

Em setembro é comemorado o dia mundial de prevenção do suicídio, no dia 10, e também é realizada a campanha de conscientização sobre o tema, o Setembro Amarelo. Se você está passando por um momento difícil, lembre-se: você não está sozinho. Procure por ajuda!

Falar sobre suicídio é doloroso, mas necessário. Permite o acolhimento de quem não está se sentindo bem, assim como proporciona orientação aos interessados em ajudar. De acordo com a última pesquisa realizada pela Organização Mundial da Saúde em 2019, são registrados mais de 700 mil suicídios em todo o mundo. No Brasil, os registros se aproximam a 14 mil casos por ano, ou seja, em média 38 pessoas cometem suicídio por dia. A compreensão sobre a importância de cuidar da saúde mental é fundamental para diminuir o número de casos.

Como procurar ajuda?

Você pode acionar o Centro de Valorização da Vida (CVV), que oferece apoio emocional por meio do telefone 188 ou pelo site [www.cvv.org.br](http://www.cvv.org.br). Ligue para conversar quando precisar e indique para alguém que você perceba com esta necessidade! O CVV atende voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam, sob total sigilo, por telefone, e-mail e chat 24h todos os dias.

Para quem é associado da Cassi, é possível procurar ajuda na CliniCassi mais próxima. Também é possível entrar em contato pela Central Cassi, no número 0800 729 0080, ou no atendimento pelo chat, disponível no site <https://www.cassi.com.br>.

**Fonte:** [Previ](#), em 09.09.2022.