

**Título em Português:** O paradoxo da dor: Automutilação na Visão da Ciência Moderna

**Título em Inglês:** The pain paradox: Self-harm in the perspective of the modern science

**Autor:** Yara Torres de Souza

**Instituição:** Universidade de São Paulo

**Unidade:** Instituto de Física de São Carlos

**Orientador:** Jose Fernando Fontanari

**Área de Pesquisa / SubÁrea:** Orientação e Aconselhamento

**Agência Financiadora:** USP - Programa Unificado de Bolsas

## O paradoxo da dor: Automutilação na Visão da Ciência Moderna

Yara Torres de Souza

José F. Fontanari

Universidade de São Paulo

yaratorres@usp.br

### Objetivos

Estudar a literatura e perspectivas científicas sobre o tema autolesão não suicida. Construir uma contextualização para o problema da autolesão na escola e analisar as possibilidades presentes para propor soluções aos profissionais da educação. Com a aproximação do tema, será possível familiarizar-se com o cenário de pesquisas e desenvolver projetos cada vez mais ativos.

### Métodos e Procedimentos

Questão inicial ampla, a autolesão não suicida possui inúmeros aspectos de análise. No início, foi feito um levantamento de artigos e tópicos a serem respondidos, desde legislação, epidemiologia, métodos de prevenção e prática na escola, entre outros. A análise de produções de diferentes épocas permitiu ter uma perspectiva geral das pesquisas e cenário atual de novas ideias. Para familiarização das atuais pesquisas sobre o tema houve a participação de uma e-conferência realizada pelo International Network of Early Career Researchers in Suicide and Self-harm (netECR) e também de um curso livre sobre *Prevenção da Automutilação*, realizado pela Universidade Alberta do Nordeste da Fundação Demócrito Rocha. Afim de coletar experiências para confirmação da literatura, foi desenvolvido um formulário anônimo baseado no artigo "I Am Not Well-Equipped - High School Teachers Perceptions of Self-Injury" e também no questionário de mitos comuns da Cartilha para prevenção da automutilação e do suicídio. O

público convidado se restringiu à pessoas que tiveram experiências dando aula. As perguntas buscaram identificar segurança com o tema e estigmas frequentes encontrados na literatura, além de coletar as experiências pessoais em perguntas abertas.

### Resultados

O termo autolesão engloba qualquer situação de dano auto infligido, porém o enfoque do trabalho é para os casos de autolesão não suicida (ALNS), em que o indivíduo fere seu corpo por cinco ou mais dias, tendo a expectativa de dano físico imediato e sem a intenção de morte. É importante ressaltar que atitudes aceitas por determinados grupos não se encaixam no termo, como o uso de piercings, tatuagens e lesões de rituais religiosos. Também são excluídas situações que podem levar a danos futuros, como privação de comida e uso de drogas e bebidas. No Brasil de 2011 a 2018 foram notificados mais de 300 mil casos, com quase metade na faixa etária de 15 a 29 anos, sendo 67,3% mulheres. A idade de início comum acontece em torno dos 12 aos 15 anos (SSSI). O motivo está associado a diversas variáveis biológicas, psicológicas e sociais. Segundo Klonsky & Muwhlenkamp, são pessoas muito autocríticas e autênticas. A principal razão reportada é para lidar com sentimentos e pensamentos negativos, como tristeza, raiva e autocrítica. Essa, pode mudar no decorrer da vida. O indivíduo que se autolesiona aprendeu que as sessões lhes trazem algum benefício (DSM-5, 2014), que diminui o custo do ferimento. É importante que os profissionais da educação

saibam identificar sinais de risco, sinais de alerta, e como responder a um caso, entretanto estudos de diversos países mostram que os profissionais estão inseguros, despreparados, com visões estigmatizadas e querem falar a respeito. A necessidade é ainda maior devido à ausência de profissionais de saúde nas escolas, e pela falta de comunicação com órgãos públicos de saúde, o que acarreta na descontinuidade do acompanhamento. Para confirmar a literatura, o questionário contou com 20 participantes de áreas diversas mas com prevalência (58%) das ciências exatas. 68,4% teve contato com o ensino fundamental I, onde se encontra o pico da faixa etária de início. 85% nunca teve orientação sobre autolesão, como esperado. Quando questionados sobre quanto se sentem confortáveis para conversar sobre ALNS, 60% concordou, porém a porcentagem diminuiu quando as perguntas se tornaram mais específicas, como sobre identificar a lesão, e o que fazer. Nas questões para identificação de estigmas, houve prevalência de neutralidades nas perguntas sobre gênero, distúrbios alimentares e ALNS estar atrelada ao suicídio. Na questão para identificação de casos de autolesão, 20% selecionou as opções *piercing* e tatuagem, 65% a opção privação de comida e 35% o uso de drogas ou bebidas alcoólicas, que não se enquadram como ALNS. Nas experiências relatadas, os ferimentos identificados estavam na região dos pulsos e houve majoritariamente uma aproximação, questionando o jovem sobre o ocorrido. As respostas mais elaboradas e demonstrando grau de conhecimento sobre o assunto vieram das áreas de ciências biológicas e educação especial. Foi também possível notar que os professores perderam o contato com os alunos e não sabem o que aconteceu a respeito. A necessidade de preparo foi reforçada nos relatos.

## Conclusões

Momento conturbado, é na adolescência que se encontra o pico de início para ALNS. Nesse mesmo período, os jovens passam a maior parte do tempo na escola. Por isso, é um local privilegiado para desenvolvimento de habilidades socioemocionais e identificação de problemas. Em contrapartida, os profissionais da educação estão inseguros e despreparados

para acolher os jovens que se autolesionam. Através do questionário foi possível observar alta participação na questão complementar, demonstrando a necessidade de comunicação a respeito da ALNS. À princípio, a maior parte dos participantes respondeu estar seguro para responder à um aluno que se auto lesionou, e de fato dos 40% que tiveram contato direto com os jovens, foi feita uma aproximação. Porém nas perguntas específicas sobre estigmas houve prevalência de neutralidade, e erros comuns. Fator preocupante, já que o contato inadequado pode ser prejudicial à vítima. Distúrbios alimentares foram amplamente confundidos com ALNS. Todos os resultados estiveram de acordo com a literatura, mostrando insegurança, estigma, despreparo dos profissionais e interesse por formação continuada.

## Referências Bibliográficas

JUHNKE Gerald A.; GRANELLO Darcy Haag; GRANELLO Paul F. **Suicide, Self-Injury, and Violence in the Schools: assesment, prevention, and interventions strategies.** New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., 2011.

ABOUT self-injury. **International Society for the Study of Self-injury (ISSS)**, 2018. Disponível em: <<https://itriples.org/category/about-self-injury/#what-is-self-injury>>. Acesso em 16 de março de 2021.

MANUAL diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5®). 5. ed. **American Psychiatric Association.** Artmed, 2014.

QUESADA, Andrea Amaro et. al. Cartilha para prevenção da automutilação e do suicídio: orientações para professores e profissionais de saúde. Fortaleza: Fundação Demócrito Rocha, 2020. Disponível em <<https://prevencaoevda.com.br/>>. Acesso em 16 de março de 2021.

HEATH Nancy L. et al. **“I Am Not Well-Equipped” High School Teachers’ Perceptions of Self-Injury.** Canadian Journal of School Psychology, 2006.

## **The pain paradox: Self-harm in the perspective of the modern science**

**Yara Torres de Souza**

**José F. Fontanari**

Universidade de São Paulo

yaratorres@usp.br

### **Objectives**

Literature study and scientific findings on the topic of non-suicidal self-injury. Build a context for the problem of self-injury at school and analyze the possibilities to propose solutions to education professionals. With the approach of the theme, it will be possible to become familiar with the research scenario and develop increasingly active projects.

### **Materials and Methods**

A broad initial question, non-suicidal self-injury has numerous aspects of analysis. At the beginning, a survey was made of articles and topics to be answered, from legislation, epidemiology, prevention methods and practice at school, among others. The analysis of productions from different periods allowed us to have a general perspective of research and the current scenario of new ideas. To familiarize current research on the subject, there was participation in an e-conference held by the International Network of Early Career Researchers in Suicide and Self-harm (netECR) and also in a free course on Prevention of Self-Mutilation, conducted by the University of Alberta do Nordeste of the Demócrito Rocha Foundation. In order to collect experiences for literature confirmation, an anonymous form was developed based on the article "I Am Not Well-Equipped - High School Teachers Perceptions of Self-Injury" and also on the Common Myths Questionnaire in the Primer for Self-Mutilation and Suicide Prevention. The invited audience was restricted to people who had experience on teaching classes. The questions sought to identify

security with the theme and frequent stigmas found in the literature, in addition to collecting personal experiences in open-ended questions.

### **Results**

The term self-injury encompasses any situation of self-inflicted harm, but the focus of the work is on cases of non-suicidal self-injury (ALNS), in which the individual injures his body for five or more days, with the expectation of immediate physical harm and without the intention of death. It is important to emphasize that attitudes accepted by certain groups do not fit the term, such as the use of piercings, tattoos and injuries from religious rituals. Situations that could lead to future harm, such as food deprivation and drug and drink use, are also excluded. In Brazil, from 2011 to 2018, more than 300,000 cases were reported, with almost half in the 15-29 age group, 67.3% of which were women. The common age of onset is around 12 to 15 years old (SSSI). The reason is associated with several biological, psychological and social variables. According to Klonsky & Muwhlenkamp, they are very self-critical and authentic people. The main reason reported is to deal with negative feelings and thoughts such as sadness, anger and self-criticism. This one can change in the course of life. The self-injured individual has learned that the sessions bring them some benefit (DSM-5, 2014), which lowers the cost of the injury. It is important that education professionals know how to identify risk signs, warning signs, and how to respond to a case, however studies from several countries show that professionals are insecure, unprepared, with stigmatized views and want to talk about it. The need is even greater due to the absence of health professionals in schools, and the lack of

communication with public health agencies, which leads to the discontinuity of monitoring. To confirm the literature, the questionnaire had 20 participants from different areas but with prevalence (58%) of exact sciences. 68.4% had contact with elementary school, where the peak of the beginning age group is found. 85% never had self-injury guidance, as expected. When asked how comfortable they feel to talk about ALNS, 60% agreed, but the percentage decreased when the questions became more specific, such as identifying the lesion, and what to do. In the questions to identify stigmas, there was a prevalence of neutrality in the questions about gender, eating disorders and ALNS being linked to suicide. In the question to identify cases of self-injury, 20% selected the piercing and tattoo options, 65% the food deprivation option and 35% the use of drugs or alcoholic beverages, which do not qualify as ALNS. In the reported experiences, the identified injuries were in the wrist region and there was mostly an approximation, questioning the young man about what had happened. The most elaborate answers and demonstrating the level of knowledge on the subject came from the areas of biological sciences and special education. It was also possible to notice that the teachers lost contact with the students and do not know what happened about it. The need for preparation was reinforced in the reports.

## Conclusions

Troubled time, it is in adolescence that the peak of the beginning for ALNS is found. During this same period, young people spend most of their time at school. Therefore, it is a privileged place to develop socio-emotional skills and identify problems. On the other hand, education professionals are insecure and unprepared to welcome young people who harm themselves. Through the questionnaire, it was possible to observe high participation in the complementary question, demonstrating the need for communication about the ALNS. At first, most participants said they were safe to respond to a student who was self-injured, and in fact, of the 40% who had direct contact with young people, an approximation was made. However, in the specific questions about stigmas, there was a prevalence of neutrality, and common errors. A worrying factor, since

inappropriate contact can be harmful to the victim. Eating disorders have been widely confused with ALNS. All results were in agreement with the literature, showing insecurity, stigma, professionals' unpreparedness and interest in continuing education.

## References

JUHNKE Gerald A.; GRANELLO Darcy Haag; GRANELLO Paul F. **Suicide, Self-Injury, and Violence in the Schools: assesment, prevention, and interventions strategies**. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., 2011.

ABOUT self-injury. **International Society for the Study of Self-injury (ISSS)**, 2018. Disponível em: <<https://itriples.org/category/about-self-injury/#what-is-self-injury>>, accessed 16 March 2021.

MANUAL diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5®). 5. ed. **American Psychiatric Association**. Artmed, 2014.

QUESADA, Andrea Amaro et. al. Cartilha para prevenção da automutilação e do suicídio: orientações para professores e profissionais de saúde. Fortaleza: Fundação Demócrito Rocha, 2020. Disponível em <<https://prevencaoevida.com.br/>>, accessed 16 March 2021.

HEATH Nancy L. et al. **"I Am Not Well-Equipped" High School Teachers' Perceptions of Self-Injury**. Canadian Journal of School Psychology, 2006.