



AÇÃO SOBRE O JANEIRO BRANCO NA COMUNIDADE SURDA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

JULIA PESSOA BAIMA; IVINA KARLA DE BRITO DAMASCENO; LUIZA ARAGÃO
COUTINHO CARLÔTO; ANDRE MATERSON DE OLIVEIRA SILVA

Introdução: O janeiro branco é um mês dedicado à conscientização acerca da saúde mental, onde são realizadas ações direcionadas ao combate do estigma em torno dos transtornos mentais, incentivando o diálogo e a busca por ajuda profissional. Entretanto, ainda há barreiras comunicativas envolvendo a comunidade surda, em que acabam ficando escassos de informações e por muitas vezes isolados da sociedade. A fim de promover a inclusão e acessibilidade da comunidade surda, foi realizado um encontro na Associação dos Surdos do Ceará (ACES) dedicado ao janeiro Branco. **Objetivos:** Demonstrar, através da percepção do discente, a importância de cuidar da saúde mental e emocional, para a comunidade surda. Apresentar maneiras de se expressar e como evitar algumas doenças psiquiátricas que acometem muitos surdos, como a depressão e a ansiedade. **Relato de experiência:** A atividade foi organizada e executada pelos discentes da Liga Acadêmica de Saúde em Libras (LASLI), ocorreu no mês de janeiro de 2024 na Associação Dos Surdos Do Ceará (ASCE), localizada no bairro Farias Brito, no município de Fortaleza/CE. Participaram da ação 20 surdos de ambos os sexos que frequentam a instituição. Para a realização da educação em saúde houve uma roda de conversa aberta com a população surda sobre o Janeiro Branco e 2 dinâmicas que abordaram o assunto, além disso a atividade contou com estações de aferição de pressão arterial, glicemia e peso corporal. **Discussão:** Foi notado uma grande adesão e engajamento por parte da comunidade surda, em que eles puderam esclarecer diversas dúvidas acerca do assunto e participar da dinâmica de forma ativa, além de aprenderem formas de melhorar a ansiedade, adotar práticas que melhorem a qualidade de vida e quando procurar um profissional da saúde. **Conclusão:** Pode-se concluir que a ação realizada no ASCE foi de suma importância para a comunidade surda de forma geral. Durante as dinâmicas, surgiram muitas dúvidas acerca do tema “saúde mental”, que foram sanadas de maneira clara e objetiva. Por fim, nota-se uma necessidade de ações como essa para a comunidade surda, pois nem sempre eles têm acesso a informações, devido à falta de acessibilidade.

Palavras-chave: Janeiro branco, População surda, Educação em saúde, Saúde mental, Prevenção.