

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE IPORÁ-UNIPORÁ CURSO
DE PSICOLOGIA**

RAABE SOUZA FERREIRA LIMA

**FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO DA AUTOMUTILAÇÃO EM
ADOLESCENTES**

IPORÁ-GO

RAABE SOUZA FERREIRA LIMA

**FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO DA AUTOMUTILAÇÃO EM
ADOLESCENTES**

Artigo apresentado à Banca Examinadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Iporá-UNIPORÁ como exigência parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Profª Dyullia Moreira de Sousa

BANCA EXAMINADORA

Dyullia Moreira de Sousa

Dyullia Moreira de Sousa

Presidente da Banca e Orientadora

Documento assinado digitalmente

gov.br

EVA CASSIA FARIAS DA SILVA

Data: 10/12/2024 16:47:28-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Eva Cassia Faria da Silva

Docente convidada

Jaqueline de Sousa Silva

Jaqueline de Sousa Silva

Coordenadora do curso de Psicologia

IPORÁ-GO

2024

FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO DA AUTOMUTILAÇÃO EM ADOLESCENTES

RISK AND PROTECTIVE FACTORS FOR SELF-HARM IN ADOLESCENTS

Raabe Souza Ferreira Lima¹

Dyullia Moreira de Sousa²

RESUMO

A adolescência é marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, que podem desencadear comportamentos como a automutilação. A busca por identidade e a pressão social nesse período contribuem para o surgimento de sentimentos de angústia, ansiedade e baixa autoestima, que podem levar o adolescente a se autolesionar como forma de lidar com essas emoções. Este estudo teve como objetivo principal identificar os fatores de risco e proteção relacionados à automutilação em adolescentes, além de explorar as possíveis intervenções terapêuticas. A pesquisa buscou responder à seguinte pergunta: Quais são os fatores de risco e de proteção relacionados à automutilação em adolescentes? O estudo apresentou que a automutilação, uma das formas de autolesão, pode se desenvolver devido a diversas situações, as quais não podem ser mensuradas em seu total, indo desde o nível socioeconômico familiar até o histórico de doenças mentais delas; sendo a falta de diálogo sobre o estado emocional um dos grandes fatores agravantes para tal comportamento.

A relevância deste estudo residiu na necessidade de desmistificar o tema da automutilação e oferecer subsídios para a atuação de profissionais da área da saúde mental. Dentre os resultados, observou-se que ao identificar os fatores de risco e proteção, é possível desenvolver intervenções mais eficazes para prevenir e tratar esse problema, contribuindo para a promoção do bem-estar dos adolescentes.

Palavras-chave: Autolesão. Automutilação. Adolescentes. Fatores de risco. Fatores de proteção.

ABSTRACT

Adolescence is marked by intense physical, emotional and social transformations, which can trigger behaviors such as self-harm. The search for identity and social pressure during this period contribute to feelings of anguish, anxiety and low self-esteem, which can lead adolescents to self-harm as a way of dealing with these emotions. The main aim of this study was to identify the risk and protective factors related to self-harm in adolescents, as well as

¹ Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Iporá-UNIPORÁ, GO. Email: raabeborboleta@hotmail.com

² Orientadora, Bacharel (UFMT) Mestranda em Psicologia (UFG) Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Iporá – UNIPORÁ. Email: dyu.moreir@gmail.com

exploring possible therapeutic interventions. The research sought to answer the following question: What are the risk and protective factors related to self-harm in adolescents? The study showed that self-mutilation, one of the forms of self-injury, can develop due to various situations, which cannot be measured in their totality, ranging from family socioeconomic status to a history of mental illness; the lack of dialogue about the emotional state being one of the major aggravating factors for such behavior.

The relevance of this study lies in the need to demystify the issue of self-mutilation and provide support for mental health professionals. Among the results, it was observed that by identifying risk and protective factors, it is possible to develop more effective interventions to prevent and treat this problem, contributing to the promotion of adolescents' well-being.

Keywords: Self-harm. self-mutilation. Adolescents. Risk factors. Protective factors.

1 INTRODUÇÃO

O desenvolvimento humano é marcado por importantes períodos, os quais representam todos os avanços biológicos, cognitivos, psíquicos e sociais dos indivíduos. Após sair da infância, os sujeitos passam pela adolescência, a qual é descrita como um período no qual as transformações físicas são mais evidentes, o que influencia também o comportamento e as emoções (Berger, 2017).

Segundo Meine (2019), a busca por uma identidade própria se torna mais pungente na adolescência e isso tem como base o anseio em fazer parte de uma “tribo”, caracterizada pelo ajuntamento de jovens interessados em um propósito. No processo de individuação, o adolescente busca o equilíbrio entre a infância e a vida adulta e as contradições nos sentimentos decorrem do fato de serem grandes demais para serem crianças e pequenos demais para agirem como adultos. Observa-se a presença de conflitos constantes com os mais velhos e isso pode marcar todo o processo de amadurecimento do adolescente.

A cada ano o aumento dos casos de transtornos mentais entre adolescentes se torna ainda mais frequente e há uma grande preocupação em detectá-los a tempo de se evitar comportamentos auto lesivos, desde a forma mais branda até a mais grave, a qual pode resultar em suicídio. Botega (2020) ressalta que o comportamento auto lesivo (CAL), se insere nos denominados comportamentos suicidas, embora nem sempre o adolescente objetive tirar a

própria vida, mas controlar e dimensionar a gama de sentimentos negativos, gerados pela constante tensão, ansiedade, baixa autoestima e autocensura, comuns na adolescência.

De modo geral, os adolescentes não possuem maturidade emocional suficiente desenvolvida para controlar os sentimentos e as emoções. Isso ocorre devido a diversos fatores, mas os hormonais e os psicossociais são os maiores responsáveis pela impulsividade e o imediatismo desses jovens. Diversas situações são descritas como barreiras importantes para o amadurecimento do adolescente, o qual não se encontra preparado para dimensionar o estresse diário, ocasionado pelas mais diversas circunstâncias cotidianas (Meine, 2019).

Considerando as dificuldades no “adolescer”, bem como os conflitos e o misto de sentimentos e incertezas que marcam esse processo, o presente estudo visa uma abordagem científica e psicológica acerca dos fatores de risco da automutilação em adolescentes. Nesse sentido, o problema de pesquisa foi estabelecido a partir da seguinte pergunta: Quais são os fatores de risco e de proteção relacionados à automutilação em adolescentes?

As hipóteses do estudo são assim discriminadas: O denominado Comportamento Autolesivo (CA) pode ter sua origem no ambiente familiar, agravado pelo relacionamento estabelecido entre o adolescente e os familiares, um dos grandes problemas relacionados à automutilação em adolescentes se relaciona aos padrões impostos pela sociedade, bem como à baixa autoestima comum em jovens nessa fase do desenvolvimento. A automutilação pode ser considerada fator de risco para a exposição a ações mais graves, as quais podem resultar no suicídio. A falta de diálogo ou mesmo o tabu em abordar as questões da saúde mental, faz com que a família seja pega de surpresa quando se depara com o adolescente em sofrimento psíquico. As abordagens terapêuticas podem ser um meio de estabelecimento do diálogo entre o adolescente e sua família, principalmente quando existe o risco do suicídio após os episódios de autolesão.

Considerando as hipóteses, o objetivo geral da pesquisa se encontra em levantar os fatores de risco e proteção da automutilação em adolescentes, bem como as possíveis intervenções psicoterapêuticas. Os objetivos específicos se encontram assim organizados: I) Caracterizar a autolesão e automutilação; II) Abordar o desenvolvimento da adolescência, compreendendo o comportamento autolesivo nessa fase; III) Relatar os fatores de risco e de proteção de automutilação em adolescentes; IV) Apresentar as possíveis intervenções terapêuticas nos casos de comportamento autolesivo entre adolescentes.

É comum que as situações conflitantes aconteçam no contexto social do adolescente, o marcando que de forma significativa, visto que neste momento do desenvolvimento humano

passa a se dar mais importância às relações interpessoais, formar sua identidade e se integrar a grupos sociais. Diante disso, este estudo é relevante, se justificando a partir da importância de uma abordagem teórica capaz de esclarecer quais são os fatores de risco da automutilação em adolescentes.

Destaca-se que o propósito da pesquisa emergiu da necessidade de se estabelecer um estudo destituído do tabu que permeia a temática da automutilação, bem como do suicídio, uma vez que esse pode ser um resultado dessa problemática. Assim, com este trabalho, pretende-se construir saberes, cuja materialização seja positiva para o âmbito de atuação do psicólogo.

1.1 REVISÃO TEÓRICA

1.1.1 Comportamentos autolesivos

A Organização Mundial de Saúde (OMS) insere a autolesão no âmbito da violência autoinflingida, o que corresponde à utilização intencional de força física ou mesmo de ameaça contra o próprio indivíduo (OMS, 2014). Sendo um comportamento que envolve a autoimposição deliberada de danos físicos, é tratado como problema de saúde pública global, tornando-se ainda mais preocupante ao se observar sua prevalência entre a população adolescente, manifestando-se por meio de comportamentos autodestrutivos, os quais possuem uma variação quanto à frequência e intensidade, considerando, desde lesões superficiais até atos mais graves.

A autolesão, além de causar danos físicos, exerce um impacto significativo na saúde mental do adolescente, podendo desencadear um ciclo vicioso de sofrimento emocional e comportamentos de risco. A natureza crônica desse comportamento, associada à sua complexidade e à falta de aceitação social, torna-se um desafio para a saúde pública, exigindo a implementação de políticas e programas de prevenção e tratamento eficazes (OMS, 2014).

Destaca-se que a violência autoinflingida está relacionada às tentativas de suicídio, suicídio, autoflagelação, autopunição e autolesão ou automutilação. De acordo com a Portaria nº 36, de 15 de setembro de 2020, expedida pelo Ministério da Saúde, tais ações podem ser assim descritas:

I - Autolesão/automutilação: o comportamento autolesivo se refere a ações intencionais que produzem dano físico ao próprio indivíduo sem a intenção de morrer. II - Ideação suicida: pensamentos, ideias ou rumações sobre estar morto ou se suicidar. A ideação suicida pode envolver ameaças claras ou

abertas de se matar, por isso pode estar relacionada a um maior risco de tentativa de suicídio. Quanto maior a frequência e a intensidade desses pensamentos, maior é o risco. III - Tentativa de suicídio: compreendida como qualquer ato auto agressivo deliberado com a intenção de acabar com a vida, porém sem desfecho fatal. Constitui, portanto, uma situação crítica que exige decisões rápidas dos profissionais e vinculação direta aos cuidados do Serviço de Saúde da Unidade. IV - Suicídio: morte autoprovocada, com evidências de que a pessoa tinha qualquer intenção de morrer (Brasil, 2020, p. 12).

A automutilação faz parte dos comportamentos autolesivos, ocorrendo de forma deliberada, repetitiva e intencional, sendo adotados como meio de alívio para o sofrimento psíquico ou mesmo como forma de se autopunir. Na automutilação, é recorrente a presença de cortes, arranhões, queimaduras, esmagamento de mãos ou pés, batidas em si e uma série de males impostos por eles mesmos (Peh *et al.*, 2017).

[...] a automutilação é descrita como um fenômeno complexo, que apresenta variações quanto à nomenclatura, ao conceito, à prevalência, à origem e a determinantes. Atualmente, os estudos sobre este comportamento se dividem em dois grupos, que se distinguem em relação a intenção do ato, sendo eles: *Deliberate self harm*, que inclui todos os métodos de automutilação, não diferenciando se é uma tentativa de suicídio ou não e *Non Suicidal Self Injury* (NSSI), que diz respeito a lesões como cortes, queimaduras e arranhões, referindo-se somente à destruição do tecido na ausência da intenção de morte (Lima *et al.*, 2021, p. 2).

Os fatores relacionados às emoções, bem como ao contexto biopsicossocial do adolescente, sendo apontado como deflagrador dos comportamentos prejudiciais que podem resultar na automutilação. Importante ressaltar que a automutilação é mais comum em adolescentes, cuja faixa etária varia entre 13 e 14 anos, podendo durar por até dez anos (Moraes *et al.*, 2020).

Peh *et al.* (2017) destaca que a automutilação nem sempre resulta em alguma fatalidade, mas existem casos em que os machucados se tornaram tão graves que foi necessária intervenção médica emergencial. Além disso, os adolescentes que praticam a automutilação apresentam maior propensão ao suicídio. Um estudo materializado nos Estados Unidos revelou que depois dos episódios de automutilação não fatal, os adolescentes avaliados apresentaram risco 26,7 vezes maior de cometerem suicídio (Olfson *et al.*, 2018).

De acordo com o DSM-5TR - Manual Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais (Edição Revisada) a autoagressão é um comportamento complexo e multifatorial, frequentemente associado a uma variedade de fatores psicológicos, sociais e biológicos. A classificação da autoagressão como uma autolesão não suicida enfatiza a necessidade de diferenciar esse comportamento de tentativas de suicídio, embora ambos possam coexistir em um mesmo indivíduo (APA, 2023).

Segundo Olfson *et al.* (2018), a autoagressão é frequentemente utilizada como uma forma de lidar com emoções intensas, como raiva, tristeza e frustração, e pode oferecer um alívio temporário para o sofrimento psíquico, embora esteja claro essa não é uma forma saudável de lidar com as emoções e pode ter consequências graves para a saúde física e mental do indivíduo. O diagnóstico de autoagressão exige a avaliação cuidadosa de diversos fatores, incluindo a frequência, a intensidade e o contexto dos comportamentos autolesivos.

Chaves *et al.* (2019) reforça que o comportamento autolesivo cuja intencionalidade não é o suicídio, é categorizado como sendo de natureza impulsiva. No entanto, sob a perspectiva clínica, pode agregar a finalidade de promover um sentimento, ainda que transitório, de bemestar. Além disso, o referido autor ressalta que as autolesões podem ser um meio de estabelecer o contato consigo e com a realidade, bem como uma forma de se dissociar dela. O comportamento autolesivo também é um meio de reforçar as características antissocial ou buscar atenção, quando ocorre nas personalidades narcisistas ou decorrem de alucinações e delírios.

1.1.2 Adolescência e comportamento autolesivo

Sobre a adolescência Sergio Ozella (2022) descreve que o conceito predominante na psicologia ainda se encontra entrelaçada às concepções estereotipadas e estigmatizada, baseado na identificação realizada por Stanley Hall, o qual foi responsável por identificá-la como uma etapa muito conturbada, principalmente no que se refere ao desenvolvimento da sexualidade. “Essa concepção foi reforçada por algumas abordagens psicanalistas que a caracterizaram como uma etapa de confusões, estresse e luto também causados pelos impulsos sexuais que emergem nessa fase do desenvolvimento” (Ozella, 2022, p.16).

De acordo com Ozella (2022), ao inserir o conceito de moratória psicossocial em 1976, Erikson definiu a adolescência como sendo um período de suspensão entre a infância e a vida adulta, sendo marcado pela intensa busca pela identidade própria, bem como a experimentação de diversos papéis sociais. Essa perspectiva, que associa a adolescência à confusão e à instabilidade, ganhou ampla aceitação na psicologia e na cultura ocidental, difundindo-se através dos meios de comunicação e moldando a percepção social sobre essa fase da vida. A partir de então, a ideia de que a adolescência é um período universal e inevitavelmente turbulento tornou-se uma verdade quase indiscutível.

Em 1946 Debesse já se posicionava quanto ao conceito de adolescência, atribuindo a ela a essência naturalista. Nesse sentido, ao discernir que nessa fase há a mentalidade adolescente aliada a um psiquismo próprio, o referido pesquisador buscou transcender uma concepção muito simplificada da adolescência, associada a um período de transição, o que lhes confere uma identidade própria e delimitada. No entanto, há que se destacar que a perspectiva apresentada por Debesse (1946), naturalizando as experiências e os desafios inerentes à adolescência, o que deixa de valorizar a complexidade inerentes às transformações socioculturais e psicológicas vivenciadas pelos adolescentes (Ozella, 2022).

Ozella (2022) ressalta que na América Latina e especialmente no Brasil, Arminda Aberastury e Marta Knobel foram responsáveis pelos estudos considerados fundamentais sobre a adolescência sob a perspectiva psicanalítica na década de 1980. As autoras caracterizaram a adolescência como momento ímpar e uma etapa de abnegação, sendo considerada essencial para a constituição da identidade adulta. Do mesmo modo, destacaram que a adolescência é pontuada por diversas contradições, carregadas pelo caráter confuso e doloroso das experiências e transformações psicossociais, a despeito da visão romantizada que havia sobre essa fase.

O trabalho de Aberastury e Knobel (1981) citado por Ozella (2022) evidenciou uma particularidade denominada “síndrome normal da adolescência” (p. 17), a qual, mais à frente foi criticada por sua classificação universal em detrimento das características próprias de cada indivíduo, bem como os reflexos socioculturais responsáveis pelas experiências adolescentes.

É possível observar, sob a perspectiva de Ozella (2022) é que, embora os estudos psicológicos sobre a adolescência tenham, com o passar do tempo, reconhecido a desordem biopsicossocial dessa fase, eles oscilam entre a ênfase nos determinantes biológicos e nos fatores ambientais, o que dificulta a devida compreensão sobre o desenvolvimento do adolescente, o que denota uma visão muito reducionista e fragmentada.

Essa tendência à dicotomização e à generalização encontra eco na concepção liberal do desenvolvimento humano, defendida por Bock (1997). Nessa perspectiva, o indivíduo é concebido como um ser *a priori* dotado de um potencial inato, cujo desenvolvimento é determinado por sua natureza humana, independentemente das condições sociais e históricas nas quais está inserido. Diante disso, destaca-se o discurso de Ozella (2022) ao argumentar que:

[...] consideramos que a adolescência é criada historicamente pelo homem, enquanto representação e enquanto fato social e psicológico. É constituída como significado na cultura, na linguagem que permeia as relações sociais. Fatos sociais surgem nas relações e os homens atribuem significados a esses fatos. Definem, criam conceitos que representam esses fatos. (Ozella, 2022, p. 20).

Por sua vez, Osório (2019) ressalta que a adolescência não pode ser resumida em um estágio biológico fixo e amplo, visto que é resultado das relações sócio-históricas, ao passo que as transformações físicas e cognitivas típicas dessa fase, embora relevantes, não definem isoladamente a experiência adolescente. A sociedade, através de suas normas, valores e representações, atribui significados específicos a essas mudanças, delimitando o que se considera um padrão de normalidade.

Osório (2019) também revela que ao destacar determinadas características e ignorar outras, a cultura molda a percepção social da adolescência, naturalizando processos que são, em grande medida, culturalmente construídos. Essa seletividade obscurece a continuidade do desenvolvimento humano, desconsiderando que muitas das transformações vivenciadas na adolescência também ocorrem em outras fases da vida, como o envelhecimento, porém sem a mesma carga simbólica e social (Osório, 2019).

Berger (2017) ressalta que a adolescência pode ser entendida como uma fase essencial para o desenvolvimento e consolidação dos aspectos psicossociais e emocionais, imprescindíveis para a saúde e bem-estar mental. É na adolescência que os jovens passam por transformações grandiosas em relação às habilidades cognitivas e sociais, as quais afetam também a construção da autonomia e da autoestima.

Na adolescência o pensamento abstrato é mais frequente e isso se reflete nas emoções, pois há maior distinção entre o real e o possível. A estrutura cerebral do jovem se modifica e o impacto do ambiente externo nas emoções pode ser sentido de forma mais contundente. Com isso, a rejeição social e o sentimento de inadequação podem resultar em impulsos motivados pela busca pela aprovação dos demais (Berger, 2017).

Lima *et al.* (2021) evidencia que os adolescentes são vulneráveis às perturbações mentais e devido a isso, necessitam de proteção e acompanhamento voltado para a garantia de sua segurança. Tanto no âmbito investigativo internacional, quanto no nacional, os achados ressaltam os fatores que levam o adolescente a se automutilar. Um dos motivos mais comuns se voltaram para a tentativa de regular as reações emotivas, as quais são mais intensas na adolescência.

Além disso, os estudos de Moreira *et al.* (2021) mencionam a pouca habilidade em resolver problemas, bem como as dificuldades em se comunicar, a intolerância ao estresse e a alta sensibilidade a situações e emoções negativas fazem com que os jovens busquem pela automutilação.

Normalmente os adolescentes não costumam manifestar seus sentimentos de forma clara e verbalizada e a automutilação decorre do silenciamento das emoções. Assim, quanto menos comunicativo for o adolescente, maior propensão ele terá em assumir atitudes de risco velado, embora seja importante destacar que isso não seja uma regra (Moreira *et al.*, 2021).

A timidez exacerbada, aliada ao sofrimento silencioso e a solidão, são apontados como gatilhos para a automutilação (Richmond-Rakerd *et al.*, 2019). Outras pesquisas apontam que a automutilação possui uma função negativa, utilizada como válvula de escape mediante o fluxo de emoções indesejadas. Não é considerada como comportamento manipulador, mas como uma forma de regulação do mundo exterior em conflito com o interior.

Gabriel *et al.* (2021) reforça que apesar de a adolescência não ser marcada por altos índices de mortalidade ou morbidade em comparação com outras fases da vida, é um período crucial para o desenvolvimento humano, caracterizado por intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais.

Diante das demandas adaptativas desse processo, alguns adolescentes podem experimentar sofrimento emocional significativo, o que, por sua vez, pode comprometer seu desenvolvimento em diversas esferas, incluindo a escolar, a familiar e a afetiva. Do mesmo modo, a vulnerabilidade emocional, associada a fatores de risco como dificuldades socioeconômicas, histórico de trauma e falta de suporte social, pode predispor os adolescentes a comportamentos de risco, como o uso de substâncias, a automutilação e a conduta suicida (Gabriel *et al.*, 2021).

1.1.3 Fatores de risco e proteção dos adolescentes quanto ao comportamento autolesivo

O aumento dos casos de comportamento autolesivo entre adolescentes tornou-a um problema de Saúde Pública no mundo todo. Esse ato impacta profundamente a vida dos jovens e suas famílias. Os fatores familiares também são apontados como desencadeadores da automutilação, principalmente quando existem experiências traumáticas envolvidas no relacionamento familiar. Mediante as pesquisas encontradas na literatura, observa-se que os conflitos familiares, assim como, a quebra dos vínculos, seja por violência doméstica, sexual ou pela morte e separação, são responsáveis pela ocorrência das autolesões (Moraes *et al.*, 2020).

Os estudos realizados por Liu *et al.* (2017) destacaram que a automutilação, uma das formas de autolesão, pode decorrer de diversas situações difíceis de serem dimensionadas, indo desde o nível socioeconômico das famílias até o histórico de doenças mentais delas. Embora não seja uma estatística constante, observa-se que nas famílias onde houve casos de suicídio, a automutilação pode se tornar uma prática comum.

Na China, em uma pesquisa que teve os adolescentes como sujeitos, os resultados apontaram para o preocupante fato de que pelo menos um em cada quatro adolescentes chineses já tenha causado algum tipo de lesão em si mesmo, enquanto 3,8 % dos pesquisados revelou ter tentado o suicídio (Liu *et al.*, 2017).

Para o adolescente, a autolesão tem a função de compensar e regular as angústias originadas pelas emoções conflitantes. Não obstante, o comportamento autolesivo possui estreita relação com algumas circunstâncias vivenciadas na infância, tais como o abuso sexual, físico, negligência, bullying e até mesmo a situação econômica familiar e a privação alimentar (Richmond-Rakerd *et al.*, 2019).

A impulsividade, especialmente a impulsividade negativa, representa um fator de vulnerabilidade para o desenvolvimento de comportamentos autolesivos. Ao analisar a relação entre essas duas variáveis, os estudos de Lockwood *et al.* (2017) demonstram que a dificuldade em lidar com emoções negativas intensas pode levar indivíduos impulsivos a adotar estratégias de enfrentamento disfuncionais, como a autolesão.

A busca por alívio imediato, característica da impulsividade negativa, sobrepõe-se a considerações a longo prazo, levando à repetição de comportamentos que, embora proporcionem um alívio temporário, perpetuam o ciclo de sofrimento. Nesse sentido, buscar a compreensão acerca da dinâmica entre impulsividade e autolesão é fundamental para o desenvolvimento de intervenções eficazes, que visem tanto a redução da impulsividade quanto o desenvolvimento de habilidades de *coping* mais adaptativas (Lockwood *et al.*, 2017).

É possível observar que as experiências adversas fazem parte do contexto de toda pessoa e isso não significa que todos os adolescentes irão se automutilar. A automutilação não representa uma forma de chamar a atenção, como se fosse produto de uma espécie de “birra”, mas decorre da necessidade do adolescente de se punir ou regular seus sentimentos. Nos casos de desregulação emocional, a propensão à automutilação representa um risco significativo à saúde do adolescente (Peh *et al.*, 2017).

Uma pesquisa realizada na Inglaterra demonstrou que jovens com idade entre seis e dezesseis anos, os quais sofreram agressões físicas e bullying na escola, apresentaram maior

propensão à automutilação e na fase adulta foram responsáveis por delitos de grande violência. Em outra pesquisa, materializada com presos do sexo masculino, todos brancos e italianos, demonstrou que os comportamentos violentos decorriam também da agressão autodirigida, influenciada, principalmente, pelos sentimentos silenciados, associados aos sintomas de depressão e o trauma ocorrido na infância foi apontado como um dos fatores de risco da automutilação (Lung *et al.*, 2020).

Outro fator de risco decorre do uso das mídias sociais, sendo elas apontadas como responsáveis pelo preocupante aumento nos índices de automutilação, sobretudo entre os adolescentes. “Indivíduos vulneráveis mentalmente correm um risco maior de perceber o comportamento autolesivo como uma estratégia de enfrentamento eficaz, particularmente quando eles veem outros usarem esses comportamentos para alcançar um objetivo” (Lima *et al.*, 2021, p. 7).

Sobre a proteção dos adolescentes quanto aos comportamentos autolesivos, Quesada *et al.* (2020) ressalta que a primeira medida a ser tomada se encontra na abordagem adequada sobre a temática, direcionando os esforços, principalmente aos locais de ensino. Em vista disso, o referido autor destaca que “[...] a razão mais evidente é o fato de serem espaços que concentram, em boa parte do tempo, crianças adolescentes e adultos jovens.” (Quesada *et al.*, 2020, p. 20).

Quesada *et al.* (2020) e Peixoto (2019) revelam que o comportamento autolesivo e seus desdobramentos se tornou um fenômeno de alta complexidade, visto que desencadeia ações que podem culminar no suicídio. Diante disso, os autores reforçam a necessidade de formar pessoas da comunidade para atuarem como *gatekeepers* ou guardiões da vida, sendo considerado um meio seguro, no sentido de prevenir e proteger, constituindo-se por pessoas que se encontram em contato com os jovens, principalmente os professores e profissionais da saúde.

Por meio do treinamento especializado, os *gatekeepers* são capacitados para identificar possíveis sinais de sofrimento psíquico e risco de autolesão e diante desse contexto, podem acionar ajuda especializada para que as intervenções ocorram mediante a necessidade. “Ao receberem treinamento específico, os *gatekeepers* podem direcionar as pessoas em sofrimento para serviços de saúde mental especializados, contribuindo para a redução do sofrimento e a prevenção de tragédias (Quesada *et al.*, 2020, p. 21).

Conforme mencionado anteriormente, conversar sobre os temas que compõem a problemática da autolesão em adolescentes é considerada a melhor forma de prevenir e proteger os jovens, principalmente porque esses temas ainda são tabus na sociedade. No entanto, Peixoto

(2019) ressalta a importância de agregar alguns critérios para que haja proteção sem indução. Isso significa, principalmente, não atribuir uma conotação sensacionalista ao problema, visto que o contágio é uma das demandas mais preocupantes quando se trata do comportamento autolesivo, sobretudo os que resultam no suicídio.

A prevenção e proteção em relação aos comportamentos autolesivos requer uma abordagem abrangente, que envolva a promoção da saúde mental, a identificação precoce dos sinais de alerta e o acesso a serviços de saúde mental de qualidade. É essencial desmistificar o tema e criar um ambiente seguro para que as pessoas possam falar sobre seus sentimentos e buscar ajuda (Peixoto, 2019).

Conforme ressaltado por Peixoto (2019), outro aspecto significativo se encontra na formação de redes de apoio, como a de *gatekeepers*, as quais podem desempenhar um papel fundamental na identificação de pessoas em risco e no encaminhamento para tratamento adequado. Não obstante, para o referido autor, abordar o suicídio e a autolesão como problemas de saúde pública, busca-se reduzir o estigma associado a esses comportamentos e oferecer esperança para aqueles que sofrem.

Quesada *et al.* (2020) menciona quatro fatores de proteção ao comportamento autolesivo em adolescentes, sendo eles os societários, individuais, psicossociais e as razões para viver. Dentre os fatores de proteção societários, se encontra a “[...] redução da pobreza e o acesso a serviços de saúde mental [...]” (p. 66). Já os fatores de proteção individuais corresponde ao desenvolvimento de “Habilidades de resolução de problemas; habilidades para regular comportamentos, pensamentos e emoções; efetividade no uso de estratégias de enfrentamento; elevada autoeficácia; exercício físico; esperança; identificação de razões para viver” (Quesada *et al.*, 2020, p. 66).

Sobre os fatores de proteção psicossociais, são destacados

[...] suporte familiar e social; participação dos pais na vida dos filhos; pais como efetivas estratégias de enfrentamento; ambiente escolar que ofereça acolhimento e apoio para indivíduos em estado de vulnerabilidade, com transtornos mentais e/ou com comportamentos autolesivos (Quesada *et al.*, 2020, p.66).

As razões para viver, por sua vez, correspondem à elevação da autoestima; tratamento médico e terapêutico; estímulo à busca por relações interpessoais positivas; desenvolvimento da espiritualidade (diferente de religiosidade) e práticas positivas para a qualidade de vida (Quesada *et al.*, 2020).

De modo geral, compreende-se que a prevenção ao comportamento autolesivo seja a melhor proteção direcionada aos adolescentes. No entanto, é importante destacar o discurso de

Avanci *et al.* (2023), o qual reforça que os vínculos interpessoais significativos, caracterizados pela intimidade, confiança e apoio mútuo, emergem como um dos fatores de proteção mais eficaz em crianças e adolescentes.

Sentir-se conectado a pelo menos uma pessoa importante, seja um familiar, um amigo ou um parceiro romântico, proporciona um senso de pertencimento e propósito, atuando como um escudo contra o isolamento social e o desespero. Essas relações, ao oferecerem apoio emocional e prático, contribuem para a construção de uma autoestima saudável e para o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento eficazes, fortalecendo a resiliência dos jovens frente às adversidades (Avanci *et al.*, 2023).

2 MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa científica tem como objetivo principal a construção de saberes relacionados aos mais variados campos de conhecimento, visando produzir e difundir a ciência. Assim, o percurso metodológico corresponde ao caminho que será percorrido para que os resultados das inquietações sejam alcançados (Silva *et al.*, 2018).

O presente estudo será materializado por meio de uma revisão de literatura, tendo em vista algumas etapas, partindo da identificação da temática, construção do problema de pesquisa, busca nas bases de dados, análise, interpretação e apresentação dos dados em forma de artigo e consolidada em forma de pesquisa bibliográfica, a qual é definida por Severino (2021) como aquela que realizada pelo:

Registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utilizam-se dados de categorias teóricas já trabalhadas por outros pesquisadores e devidamente registrados. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. O pesquisador trabalha a partir de contribuições dos autores dos estudos analíticos constantes dos textos (Severino, 2021, p. 122).

A pesquisa é de natureza qualitativa, ou seja, não apresenta dados numéricos, mas se baseia na análise do discurso (Gil, 2014) cujos textos foram buscados em repositórios institucionais gratuitos, como o SciELO e PubMed, ressaltando as publicações na íntegra e descartando os resumos ampliados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme ressaltado por Peh *et al.* (2017) e Lima *et al.* (2021) a automutilação, um dos comportamentos autolesivos mais frequentes, marcada por atos repetitivos e intencionais de autoagressão, emerge como uma estratégia disfuncional de enfrentamento para lidar com emoções intensas e dolorosas. Não obstante, segundo os referidos autores, é uma prática cujo objetivo se encontra na busca por aliviar, ainda que temporariamente, a angústia emocional, atuando como uma forma de automedicação.

Olfson *et al.* (2018) relatam que o comportamento autolesivo é resultado de um processo autodestrutivo manifestado na adolescência e influenciado por diversos fatores. Além disso, tem suas raízes plantadas na dificuldade que o adolescente possui em lidar com a intensidade de suas emoções, bem como a presença de comorbidades psiquiátricas, como a depressão e a ansiedade, e a história de trauma são alguns dos fatores de risco associados à autolesão.

Olfson *et al.* (2018) e Chaves *et al.* (2019) relatam que a autolesão é frequentemente utilizada como uma forma de lidar com o sofrimento emocional, oferecendo um alívio temporário, mas ilusório. Essa prática, caracterizada por sua natureza impulsiva e repetitiva, pode ser compreendida como um sintoma de transtornos mentais subjacentes, como a depressão, o transtorno bipolar e os transtornos de personalidade. Ademais, os referidos autores reforçam que as funções da autoagressão são diversas e podem variar de indivíduo para indivíduo, incluindo a comunicação de angústia emocional, a punição de si mesmo e a tentativa de estabelecer um senso de controle sobre o próprio corpo e mente.

Ozella (2022) destacou que a visão de Stanley Hall, que concebia a adolescência como um período de turbilhão hormonal e emocional, perdurou por décadas, influenciando políticas públicas e práticas educativas. Por outro lado, a teoria de Erikson, ao introduzir o conceito de moratória psicossocial, trouxe uma contribuição importante para a compreensão da adolescência, mas ainda assim perpetuou a ideia de que essa fase é marcada por uma inevitável crise de identidade.

As contribuições de Ozella (2022) evidenciaram outros estudos, dentre eles, os que se voltaram para a complexidade da adolescência, buscando compreender as transformações biológicas, psicológicas e sociais que o caracterizam. As autoras latino-americanas Arminda Aberastury e Marta Knobel, contribuíram significativamente para a construção desse campo de conhecimento. No entanto, de acordo com Ozella (2022), a ênfase na "síndrome normal da adolescência" proposta pelas autoras, embora tenha sido um marco importante, foi criticada por sua generalização e por desconsiderar a diversidade das experiências adolescentes.

Tanto Osório (2019), quanto Berger (2017) argumentam que a cultura, ao enfatizar certos aspectos da adolescência e negligenciar outros, molda a percepção social dessa fase da vida, naturalizando processos que são, em grande medida, construídos socialmente. Essa seletividade cultural, sob a perspectiva dos referidos autores, obscurece a continuidade do desenvolvimento humano e essa visão fragmentada da adolescência, ao isolá-la como um período único e problemático, contribui para a desvalorização das experiências materializadas nessa fase do desenvolvimento.

Berger (2017) discorre que a adolescência é um período de transição marcado por profundas transformações e as mudanças neurobiológicas que ocorrem nessa fase, associadas ao desenvolvimento do pensamento abstrato e à intensificação das emoções, tornam os adolescentes mais vulneráveis a experiências de sofrimento psicológico. Além disso, o referido autor reforça que a busca por identidade e a necessidade de pertencimento a um grupo social podem gerar conflitos e ansiedades, levando alguns jovens a adotar comportamentos autolesivos.

Estudos como os de Lima *et al.* (2021) e Moreira *et al.* (2021) apontam para a complexidade dos fatores que contribuem para a autolesão na adolescência. A tentativa de regular emoções intensas, a dificuldade em lidar com o estresse e a falta de habilidades sociais são alguns dos fatores psicológicos associados a esse comportamento.

Gabriel *et al.* (2021) evidencia que a adolescência, embora não seja um período de vida com alta taxa de mortalidade ou morbidade, é marcada por intensas transformações que a tornam uma fase crucial para o desenvolvimento humano. Desse modo, destaca-se que as demandas adaptativas desse período, envolvem mudanças internas e externas que podem gerar sofrimento emocional significativo em alguns adolescentes, comprometendo seu desenvolvimento em diversas esferas da vida.

No que se refere aos fatores de risco e proteção dos adolescentes quanto ao comportamento autolesivo, as pesquisas de Liu *et al.* (2017) e Moraes *et al.* (2020), apontaram que a complexidade desse fenômeno reside na interação de diversos fatores, dentre os quais se destacam os contextos familiares. Experiências traumáticas, como a violência doméstica, o abuso sexual e a perda de entes queridos, podem desencadear um ciclo de sofrimento emocional que culmina em comportamentos autodestrutivos.

Além disso, Liu *et al.* (2017) aponta que fatores socioeconômicos e a presença de transtornos mentais nas famílias também se configuram como fatores de risco e as altas taxas de prevalência de automutilação e tentativa de suicídio entre adolescentes em diferentes

culturas. Segundo o referido autor, a associação entre as autolesões e o suicídio, bem como a influência de fatores familiares, exige uma atenção especial por parte de profissionais de saúde, educadores e da sociedade como um todo.

Destaca-se o discurso de Lockwood *et al.* (2017) segundo o qual, a autolesão, um comportamento que gera crescente preocupação na saúde pública, é frequentemente associada a uma série de fatores de risco. A impulsividade negativa, caracterizada pela dificuldade em controlar impulsos destrutivos e a incapacidade de postergar a gratificação, tem sido apontada como um fator de vulnerabilidade para o desenvolvimento desse comportamento.

Richmond-Rakerd *et al.* (2019) discorre que indivíduos com alta impulsividade negativa tendem a apresentar dificuldades em lidar com emoções negativas intensas, como raiva, tristeza e frustração. Diante dessas emoções, podem recorrer à autolesão como uma forma de obter alívio imediato, mesmo que a longo prazo essa estratégia seja prejudicial. Além da impulsividade, a vivência de experiências adversas na infância, como abuso, negligência e bullying, pode exacerbar o risco de autolesão, ao criar um ciclo de sofrimento emocional e comportamentos disfuncionais.

Quesada *et al.* (2020) evidencia que o comportamento autolesivo, um fenômeno cada vez mais presente na adolescência, apresenta uma complexidade que exige uma abordagem multidisciplinar. A escola, por ser um ambiente de socialização e aprendizado, desempenha um papel crucial na prevenção e no cuidado com a saúde mental dos jovens. A formação de professores e outros profissionais da educação como *gatekeepers* é essencial para identificar precocemente os sinais de sofrimento e encaminhar os adolescentes para serviços especializados.

Os estudos de Avanci *et al.* (2023) evidenciam a importância crucial dos vínculos interpessoais significativos como fator de proteção. Ao proporcionar um senso de pertencimento e propósito, essas relações contribuem para a construção de uma autoestima saudável e o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento eficazes, fortalecendo a resiliência dos jovens frente às adversidades. No entanto, é importante ressaltar que a prevenção ao comportamento autolesivo deve englobar também a promoção da saúde mental, a identificação precoce dos sinais de alerta e o acesso a serviços de saúde mental de qualidade.

Moura e Matsukura (2022) reforçam que a atenção psicossocial a adolescentes, marcada pela complexidade das experiências vividas nesse período, demanda abordagens que ultrapassem os limites dos serviços especializados. De acordo com os autores, o acolhimento

humanizado e a escuta ativa constituem ferramentas essenciais para a vinculação com o usuário e a construção de respostas ágeis e flexíveis.

Ao discorrerem sobre o cuidado singular oferecido a adolescentes em contextos de vulnerabilidade, Warpechowski e Conti (2018) enfatizam a necessidade de compreender o lugar social e subjetivo desses indivíduos, reconhecendo a multiplicidade de adolescências. Nesse sentido, a articulação intersetorial emerge como um aspecto crucial para a integralidade do cuidado, permitindo a construção de redes de apoio e a oferta de respostas mais eficazes e resolutivas para as demandas da saúde mental infantojuvenil, principalmente no que se refere à proteção e prevenção de comportamentos autolesivos.

4 CONCLUSÃO

No que se refere ao comportamento autolesivo em adolescentes, a pesquisa realizada evidenciou que esse é um fenômeno complexo, ocasionado por vários fatores e que exige uma abordagem integral e humanizada. A revisão da literatura evidenciou a importância de considerar os aspectos sociais, psicológicos e biológicos envolvidos nesse comportamento, bem como a necessidade de uma atuação conjunta capaz de envolver profissionais de saúde, educação e outros.

A adolescência é um período de grandes transformações, marcado por intensas emoções e busca por identidade. Nesse contexto, o comportamento autolesivo pode ser compreendido como uma forma de lidar com o sofrimento psíquico, o estresse e as dificuldades interpessoais. É fundamental desmistificar o tema e oferecer um espaço seguro para que os adolescentes possam expressar seus sentimentos e buscar ajuda.

Quanto aos fatores de risco e a proteção nos comportamentos autolesivos, destaca-se que esses aspectos não são estáticos e variam de acordo com cada demanda, seja ela individual ou coletiva. Por outro lado, compreender a dimensão dos fatores de risco é essencial para a proteção e prevenção em relação ao comportamento autolesivo.

Nesse sentido, ao identificar os fatores de risco presentes em um adolescente, é possível desenvolver intervenções específicas para cada caso. Da mesma forma, o fortalecimento dos fatores de proteção pode contribuir para a promoção da saúde mental e prevenir o desenvolvimento de comportamentos autolesivos.

Considerando as abordagens psicoterapêuticas, observa-se que o acolhimento, a escuta ativa e a construção de vínculos de confiança são elementos essenciais para o estabelecimento

de uma relação terapêutica e para a promoção de mudanças significativas. Destaca-se que a prevenção do comportamento autolesivo deve ser uma prioridade, sendo necessário investir em ações de promoção da saúde mental, na identificação precoce dos sinais de alerta e no fortalecimento dos fatores de proteção, como os vínculos familiares e sociais.

Definir os comportamentos de autolesão e automutilação é essencial para que seja possível entender e diferenciar essas práticas. Diferenciar esses comportamentos é crucial para fornecer intervenções adequadas, já que cada um pode estar relacionado a necessidades psicológicas distintas, demandando abordagens específicas. A caracterização clara desses termos facilita a compreensão desses comportamentos em contextos de saúde mental e permite uma identificação precoce e eficaz.

Além disso, o conhecimento sobre a adolescência e como ela se manifesta para o indivíduo, permite adaptar estratégias de intervenção que atendam às especificidades dessa faixa etária, respeitando o processo de desenvolvimento e fornecendo apoio que seja compreensivo e acolhedor. Compreender o que leva adolescentes a adotar tais comportamentos facilita a criação de ambientes que oferecem suporte e estratégias eficazes de enfrentamento. Identificar fatores de risco é fundamental para prevenir e manejar esse comportamento entre adolescentes. Conhecer esses fatores permite que profissionais de saúde e educadores realizem intervenções de prevenção, e promovendo habilidades de enfrentamento, fortalecendo as redes de apoio. Esse levantamento contribui diretamente para a criação de estratégias que não só previnem, mas também promovem o bem-estar emocional.

Para uma pesquisa futura sobre automutilação, seria valioso investigar a eficácia de programas de psicoeducação focados em habilidades emocionais para adolescentes, especificamente no ambiente escolar. A escola, como espaço de socialização e desenvolvimento, tem um papel crucial na identificação e intervenção precoce, sendo acessível a uma grande parte da população jovem.

REFERÊNCIAS

- ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. *Adolescência normal*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1981.
- APA. American Psychiatric Association. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado*. São Paulo: Artmed, 2023.
- AVANCI, J.Q. et al. *Comportamento suicida e autolesão na infância e adolescência: conversando com profissionais sobre formas de prevenção*. Rio de Janeiro: Faperj, 2023.
- BERGER, K. S. *O desenvolvimento da pessoa do nascimento à terceira idade*. Rio de Janeiro: LTC, 2017.
- BOCK, A. M. B. *As aventuras do Barão de Münchhausen na Psicologia: Um estudo sobre o significado do fenômeno psicológico na categoria dos psicólogos*. Tese de Doutorado não publicada. Curso de Pós-Graduação em Psicologia Social. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo – SP, 1997.
- BOTEGA, N. J. *Crise suicida: avaliação e manejo*. Porto Alegre: Artmed, 2020.
- BRASIL. *Portaria DISPF Nº 36, de 15 de setembro de 2020*. Estabelece o Protocolo de Atendimento e Acompanhamento dos custodiados nos casos de risco ou tentativa de suicídio no âmbito do Sistema Penitenciário Federal. Brasília: Ministério da Justiça e Segurança Pública, 2010.
- CHAVES, G. et al. O comportamento autolesivo na adolescência: revisão integrativa da literatura. *Revista Saúde*, V.13, n.1/2, 2019.
- DEBESSE, M. *A adolescência*. São Paulo: Europa-América, 1946.
- GABRIEL, I.M. et al. Autolesão não suicida entre adolescentes: significados para profissionais da educação e da Atenção Básica à Saúde. *Escola Anna Nery* 24(4)2020.
- GIL, A.C. *Metodologia da pesquisa e do trabalho científico*. São Paulo: Saraiva, 2014.
- LIMA, D.S. et al. Automutilação e seus fatores determinantes: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, v. 10, n.9, 2021.

- LIU, Y.; et al. Who are likely to attempt suicide again? A comparative study between the first and multiple timers. *Comprehensive Psychiatry*, 78, 54-60, 2017.
- LOCKWOOD, J. et al. Impulsivity and self-harm in adolescence: a systematic review. *Eur Child Adolescent Psychiatry*, v. 26, n.4, p. 387-402, 2017.
- LUNG, F. W. et al. Relationships between internet use, deliberate self-harm, and happiness in adolescents: A Taiwan birth cohort pilot study. *PLoS ONE*, 15 (7), 1–13, 2020.
- MEINE, I. R. et al. Depressão e suicídio: o adolescente frente a fatores de risco socioculturais. *Research, Society And Development*, Santa Maria, v.8, n. 12. nov. 2019.
- MORAES, D. X. et al. “Caneta é a lâmina, minha pele o papel”: fatores de risco da automutilação em adolescentes. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73 (Suppl 1), 1-9, 2020.
- MOREIRA, É. S. et al. Automutilação em adolescentes: revisão integrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25 (10), 3945-3954, 2020.
- OLFSON, M. et al. Suicide after deliberate self-harm in adolescents and young adults. *Pediatrics*, 141 (4), 2018.
- OMS. Organização Mundial de Saúde. *Relatório mundial sobre a prevenção da violência*. São Paulo: Fapesp, 2014.
- OSÓRIO, L. C. *Adolescente hoje*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2019.
- OZELLA, S. Adolescência: uma perspectiva crítica. In: CONTINI, M.L.J. (org.). *Adolescência e psicologia: concepções, práticas e reflexões críticas*. Rio de Janeiro. Conselho Federal de Psicologia, 2022.
- PEH, C. X. et al. Emotion dysregulation as a mechanism linking child maltreatment exposure and self-harm behaviors in adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 67 (April), 383-390, 2017.
- PEIXOTO, E. M. et al. Questionário de Impulsividade, Autoagressão e Ideação Suicida para Adolescentes (QIAIS-A): propriedades psicométricas. *Psic., Saúde & Doenças*, v. 20, n. 2, p. 272-285, 2019 .
- QUESADA, A.A. et al. *Cartilha para prevenção da automutilação e do suicídio: orientações para educadores e profissionais da saúde*. Fortaleza: Fundação Demócrito Rocha, 2020.
- RICHMOND-RAKERD, L. S. et al. Adolescents Who Self-Harm and Commit Violent Crime: Testing Early-Life Predictors of Dual Harm in a Longitudinal Cohort Study. *The American journal of psychiatry*, 176 (3), 186-195, 2019.
- SEVERINO, A.J. *Metodologia do trabalho científico*. São Paulo: Saraiva, 2021.
- SILVA, A. C. et al. Uma investigação sobre automutilação em um grupo da rede social virtual Facebook. SMAD. *Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas*, 14 (4), 203-210, 2018.