

**RELATO DE EXPERIÊNCIA SETEMBRO AMARELO NO PROJETO FOCO NA MENTE:
INDICAÇÕES CULTURAIS PARA PROMOVER A SAÚDE MENTAL NAS REDES
SOCIAIS
ODS 3**

Talita Santos Krauss Ferraz (Universidade de Taubaté)
Ana Júlia Ferreira Pedro (Universidade de Taubaté)
Maria Stella Amorim da Costa Zöllner (Universidade de Taubaté)
Fernanda da Costa Zöllner (Universidade de Taubaté)

A campanha “Setembro Amarelo”, realizada em todo o Brasil, trabalha e divulga conhecimento sobre a importância da saúde mental, a valorização da vida e a prevenção do suicídio. Apesar dessa importante campanha estar fortemente consolidada desde a sua criação, ainda enfrenta desafios para que sua mensagem seja transmitida e aceita pelo público. Dessa forma, para transmitir de maneira mais leve, acessível e efetiva conhecimento sobre esses temas foram procuradas e utilizadas indicações culturais como ferramentas de sensibilização e comunicação em redes sociais. O presente trabalho objetiva relatar a experiência de estudantes de Medicina na elaboração de postagem no Instagram, utilizando como referência cultural e tema o livro “As vantagens de ser invisível” de Stephen Chbosky, com o propósito de transmitir a importância do cuidado psicológico. O presente trabalho realiza um estudo descritivo embasado na experiência de um grupo de acadêmicos de Medicina da Universidade de Taubaté (UNITAU) que selecionaram um livro conhecido e de fácil identificação pelo público, cujo conteúdo foi consultado e transformado em uma linguagem gráfica para o meio digital utilizando-se como ferramenta principal um resumo do livro. Além disso, o material foi produzido com um design baseado na campanha “Setembro Amarelo”, utilizando cores atrativas, frases curtas e uma legenda potencialmente cativante. Os resultados observados demonstraram interesse dos seguidores pela publicação, por meio de curtidas, comentários e compartilhamentos. Nesse sentido, é possível observar que a abordagem do tema setembro amarelo e prevenção do suicídio foi facilitada pelo formato da abordagem, tornando-o mais aparente, tornando-se mais evidenciado e menos estigmatizado, além de promover uma reflexão do leitor sobre empatia e saúde mental. Conclui-se, portanto, que utilizar referências culturais em postagens no Instagram é uma maneira eficaz de comunicar, divulgar e facilitar o entendimento sobre a saúde mental, setembro amarelo e a valorização da vida.

Palavras-chave: saúde mental; Instagram; cultura; medicina; setembro amarelo.

Referências:

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA; CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. Setembro Amarelo – Prevenção ao Suicídio. Disponível em: <https://www.setembroamarelo.com/>. Acesso em: 16 set. 2025.

Chbosky S **“As vantagens de ser invisível”** 288p Rocco Jovens leitores