

ENTRE O SILÊNCIO E O GRITO: O SUICÍDIO NA ADOLESCÊNCIA E O LUGAR DA PSICOTERAPIA

Diana Aparecida Pereira Rodrigues¹, Larissa Romão Pereira²

¹Psicóloga. Egressa do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: dianaaprodrigues.psi@gmail.com; ²Psicóloga. Docente na Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: larissaromaopereira@hotmail.com

Introdução: A adolescência é uma etapa do desenvolvimento marcada por intensas transformações físicas, emocionais, cognitivas e sociais. Nesse período, o sofrimento psíquico pode emergir com força, influenciado por fatores como exclusão, bullying, conflitos familiares e ausência de suporte. A ideação suicida, frequentemente silenciosa, aparece como expressão de uma dor emocional profunda e muitas vezes incomunicável, tornando-se um alerta crítico para a saúde mental de adolescentes. **Objetivo:** Analisar, a partir de uma revisão integrativa da literatura nacional, como diferentes abordagens psicoterapêuticas contribuem para o cuidado e acolhimento de adolescentes com ideação suicida em contextos de sofrimento psíquico e autoagressão. **Material e Método:** Foram selecionados quatro estudos — incluindo pesquisa de campo, relatos de experiência e revisão teórica — com foco em adolescentes entre 12 e 19 anos, todos publicados no cenário brasileiro. A análise contemplou intervenções psicoterapêuticas utilizadas, estratégias clínicas adotadas e os efeitos observados nos adolescentes atendidos. **Resultados e Discussão:** Os dados indicam que 46,7% dos adolescentes avaliados apresentaram ideação suicida, com prevalência maior em escolas privadas (60,7%) do que em públicas (39,3%). A Terapia Cognitivo-Comportamental destacou-se por sua eficácia, reduzindo em até 50% as tentativas de suicídio e promovendo melhorias em esperança, impulsividade e regulação emocional. Elementos clínicos como escuta reflexiva, aceitação incondicional, empatia, silêncio terapêutico e vínculo autêntico mostraram-se fundamentais no acolhimento. Além disso, práticas complementares — como envolvimento familiar, visitas domiciliares, redes de apoio e acompanhamento contínuo — fortaleceram os fatores de proteção e ampliaram a eficácia do cuidado. **Considerações Finais:** A psicoterapia representa um recurso fundamental na escuta ética e no acolhimento do sofrimento adolescente, ao proporcionar um espaço seguro para expressão emocional e elaboração simbólica da dor. A postura clínica baseada em vínculo, empatia e respeito à singularidade do sujeito torna-se central para prevenir desfechos trágicos e resgatar a potência de vida nos jovens. **Contribuições para a Saúde:** Este estudo reforça a importância de investir em políticas públicas que incluam a psicoterapia como estratégia de cuidado contínuo e preventivo na adolescência. Promover acesso a escuta qualificada, capacitar profissionais da saúde e da educação, e articular redes de apoio intersetoriais são ações essenciais para fortalecer a saúde mental juvenil e garantir o direito à vida com dignidade, escuta e cuidado.

Palavras-chave: Psicoterapia, Ideação Suicida, Adolescência, Escuta Terapêutica.