

## Setembro Amarelo, por que esse mês é tão importante em dias atuais?

Por Enfa. Kimberly Ferreira – COREN RS 552072, Enfa. Emanuelle Correa – COREN RS 918348 e Enfa. Tamiris Dias – COREN RS 768013



Fonte: Site Setembro Amarelo

Todos os anos no mês de setembro são realizadas campanhas de prevenção ao suicídio, uma campanha inspiradora que traz a cor amarela nas propagandas de televisão, panfletos, e redes sociais, entre outros meios de marketing, mas você já se perguntou o porquê do mês de setembro ser o escolhido para ser realizado essa campanha? E o porquê da cor amarela? Pois então nesse texto vamos lhe explicar tudo isso.

No dia 8 de setembro de 1994 às 23:52 da noite ocorreu uma fatalidade que chocou os Estados Unidos, um menino chamado Mike Emme de apenas 17 anos cometeu um suicídio. Mike Emme segundo sua família e amigos era um menino muito carinhoso com todos, sua habilidade era ser mecânico ele tinha um Mustang 68 que ele mesmo restaurou e pintou de amarelo, sua família e amigos relatam que ele não dava indícios de estar com depressão, muito menos de tirar sua própria vida, mas só Mike sabia a dor que ele estava carregando.

Mike Emme foi encontrado por seus pais morto a tiro dentro do seu tão amado mustang amarelo, ao seu lado tinha um bilhete escrito: "Mãe e Pai, não se culpem". No seu funeral os amigos montaram uma cesta de cartões e fitas amarelas com a mensagem: "Se precisar, peça ajuda". A ação ganhou grandes proporções e expandiu-se pelo país.

Em 2003, a Organização Mundial da Saúde (OMS) instituiu o dia 10 de setembro para ser o Dia Mundial da Prevenção do Suicídio. O amarelo do Mustang de Mike é a cor escolhida para representar essa campanha.

Atualmente está ocorrendo com grande incidência entre os jovens de 15 a 29 anos, segundo a Secretaria de Vigilância em Saúde, uma vez que o suicídio foi à quarta causa de morte, depois de acidentes no trânsito, tuberculose e violência interpessoal. Trata-se de um acontecimento que pode afetar indivíduos de diferentes origens, sexos, culturas, classes sociais e idades.

Devemos nos conscientizar sobre a importância que a vida tem, e com isso ajudar na prevenção do suicídio, tema que ainda é visto como tabu. É importante falar sobre o assunto e com isso as pessoas que estão passando por momentos difíceis e de crise busquem ajuda e entendam que a vida sempre vai ser a melhor escolha. Seja a esperança de alguém em dias difíceis. Visto que, na maioria dos casos as pessoas só querem ser acolhidas!

*Suicídio é uma emergência  
médica, ligue para o SAMU.*



**Fonte:** Site Setembro Amarelo

Quando uma pessoa decide terminar com a sua vida, os seus pensamentos, sentimentos e ações apresentam-se muito restritivos, ou seja, ela não consegue ter um olhar amplo para enxergar as coisas boas que lhe acontecem e começa a focar somente no que está sentindo de ruim e isso faz com que expanda cada vez mais, tornando-se a sua realidade. E com isso o pensamento é somente de acabar com aquele sentimento e sofrimento.

Em vista disso, orientamos que as pessoas se informem sobre de que maneiras podem ajudar. É muito importante que as pessoas próximas saibam identificar que alguém está pensando em se matar e a ajude, realizando uma escuta ativa e sem julgamentos, mostrando que está disponível para ajudar e demonstrar empatia, mas principalmente levando-a ao médico psiquiatra/psicólogo, que vai saber como manejar a situação e salvar esse paciente.



Agora que já lhe explicamos o motivo de setembro ter sido escolhido e o porquê da cor amarela eu lhe pergunto, o que você tem carregado aí dentro de você? Qual a dor que anda te consumindo? Nós estamos vivendo a geração que mais tem problemas com sua saúde mental, pessoas com ansiedade, depressão, pânico entre outras doenças, talvez você diga que não tem dor alguma, está bem, está feliz, que ótimo eu fico feliz por você, mas lhe digo tem muitas pessoas nesse exato momento que estão pensando em tirar sua vida, então se está tudo bem com você procure ajudar pessoas que precisam, têm muitas pessoas que escondem atrás de um sorriso uma dor profunda.



O mês de setembro foi escolhido para ser divulgada essa campanha, porém todos os dias e meses, tem alguém precisando de ajuda, busque ajuda de um profissional da saúde como psicólogo, psiquiatra, ou até mesmo alguém da sua confiança como um familiar ou amigo, talvez tudo bem não estar bem o tempo todo, talvez tudo bem chorar, mas o que não está bem é você continuar assim, com esse aperto no peito, e com essa dor que te consome. Busque ser ajudado, ou busque ajudar alguém, isso será muito importante.

**Doença mental não é uma sentença. Há tratamentos eficazes.**

**VOCÊ É MUITO IMPORTANTE, CUIDE-SE.\*\***



Fonte: Site Setembro Amarelo



**IMPORTANTE** : Somente um médico pode diagnosticar doenças, indicar tratamentos e receitar medicações. O conteúdo apresentado neste portal pretende apoiar e não substituir a consulta médica.

## Referências

BRASIL. **A Origem do Setembro Amarelo.** Câmara Municipal de São João. Disponível em: <<http://camarasaojoao.pe.gov.br/a-origem-do-setembro-amarelo/#:~:text=Em%202003%2C%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial,escolhida%20para%20representar%20essa%20campanha>> Acesso em 30 de agosto de 2024.

BRASIL. **Setembro Amarelo. O triste motivo pelo qual a cor foi escolhida.** Câmara Municipal de Rondonópolis. Disponível em: <<https://www.rondonopolis.mt.leg.br/noticia?id=21981#:~:text=todos%20para%20sempre.-,Mike%20Emmeestava%20morto%20dentro%20de%20seu%20t%C3%A3o%20amado%20mustang%20amarelo,%2C%20pai%2C%20n%C3%A3o%20se%20culpem>> Acesso em 30 de agosto de 2024.

SETEMBRO AMARELO. **Comportamento suicida:** conhecer para prevenir. Associação Brasileira de Psiquiatria. Conselho Federal de Medicina. Disponível em: <[https://www.setembroamarelo.com/files/ugd/e0f082\\_a44f70d6665647ea9ecf0631cc82b142.pdf](https://www.setembroamarelo.com/files/ugd/e0f082_a44f70d6665647ea9ecf0631cc82b142.pdf)> Acesso em 30 de agosto de 2024.

SETEMBRO AMARELO. **Informações importantes sobre doenças mentais e suicídio.** Associação Brasileira de Psiquiatria. Conselho Federal de Medicina. Disponível em: <[https://www.setembroamarelo.com/files/ugd/26b667\\_40fee44055664bb588883c8a73ebe8a6.pdf](https://www.setembroamarelo.com/files/ugd/26b667_40fee44055664bb588883c8a73ebe8a6.pdf)> Acesso em 30 de agosto de 2024.