

ENTRE A DOR E O ALÍVIO: ENTENDENDO A AUTOMUTILAÇÃO COMO MECANISMO DE ENFRENTAMENTO

Eric André Martins Rodrigues¹

RESUMO: O artigo "Entre a Dor e o Alívio" aborda a automutilação, não apenas como um ato de dano autoinfligido, mas como um complexo mecanismo de enfrentamento adotado diante de adversidades psicológicas e emocionais. A análise se estende ao estudo das influências sociais, culturais e individuais que moldam esse comportamento, enfatizando a necessidade de abordagens terapêuticas multidisciplinares e centradas no paciente. Além disso, o texto ressalta a importância da compreensão ampla do fenômeno, abordando suas causas subjacentes e promovendo estratégias de intervenção que visam o bem-estar e a resiliência. Através de um olhar inclusivo e interdisciplinar, o estudo propõe ações que substituam a "sombra da dor" pelo "entendimento e cuidado", incentivando uma sociedade mais acolhedora e transformadora.

Palavras-chave: Automutilação. Mecanismo de enfrentamento. Abordagens terapêuticas. Saúde mental. Intervenção multidisciplinar.

ABSTRACT: The article "Between Pain and Relief" addresses self-harm, not merely as an act of self-inflicted damage, but as a complex coping mechanism adopted in the face of psychological and emotional adversities. The analysis extends to the study of social, cultural, and individual influences that shape this behavior, emphasizing the need for multidisciplinary and patient-centered therapeutic approaches. Moreover, the text highlights the importance of a broad understanding of the phenomenon, addressing its underlying causes and promoting intervention strategies aimed at well-being and resilience. Through an inclusive and interdisciplinary perspective, the study proposes actions that replace the "shadow of pain" with "understanding and care," encouraging a more welcoming and transformative society.

877

Keywords: Self-harm. Coping mechanism. Therapeutic approaches. Mental health. Multidisciplinary intervention.

1 INTRODUÇÃO

A automutilação é definida como um ato intencional de causar dano ou lesão ao próprio corpo sem intenção suicida, diferenciando-se de outros comportamentos autodestrutivos que podem incluir tentativas de suicídio (LIMA et al., 2021). Enquanto alguns comportamentos autodestrutivos visam a autodestruição final, a automutilação é frequentemente empregada como um mecanismo disfuncional de gestão de sofrimento psíquico ou emocional, não visando necessariamente a morte.

¹Mestre em Estudos Biológico-Naturistas, Enfermeiro do Centro de Atenção Psicossocial CAPS da Prefeitura de Governador Nunes Freire-MA. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8704-2048>

As manifestações da automutilação variam amplamente, incluindo cortes, queimaduras, arranhões, entre outros, cada qual com suas particularidades e significados para o indivíduo que se automutila (BEZERRA et al., 2023). Esses atos são frequentemente realizados em áreas do corpo que podem ser facilmente ocultadas, indicando uma natureza privada e íntima desses comportamentos.

A prevalência da automutilação é alarmante, especialmente entre grupos vulneráveis, como adolescentes, indicando a necessidade de atenção especializada para esse grupo demográfico (GONÇALVE; AVANCI; NJAINE, 2023). Estudos mostram que fatores como idade, gênero e contexto social influenciam significativamente a incidência de automutilação, sendo crucial entender essas dinâmicas para abordagens preventivas e terapêuticas eficazes.

Além disso, a automutilação é frequentemente acompanhada por outras questões de saúde mental, como transtornos de ansiedade e depressão, sugerindo que a automutilação pode ser um sintoma de problemas psicológicos mais profundos (LIMA et al., 2023). Portanto, é imperativo que os profissionais de saúde considerem o contexto psicológico mais amplo ao abordar a automutilação em pacientes.

Por fim, a intervenção e o apoio adequados são cruciais para indivíduos que se automutilam, sendo essencial abordar não apenas o comportamento em si, mas também as causas subjacentes e os fatores de estresse que levam à automutilação (SILVA et al., 2021). Estratégias terapêuticas eficazes devem ser multidisciplinares e centradas no paciente, visando reduzir a frequência e a gravidade da automutilação e melhorar a qualidade de vida do indivíduo.

"Entre a Dor e o Alívio" propõe uma jornada de compreensão e transformação em relação à automutilação, um fenômeno complexo que atravessa camadas sociais, culturais e individuais. Este artigo almeja desvendar as nuances da automutilação, entendendo-a não apenas como um ato isolado, mas como um mecanismo de enfrentamento diante de adversidades emocionais e psicológicas. Ao explorar os contextos sociais e culturais que moldam esse comportamento e as abordagens terapêuticas existentes, buscamos fomentar um diálogo inclusivo e interdisciplinar que contribua para estratégias de intervenção mais eficazes e empáticas. Nosso objetivo é catalisar ações que ressoem na promoção do bem-estar, na compreensão profunda da dor alheia e no fortalecimento de uma sociedade que acolhe e transforma, substituindo a sombra da dor pela luz do entendimento e do cuidado.

1.1 Automutilação como Mecanismo de Enfrentamento

A automutilação é frequentemente compreendida como uma estratégia de coping, utilizada por indivíduos para lidar com emoções negativas intensas, estresse ou traumas, servindo como uma forma de alívio temporário para o sofrimento psicológico (LIMA et al., 2021).

A relação entre automutilação e regulação emocional é complexa. Indivíduos que se automutilam frequentemente relatam uma incapacidade de gerenciar emoções de maneira saudável, recorrendo à automutilação como um método para aliviar a tensão psicológica ou emocional (BEZERRA et al., 2023).

Diversas teorias psicológicas, incluindo abordagens cognitivas, comportamentais e psicodinâmicas, têm sido empregadas para explicar a automutilação. Essas teorias sugerem que a automutilação pode ser uma manifestação de conflitos internos, tentativas de auto-punição ou uma forma de expressar emoções indizíveis (GONÇALVES et al., 2023).

Estratégias de coping, como a automutilação, são influenciadas pelo contexto sociocultural do indivíduo. Fatores como estigma, isolamento social e falta de acesso a recursos de saúde mental podem exacerbá-las, reforçando a importância de compreender essas práticas dentro de um contexto amplo (LIMA et al., 2023).

É fundamental considerar que, embora a automutilação possa proporcionar um alívio temporário, ela não aborda as causas subjacentes do estresse ou trauma, podendo levar a um ciclo de sofrimento contínuo se não for devidamente tratada (SILVA et al., 2021).

O entendimento da automutilação como mecanismo de enfrentamento exige uma abordagem terapêutica multifacetada, que não só trate as feridas físicas, mas também aborde as questões psicológicas mais profundas, promovendo estratégias de coping mais saudáveis (AMARAL et al., 2021).

A interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais na automutilação destaca a complexidade do comportamento e a necessidade de intervenções que considerem todos esses aspectos (FONTANA FILHO; AGUIAR, 2023).

O impacto das comunidades online na prática da automutilação também é significativo, oferecendo tanto um espaço de identificação e apoio quanto potencialmente incentivando o comportamento através da visibilidade e da normalização (GONÇALVES et al., 2023).

A percepção do corpo e da dor no contexto da automutilação pode variar significativamente, com alguns indivíduos usando a dor física como uma forma de aliviar a dor

emocional ou psicológica, ilustrando a complexa interação entre mente e corpo (VARGAS; ROMERO, 2021).

A intervenção precoce em casos de automutilação é crucial, pois permite a identificação e o tratamento dos problemas subjacentes antes que se tornem mais enraizados e difíceis de tratar, sublinhando a importância do acesso à saúde mental (OLIVEIRA et al., 2023).

A automutilação não é apenas um sinal de sofrimento individual, mas também pode refletir questões sociais mais amplas, como isolamento, estigma e falta de redes de apoio, o que enfatiza a necessidade de uma abordagem comunitária e social na prevenção e tratamento (ARAGÃO et al., 2021).

As abordagens terapêuticas para a automutilação devem ser personalizadas, considerando a singularidade de cada caso e focando em construir estratégias de enfrentamento mais adaptativas e menos destrutivas (DUTRA; MARAN, 2022).

O papel dos profissionais de saúde é crucial na identificação e no tratamento da automutilação, requerendo uma compreensão empática do comportamento e das circunstâncias individuais que levam a tal prática (BONATO et al., 2024).

Ao compreender a automutilação como mecanismo de enfrentamento, torna-se possível desenvolver intervenções que não apenas tratam os sintomas, mas também abordam as causas fundamentais, promovendo uma saúde mental sustentável e resiliência (FABBRINI, 2021).

1.2 Contextos Sociais e Culturais da Automutilação

Os contextos sociais e culturais exercem uma influência significativa na incidência e na percepção da automutilação, refletindo como normas e valores culturais moldam as atitudes em relação a esse comportamento (MOREIRA et al., 2023).

A estigmatização da automutilação pode variar de acordo com o contexto cultural, afetando diretamente o reconhecimento e a busca por ajuda, onde em algumas culturas, a automutilação pode ser mais tabu, dificultando a admissão e o tratamento (BONATO et al., 2024).

Em algumas sociedades, a automutilação pode ser vista como um sinal de fraqueza ou um pedido de atenção, gerando respostas sociais que podem isolar ainda mais o indivíduo (DUTRA; MARAN, 2022).

A representação da automutilação na mídia e em comunidades online pode tanto fornecer suporte quanto reforçar estereótipos negativos, influenciando a forma como indivíduos percebem e se engajam na automutilação (GONÇALVES; AVABCI; NJAINE, 2023).

Diferenças interculturais na prevalência da automutilação refletem como fatores culturais específicos, como a expressão de emoções e a gestão do sofrimento, são entendidos e tratados em diversas sociedades (ARAGÃO et al., 2021).

A abordagem da automutilação em contextos educacionais varia culturalmente, influenciando como educadores e instituições respondem a estudantes que se automutilam (OLIVEIRA et al., 2023).

A influência de grupos sociais e pares é crucial na formação da identidade dos adolescentes, podendo tanto atuar como fatores de risco quanto de proteção no que se refere à automutilação (VARGAS; ROMERO, 2021).

As redes de suporte social, incluindo família, amigos e profissionais de saúde, desempenham um papel crucial na prevenção e no tratamento da automutilação, com variações nas abordagens de acordo com o contexto cultural e social (MOREIRA et al., 2023).

A presença ou ausência de políticas públicas direcionadas ao bem-estar mental e à prevenção da automutilação reflete o valor que diferentes sociedades atribuem à saúde mental e ao cuidado com o indivíduo (BONATO et al., 2024).

Em contextos onde a saúde mental é estigmatizada, indivíduos podem hesitar em buscar ajuda para a automutilação, o que ressalta a importância de desestigmatizar tais questões e promover uma cultura de suporte e compreensão (DUTRA; MARAN, 2022).

A visibilidade da automutilação em diferentes meios de comunicação pode influenciar a percepção pública sobre o tema, alternando entre a sensibilização e a perpetuação de estereótipos negativos (GONÇALVES; AVANCI; NJAINE, 2023).

A compreensão e abordagem da automutilação requerem um olhar atento às influências culturais que moldam as atitudes dos indivíduos e da sociedade em relação a essa prática, destacando a necessidade de intervenções culturalmente sensíveis (ARAGÃO et al., 2021).

O papel das instituições educacionais na identificação e intervenção na automutilação destaca a intersecção entre o ambiente educacional e o bem-estar mental dos estudantes, refletindo diferentes abordagens de acordo com contextos socioculturais (OLIVEIRA et al., 2023).

A influência do contexto familiar na automutilação enfatiza como dinâmicas familiares, comunicação e suporte emocional desempenham papéis cruciais na prevenção e no tratamento dessa prática, com nuances variando entre diferentes culturas e estruturas familiares (VARGAS; ROMERO, 2021).

Eventos culturais e sociais significativos podem impactar a incidência e as formas de automutilação, evidenciando como eventos coletivos se refletem no comportamento individual e na saúde mental da população (BONATO et al., 2024).

A automutilação, em algumas comunidades, pode estar associada a rituais ou práticas culturais, o que requer uma análise cuidadosa para distinguir entre atos culturalmente significativos e aqueles que são expressões de sofrimento psicológico (DUTRA; MARAN, 2022).

Movimentos sociais e campanhas de conscientização desempenham um papel fundamental na mudança de percepções e na redução do estigma associado à automutilação, promovendo uma maior compreensão e apoio aos indivíduos afetados (GONÇALVES; AVANCI; NJAINE, 2023).

As perspectivas de gênero e identidade sexual são cruciais na discussão sobre a automutilação, visto que experiências de discriminação e não aceitação podem influenciar significativamente a prevalência e a natureza da automutilação em grupos marginalizados (ARAGÃO et al., 2021).

A globalização e o acesso a informações por meio da internet têm um papel ambíguo na automutilação, facilitando tanto a disseminação de métodos de prevenção e apoio quanto a propagação de imagens e informações que podem incentivar o comportamento (OLIVEIRA et al., 2023).

A relação entre a automutilação e o contexto socioeconômico evidencia que fatores como pobreza, acesso limitado à educação e à saúde podem influenciar a prevalência e as formas de automutilação em diferentes populações (VARGAS; ROMERO, 2021).

A compreensão da automutilação requer a integração de conhecimentos multidisciplinares, incluindo psicologia, sociologia e antropologia, para abordar as diversas facetas desse comportamento complexo em diferentes contextos culturais e sociais (BONATO et al., 2024).

1.3 Abordagens Terapêuticas para a Automutilação

A automutilação é um comportamento frequentemente observado em indivíduos com Transtorno de Personalidade Borderline (TPB), marcado por uma intensa instabilidade emocional e relacional. Os indivíduos com TPB utilizam a automutilação como uma forma de lidar com emoções avassaladoras, criando uma sensação temporária de alívio diante do sofrimento psíquico intenso. Essa prática pode ser entendida como uma tentativa de autogerenciamento das oscilações emocionais características do transtorno, embora seja uma estratégia prejudicial e contraproducente a longo prazo (ESPOSITO, 2022; MOURA BATISTA et al., 2020).

É crucial reconhecer a automutilação dentro do contexto do TPB como um sinal de alerta que requer atenção clínica imediata e uma abordagem terapêutica especializada. A Terapia Dialética Comportamental (TDC), por exemplo, tem se mostrado eficaz no tratamento de pacientes com TPB, abordando não apenas a automutilação mas também as questões emocionais subjacentes que contribuem para esse comportamento. Portanto, uma compreensão integrada e multidimensional é essencial para abordar adequadamente a automutilação em indivíduos com TPB, buscando estratégias terapêuticas que promovam a regulação emocional e o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento mais saudáveis (ESPOSITO, 2022; MOURA BATISTA et al., 2020).

883

A abordagem terapêutica para a automutilação envolve uma série de intervenções multidisciplinares, dentre as quais a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) se destaca. A TCC ajuda os pacientes a identificar e modificar pensamentos e comportamentos negativos, promovendo estratégias de enfrentamento mais saudáveis (VIEIRA & PUMARIEGA, 2019). Este tipo de terapia proporciona aos indivíduos meios de lidar com emoções intensas de forma mais eficaz, reduzindo a incidência de automutilação.

Por outro lado, a Terapia Dialética Comportamental (TDC) tem mostrado resultados promissores no tratamento de pacientes com forte tendência à automutilação, especialmente aqueles com diagnóstico de Transtorno de Personalidade Borderline (TPB). A TDC integra técnicas de aceitação e mudança, enfatizando a regulação emocional e a tolerância ao estresse (ESPOSITO, 2022). Esse método é particularmente eficaz em criar um equilíbrio entre a aceitação do paciente de suas vulnerabilidades e o encorajamento para mudanças comportamentais positivas.

Além disso, a Terapia Psicodinâmica oferece informações valiosas sobre como experiências passadas influenciam o comportamento atual, incluindo a prática de automutilação. Ao explorar a dinâmica inconsciente, os pacientes podem entender melhor as raízes de seu comportamento autolesivo e desenvolver novas maneiras de lidar com emoções dolorosas (MOURA BATISTA et al., 2020).

A Terapia Familiar também é uma ferramenta importante no tratamento da automutilação, pois frequentemente, os padrões de comportamento autolesivo são influenciados pelo ambiente familiar. Ao trabalhar com famílias, os terapeutas podem ajudar a resolver conflitos e melhorar a comunicação, criando um sistema de apoio mais sólido para o indivíduo (CORREIA, 2021).

No âmbito da medicação, embora não haja um medicamento específico para tratar a automutilação, o uso de psicofármacos pode ser útil para controlar condições subjacentes, como ansiedade ou depressão, que podem contribuir para o comportamento autolesivo (GUIRRA & CAMPOS, 2023). É essencial que a prescrição de medicamentos seja cuidadosamente monitorada e integrada a um plano de tratamento mais amplo.

Os Grupos de Apoio oferecem um espaço seguro para que indivíduos que se automutilam compartilhem suas experiências e estratégias de enfrentamento. O sentimento de pertencimento e compreensão mútua pode ser extremamente benéfico para a recuperação (OLIVEIRA, 2022). Além disso, esses grupos podem proporcionar uma perspectiva alternativa e encorajadora para os participantes.

Intervenções educacionais desempenham um papel crucial na prevenção da automutilação, enfatizando a importância da conscientização sobre saúde mental nas escolas e comunidades. Educar jovens e adultos sobre as causas e os efeitos da automutilação pode levar à detecção precoce e ao tratamento oportuno (FREITAS, 2022).

Em situações de crise, intervenções imediatas são necessárias para garantir a segurança do indivíduo. A hospitalização pode ser necessária em casos de alto risco, e a coordenação com profissionais de saúde mental é vital para criar um plano de tratamento eficaz que aborde tanto a crise imediata quanto as questões de longo prazo (SANTOS et al., 2021).

A adoção de estratégias de intervenção breve pode ser particularmente eficaz em situações de crise, fornecendo suporte imediato para reduzir o risco de automutilação e estabelecendo um plano de ação para intervenções mais prolongadas (MOURA BATISTA et al., 2020).

A compreensão empática por parte dos profissionais de saúde é fundamental para uma intervenção eficaz na automutilação. Entender as emoções e os pensamentos que levam a esse comportamento pode ajudar na criação de estratégias terapêuticas mais personalizadas e efetivas (IZOLAN et al., 2024).

Estudos de caso e pesquisas destacam a necessidade de abordagens individualizadas no tratamento da automutilação. Cada indivíduo possui um conjunto único de circunstâncias e necessidades, o que requer um plano de tratamento adaptado para ser verdadeiramente eficaz (COSTI & REIS, 2022).

A narrativa e a escrita terapêutica têm se mostrado ferramentas poderosas no tratamento da automutilação, permitindo que os pacientes explorem suas emoções, identifiquem gatilhos e reestruturem suas histórias de vida de maneira mais positiva e autocompassiva (WERKHAUSEN & SANTANA, 2023).

O desenvolvimento de habilidades de comunicação e assertividade é fundamental no tratamento da automutilação, ajudando os indivíduos a expressarem suas necessidades e sentimentos de maneira saudável e eficaz, reduzindo a necessidade de recorrer à autolesão como forma de comunicação (GUIRRA & CAMPOS, 2023).

A abordagem de traumas subjacentes, frequentemente presentes em indivíduos que se automutilam, é crucial para o tratamento eficaz. Terapias focadas em trauma, como a EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), podem ser implementadas para ajudar a processar e integrar experiências traumáticas, diminuindo sua influência no comportamento autolesivo (OLIVEIRA, 2022).

A individualização do tratamento é crucial, considerando que a automutilação pode ser um sintoma de diversas condições psicológicas, incluindo transtornos de ansiedade, depressão e TPB. A adaptação das intervenções terapêuticas para atender às necessidades específicas de cada paciente demonstra uma maior eficácia no controle da automutilação e na melhoria geral da saúde mental (WERKHAUSEN & SANTANA, 2023).

A importância da relação terapêutica também é enfatizada na literatura, onde a construção de uma aliança terapêutica forte e positiva tem sido associada a melhores resultados no tratamento da automutilação. O vínculo entre terapeuta e paciente pode fornecer o suporte emocional necessário para explorar e resolver questões subjacentes ao comportamento autolesivo (SILVA & BEZERRA, 2021).

Além disso, a inclusão de estratégias de mindfulness e técnicas de atenção plena nos tratamentos tem mostrado benefícios no manejo da automutilação, ajudando os indivíduos a se conectarem com o momento presente e a desenvolverem uma postura não julgadora em relação aos seus pensamentos e sentimentos, o que pode reduzir a urgência de recorrer à automutilação como válvula de escape (ESPOSITO, 2022).

A integração da tecnologia no tratamento da automutilação também é um campo em expansão. Aplicativos de saúde mental e plataformas online podem fornecer recursos adicionais, como lembretes para praticar habilidades de enfrentamento e diários de humor, que podem complementar as intervenções terapêuticas tradicionais e oferecer suporte contínuo (CORREIA, 2021).

O envolvimento dos pais e cuidadores no tratamento da automutilação, especialmente em adolescentes, é vital. Programas que incluem sessões familiares podem ajudar a melhorar a comunicação, a resolver conflitos e a estabelecer um ambiente mais compreensivo e de suporte, fatores essenciais para a recuperação do jovem (MOURA BATISTA et al., 2020).

A abordagem holística no tratamento da automutilação, que considera aspectos físicos, emocionais, sociais e espirituais, é recomendada para abordar todas as facetas da vida do indivíduo que podem estar contribuindo para o comportamento autolesivo. Essa abordagem multidimensional pode oferecer uma compreensão mais completa e um tratamento mais eficaz (VIEIRA & PUMARIEGA, 2019).

A valorização da relação entre mente e corpo no tratamento da automutilação é essencial, reconhecendo como estados emocionais podem se manifestar fisicamente e como o bem-estar físico pode influenciar a saúde mental. Práticas como o yoga e a dança podem ser integradas ao tratamento para promover essa conexão (FREITAS, 2022).

A colaboração interprofissional é essencial no tratamento da automutilação, envolvendo psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionais e profissionais de saúde da família. Esta abordagem colaborativa pode garantir que o paciente receba um cuidado abrangente e coordenado, abordando todos os aspectos do seu bem-estar (GUIRRA & CAMPOS, 2023).

Por fim, a importância da prevenção não pode ser subestimada. Programas de conscientização e educação em escolas e comunidades podem ajudar a reduzir o estigma associado à automutilação e encorajar aqueles que estão sofrendo a buscar ajuda, além de fornecer estratégias de enfrentamento para lidar com o estresse e as emoções de maneira saudável (OLIVEIRA, 2022).

2 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A automutilação emerge como um grito silencioso por auxílio, manifestando-se em um espectro complexo de comportamentos que exigem uma compreensão profunda e multidisciplinar. Neste contexto, é fundamental que os profissionais de saúde mental estejam equipados com um arsenal terapêutico diversificado e personalizado, capaz de endereçar não apenas os sintomas, mas as raízes profundas do sofrimento que conduz ao ato de automutilação.

A influência do ambiente sociocultural no comportamento de automutilação destaca a urgência de estratégias preventivas que transcendam o nível individual, abordando fatores sociais e comunitários. Ações educativas em escolas e comunidades podem desempenhar um papel crucial na desmistificação deste comportamento, promovendo a conscientização e facilitando o acesso a recursos de apoio.

A integração de abordagens terapêuticas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental e a Terapia Dialética Comportamental, tem mostrado eficácia no tratamento da automutilação. Essas abordagens não só aliviam o sofrimento psicológico, mas também empoderam o indivíduo com estratégias saudáveis de enfrentamento, destacando a importância de um tratamento holístico e adaptado às necessidades individuais.

A relação entre automutilação e transtornos psiquiátricos sublinhados, como o Transtorno de Personalidade Borderline, requer uma atenção clínica especializada. Entender a automutilação como um sintoma de condições psiquiátricas mais amplas pode orientar os profissionais de saúde na escolha de intervenções mais eficazes e direcionadas.

O papel da família e da rede de apoio no processo de recuperação é inestimável. Programas terapêuticos que incluem a participação familiar podem não apenas melhorar a dinâmica familiar, mas também oferecer um suporte adicional crucial para o indivíduo em sofrimento, reforçando a importância do apoio comunitário e familiar no tratamento da automutilação.

A emergência de plataformas digitais e comunidades online apresenta novas oportunidades e desafios na abordagem da automutilação. A disponibilidade de recursos de apoio online pode ser uma ferramenta valiosa para indivíduos isolados, mas também exige uma vigilância sobre os potenciais riscos de glorificação ou normalização da automutilação em espaços virtuais.

A necessidade de intervenções precoces é evidenciada pela tendência da automutilação se manifestar em fases iniciais da vida, particularmente na adolescência. Programas de detecção

e intervenção precoce podem não só mitigar o sofrimento individual, mas também reduzir a evolução para padrões de comportamento mais graves.

O estigma associado à automutilação constitui uma barreira significativa para a busca de ajuda. Estratégias para combater o estigma, tanto em níveis individuais quanto sociais, são essenciais para fomentar um ambiente em que os indivíduos se sintam seguros para procurar apoio e compartilhar suas experiências.

A automutilação, enquanto fenômeno multifacetado, ressalta a importância de abordagens terapêuticas que são tão diversificadas quanto os contextos nos quais se manifesta. A personalização do tratamento, considerando as particularidades culturais, sociais e individuais, é essencial para a eficácia terapêutica e o bem-estar do paciente.

A automutilação demanda uma abordagem compreensiva que interligue conhecimentos de diversas disciplinas, desde a psicologia e psiquiatria até a educação e ciências sociais. A colaboração interdisciplinar e a contínua pesquisa são fundamentais para desenvolver estratégias terapêuticas e preventivas mais eficazes. Além disso, é imprescindível que haja um comprometimento com a educação continuada dos profissionais de saúde, a fim de que estes possam reconhecer os sinais de automutilação e intervir de maneira adequada e sensível. O fomento de uma sociedade que proporciona espaços seguros para discussão e compreensão deste comportamento é vital para a construção de um ambiente de acolhimento e respeito às adversidades individuais.

888

A perspectiva de futuro na abordagem da automutilação inclui o desenvolvimento de políticas públicas que abordem não apenas o tratamento, mas também a prevenção, destacando a importância de investimentos em saúde mental nas esferas educacionais e comunitárias. A criação de programas que integrem saúde mental e educação pode ser uma estratégia valiosa para identificar e intervir precocemente em comportamentos de risco, além de promover a resiliência em jovens e adultos.

A colaboração entre os diferentes setores da sociedade, incluindo saúde, educação e mídia, é crucial para mudar a narrativa em torno da automutilação. Uma abordagem que destigmatize este comportamento e promova o entendimento e a empatia pode contribuir significativamente para a redução de casos e para o apoio efetivo aos indivíduos afetados.

A automutilação não deve ser vista como um problema isolado, mas como um indicativo de questões mais profundas que necessitam de atenção e compreensão. A promoção de um bem-

estar integral, que considere os aspectos físicos, emocionais, sociais e psicológicos, é essencial para abordar a complexidade deste fenômeno.

Por fim, é fundamental que o diálogo sobre automutilação se mantenha aberto e inclusivo, permitindo que as vozes daqueles afetados sejam ouvidas e consideradas nas estratégias de prevenção e tratamento. A construção de uma narrativa que valorize a experiência individual e coletiva pode facilitar o desenvolvimento de intervenções mais humanizadas e efetivas.

3 REFERENCIAS

AMARAL, I. A. et al. Transtorno de personalidade borderline: perspectiva da automutilação em adolescentes. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 7, n. 5, p. 45322-45337, mai. 2021. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/55021>. Acesso em: 13 fev. 2024.

ARAGÃO, F. B. et al. Automutilação na adolescência: fragilidades do cuidado na perspectiva de profissionais de saúde mental. *Enferm Foco*, v. 12, n. 4, p. 688-694, 2021. DOI: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2021.v12.n4.4477>. Acesso em: 15 fev. 2024.

BEZERRA, K. A. et al. Automutilação entre adolescentes: uma revisão sistemática com meta-análise. *Texto contexto - enferm* [Internet]. 2023;32:e20220219. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2022-0219en>. Acesso em: 20 fev. 2024.

BONATO, F. et al. Automutilação, ideação suicida e tentativa de suicídio entre adolescentes trans e/ou com variabilidade de gênero. *Psicologia Argumento*, [S. l.], v. 42, n. 116, 2024. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/30794>. Acesso em: 07 mar. 2024.

CORREIA, L. P. Automutilação, uma dor que marca o corpo: efeitos nas atividades cotidianas e contribuições da Terapia Ocupacional. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Terapia Ocupacional) - Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, 2021. Disponível em: <http://ri.ufs.br/jspui/handle/riufs/17619>. Acesso em: 20 fev. 2024.

COSTI, L. A.; REIS, B. C. C. Prescrição de psicofármacos em pacientes portadores do Transtorno de Personalidade Borderline: uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, v. 9, p. e10083, 20 maio 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reamed.e10083.2022>. Acesso em: 28 fev. 2024.

DUTRA, S. M.; MARAN, M. L. C. J. Automutilação na adolescência: um fenômeno psicossocial da contemporaneidade. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 11, n. 12, p. e205111234468, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/34468>. Acesso em: 19 fev. 2024.

ESPOSITO, B. Um meio maleável: aportes psicanalíticos para grupos terapêuticos de adolescentes com comportamento suicida ou de automutilação. 2022. Dissertação (Mestrado em

Psicologia Clínica) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/D.47.2022.tde-03102022-104818>. Acesso em: 20 fev. 2024.

FABBRINI, F. M. B. N. Automutilação: um estudo sobre a representação da autolesão em uma comunidade virtual de praticantes. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2021. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/26270>. Acesso em: 10 fev. 2024.

FONTANA FILHO, M.; AGUIAR, A. A. M. de. Automutilação na adolescência e multiplicidade causal: a psicanálise no projeto integrador II da UNIJUI. Boletim de Conjuntura (BOCA), Boa Vista, v. 13, n. 37, p. 53-62, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.7582482. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/788>. Acesso em: 09 fev. 2024.

FREITAS, E. Q. M. Automutilação na adolescência: prevenção e intervenção na área da psicologia escolar. Revista Ciência (In) Cena, [S. l.], v. 2, n. 4, 2022. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/cienciaincenabahia/article/view/681>. Acesso em: 21 fev. 2024.

GONÇALVES, A. F.; AVANCI, J. Q.; NJAINE, K. “As giletes sempre falam mais alto”: o tema da automutilação em comunidades online. Cadernos de Saúde Pública [Internet]. v. 39, n. 4, e00197122, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT197122>. ISSN 1678-4464. Acesso em: 20 fev. 2024.

GUIRRA, A. P. B.; CAMPOS, T. C. C. Tratamento farmacológico do transtorno de borderline: uma revisão integrativa. São Cristóvão, 2023. Monografia (Graduação em Farmácia) - Departamento de Farmácia, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, SE, 2023. Disponível em: <https://ri.ufs.br/jspui/handle/riufsf/17912>. Acesso em: 28 fev. 2024.

IZOLAN, R. do N. et al. Transtornos Psicóticos Agudos em Adolescentes: Uma abordagem neurológica e comportamental. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 6, n. 2, p. 1690-1710, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n2p1690-1710>. Acesso em: 28 fev. 2024.

LIMA, D. dos S. et al. Automutilação e seus fatores determinantes: uma revisão integrativa. Research, Society and Development, [S.l.], v. 10, n. 9, p. e45510918155, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.18155. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/18155>. Acesso em: 20 fev. 2024.

LIMA, L. M. de et al. Significados e ações frente à automutilação no contexto educacional brasileiro: revisão sistemática. Psicologia Escolar e Educacional, v. 27, e247706, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-35392023-247706>. Acesso em: 20 fev. 2024.

MOURA BATISTA, M. M. S. et al. Manejos da psicologia no tratamento de adolescentes com comportamentos autolesivos com ênfase na automutilação. Brazilian Journal of Development, [S. l.], v. 6, n. 7, p. 44598-44611, 2020. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/12870>. Acesso em: 20 fev. 2024.

MOREIRA, Érika de S. et al. Multidimensionalidade de significados da automutilação na adolescência: perspectiva de adolescentes, responsáveis e profissionais de saúde. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, Goiânia, v. 25, p. 73640, 2023. DOI: 10.5216/ree.v25.73640. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/73640>. Acesso em: 12 fev. 2024.

OLIVEIRA, E. N. et al. Apesar de você, amanhã há de ser outro dia: características da automutilação entre estudantes do ensino médio. *Gestão e Desenvolvimento*, n. 31, p. 53-79, 8 fev. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2023.11844>. Acesso em: 12 fev. 2024.

OLIVEIRA, G. C. S. de. A intersectorialidade como instrumento de intervenção profissionais de serviço social, saúde e educação: importantes atores na atuação de enfrentamento a automutilação entre adolescentes. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Formação de Educadores em Saúde) - Escola de Enfermagem, Universidade Federal de Minas Gerais, 2022. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/49375>. Acesso em: 21 fev. 2024.

SANTOS, E. A. dos; PULINO, L. H. C. Z.; RIBEIRO, B. S. Psicologia escolar e automutilação na adolescência: relato de uma intervenção. *Psicologia Escolar e Educacional [online]*, v. 25, e225761, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-35392021225761>. Epub 29 Out 2021. Acesso em: 21 fev. 2024.

SILVA, A. S. et al. Os aspectos multifatoriais da automutilação na adolescência: uma abordagem educativa. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 95, n. 35, p. e-021105, 2021. DOI: 10.31011/reaid-2021-v.95-n.35-art.1096. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/1096>. Acesso em: 13 fev. 2024.

891

SILVA, N. F.; BEZERRA, E. M. Terapia cognitivo-comportamental e terapia comportamental dialética no tratamento do transtorno da personalidade borderline. *HumanÆ. Questões controversas do mundo contemporâneo*, v. 15, n. 1, 2021. ISSN: 1517-7602. Disponível em: <https://revistas.esuda.edu.br/index.php/humanae/article/view/776/280>. Acesso em: 28 fev. 2024.

VARGAS, S. C. de; ROMERO, S. M. Automutilação e ideação suicida: um drama da adolescência na atualidade. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 4, n. 4, p. 14466-14480, jul./ago. 2021. ISSN: 2595-6825. DOI: 10.34119/bjhrv4n4-008. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/32307>. Acesso em: 12 fev. 2024.

VIEIRA, J. K. A. L.; PUMARIEGA, Y. N. Automutilação em adolescentes: tratamento na abordagem terapia cognitivo comportamental. Monografia (Graduação em Psicologia) - Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA, Ariquemes-RO, 2019. Disponível em: <http://repositorio.faema.edu.br:8000/jspui/handle/123456789/2594>. Acesso em: 20 fev. 2024.

WERKHAUSEN, J. C.; SANTANA, K. C. de. Compreendendo a dor: borderline é a complexidade da autolesão. Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para obtenção do título de bacharel em Psicologia, Ariquemes - RO, 2023. Disponível em: <http://repositorio.faema.edu.br:8000/jspui/handle/123456789/3543>. Acesso em: 29 fev. 2024.