

SETEMBRO AMARELO: ação interativa sobre prevenção ao suicídio, um relato de experiência

Ana Cecília Lopes Duarte¹

Camile Vitória Gonçalves Silva²

Heliana Barbosa Daher Abi-Faïçal³

Layssa Marques de Oliveira⁴

Jéssica Barros Abdon Moura⁵

6

Resumo

O Setembro Amarelo é uma campanha de conscientização sobre a prevenção ao suicídio que busca alertar a sociedade sobre a realidade do problema, esclarecê-lo e incentivar o diálogo sobre a saúde mental. Neste contexto, este projeto se propôs a desenvolver uma psicoeducação com uma ação voltada à comunidade acadêmica e ao público em geral, com o objetivo de informar, sensibilizar e estimular conversas sobre prevenção ao suicídio de forma acessível e interativa, sendo esse resumo visa apresentar um relato de experiência. Para isso, elaboramos cartas contendo perguntas e respostas baseadas em conceitos da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), abordando temas como distorções cognitivas, estratégias de enfrentamento, plano de segurança e atitudes adequadas ao lidar com alguém em sofrimento. O material foi utilizado em uma dinâmica em formato de jogo, incentivando a participação ativa dos envolvidos. A atividade proporcionou um ambiente de diálogo, acolhimento e aprendizado coletivo, promovendo reflexões importantes sobre a importância de ouvir sem julgamentos e buscar apoio profissional. A experiência demonstrou que metodologias lúdicas e interativas podem ser ferramentas eficazes de educação em saúde mental, contribuindo para a ampliação do conhecimento e para a redução de preconceitos.

¹ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

² Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

³ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

⁴ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

⁵ Docente do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia, Mestre em Ciências Ambientais e saúde

Palavras-chave: Conscientização; Psicoeducação; Saúde Mental; Setembro Amarelo; TCC.

