful Messaging." National Action Alliance for Suicide Prevention. Acessado em 23 de março de 2020. <http://SuicidePreventionMessaging.org/>.
- 6 Gould, Madelyn, Patrick Jamieson, and Daniel Romer. "Media Contagion and Suicide Among the Young." *American Behavioral Scientist* 46, no. 9 (May 1, 2003): 1269-1284. <https://doi.org/10.1177/0002764202250670>.
- 7 Stack, "Media Coverage as a Risk Factor in Suicide."
- 8 Stack, Steven. "Suicide in the Media: A Quantitative Review of Studies Based on Non-Fictional Stories." *Suicide & Life-Threatening Behavior* 35, no. 2 (April 2005): 121-33. <https://doi.org/10.1521/suli.35.2.121.62877>.
- 9 Gould, "Suicide and the Media."
- 10 Insel, Beverly J., and Madelyn S. Gould. "Impact of Modeling on Adolescent Suicidal Behavior." *Psychiatric Clinics of North America* 31, no. 2 (June 2008): 293-316. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2008.01.007>.
- 11 "Why Police Sergeants Are an Agency's MVP." *PoliceOne*, 3 de maio de 2018. <https://www.policeone.com/chiefs-sheriffs/articles/why-police-sergeants-are-an-agencys-mvvpfSbBdCfwsJ3bIyWh/>.

SOBRE O DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA À JUSTIÇA

O **Escritório de Assistência à Justiça (BJA)** ajuda a tornar as comunidades americanas mais seguras ao fortalecer o sistema de justiça criminal do país: Os subsídios, treinamento e assistência técnica do BJA e serviços de desenvolvimento de políticas fornecem às organizações de jurisdições governamentais (estaduais, organizações locais, tribais e territoriais) e públicas e privadas as ferramentas de ponta e as melhores práticas de que precisam para apoiar a aplicação da lei, reduzir o crime violento e relacionado às drogas e combater a vitimização.

O BJA é um componente dos Programas do Departamento de Justiça do Departamento de Justiça dos EUA, que também inclui o Escritório de Estatísticas de Justiça, Instituto Nacional de Justiça, Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência, Escritório para Vítimas de Crimes e Escritório de Sentenças, Monitoramento, Apreensão, Registro de Criminosos Sexuais, e Rastreamento.

Missão do BJA

O BJA fornece liderança e serviços na administração de subsídios e desenvolvimento de políticas de justiça criminal para apoiar a aplicação da lei local, estadual e tribal na busca por construir comunidades mais seguras. O BJA apoia programas e iniciativas nas áreas de aplicação da lei, compartilhamento de informações sobre justiça, combate ao terrorismo, administração de criminosos, combate ao crime e abuso de drogas, julgamento, promoção da justiça tribal, prevenção do crime, proteção de populações vulneráveis e capacitação. Os seguintes princípios orientam o trabalho do BJA no campo:

- **ENFATIZAR** o controle local.
- **CONSTRUIR** relacionamentos no campo.
- **PROVIDENCIAR** treinamento e assistência técnica em apoio aos esforços para prevenir o crime, o abuso de drogas e a violência nos níveis nacional, estadual e local.
- **DESENVOLVER** colaborações e parcerias.
- **PROMOVER** capacitação por meio de planejamento.
- **SIMPLIFICAR** a administração de subsídios.
- **AUMENTAR** o treinamento e assistência técnica.
- **CRIAR** responsabilização por projetos.
- **ENCORAJAR** a inovação.
- **COMUNICAR** o valor dos esforços de justiça para os tomadores de decisão em todos os níveis.

Para saber mais sobre o BJA, visite www.bja.gov, ou nos siga no Facebook (www.facebook.com/DOJBJA) e Twitter ([@DOJBJA](https://twitter.com/DOJBJA)) O BJA faz parte dos Programas do Escritório de Justiça do Departamento de Justiça.

SOBRE A IACP

A **Associação Internacional de Chefes de Polícia (IACP)** é a maior e mais influente associação profissional de líderes policiais do mundo. Com mais de 30.000 membros em mais de 165 países, a IACP é líder reconhecida no policiamento global. Desde 1893, a associação tem falado em nome dos agentes de aplicação da lei promovendo o avanço da liderança e profissionalismo no policiamento em todo o mundo.

A IACP é conhecida por seu compromisso em moldar o futuro da profissão policial. Por meio de pesquisas oportunas, programação e oportunidades de treinamento incomparáveis, a IACP está preparando os líderes policiais atuais e emergentes - e as agências e comunidades que eles atendem - para ter sucesso na abordagem das questões, ameaças e desafios mais urgentes do dia.

A IACP é uma organização sem fins lucrativos 501c (3) com sede em Alexandria, Virgínia. A IACP é editora da revista *The Police Chief*, o principal periódico para líderes de agências de aplicação da lei, e é a anfitriã da IACP Annual Conference, a maior exposição educacional e de tecnologia da polícia do mundo. A participação como sócio da IACP está aberta a profissionais de segurança pública de todas as categorias, bem como a líderes não juramentados em todo o sistema de justiça criminal. Saiba mais sobre a IACP em www.theIACP.org.



SOBRE O EDUCATION DEVELOPMENT CENTER (CENTRO DE DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL)

O **Centro de Desenvolvimento Educacional (EDC)** é uma organização global sem fins lucrativos que desenvolve soluções duradouras para melhorar a educação, promover a saúde e expandir as oportunidades econômicas. Desde 1958, o EDC é líder na concepção, implementação e avaliação de programas poderosos e inovadores em mais de 80 países em todo o mundo. Com experiência em áreas como prevenção do suicídio, desenvolvimento na primeira infância e aprendizagem e desenvolvimento da força de trabalho jovem, o EDC colabora com parceiros públicos e privados para criar, entregar e avaliar programas, serviços e produtos. Este trabalho inclui:

- **CRIAÇÃO** de recursos como currículos, kits de ferramentas e cursos online que oferecem experiências de aprendizagem envolventes
- **CONDUÇÃO** de avaliações formativas e sumativas de iniciativas
- **APLICAÇÃO** de experiência em capacitação, desenvolvimento profissional e treinamento e assistência técnica
- **FORNECIMENTO DE** assessoria política, documentos de informação e pesquisa e análise
- **CONDUÇÃO** de estudos qualitativos e quantitativos para informar nossos programas e avaliar seu impacto

Por décadas, o EDC ofereceu apoio e recursos baseados em evidências para prevenir e enfrentar a violência, o suicídio e o trauma nos Estados Unidos e no mundo. O EDC abriga vários centros e institutos líderes focados

na prevenção do suicídio, incluindo a Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio, o Centro de Recursos para Prevenção do Suicídio e o Instituto Suicídio Zero. Com base nessa experiência, o EDC lidera iniciativas e consulta com agências e departamentos de segurança pública nacionais e locais no exame das questões complexas subjacentes ao suicídio entre as forças de trabalho de segurança pública, identificando ameaças e projetando soluções

proativas e abrangentes. O EDC traz ampla experiência em desenvolvimento de programa, habilidades de pesquisa quantitativa e qualitativa e experiência em treinamento e desenvolvimento de currículo, bem como especialização em conteúdo em prevenção de suicídio, prevenção de violência, abordagens informadas sobre traumas e uso de substâncias. Saiba mais sobre o EDC em www.edc.org.

SOBRE A ALIANÇA DE AÇÃO NACIONAL PARA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO (NATIONAL ACTION ALLIANCE FOR SUICIDE PREVENTION)

A **Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio (Action Alliance)** é a parceria público-privada que trabalha para promover a Estratégia Nacional de Prevenção do Suicídio e fazer da prevenção do suicídio uma prioridade nacional. O Departamento de Abuso de Substâncias e Serviços de Saúde Mental fornece financiamento para o EDC operar e gerenciar o Secretariado da Action Alliance, que foi lançado em 2010. Saiba mais em theactionalliance.org e participe da conversa sobre prevenção de suicídio seguindo a Action Alliance no Facebook, Twitter, LinkedIn e YouTube.

Este projeto foi apoiado pelo Fundo nº 2018-DP-BX-K001 concedido pelo Bureau of Justice Assistance (Escritório de Assistência à Justiça). O Escritório de Assistência à Justiça é um componente dos Programas do Escritório de Justiça do Departamento de Justiça, que também inclui o Escritório de Estatísticas da Justiça, o Instituto Nacional de Justiça, o Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção de Delinquência, o Escritório para Vítimas de Crime e o Escritório SMART. Os pontos de vista ou opiniões contidos neste documento são de responsabilidade do autor e não representam necessariamente a posição oficial ou as políticas do Departamento de Justiça dos Estados Unidos.



SUORTE DE PARES COMO UMA FERRAMENTA PODEROSA para a Prevenção do Suicídio na Força Policial



Este recurso foi desenvolvido pelo [Consórcio Nacional para a Prevenção do Suicídio na Força Policial do Escritório de Assistência à Justiça](#) (o Consórcio) e enfoca o papel que o apoio dos pares tem na prevenção do suicídio de policial. O Consórcio, liderado pela Associação Internacional de Chefes de Polícia (IACP) em parceria com o Education Development Center (EDC) e a National Action Alliance on Suicide Prevention (Action Alliance), reuniu líderes da polícia junto com especialistas em saúde mental e prevenção de suicídio em toda a nação para abordar a prevenção do suicídio nas agências de aplicação da lei. Por meio do Consórcio, cinco grupos de força-tarefa foram formados para identificar recomendações e considerações para a profissão de policial no que se refere aos esforços de prevenção de suicídio em uma agência ou departamento: mensagens, dados e pesquisa, mudança de organização e sistema, suporte de pares e apoio familiar. O suporte de pares é um componente-chave na [Estrutura abrangente para a Prevenção do Suicídio na Força Policial](#). Este recurso descreve como o suporte de pares pode integrar melhor as estratégias de prevenção do suicídio para apoiar os colegas policiais.

O poder dos pares

O suporte de pares serve como um recurso poderoso para a polícia no tratamento do estresse, preocupações com a saúde mental, prevenção do suicídio e segurança e bem-estar geral do policial. Uma pesquisa de 2018 com policiais descobriu que 90% dos entrevistados que usaram o suporte de pares relataram que foi útil ou muito útil, 80% relataram que buscariam apoio novamente se necessário e quase 90% afirmaram que recomendariam suporte de pares a um colega.¹ Além disso, mais da metade dos policiais que se conectaram com o suporte de pares mencionaram que esses serviços os ajudaram a desempenhar melhor seu trabalho ou a melhorar sua vida pessoal. A pesquisa na população em geral também demonstrou impactos positivos

para os receptores de suporte de pares, incluindo maior esperança, maior satisfação com a vida, maior qualidade de vida, melhor envolvimento no tratamento, melhor funcionamento social e menos problemas em geral.²

O pessoal que trabalha com a promoção de atividades de suporte de pares desempenha um papel fundamental em muitos aspectos da prevenção do suicídio. Os pares podem contribuir compartilhando mensagens positivas voltadas para a recuperação, diminuindo as barreiras à procura de serviços de saúde mental, tornando comum o comportamento de busca de ajuda, fortalecendo as habilidades de enfrentamento saudáveis, incluindo resiliência e conexão, e fornecendo o apoio após uma baixa por suicídio ou tentativa de suicídio em uma agência.

“ A maior escolha de serviços para os policiais é o apoio de pares. 3 de 4 preferem ir para o suporte de pares do que qualquer outro tipo de serviço lá fora. ”

- Sherri Martin, *Diretor Nacional de Bem-Estar, Ordem Fraternal Nacional da Polícia*



Integrando Melhores Práticas de Prevenção de Suicídio na Programação de Suporte de Pares

Indivíduos no topo da agência, bem como aqueles em funções de supervisor, devem considerar o desenvolvimento e incorporação de unidades de suporte de pares em sua agência. A liderança pode demonstrar apoio designando um líder de equipe, estabelecendo procedimentos operacionais padrão, avaliando e alocando recursos apropriados, confiando em equipes de suporte de pares para seguir padrões de confidencialidade e defendendo o uso de suporte de pares para todos os funcionários da agência. As agências devem investir recursos em treinamento, educação, supervisão, e desenvolvimento profissional contínuo, quando possível. A prevenção do suicídio é mais do que responder a uma crise. Uma morte suicida representa o fim do que é, para muitos, uma longa luta. Tratamento de saúde mental, resposta a crises e serviços de suporte de pares existem em um continuum.

Recursos e serviços precisam ser organizados para ajudar a identificar aqueles que precisam de apoio no início de sua luta. Os serviços de suporte de pares são essenciais e eficazes em um espectro de desafios e bem-estar de saúde mental. O tipo de intervenções de suporte de pares que deve ser usado varia dependendo do nível de necessidade. Os exemplos incluem: um policial que deseja apoio durante um período particularmente desafiador em sua vida, um sargento que está passando por problemas de relacionamento ou uso indevido de drogas ou um agente penitenciário que está mostrando sinais de risco de suicídio. Provedores de suporte de pares muitas vezes relatam que

o extremo das crises pode ser evitado abordando o que parece ser preocupações e fatores de estresse menores no espectro da saúde mental. É importante que os pares sejam treinados, recebam consultas e pratiquem a identificação e a resposta ao risco de suicídio.

Apoiadores de pares podem usar as melhores práticas baseadas em evidências e baseadas em pesquisas na triagem, resposta e acompanhamento do risco de suicídio. Para determinar o modelo geral de suporte de pares aplicado em uma agência específica, é importante revisar e pesquisar as melhores práticas e aprender com programas de suporte de pares bem elaborados. Por exemplo, o Cop2Cop (C2C), um programa de suporte de pares para oficiais de Nova Jersey e suas famílias, usa o modelo de bem-estar Reciprocal Peer Support (Apoio Recíproco entre Pares) para seu padrão de atendimento. Este modelo inclui quatro tarefas: conexão, coleta de informações e avaliação de risco, gerenciamento de cuidados/planejamento de bem-estar e construção de resiliência. Além disso, os apoiadores do C2C são certificados em suporte posvenção após uma perda por suicídio e como instrutores de prevenção de suicídio para oferecer treinamentos de prevenção e posvenção.³ As agências devem considerar a conexão com outras agências, a realização de pesquisas adicionais e a coleta de feedback dos policiais para identificar a programação e o treinamento que atendam às necessidades específicas de suas agências.

Seleção

Ao projetar uma equipe de suporte de pares, os líderes devem considerar a definição de critérios e processos de seleção apropriados antes de fornecer treinamento. Se possível, é bom ter um colega treinado em cada nível de patente. As pessoas mais bem-intencionadas, mesmo com experiência pessoal, devem ser examinadas primeiro e, então, se selecionadas, treinadas especificamente em habilidades para suporte de pares e prevenção de suicídio.

■ **DEFINIR** expectativas apropriadas, incluindo a triagem de qualquer pessoa que pretenda fazer parte de uma equipe de suporte de pares para obter ganhos secundários, por exemplo, apenas para uma promoção, ganho financeiro ou construção de currículo.

ENVOLVER pelo menos um profissional de saúde mental no processo seletivo.

- **CONSIDERAR** ter colegas policiais nomeando uma ou duas pessoas que seriam ótimos apoiadores.
- **BUSCAR** qualidades relacionadas a genuinidade, altruísmo, manutenção de limites apropriados e habilidades de autocuidado.
- **DESENVOLVER** membros que mostrem características que são boas para o apoio de pares e podem precisar aumentar sua confiança ou precisam de treinamento.

“ O estigma é uma peça importante que representa uma barreira ao tratamento para os policiais.

- Tom Coghlan, Psicólogo policial, Blue Line Psychological Services, PLLC

Treinamento e Supervisão

O conteúdo baseado em evidências e o treinamento profissional estão no cerne do apoio efetivo dos pares. A supervisão sustentável por um profissional de saúde mental irá aumentar o treinamento, ajudará os provedores de suporte de pares a receber consultoria e deve ser incluído na infraestrutura de programas de suporte de pares. O suporte de pares estruturado e supervisionado garantirá que serviços éticos e confidenciais sejam oferecidos com ênfase no esclarecimento de papéis, limites e autocuidado. O treinamento contínuo e o desenvolvimento profissional são elementos essenciais para o controle de qualidade e melhorias contínuas. O treinamento de qualidade deve ser fornecido por profissionais clínicos licenciados e incluir pares como co-facilitadores para serem modelos nesta parceria.

OS TÓPICOS DO TREINAMENTO DE SUPORTE DE PARES INCLUEM:

- Primeiro socorro em **CRISE/PSICOLÓGICA**.
- **PRÁTICAS** no fornecimento de suporte de pares, como resolução de problemas, psicologia positiva e habilidades de tolerância ao estresse.
- **Suporte DE PARES** com técnicas e limites de aconselhamento.
- **SINAIS** e sintomas de trauma e as condições de saúde mental observadas com mais frequência que o colega de suporte pode encontrar, por exemplo, depressão, uso indevido de substâncias, ansiedade, estresse pós-traumático.
- Prevenção do **SUICÍDIO**, identificação e rastreamento do risco de suicídio e como intervir no risco de suicídio.
- **COMPONENTES** de um plano de segurança para risco de suicídio.
- **COMUNICAÇÃO** das melhores práticas relativas à redução do acesso a meios letais.

- **RECURSOS**, encaminhamentos e acompanhamento.
- Planejamento de **BEM-ESTAR** e autocuidado.
- **FUNÇÃO** do par.
- **POLÍTICAS** e procedimentos, incluindo resposta a emergências, confidencialidade e comunicações privilegiadas dentro de todas as leis, ética e limites aplicáveis.

Para melhor orientar o treinamento de suporte de pares, os líderes de agência e apoiadores de pares devem definir o tipo de trabalho de suporte de pares oferecido e ter módulos de treinamento visando funções específicas de pares.

OS PAPÉIS DE APOIO DOS PARES PODEM INCLUIR:

- Função de resposta em situação de **CRISE**, como fornecer primeiros socorros psicológicos ou identificar e responder a um policial em uma crise suicida.
- Função de **TREINAMENTO**, como suporte de pares no treinamento de prevenção de suicídio com pares como treinadores.
- Função DE aconselhamento de PARES, incluindo triagem de risco de suicídio, fornecimento de suporte de pares, encaminhamento e acompanhamento.
- **FAZER REUNIÃO DE COORDENAÇÃO SOBRE** o papel de apoio, aplicando as melhores práticas de resposta a traumas e crises, abstendo-se de obrigar aqueles que não estavam envolvidos na resposta a comparecer. É uma boa prática que o apoio dos pares facilite as reuniões de coordenação sob a orientação de um profissional de saúde mental.

“ O que eu descobri é que em todo o país, não importa onde eu esteja, quando posso compartilhar, 'Sim, eu pensei em suicídio. Tentei suicídio. Eu estava me automedicando.' Quando você fala sobre isso em um grande fórum, o que acontece inevitavelmente é que alguém dirá 'eu fiz isso ou estou passando pela mesma coisa.' Isso tira a vergonha que se pode sentir disso.

- Chris Scallon, Sargento, aposentado, Departamento de Polícia de Norfolk (VA) e Diretor de Segurança Pública

Identificação de risco de suicídio

O poder dos pares em encontrar um policial onde eles estão deve ser apoiado e aproveitado. Os pares precisam conhecer os sinais de alerta, fatores precipitantes, fatores de risco, bem como os fatores de proteção do risco de suicídio. Os pares podem usar esse conhecimento em um nível individual, aplicando evidências de pesquisas e estratégias eficazes para informar seus serviços e respostas. Os colegas podem usar suas experiências pessoais e profissionais para envolver um policial que mostre sinais de risco de suicídio e para perguntar sobre o suicídio de uma forma que possa obter uma resposta precisa. Os pares devem ser treinados no uso de uma ferramenta de triagem baseada em evidências

para ajudar a fazer perguntas diretas sobre ideações e comportamentos suicidas. Essas perguntas podem ser parte de uma caixa de ferramentas de suporte de pares e serem usadas em uma conversa individual usando a linguagem do colega e do policial em busca de apoio. Pode ser útil usar uma ferramenta de triagem baseada em evidências, como a [Escala de Avaliação de Risco de Suicídio de Columbia](#) e perguntas de triagem ensinadas em treinamentos de prevenção de suicídio.^{4,5} Como é importante em todas as interações, perguntar sobre pensamentos e comportamentos suicidas deve ser feito de maneira culturalmente sensível.

Planejamento de segurança para prevenção de suicídio

Os planos de segurança são uma abordagem baseada em evidências para reduzir o suicídio e são personalizados e desenvolvidos em colaboração com a pessoa em risco. Os planos de segurança identificam os sinais individuais de uma crise que se aproxima, as formas de lidar com a angústia e a quem recorrer em busca de apoio.⁶ Os planos de segurança de melhores práticas incluem a [Intervenção de Planejamento de Segurança](#) desenvolvido por Barbara Stanley, Ph.D. e Greg Brown, Ph.D., e o [Plano de Resposta a Crises](#) desenvolvido por Craig Bryan, Psy.D.^{7,8} A pesquisa mostrou a eficácia do planejamento de segurança em populações de militares e veteranos.^{9,10,11} Ambas as ferramentas incluem uma lista priorizada de estratégias e suportes de enfrentamento que podem ser acessados de forma fácil e rápida antes ou durante uma crise suicida. Os profissionais de saúde mental que trabalham com a polícia devem ser treinados no uso de uma intervenção de planejamento de segurança. Idealmente, o profissional de saúde mental desenvolveria um plano de segurança com um policial pensando em suicídio e o apoio de seus pares reforçaria o uso desse plano de segurança. É imperativo que o suporte de pares e os profissionais de saúde mental trabalhem com a pessoa em risco de suicídio para envolvê-la no consentimento e no compartilhamento do plano de segurança com aqueles que teriam um papel ativo em apoiá-lo, incluindo a família. As equipes de suporte de pares podem ser treinadas para desenvolver um plano de segurança para melhorar a rede de segurança em áreas com menos recursos ou em uma situação em que a intervenção de um profissional de saúde mental pode não estar imediatamente disponível.

OS SEIS ELEMENTOS DA INTERVENÇÃO DE PLANEJAMENTO DE SEGURANÇA

- **IDENTIFICAR** pistas pessoais de crises ativas ou iminentes.
- **ESBOÇAR** estratégias e atividades pessoais de enfrentamento que podem ajudar durante uma crise suicida.
- **PLANEJAR** lugares para ir e pessoas que podem ajudar a fornecer alguma segurança e distração.
- **IDENTIFICAR** pelo menos três pessoas que podem prestar o apoio necessário durante uma crise suicida.
- **DETALHAR** serviços de apoio e recursos para crises.
- **GARANTIR** um ambiente seguro para a pessoa em risco.¹²

Estabelecer um ambiente mais seguro faz parte da resposta a uma pessoa em uma crise suicida ou em risco de suicídio.¹³ Isso inclui o armazenamento seguro de armas de fogo, medicamentos e outros itens potencialmente letais. Trabalhe com um profissional de saúde mental para identificar opções de proteção sob medida para meios letais.

Rede de Encaminhamento

As equipes de suporte de pares servem como parte integrante de uma rede holística de saúde e saúde mental. As equipes devem saber como fazer um encaminhamento, fazer o acompanhamento e permanecer em uma função de apoio enquanto um policial recebe os cuidados necessários dos profissionais. As equipes de suporte de pares devem considerar as políticas, procedimentos, treinamento e recursos apropriados para levar uma pessoa aos cuidados em uma situação de emergência e para serviços de rotina.¹⁴ Programas de Assistência a Colaboradores (EAPs), agências locais de saúde mental, sistemas hospitalares e qualquer prestador de serviços na região

deve ser abordado para criar um parceria clínica de suporte de pares. Os parceiros clínicos podem desempenhar funções como parte de uma equipe de resposta, em forças-tarefa, como parceiros de treinamento e muito mais. Todos os serviços de acompanhamento e suporte contínuo, inclusive após uma perda por suicídio, devem ser organizados e treinados em parceria com um provedor de serviços clínicos ou organização. O provedor de serviços clínicos deve ser um indivíduo licenciado que demonstra competência cultural no trabalho com a polícia.

Acompanhamento Contínuo

O suporte de pares pode ser sustentado ao longo do tempo para um determinado indivíduo para além de uma crise ou evento específico. As equipes de suporte de pares devem ser apoiadas para continuar a estender a mão e fornecer apoio da maneira que o policial prefira, pois o apoio contínuo pode ajudar a prevenir uma crise no futuro. O rastreamento e a análise

de dados sobre as necessidades e resultados dos policiais podem ser integrados ao treinamento de suporte de pares e usados para revisar o currículo de treinamento para melhorar a construção de habilidades em toda a continuidade dos serviços de prevenção, intervenção e posvenção de suporte de pares.

Pesquisas com pessoas que tentaram suicídio mostram que comunicações simples e de apoio ao longo do tempo fazem uma grande diferença.¹⁵ O simples envio de um cartão postal por um período de tempo com uma mensagem não exigente e carinhosa ajudou as pessoas a viver.^{16, 17} Em um ensaio de controle aleatório que foi replicado, os indivíduos que tentaram suicídio e que receberam cartões postais com uma mensagem carinhosa, que não instruíam a pessoa a agir, ao longo de vários anos tinham menos probabilidade de morrer por suicídio do que aqueles que não receberam essas mensagens.^{18, 19} As mensagens expressaram que a pessoa foi considerada e alguém se preocupou com ela. As mensagens não solicitaram nenhum acompanhamento específico ou comparecimento a consulta ou reunião. Os pares de suporte podem fornecer mensagens como essa de várias maneiras, por meio de textos, bate-papo online, e-mail e por escrito. Como uma intervenção de prevenção do suicídio, essas mensagens de apoio podem ser enviadas enquanto um policial está recebendo tratamento, após a alta de um paciente internado e após a conclusão dos serviços de tratamento. Suporte genuíno, com mensagens de apoio podem ser enviadas rotineiramente como acompanhamento de um contato de suporte de pares, após um evento traumático, incluindo o aniversário da perda ou no aniversário do falecido, e durante períodos de transição, como promoção ou aposentadoria. É melhor que isso seja feito sob medida para o indivíduo, com essas mensagens sendo enviadas individualmente para cada policial que recebeu apoio de seus pares.



Apoie quem apoia

Oferecer suporte aos pares é um papel gratificante, resultando em resiliência indireta e satisfação compassiva.²⁰ No entanto, os colegas precisam saber que eles têm que tomar conta de si mesmos não apenas porque sua saúde mental é uma prioridade e faz parte da função, mas também porque a agência precisa deles para o longo prazo. É essencial que o líder da equipe de suporte de pares auxilie os membros da equipe na gestão de responsabilidades e expectativas, estabelecendo limites claros e sabendo quando dizer “Não” - mesmo que isso signifique comunicar essas questões à liderança, às vezes. A pessoa responsável precisa manter o equilíbrio para a equipe e os membros individuais da equipe.

Os policiais lidam com situações difíceis e fatores de estresse pessoal e profissionalmente regularmente. Os provedores de suporte de pares têm seus próprios fatores de estresse, como

ouvir o estresse dos outros, atender eventos traumáticos, sentir uma responsabilidade maior de cuidar de um colega e fornecer apoio após uma morte ou incidente traumático. Isso pode resultar em estresse cumulativo adicional e trauma vicário. Sugestões para ajudar os pares a lidar com o trabalho inclui consulta regular com um provedor de saúde mental clínico, reuniões de coordenação de situações difíceis (que inclui o processamento e compartilhamento de estratégias de enfrentamento em reuniões da equipe de suporte de pares), permitindo tempo livre quando necessário e aproveitando recursos como o [Kit de Ferramentas de Trauma Vicário](#).²¹ Apoiar os apoiadores deve ser incorporada à estrutura e cultura de suporte de pares. Deve ser individualizado, pois não existe uma abordagem única para lidar com o estresse cumulativo, o trauma vicário ou o esgotamento.

Conclusão

No policiamento, existe uma forte cultura de apoiar outros policiais e estar ao lado de outros em circunstâncias intensas e desafiadoras. O suporte de pares em caso de qualquer problema, seja estresse financeiro, problemas de relacionamento, estresse no trabalho, trauma ou uma crise suicida, se encaixa perfeitamente na cultura de “estar no apoio”. O poder dos provedores e equipes de suporte de pares deve ser apoiado e provido por agências e seus líderes. Os pares precisam ser valorizados e treinados como parte da prevenção do suicídio com papéis, procedimentos e limites claramente definidos. Os pares fornecedores de suporte devem receber seu próprio suporte quando necessário. Uma rede de segurança forte e multifacetada que inclui o suporte de pares pode fortalecer o bem-estar do policial e identificar aqueles que possam por alguma necessidade.

Recursos

1. [Families USA](#). Advancing Health Equity Through Community Health Workers and Peer Providers: Mounting Evidence and Policy Recommendations.
2. [International Association of Chiefs of Police](#) - Associação Internacional de Chefes de Polícia (IACP). Estas diretrizes de suporte de pares têm como objetivo fornecer informações e recomendações sobre a formação e manutenção de uma estrutura de suporte de pares para colaboradores civis e públicos em agências de aplicação da lei.
3. [Recursos de segurança e bem-estar para policiais da IACP](#). A IACP oferece uma variedade de recursos de segurança e bem-estar para policiais, abordando tópicos como saúde mental e resiliência para policiais; prevenção do suicídio; segurança tática; bem-estar familiar; e mais.
4. [National Action Alliance for Suicide Prevention](#) (Action Alliance) no Centro de Desenvolvimento da Educação. A Action Alliance é a parceria público-privada do país para a prevenção do suicídio. Este recurso, *The Way Forward (O caminho a seguir)*, reflete as perspectivas amplamente compartilhadas de indivíduos que viveram uma crise suicida.

5. [Kit de ferramentas de especialistas em pares: Implementando o Serviço de Suporte de Pares em VHA](#). Este documento é um projeto colaborativo entre o VISN 1 New England MIRECC Peer Education Center e o VISN 4 MIRECC Peer Resource Center.
6. [Administração de Abuso de Substâncias e Serviços de Saúde Mental](#)(SAMHSA). Competências essenciais para colegas de trabalho: Aprenda sobre a fundação e competências essenciais exigidas por uma gama de colegas trabalhadores nos serviços de saúde comportamental.
7. [Suicide Prevention Resource Center](#) | Centro de Recursos para Prevenção de Suicídios. O SPRC se dedica a fazer avançar a implementação da Estratégia Nacional para a Prevenção do Suicídio e fornece consultoria, treinamento e recursos para aumentar os esforços de prevenção do suicídio em estados, sistemas de saúde e organizações que atendem populações em risco de suicídio.
8. [Escritório de Estatísticas do Trabalho dos EUA](#). Perspectiva de carreira: Você é um o *que*? Especialista em Suporte de Pares.
9. [Zero Suicide Institute](#) (ZSI) no Centro de Desenvolvimento da Educação. A crença fundamental do Zero Suicídio (Zero Suicídios) é que as mortes por suicídio de indivíduos sob os cuidados da saúde e dos sistemas de saúde comportamental são evitáveis.

Referências

- 1 Digliani, Jack. "Police Peer Support: Does It Work?" Law Enforcement Today, March 14, 2018 . <https://www.lawenforcementtoday.com/police-peer-support-work/>.
- 2 Chinman, M., K. Henze, P. Sweeney, and S. McCarthy. "Peer Specialist Toolkit: Implementing Peer Support Services in VHA." McCarthy S, editor (2013). .
- 3 Castellano, Cherie. "Reciprocal Peer Support (RPS): A Decade of Not So Random Acts of Kindness." *International Journal of Emergency Mental Health* 14, no. 2 (2012): 105-110.: <https://ubhc.rutgers.edu/documents/Clinical/Call%20Center/Reciprocal-Peer-Support-Article-Cherie-Castellano.pdf>
- 4 Posner, Kelly, Gregory K. Brown, Barbara Stanley, David A. Brent, Kseniya V. Yershova, Maria A. Oquendo, Glenn W. Currier et al. "The Columbia–Suicide Severity Rating Scale: Initial Validity and Internal Consistency Findings from Three Multisite Studies with Adolescents and Adults." *American Journal of Psychiatry* 168, no. 12 (December 2011): 1266-1277 .
- 5 "First Responders." *The Columbia Lighthouse Project*. Acessado em 18 de maio de 2020. <https://cssrs.columbia.edu/the-columbia-scale-cssrs/first-responders/>.
- 6 Stanley, Barbara, and Gregory K. Brown. "Safety Planning Intervention: A Brief Intervention to Mitigate Suicide Risk." *Cognitive and Behavioral Practice* 19, no. 2 (2012):256-264. http://suicidesafetyplan.com/uploads/Safety_Planning_-_Cog_Beh_Practice.pdf .
- 7 Stanley e Brown, "Safety Planning Intervention", 256-264.
- 8 Bryan, Craig. "Suicide - Crisis Response Planning to Prevent Suicide." Acessado em 18 de maio de 2020. <https://crpforsuicide.com/>
- 9 Chesin, Megan S., Barbara Stanley, Emily AP Haigh, Sadia R. Chaudhury, Kristin Pontoski, Kerry L. Knox, and Gregory K. Brown. "Staff Views of an Emergency Department Intervention Using Safety Planning and Structured Follow-up with Suicidal Veterans." *Archives of Suicide Research* 21, no. 1 (January 2017): 127-137 .
- 10 Bryan, Craig J., Jim Mintz, Tracy A. Clemans, Bruce Leeson, T. Scott Burch, Sean R. Williams, Emily Maney, and M. David Rudd. "Effect of Crisis Response Planning vs. Contracts for Safety on Suicide Risk in U.S. Army Soldiers: A Randomized Clinical Trial." *Journal of Affective Disorders* 212 (April 2017): 64–72. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.01.028>.
- 11 Bryan, Craig J., Jim Mintz, Tracy A. Clemans, T. Scott Burch, Bruce Leeson, Sean Williams, and M. David Rudd. "Effect of Crisis Response Planning on Patient Mood and Clinician Decision Making: A Clinical Trial with Suicidal U.S. Soldiers." *Psychiatric Services* 69, no. 1 (January 2018): 108–11. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201700157>.
- 12 Stanley, Barbara, Gregory K. Brown, B. Karlin, J. E. Kemp, and H. A. VonBergen. "Safety Plan Treatment Manual to Reduce Suicide Risk: Veteran Version." Washington, DC: United States Department of Veterans Affairs 12 (2008).). http://suicidesafetyplan.com/uploads/VA_Safety_planning_manual.pdf.
- 13 ""Means Matter." Harvard T.H. Chan School of Public Health. Acessado em 18 de maio de 2020. <https://www.hsph.harvard.edu/means-matter/>
- 14 Castellano, Cherie. "Reciprocal Peer Support for Addressing Mental Health Crises Among Police, Veterans, Mothers of Special Needs Children, and Others." 2018 APA *Psychiatric Services Achievement Awards* 69, no. 10 (2018): e7-e8. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.691006>.
- 15 Cherkis, Jason. "The Best Way to Save People from Suicide." The Huffington Post. TheHuffingtonPost.com, 14 de novembro de 2018. <https://highline.huffingtonpost.com/articles/en/howto-help-someone-who-is-suicidal/>.
- 16 Carter, Gregory L, Kerrie Clover, Ian M Whyte, Andrew H Dawson, and Catherine D Este. "Postcards from the Edge Project: Randomised Controlled Trial of an Intervention Using Postcards to Reduce Repetition of Hospital Treated Deliberate Self Poisoning." *BMJ* 331 (October 2005).. <https://www.bmj.com/content/331/7520/805>.



- 17 Luxton, David D., Elissa K. Thomas, Joan Chipps, Rona M. Relova, Daphne Brown, Robert McLay, Tina T. Lee, Helenna Nakama, and Derek J. Smolenski. "Caring Letters for Suicide Prevention: Implementation of a Multi-Site Randomized Clinical Trial in the US Military and Veteran Affairs Healthcare Systems." *Contemporary Clinical Trials* 37, no. 2 (January 2014): 252-260.
https://www.researchgate.net/publication/259959621_Caring_Letters_for_Suicide_Prevention_Implementation_of_a_Multi-Site_Randomized_Clinical_Trial_in_the_US_Military_and_Veteran_Affairs_Healthcare_Systems
- 18 Luxton, David D., Jennifer D. June, and Katherine Anne Comtois. "Can Postdischarge Follow-Up Contacts Prevent Suicide and Suicidal Behavior?" *Crisis* 34, no. 1 (January 2013): 32-41. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000158>.
- 19 Motto, Jerome A., Alan G. Bostrom, Julie E. Richards, Betsy D. Kennard, Peter Denchev, Barbara L. Parry, J. Michael Bostwick, et al. "A Randomized Controlled Trial of Postcrisis Suicide Prevention." *Psychiatric Services* 52, no. 6 (June 2001): 828-833.
https://ps.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ps.52.6.828?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori:rid:crossref.org&rfr_dat=cr_pub=pubmed&..
- 20 "Vicarious Trauma Toolkit: What Is Vicarious Trauma?" Office for Victims of Crime. Acessado em 18 de maio de 2020. <https://vtt.ovc.ojp.gov/what-is-vicarious-trauma>.
- 21 "Vicarious Trauma Toolkit: Vicarious Trauma Toolkit Introduction." Office for Victims of Crime. 2020. Acessado em 18 de maio de 2020. <https://vtt.ovc.ojp.gov/>.

SOBRE O ESCRITÓRIO DE ASSISTÊNCIA À JUSTIÇA

O **Escritório de Assistência à Justiça (BJA)** ajuda a tornar as comunidades americanas mais seguras ao fortalecer o sistema de justiça criminal do país: Os subsídios, treinamento e assistência técnica do BJA e serviços de desenvolvimento de políticas fornecem às organizações de jurisdições governamentais (estaduais, organizações locais, tribais e territoriais) e públicas e privadas as ferramentas de ponta e as melhores práticas de que precisam para apoiar a aplicação da lei, reduzir o crime violento e relacionado às drogas e combater a vitimização.

O BJA é um componente dos Programas do Departamento de Justiça do Departamento de Justiça dos EUA, que também inclui o Escritório de Estatísticas de Justiça, Instituto Nacional de Justiça, Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência, Escritório para Vítimas de Crimes e Escritório de Sentenças, Monitoramento, Apreensão, Registro de Criminosos Sexuais, e Rastreamento.

Missão do BJA

O BJA fornece liderança e serviços na administração de subsídios e desenvolvimento de políticas de justiça criminal para apoiar a aplicação da lei local, estadual e tribal na busca por construir comunidades mais seguras. O BJA apoia programas e iniciativas nas áreas de aplicação da lei, compartilhamento de informações sobre justiça, combate ao terrorismo, administração de criminosos, combate ao crime e abuso de drogas, julgamento, promoção da justiça tribal, prevenção do crime, proteção de populações vulneráveis e capacitação. Os seguintes princípios orientam o trabalho do BJA no campo:

- **ENFATIZAR** o controle local.
- **CONSTRUIR** relacionamentos no campo.
- **PROVIDENCIAR** treinamento e assistência técnica em apoio aos esforços para prevenir o crime, o abuso de drogas e a violência nos níveis nacional, estadual e local.
- **DESENVOLVER** colaborações e parcerias.
- **PROMOVER** capacitação por meio de planejamento.
- **SIMPLIFICAR** a administração de subsídios.
- **AUMENTAR** o treinamento e assistência técnica.
- **CRIAR** responsabilização por projetos.
- **ENCORAJAR** a inovação.
- **COMUNICAR** o valor dos esforços de justiça para os tomadores de decisão em todos os níveis.

Para aprender mais sobre o BJA, visite www.bja.gov, ou nos siga no Facebook (www.facebook.com/DOJBJA) e Twitter ([@DOJBJA](https://twitter.com/DOJBJA)). O BJA faz parte dos Programas do Escritório de Justiça do Departamento de Justiça.

SOBRE A IACP

A **Associação Internacional de Chefes de Polícia (IACP)** é a maior e mais influente associação profissional de líderes policiais do mundo. Com mais de 30.000 membros em mais de 165 países, a IACP é líder reconhecida no policiamento global. Desde 1893, a associação tem falado em nome dos agentes de aplicação da lei promovendo o avanço da liderança e profissionalismo no policiamento em todo o mundo.

A IACP é conhecida por seu compromisso em moldar o futuro da profissão policial. Por meio de pesquisas oportunas, programação e oportunidades de treinamento incomparáveis, a IACP está preparando os líderes policiais atuais e emergentes - e as agências e comunidades que eles atendem - para ter sucesso na abordagem das questões, ameaças e desafios mais urgentes do dia.

A IACP é uma organização sem fins lucrativos 501c (3) com sede em Alexandria, Virgínia. A IACP é editora da revista *The Police Chief*, o principal periódico para líderes de agências de aplicação da lei, e é a anfitriã da IACP Annual Conference, a maior exposição educacional e de tecnologia da polícia do mundo. A participação como sócio da IACP está aberta a profissionais de segurança pública de todas as categorias, bem como a líderes não juramentados em todo o sistema de justiça criminal. Saiba mais sobre a IACP em www.theIACP.org.



SOBRE O EDUCATION DEVELOPMENT CENTER (CENTRO DE DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL)

O **Centro de Desenvolvimento Educacional (EDC)** é uma organização global sem fins lucrativos que desenvolve soluções duradouras para melhorar a educação, promover a saúde e expandir as oportunidades econômicas. Desde 1958, o EDC é líder na concepção, implementação e avaliação de programas poderosos e inovadores em mais de 80 países em todo o mundo. Com experiência em áreas como prevenção do suicídio, desenvolvimento na primeira infância e aprendizagem e desenvolvimento da força de trabalho jovem, o EDC colabora com parceiros públicos e privados para criar, entregar e avaliar programas, serviços e produtos. Este trabalho inclui:

- **CRIAÇÃO** de recursos como currículos, kits de ferramentas e cursos online que oferecem experiências de aprendizagem envolventes
- **CONDUÇÃO** de avaliações formativas e sumativas de iniciativas
- **APLICAÇÃO** de experiência em capacitação, desenvolvimento profissional e treinamento e assistência técnica
- **FORNECIMENTO** de assessoria política, documentos de informação e pesquisa e análise
- **CONDUÇÃO** de estudos qualitativos e quantitativos para informar nossos programas e avaliar seu impacto

Por décadas, o EDC ofereceu apoio e recursos baseados em evidências para prevenir e enfrentar a violência, o suicídio e o trauma nos Estados Unidos e no mundo. O EDC abriga vários centros e institutos líderes focados

na prevenção do suicídio, incluindo a Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio, o Centro de Recursos para Prevenção do Suicídio e o Instituto Suicídio Zero. Com base nessa experiência, o EDC lidera iniciativas e consulta com agências e departamentos de segurança pública nacionais e locais no exame das questões complexas subjacentes ao suicídio entre as forças de trabalho de segurança pública, identificando ameaças e projetando soluções

proativas e abrangentes. O EDC traz ampla experiência em desenvolvimento de programa, habilidades de pesquisa quantitativa e qualitativa e experiência em treinamento e desenvolvimento de currículo, bem como especialização em conteúdo em prevenção de suicídio, prevenção de violência, abordagens informadas sobre traumas e uso de substâncias. Saiba mais sobre o EDC em www.edc.org.

SOBRE A ALIANÇA DE AÇÃO NACIONAL PARA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO (NATIONAL ACTION ALLIANCE FOR SUICIDE PREVENTION)

A **Aliança de Ação Nacional para Prevenção do Suicídio (Action Alliance)** é a parceria público-privada que trabalha para promover a Estratégia Nacional de Prevenção do Suicídio e fazer da prevenção do suicídio uma prioridade nacional. O Departamento de Abuso de Substâncias e Serviços de Saúde Mental fornece financiamento para o EDC operar e gerenciar o Secretariado da Action Alliance, que foi lançado em 2010. Saiba mais em theactionalliance.org e participe da conversa sobre prevenção de suicídio seguindo a Action Alliance no Facebook, Twitter, LinkedIn e YouTube.

Este projeto foi apoiado pelo Fundo nº 2018-DP-BX-K001 concedido pelo Bureau of Justice Assistance (Escritório de Assistência à Justiça). O Escritório de Assistência à Justiça é um componente dos Programas do Escritório de Justiça do Departamento de Justiça, que também inclui o Escritório de Estatísticas da Justiça, o Instituto Nacional de Justiça, o Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção de Delinquência, o Escritório para Vítimas de Crime e o Escritório SMART. Os pontos de vista ou opiniões contidos neste documento são de responsabilidade do autor e não representam necessariamente a posição oficial ou as políticas do Departamento de Justiça dos Estados Unidos.



PÓS-SUICÍDIO NA POLÍCIA

Um guia para agências de aplicação da lei



A trágica morte de um policial por suicídio costuma ser um choque e requer as próximas etapas imediatas para apoiar o departamento, a família e os entes queridos enquanto processam e lidam com o impacto. Pode ser uma experiência avassaladora e o nível executivo e a equipe de comando podem ter dificuldade em determinar como responder de forma adequada sem acesso a

pesquisas robustas baseadas em evidências para ajudar a orientar seus esforços. Este recurso descreve a aplicação das melhores práticas na prevenção do suicídio para orientar os esforços de resposta da agência, incluindo ações a serem tomadas imediatamente após uma baixa por suicídio, bem como suporte e serviços a serem considerados ao longo do tempo.

O QUE É POSVENÇÃO?

A posvenção é a resposta organizada às consequências de um suicídio. Uma resposta de posvenção abrangente ajuda a abordar os fatores complexos após a morte de um membro da polícia por suicídio com o objetivo de fornecer apoio efetivo e compassivo, promover a cura e reduzir o risco de pensamento e comportamento suicida para as pessoas afetadas.

Este documento fornece orientação para as agências policiais na resposta à morte por suicídio de um policial, com considerações em várias áreas principais.

Os principais componentes incluem:

- Protocolos que tratam das políticas funerárias
- Notificação da família, agência e comunidade
- Treinamento
- Comunicação, incluindo relações com a mídia
- Aconselhamento pós-incidente e ações de conscientização de saúde mental em toda a agência

Implementar uma resposta de posvenção abrangente é um componente crítico da prevenção. Na posvenção,

há uma necessidade imediata que deve ser atendida (ou seja, apoiar outros policiais durante a crise), mas também evitar mais suicídios e promover saúde mental positiva para todos os funcionários. A perda por suicídio deixa um efeito cascata que, se não mitigado, pode levar a um aumento do risco e possíveis perdas adicionais. Muitas agências policiais experimentaram suicídios adicionais logo após a ocorrência do primeiro, uma ocorrência conhecida como suicídio por contágio.^{1, 2, 3} Um objetivo principal da posvenção é minimizar o contágio e fornecer uma oportunidade de construir uma base para uma saúde mental mais forte e cultura de bem-estar. Após uma perda por suicídio, deve haver uma resposta trifásica que primeiro estabiliza a unidade, família e pares; em seguida, integra uma jornada de luto saudável; e, finalmente, oferece a oportunidade de dar sentido ao evento.⁴ Para saber mais sobre como a posvenção se encaixa nos esforços holísticos de prevenção do suicídio em uma agência policial, leia a Estrutura Abrangente para a Prevenção do Suicídio na Força Policial, um recurso criado por meio do Consórcio Nacional sobre Prevenção do Suicídio na Força Policial.

Quem são os principais públicos a serem enfocados durante os esforços de posvenção?

Os esforços de posvenção devem se dirigir a todos os membros da agência, desde os novos recrutas até a liderança da agência. As agências policiais são compostas por indivíduos que compartilham o vínculo comum de comprometer suas vidas para proteger e servir. Esse vínculo pode criar um verdadeiro sentimento de família que pode resultar em luto real, mesmo entre aqueles que não conheceram pessoalmente o falecido.⁵

Aqueles que atenderam à morte por suicídio também devem ser cuidadosamente considerados nos esforços de posvenção. Os policiais que responderam à morte por suicídio podem ter

um momento difícil de recuperação porque eles não apenas perderam um colega, mas também se engajaram ativamente nos esforços de resposta. Há uma ampla gama de indivíduos que podem estar envolvidos no atendimento, incluindo, mas não se limitando a: departamento de despacho e agentes envolvidos na resposta à chamada inicial; pessoas que procuraram ou encontraram o falecido; qualquer pessoa envolvida na investigação da morte e no processamento da cena; aqueles que tinham que comunicar a notícia da morte para a família e amigos do falecido; e aqueles que



estavam dando suporte ao falecido durante um período difícil imediatamente anterior à sua morte. Se membros de outras agências estiverem envolvidos na resposta (como departamento de despacho 911, bombeiros e serviços médicos de emergência e o médico legista/forense), considere incluí-los nas atividades de posvenção da agência. Os supervisores diretos do falecido também devem ser especificamente apoiados nos esforços de posvenção.

Indivíduos que veem uma parte de si mesmos ou sua situação na pessoa que morreu por suicídio podem ter um risco maior de suicídio.

Por exemplo, um policial que recentemente compartilhou notícias de sua orientação sexual com colegas pode ter mais dificuldade em se curar se o indivíduo que morreu por suicídio também se manifestou recentemente. Da mesma forma, os indivíduos que lidam com

uma separação conjugal podem estar particularmente vulneráveis se o cônjuge do falecido estava em processo de pedido de divórcio. Além daqueles nessas categorias de risco mais alto, é importante que a liderança, suporte de pares, profissionais de saúde mental, capelães e membros da família ajudem a identificar qualquer indivíduo que possa precisar de apoio adicional.

Além de fornecer apoio aos colaboradores da agência, é importante garantir que o apoio posvenção seja fornecido a qualquer pessoa que o falecido possa ter identificado como família, independentemente de sangue ou laços legais. As circunstâncias de cada pessoa são diferentes e há uma infinidade de razões pelas quais uma pessoa pode considerar alguém da família que normalmente não é visto como tal.

O que são atividades importantes de posvenção?

A posvenção deve incluir uma abordagem abrangente para garantir que os apoios necessários estejam disponíveis em todos os níveis e áreas das agências policiais. Além de garantir a disponibilidade de serviços de saúde mental apropriados, deve haver um conjunto coordenado de elementos que incluem políticas, procedimentos, treinamento, planos de comunicação, funções, suporte de pares e apoio familiar, bem como apoio individual e em grupo. O ideal é que cada peça seja planejada antes de precisar ser implementada.

POLÍTICA

Para evitar estigmatizar ou exaltar o suicídio, as respostas organizacionais à morte de um policial por suicídio devem ser consistentes com aquelas para qualquer outra morte.⁷ No entanto, algumas políticas específicas de morte por suicídio que devem estar em vigor incluem:

- Como e quando examinar policiais em termos de problemas de saúde mental e ideações suicidas
- Os parâmetros em torno do suporte apropriado para ser fornecido por colegas, uma equipe de apoio à família e um plano de assistência ao colaborador.
- Como os funerais e memoriais serão tratados em consulta com as famílias do policial.
- Como a comunicação dentro e fora do departamento será gerenciada
- Os planos de entrega de treinamento baseado em evidências sobre resiliência e/ou reconhecimento de sinais de alerta.

As agências devem se lembrar que uma boa resposta posvenção também serve como prevenção, portanto, esta é uma oportunidade de garantir que cada membro receba o suporte necessário e apropriado.⁸

RESPOSTA DE LIDERANÇA E COMUNICAÇÃO

As agências devem estar cientes de que o conteúdo e o tom das informações compartilhadas pelos colaboradores de comunicação para aqueles dentro e fora da agência podem impactar os esforços de posvenção bem-sucedidos.⁹ É fundamental para a liderança da agência comunicar-se rápida e repetidamente de uma forma que reconheça a vida perdida e oferecendo apoio àqueles que podem estar passando por dificuldades, incluindo policiais ativamente investidos na atividade, colaboradores da agência e membros da família. Mensagens de esperança e que apoiam a habilidade de enfrentar tempos difíceis, tanto individualmente quanto juntos, são importantes. A liderança também deve considerar compartilhar histórias e experiências ao longo de sua carreira, quando eles podem ter sofrido também, e como eles foram capazes de crescer com essas experiências.¹⁰

Uma nota importante sobre comunicação. Ao comunicar interna e externamente sobre uma perda por suicídio, as agências devem considerar o nível de informação que normalmente seria compartilhada em uma morte que não por suicídio. As informações compartilhadas devem ser semelhantes e tão consistentes quanto possível ao longo do tempo. Depois de uma perda por suicídio, pode ser útil permitir a discussão sobre por que as pessoas morrem por suicídio, contando com especialistas em posvenção de suicídio, profissionais de saúde mental e teorias sólidas para informar as comunicações e abster-se de fornecer atribuições excessivamente simplificadas ou silenciamento do processamento que pode ocorrer durante o luto. As mensagens não devem simplificar demais a causa do suicídio, pois o suicídio é uma questão complexa.¹¹ As agências devem evitar o compartilhamento de informações de uma forma que pareça comunicar que a morte por um suicídio foi atribuída a um único motivo (por exemplo, dificuldades financeiras, questões legais, exposição a uma situação traumática).^{12, 13}

Os colaboradores da agência que trabalham com a comunidade e se comunicam com a mídia devem revisar as [Diretrizes nacionais para Relatos de Suicídio e a Estrutura da Action Alliance para mensagens bem-sucedidas](#). Essas diretrizes foram elaboradas para diminuir o impacto que o relato de mortes por suicídio poderia ter no contágio dentro de uma comunidade e reforçar os componentes de mensagens bem-sucedidas. As agências devem usar essas diretrizes para informar os pontos de discussão e compartilhar as diretrizes com os repórteres. Além disso, as agências podem consultar o recurso de mensagens e comunicação localizado neste kit de ferramentas para obter orientação detalhada. Um recurso adicional relacionado à comunicação formal é [Não é a sua função dar a notícia em primeira mão](#). Embora isso seja específico para uma morte no cumprimento do dever, os princípios se aplicam também por uma morte por suicídio.

EQUIPES DE POSVENÇÃO DE SUICÍDIO

Devido aos diversos componentes das atividades de posvenção, recomenda-se que as agências policiais identifiquem e designem membros de uma equipe de posvenção que terão a tarefa coletiva de coordenar e implementar os esforços de posvenção da agência. Aqueles que atuam na equipe de posvenção devem ter treinamento adicional sobre suicídio, além de uma compreensão dos padrões exigidos pela agência e devem incluir oficiais de diversas patentes para permitir que a equipe entenda a dinâmica e as necessidades de todas as patentes. Esta equipe deve incluir informações públicas da agência ou agentes de assuntos públicos ou assessoria de imprensa porque a comunicação e as mensagens são peças de posvenção extremamente importantes. Recomenda-se uma abordagem holística no desenvolvimento de equipes de posvenção suicida, incluindo capelães, suporte de pares, apoio familiar e especialistas em posvenção e resposta a crises.

TREINAMENTO

Após a ocorrência de uma morte, os policiais têm um papel importante em vigiar os sinais de que um colega pode estar lutando mais do que outros ou pode estar em risco de suicídio.¹⁴ Treinamento em resiliência, desenvolvimento de habilidades de enfrentamento saudáveis e maneiras de lidar com o estresse também devem ser fornecidos regularmente aos membros da agência e, conforme apropriado, após o suicídio de um policial.

Além de treinar todo o pessoal da polícia, o treinamento sobre a identificação e resposta a sinais de risco de suicídio deve ser fornecido aos membros da equipe de posvenção, incluindo capelães e representantes da família. Este treinamento deve ser fornecido antes de qualquer evento crítico ou perda por suicídio. Treinamento sobre prevenção de suicídio, incluindo treinamento de atualização, se considerado apropriado, deve ser realizada em um momento apropriado. É importante trabalhar com as pessoas afetadas e abordar o apoio de posvenção e o luto antes de tentar conduzir o treinamento sobre a prevenção do suicídio.

SUPOORTE DE PARES.

Colegas e pares costumam ser os mais confiáveis de todos os grupos nos quais um policial pode buscar ajuda. Portanto, as agências também devem desenvolver e instituir unidades / equipes de suporte de pares. Essas equipes existem principalmente para apoiar outros policiais em tempos difíceis e para ajudar a facilitar o acesso de um indivíduo a serviços e suporte, incluindo um programa de assistência ao colaborador de uma agência. Alguns policiais podem não se sentir confortáveis com os recursos de saúde mental fornecidos pelo departamento e, portanto, a disponibilidade de uma unidade de suporte de pares pode se tornar essencial.¹⁵ Os indivíduos selecionados para fazer parte desta equipe devem receber treinamento aprimorado de médicos de saúde mental sobre as habilidades padrão necessárias para oferecer suporte emocional de maneira eficaz em tempos difíceis. Este treinamento deve incluir habilidades de escuta ativa; técnicas de intervenção em crise; informações detalhadas sobre o risco de suicídio e fatores de proteção; e informações sobre trauma vicário, cuidados informados sobre trauma e estratégias para autocuidado. Membros de suporte de pares também devem receber treinamento sobre o programa de assistência ao funcionário da agência e quando testes, como uma avaliação de aptidão para tarefas, podem ser necessários.¹⁶ Esta avaliação às vezes pode servir como uma forte barreira e impedimento para os membros que recebem a terapia necessária ou outros serviços de saúde mental. A liderança da agência e a equipe de suporte de pares devem considerar maneiras de dissipar mitos e reduzir o estigma sobre o acesso aos serviços de saúde mental, especialmente durante os esforços de posvenção.

Leia mais sobre o papel do suporte de pares nos esforços de prevenção do suicídio em *suporte De Pares Como Uma Ferramenta Poderosa Na Prevenção Do Suicídio Policial*, um recurso produzido pelo Consórcio Nacional sobre Prevenção do Suicídio na Força Policial.

APOIO DA FAMÍLIA

As agências devem desenvolver e instituir uma equipe de apoio à família composta por oficiais designados para fornecer principalmente apoio aos membros sobreviventes da família, embora também possam apoiar membros da família de qualquer policial. Este grupo de apoio familiar pode ser especialmente útil imediatamente após a ocorrência de uma morte por suicídio, durante o funeral e depois. Sempre que possível, o acesso à equipe deve permanecer aberto para indivíduos impactados por morte. No mínimo, os sobreviventes devem ter acesso à equipe até o primeiro aniversário da morte, pois os aniversários às vezes desencadeiam desafios significativos para a saúde mental.¹⁷ Os serviços de apoio prático e emocional devem ser fornecidos pela equipe de apoio à família.¹⁸ Os membros da equipe podem: acompanhar os membros da família nas sessões de planejamento do funeral; servir como coordenador e elemento de ligação entre a agência e a família sobrevivente; ajudar a facilitar o acesso a quaisquer



benefícios ou serviços da agência disponíveis; e fornecer suporte emocional. É muito importante que as famílias e outros policiais possam compartilhar e honrar a vida de um policial falecido, comemorando como o oficial viveu, serviu e se sacrificou, sem enfatizar demais a causa da morte. A abordagem das famílias com este conceito em mente ajudará as famílias a permanecerem conectadas à corporação, a sentirem-se apoiadas e a seguir em frente de maneira saudável.

- Os membros da equipe de suporte familiar devem receber treinamento aprimorado nas habilidades padrão necessárias para oferecer suporte emocional durante um período de crise. Este treinamento deve incluir habilidades de escuta ativa; técnicas de intervenção em crise; informações detalhadas sobre o risco de suicídio e fatores de proteção; e informações sobre trauma vicário, cuidados informados sobre trauma e estratégias para o autocuidado. Não se espera que os membros da equipe de apoio à família sejam médicos, mas deveriam ser equipados com as habilidades para fornecer primeiros socorros psicológicos¹⁹ e o conhecimento dos recursos existentes que podem ser úteis para os membros sobreviventes da família.
- Todos os membros da família dos responsáveis pela aplicação da lei devem ter acesso à equipe de apoio à família. Depois que ocorre uma morte por suicídio, a equipe de apoio à família pode entrar em contato com os familiares imediatos do pessoal da agência para garantir que eles estejam cientes da morte e estejam familiarizados com os sinais de alerta de suicídio, para que possam estar vigilantes no apoio a seus entes queridos. Traga intencionalidade à forma como os membros da equipe de apoio à família interagem com os filhos menores de idade sobreviventes e inclua isso nas políticas de treinamento e programa, quando apropriado.
- A equipe de apoio à família também pode organizar grupos de apoio com um clínico após a morte por suicídio para fornecer um espaço para os membros da família se conectarem com outras pessoas em situações similares.
- Além disso, a equipe de apoio à família pode entrar em contato com a rede de apoio de policiais impactados por uma morte por suicídio. A equipe de apoio à família pode fornecer recursos e orientação sobre quais ações os membros da família podem tomar se estiverem preocupados com um ente amado.

SUORTE À SAÚDE MENTAL E DE PESAR

As agências policiais devem fornecer apoio individual e em grupo imediatamente após um suicídio. A divulgação individual deve ser realizada para qualquer pessoa pessoalmente afetada pela perda, seja diretamente ou aqueles que possam se identificar com o policial que morreu por suicídio. Ative uma rede de líderes e defensores que têm as interações mais frequentes com os policiais para identificar os policiais que podem estar lutando ou lidando com fatores estressores em suas vidas

estressores (por exemplo, trabalho de escritório, divórcio, perda de visitas de filhos, dificuldades financeiras, preocupações relacionadas à pandemia etc.) e contate os policiais individualmente quando eles parecem estar enfrentando dificuldades.

- Capacitar líderes (unidade/turno/distrito) com recursos específicos para conectar um policial com quem eles estão preocupados com um especialista de suporte de pares, capelão ou profissional de saúde mental engajado em uma forma individualizada que é apropriada para o oficial e situação específicos. Os líderes devem informar ao oficial que esses apoios estão sendo fornecidos para garantir transparência e confiança ao conectar o indivíduo aos recursos.
- Reúna-se com pessoas em pequenos grupos na unidade ou nível de turno, dependendo do tamanho da agência. Os grupos devem ser criados de acordo com os sistemas ou agrupamentos naturais de apoio dos membros.²⁰ Essas reuniões do grupo de apoio devem começar imediatamente após uma morte por suicídio, especialmente com aqueles do departamento que foram pessoalmente afetados. Traga um provedor de EAP ou profissional de saúde mental facilitar. Pode ser de suporte para um profissional de saúde mental e um capelão para colaborar na liderança de grupos de apoio ao luto. Foco na abertura linhas de comunicação e onde obter suporte. Incentive as pessoas a conversarem com seus colegas, líderes, capelães, profissionais de saúde e saúde mental, ou outros recursos confidenciais de crise e fornecer acomodações conforme necessário para facilitar esta comunicação.

AUTÓPSIAS PSICOLÓGICAS

Quando alguém morre por suicídio, os sobreviventes muitas vezes ficam se perguntando por que e se havia sinais de risco de suicídio antes de sua morte. A autópsia psicológica é uma ferramenta usada por profissionais treinados e certificados que busca compreender as circunstâncias e fatores que podem ter desempenhado um papel na morte por suicídio.²¹ Os especialistas em autópsias psicológicas devem conduzir essas investigações.²² Esse tipo de investigação geralmente é realizada pelo médico legista ou pelo médico forense e envolve a verificação de registros, o exame de comunicações e a realização de entrevistas com os principais atores da vida do falecido. É uma ferramenta abrangente que pode fornecer algumas dicas sobre o que contribuiu para uma morte por suicídio e pode, dependendo sobre os resultados, ajuda as agências a identificar melhor as estratégias de prevenção do suicídio e aqueles que podem estar em risco no futuro.

Quando os esforços de posvenção devem começar e terminar?

Embora respostas robustas de posvenção devam começar imediatamente após a descoberta de uma possível morte por suicídio, a criação de planos e políticas de posvenção de uma agência deve ocorrer bem antes de as respostas serem necessárias.²³ Se a forma de morte não pode ser facilmente determinada, as agências devem aguardar qualquer comunicação sobre o suicídio, mas devem começar a compartilhar recursos, reunindo-se individualmente com subordinados diretos e reunindo pequenos grupos para discutir o impacto da perda e fornecer apoio aos enlutados.

- Considere oferecer oportunidades de conexão e encontros sociais (por exemplo, cartas, jogos, esportes) ao longo dos próximos meses que reúna os policiais da ativa e aqueles que estão prestes a se aposentar, aqueles que deixaram recentemente o departamento e aposentados de longa data para construir coesão e pertencimento. Essas reuniões também podem ser uma oportunidade para identificar aqueles que podem estar passando por dificuldades.
- Compartilhe histórias de recuperação quando for apropriado, de acordo com as considerações específicas e o contexto da agência. Certifique-se de que a conversa seja iniciada, mas não desapareça. Este apoio e outros esforços de extensão devem continuar por pelo menos 90 dias após a morte.²⁴ Consulte o documento *Mensagens Sobre A Prevenção Do Suicídio Na Força Policial* para obter orientação sobre como compartilhar histórias de recuperação e mensagens com segurança para o pessoal da agência.

- As atividades de posvenção podem precisar continuar por até um ano ou até mais, pois não há um período de tempo prescrito. A velocidade de recuperação e cura será diferente para cada agência, dependendo da dinâmica da morte do policial, até que ponto os outros foram diretamente expostos ao trauma, a disponibilidade de médicos de saúde mental e muitos outros fatores. Provavelmente ficará aparente quando as atividades de posvenção devem diminuir, como quando os indivíduos param de frequentar grupos de apoio ou menos pessoas são encaminhadas para serviços de saúde mental ou para avaliações. É útil consultar profissionais de saúde mental, capelães e outras pessoas que fizeram parte da resposta de posvenção sobre quando e como interromper o apoio de posvenção. Só porque uma agência interrompe as atividades de posvenção não significa que esses esforços nunca precisarão ser implementados novamente. Agências devem estar preparadas reengajar esforços conforme ocorram acontecimentos que possam aumentar os sentimentos de tristeza, raiva ou medo experimentados pelos membros (por exemplo, a ocorrência de suicídio bem divulgado, morte de uma celebridade reconhecida).²⁵ As agências podem obter feedback, tanto formal quanto informalmente, para avaliar e informar esforços de posvenção aplicando as informações recebidas para melhorar as práticas e políticas.

Especialistas de Posvenção de Suicídio

Dada a complexidade da posvenção, especialistas em prevenção e posvenção do suicídio estão disponíveis para fornecer consultoria e suporte. Essa experiência pode ser essencial na aplicação das melhores práticas e lições aprendidas. Recursos como o Consórcio Nacional sobre a Prevenção do Suicídio na Força Policial ilustram claramente a capacidade das parcerias de promover resultados positivos de maneira significativa para a segurança e o bem-estar das autoridades policiais.

As agências devem aproveitar ao máximo os recursos disponíveis para eles por meio de entidades locais, estaduais e federais para incluir departamentos de saúde, departamentos de justiça e muito mais. As agências também podem considerar a contratação de um profissional de saúde comportamental licenciado para orientar seus esforços de posvenção. Esses profissionais devem ser bem versados e experientes em psicologia policial e esforços de posvenção de suicídio.



Conclusão

Os líderes das agência de aplicação da lei têm a capacidade de mudar a cultura, as políticas e as práticas das agências para salvar a vida de seus policiais e colaboradores. Os chefes e o estado-maior de comando devem compartilhar estratégias entre si e consultar especialistas externos, quando necessário, que aprimorem o conhecimento departamental existente e as melhores práticas de abordagens de posvenção. Conforme demonstrado por muitas outras iniciativas de prevenção de suicídio lideradas por liderança em nível de sistema, o compromisso e a dedicação das agências policiais que aplicam a posvenção abrangente do suicídio resultarão em melhor bem-estar, maior coesão, maior produtividade e vidas de oficiais salvas.

Recursos

1. [American Foundation for Suicide Prevention](#) (AFSP). O AFSP se dedica a salvar vidas e levar esperança às pessoas afetadas pelo suicídio por meio de educação, pesquisa e defesa de direitos. Compêndio [do AFSP de recursos de posvenção para ajudar OS sobreviventes da perda por suicídio](#)
2. [Blue H.E.L.P.](#) É a missão da Blue H.E.L.P. reduzir o estigma da saúde mental, reconhecer o serviço e o sacrifício dos policiais que perdemos para o suicídio, auxiliar os policiais em sua busca pela cura e conscientizar sobre o suicídio e as questões de saúde mental.
3. [Concerns of Police Survivors](#) (C.O.P.S.). O C.O.P.S. fornece recursos para as famílias e colegas de trabalho dos policiais que morreram no cumprimento do dever para ajudá-los a reconstruir suas vidas destruídas."
4. [National Action Alliance for Suicide Prevention](#) (Action Alliance) no Centro de Desenvolvimento da Educação. A Action Alliance é a parceria público-privada do país para a prevenção do suicídio.
5. [Diretrizes Nacionais para Relato de Suicídio](#). Desenvolvido por uma coalizão de mais de 20 organizações que representam agências governamentais, organizações sem fins lucrativos e universidades líderes, essas diretrizes fornecem uma breve ficha informativa baseada em evidências, destacando o que fazer e o que não fazer criticamente importantes ao relatar ou escrever sobre suicídio.
6. [Guia de um gerente para a posvenção de suicídio no Ambiente de trabalho](#): 10 etapas de ação para lidar com as consequências de um suicídio.
7. [The Way Forward \(Caminho a seguir\): caminhos para ajudar, recuperação e bem-estar com percepções da experiência vivida](#).
8. | [Suicide Prevention Resource Center](#) | Centro de Recursos para Prevenção de Suicídios. O SPRC se dedica a fazer avançar a implementação da Estratégia Nacional para a Prevenção do Suicídio e fornece consultoria, treinamento e recursos para aumentar os esforços de prevenção do suicídio em estados, sistemas de saúde e organizações que atendem populações em risco de suicídio
9. [Tragedy Assistance Program for Survivors](#) (Programa de assistência à tragédia para sobreviventes)(TAPS). Os TAPS fornecem conforto, cuidado e recursos para todos aqueles que sofrem com a morte de um ente querido militar. TAPS fornece uma variedade de programas para o país dos sobreviventes e no mundo todo.
10. [Unindo-se para a posvenção de suicídio](#). Mental Illness Research Education Clinical, Centers of Excellence (MIRECC, CoE) estuda o suicídio com o objetivo de reduzir a ideação e os comportamentos suicidas na população de veteranos.

Referências

- 1 Chapman, Ben. "NYPD Turns to Other Departments for Help After Series of Suicides." *The Wall Street Journal*. Dow Jones & Company, July 1, 2019.. <https://www.wsj.com/articles/nypd-turns-to-other-departments-for-help-after-series-of-suicides-11562008649..>
- 2 Ortiz, Erik. "Chicago's Cluster of Police Suicides Raises Alarms: 'The Heroes Need Saving, Too'." *NBC News.com*. NBC Universal News Group, January 5, 2019. <https://www.nbcnews.com/news/us-news/chicago-s-cluster-policesuicides-raises-alarms-heroes-need-saving-n954386..>
- 3 ""Crisis Management in the Event of a Suicide: A Postvention Toolkit for Employers." *Business in the Community*, March 2017. <https://www.bitc.org.uk/wp-content/uploads/2019/10/bitc-wellbeing-toolkit-suicidepostventioncrisismanagement-mar2017.pdf>.
- 4 "TAPS Suicide Postvention Model." TAPS Tragedy Assistance Program for Survivors, Inc. posvenção. Acessado em 8 de maio de 2020. <https://www.taps.org/suicide-postvention-model>.
- 5 Jordan, John R. "Postvention Is Prevention—The Case for Suicide Postvention." *Death Studies* 41, no. 10 (2017): 614–21. <https://doi.org/10.1080/07481187.2017.1335544>.
- 6 Andriessen, Karl, and Karolina Kryszynska. "Essential Questions on Suicide Bereavement and Postvention." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 9, no. 1 (2011): 24–32. <https://doi.org/10.3390/ijerph9010024>.
- 7 Business in the Community. "Crisis management in the event of a suicide.".
- 8 Campbell, Frank. "Postvention is Prevention." *LOSSteam Postvention Training — Postvention as Prevention*. Acessado em 13 de maio de 2020. <http://www.lossteam.com/postventionisprevention.php>.
- 9 Carson J Spencer Foundation, Crisis Care Network, National Action Alliance for Suicide Prevention, and American Association of Suicidology. "A Manager's Guide to Suicide Postvention in the Workplace: 10 Action Steps for Dealing with the Aftermath of Suicide." (2013).
- 10 Business in the Community. "Crisis management in the event of a suicide."
- 11 "Recommendations for Reporting on Suicide." *Reporting on Suicide*. . Acessado em 7 de abril de 2020. <https://reportingonsuicide.org/recommendations/#dodonts>
- 12 "Action Alliance Framework for Successful Messaging." *Action Alliance Framework for Successful Messaging*, 2014 . <http://SuicidePreventionMessaging.org/>.
- 13 Maple, Myfanwy, Vita Poštuvan, and Sharon McDonnell. "Progress in Postvention." *Crisis* 40, no 6 (2019): 379-382 . <https://econtent.hogrefe.com/doi/full/10.1027/0227-5910/a000620>.
- 14 Carson J Spencer Foundation. "A manager's guide to suicide postvention in the workplace: 10 action steps for dealing with the aftermath of suicide. posvenção."
- 15 Brian L. Mishara and Normand Martin, "Effects of a Comprehensive Police Suicide Prevention Program," *Crisis* 33, no. 3 (January 2012): 162-168. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000125> .
- 16 International Association of Chiefs of Police, Police Psychological Services Section. "Psychological Fitness-for-Duty Evaluation Guidelines." (2013). <https://www.theiacp.org/sites/default/files/all/pr/Psych-FitnessforDutyEvaluation.pdf>.
- 17 Jackson, Jeffrey. "SOS: A Handbook for Survivors of Suicide." *American Association of Suicidology*. Washington, DC (2003).). https://suicidology.org/wp-content/uploads/2019/07/SOS_handbook.pdf..
- 18 "Uniting for Suicide Postvention - Getting Started." VA.gov: Veterans Affairs . Acessado em 1 de maio de 2020. https://www.mirecc.va.gov/visn19/postvention/workplace/getting_started.asp.
- 19 What is Psychological First Aid (PFA)? <https://www.apa.org/practice/programs/dmhi/psychological-first-aid/>
- 20 Business in the Community. "Crisis management in the event of a suicide.".
- 21 Conner, Kenneth R., Annette L. Beautrais, David A. Brent, Yeates Conwell, Michael R. Phillips, and Barbara Schneider. "The Next Generation of Psychological Autopsy Studies." *Suicide and Life-Threatening Behavior* 41, no. 6 (March 2011): 594–613. . <https://doi.org/10.1111/j.1943-278x.2011.00057.x>.
- 22 "An Occupational Risk: What Every Police Agency Should Do to Prevent Suicide Among Its Officers." *Police Executive Research Forum*, October 2019 . <https://www.policeforum.org/assets/PreventOfficerSuicide.pdf>.
- 23 Carson J Spencer Foundation. "A manager's guide to suicide postvention in the workplace: 10 action steps for dealing with the aftermath of suicide."
- 24 Business in the Community. "Crisis management in the event of a suicide ."
- 25 Andriessen and Kryszynska. "Essential questions on suicide bereavement and postvention."

Este projeto foi apoiado pelo Fundo nº 2018-DP-BX-K001 concedido pelo Bureau of Justice Assistance (Escritório de Assistência à Justiça). O Escritório de Assistência à Justiça é um componente do Escritório dos Programas de Justiça do Departamento de Justiça, que também inclui o Escritório de Estatísticas da Justiça, o Instituto Nacional de Justiça, o Escritório de Justiça Juvenil e Prevenção de Delinquência, o Escritório para Vítimas de Crime e o Escritório SMART. Os pontos de vista ou opiniões contidos neste documento são de responsabilidade do autor e não representam necessariamente a posição oficial ou as políticas do Departamento de Justiça dos Estados Unidos.