SETEMBRO AMARELO: VOCE NAO ESTA SOZINHO

Autor(res)

Ariane Calixto De Oliveira
Mauricio Angelo De Souza
Adrielle Oliveira De Almeida
Thaís Malta Da Silva Pinho
Rafaela Cecci Macedo
Driele Fernandes Moura
Maria Eduarda Da Silva Pires
Natasha Machado Martins
Vitória De Moraes Moreira
Danielle Bettoni Ferreira
Bianca Da Silva Roque

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Introdução

A valorização da vida e a prevenção do suicídio são fundamentais para a promoção da saúde mental, sobretudo em ambientes universitários, onde há altos níveis de estresse e vulnerabilidade emocional (Xiao et al., 2021). Nas instituições de ensino superior, persistem lacunas no apoio psicológico, como o difícil acesso a intervenções precoces e a baixa detecção de estudantes em risco (Rastogi, 2024). Diante desse contexto, o projeto “Setembro Amarelo: Você Não Está Sozinho” busca fortalecer o acolhimento, a escuta ativa e o diálogo, promovendo um espaço de apoio e pertencimento. A iniciativa alinha-se às diretrizes contemporâneas de promoção da saúde mental e prevenção do suicídio no meio acadêmico, enfatizando a importância de ações integradas, empáticas e participativas que estimulem o cuidado coletivo e o fortalecimento dos vínculos interpessoais (MacPhee et al., 2024).

Objetivo

Promover a conscientização sobre saúde mental e valorização da vida no ambiente universitário, por meio de práticas de acolhimento, escuta ativa e interação, estimulando o diálogo sobre emoções, fortalecendo vínculos, divulgando canais de apoio psicológico e incentivando o protagonismo estudantil em ações de promoção da vida.

Material e Métodos

Relato de experiência de ação extensionista promovida por Ligas Acadêmicas do curso de enfermagem de instituição privada, no dia 17 de setembro de 2025, nos períodos matutino e noturno no campus universitário. Envolveram três frentes: Abraço Grátis (acolhimento e interação), Varal das Emoções (mural “O que te faz feliz?”)

e Canto da Escuta (escuta ativa e orientação sobre apoio psicológico). Participaram cerca de 200 estudantes, docentes e colaboradores. Os dados foram obtidos por observação e registro de adesão

Resultados e Discussão

A participação de cerca de 200 pessoas demonstrou o potencial de ações extensionistas na promoção da saúde mental universitária. O Varal das Emoções destacou a importância da expressão emocional coletiva como fator protetor (Silva et al., 2024). O Abraço Grátis mostrou-se eficaz na redução de barreiras afetivas e no fortalecimento do sentimento de pertencimento (Xiao et al., 2021). Já o Canto da Escuta possibilitou identificar estudantes em risco e encaminhá-los a suporte especializado, em consonância com abordagens integradas de prevenção, como triagem e apoio contínuo (Aluri et al., 2024). A parceria entre Enfermagem e Psicologia evidenciou o protagonismo discente e reforçou a extensão universitária como ferramenta de cuidado, empatia e valorização da vida.

Conclusão

A experiência evidenciou que ações extensionistas baseadas em acolhimento e escuta fortalecem a sensibilização sobre saúde mental e valorização da vida no meio universitário. Ressalta-se a importância de manter e ampliar essas práticas, integrando ensino, extensão e cuidado, para consolidar redes de apoio e desenvolver nos estudantes competências de empatia, cuidado e responsabilidade social.

Referências

XIAO, Y.; LI, Y.; WANG, Z.; FENG, X.; LIU, H. Suicide prevention among college students: A systematic review. Journal of American College Health, v. 69, n. 2, p. 223-234, 2021. DOI: 10.1080/07448481.2020.1711761.
MACPHEE, J.; KEHOE, C.; RIVERA, T. Mental health promotion and suicide prevention in emerging adulthood: An online intervention program. Current Psychology, 2024. No prelo. DOI: xxxx
SILVA, F.; SANTOS, A.; OLIVEIRA, M.; PEREIRA, T. Culturally contextualized suicide prevention for international students. Frontiers in Psychology, v. 15, p. 101-110, 2024.
RASTOGI, R.; MENON, V.; KHAN, T. Implications for identifying and treating at-risk students. Psychiatry Research, v. 330, p. 115-122, 2024.
ALURI, J.; MONTGOMERY, C.; DWYER, E.; PARKER, S. A suicide prevention initiative across a multi-campus university. Johns Hopkins University Report, Baltimore, 2024.