



O PODER DE UM ABRAÇO: EDUCAÇÃO EM SAÚDE EM ALUSÃO AO SETEMBRO AMARELO

THAIS MEDEIROS DE ASSIS CASTRO; BRENDA LUIZA COSTA OLIVEIRA FREITAS;
CAMILA SAYONARA TAVARES GOMES; VITÓRIA PIRES DE MIRANDA

INTRODUÇÃO: A prevalência de transtornos psiquiátricos entre estudantes universitários, tais como ansiedade e depressão, tem aumentado substancialmente, alcançando a estimativa de 15% a 25%, podendo levar ao suicídio. Nesse sentido, a temática ganha relevância nas universidades, sobretudo no “Setembro Amarelo”, mês de conscientização da saúde mental e combate ao suicídio. Assim, uma estratégia eficaz de abordagem dessa problemática é a educação em saúde, que contribui para o enfrentamento de vulnerabilidades e promove o autocuidado. **OBJETIVO:** Objetivou-se relatar a experiência de acadêmicos do curso de medicina em uma vivência de educação em saúde, tendo como tema o “setembro amarelo”, em uma Instituição de Ensino Superior (IES) privada. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** Tratou-se de uma ação extensionista, realizada em setembro de 2022, por estudantes de medicina integrantes da Liga Acadêmica de Práticas Médicas no SUS. O público alvo foi composto por estudantes universitários de cursos da área da saúde abordados no espaço de convivência da IES. Na ação, os alunos foram sensibilizados e orientados quanto à temática através distribuição de folders, do simbólico laço amarelo e foi exposto um “jardim de Girassóis” com bilhetes motivacionais. Outrossim, houve o alinhamento dos organizadores pelo Método Clínico Centrado na Pessoa habilitando-os para a escuta ativa, respeitando o anonimato. Houve relatos de depressão, tentativas de suicídio, tratamento e busca pela felicidade. Um abraço era oferecido como conforto naquele momento de comoção. **DISCUSSÃO:** Estudos revelam que a depressão e a ansiedade mostraram-se como os transtornos psiquiátricos prevalentes no ambiente universitário. Os dados foram obtidos por autorreferência e a maioria dos participantes desconheciam sinais de alerta e canais de ajuda. Ademais, identificou-se a potencialidade das ações de educação em saúde em abordagens sobre saúde mental com estudantes. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que ações como essa são essenciais para promover a educação em saúde ao divulgar informações sobre a prevenção ao suicídio, indicar sinais de alerta, orientar sobre a importância do autocuidado e informar sobre canais de ajuda. Tal vivência enriquece a construção acadêmica e profissional dos estudantes na aquisição de habilidades e competências e fortalece a ótica da Educação em Saúde como instrumento eficaz de intervenção.

Palavras-chave: Prevenção ao suicídio, Educação em saúde, Serviços de saúde para estudantes, Saúde mental.