

# O Suicídio pode ser evitado

Muita gente pensa que o suicídio é uma livre escolha da pessoa, que é como uma manifestação da sua autonomia, mas isso está errado; o suicídio é em geral, expressão final de um estado mental deprimido, produzido normalmente por uma doença que é possível de tratar. É necessário reconhecer as principais ideias de suicídio que são de facto: expressão de uma doença que tem remédio. Pensar no suicídio é o pensamento de pôr fim à sua própria vida (é um sintoma das depressões).

Quando alguém se encontra numa situação de depressão é urgente que conte ao seu médico ou a uma pessoa em que confia.