



# setembro amarelo



O Setembro Amarelo é um movimento internacional de conscientização sobre a prevenção do suicídio. A cada ano, a campanha busca ampliar o debate sobre saúde mental, estimular a procura por ajuda e combater o estigma que ainda envolve esse tema.



**O suicídio é reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um dos mais graves desafios de saúde pública.** Estimativas globais apontam para mais de **700 mil mortes anuais**, número que pode ultrapassar 1 milhão de casos se considerados os registros subnotificados. No Brasil, a média é de aproximadamente 14 mil mortes por ano, o que representa cerca de 38 vidas perdidas a cada dia.

**O impacto entre os jovens é especialmente alarmante.** Dados da OMS mostram que, entre pessoas de 15 a 29 anos, o suicídio está atualmente entre as principais causas de mortalidade, atrás apenas de acidentes de trânsito, tuberculose e violência interpessoal. Estudos nacionais reforçam essa preocupação: entre 2011 e 2022, a taxa de suicídio em jovens brasileiros cresceu cerca de 6% ao ano, índice superior ao da população geral, cujo aumento médio foi de 3,7% ao ano.





## Fatores de risco e barreiras

Quase todos os **casos de suicídio** estão de alguma forma **relacionados a transtornos mentais**, como depressão, transtorno bipolar e uso problemático de substâncias. No entanto, **a falta de diagnóstico adequado e o acesso restrito ao tratamento tornam a prevenção mais difícil**. Além disso, o estigma cultural e religioso que historicamente acompanha o tema ainda gera medo e vergonha de falar sobre o assunto ou buscar apoio, criando barreiras importantes.

**O problema não se limita ao campo da saúde mental.** Questões sociais, familiares, culturais e até mesmo o ambiente escolar e o uso excessivo de redes sociais podem contribuir para comportamentos autodestrutivos. Situações como bullying, isolamento, conflitos familiares e pressões externas ampliam os fatores de risco, principalmente em adolescentes e jovens adultos.



amarelo #setembroamarelo #setembroamarelo #setembroamar

# Prevenção e apoio

Apesar da complexidade do tema, a prevenção é possível e deve ser multidisciplinar. Estratégias de saúde pública, políticas intersetoriais e educação comunitária têm papel decisivo para reduzir as taxas. **É fundamental que familiares, escolas e a sociedade em geral aprendam a identificar sinais de alerta**, como mudanças bruscas de comportamento, isolamento social, desinteresse total ou parcial por atividades antes prazerosas, alterações no sono e no apetite, além de frases que demonstrem desesperança.

**Conversar de forma acolhedora, sem julgamentos**, pode ser o primeiro passo para ajudar. A escuta ativa, o incentivo à busca por tratamento médico especializado e o fortalecimento de redes de apoio são recursos eficazes. Organizações como o Centro de Valorização da Vida (CVV) oferecem atendimento gratuito e confidencial, 24 horas por dia, pelo número 188 ou pelo site [www.cvv.org.br](http://www.cvv.org.br).



# Mobilização social

**O Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, celebrado em 10 de setembro**, é o ponto alto da campanha, mas o movimento se estende por todo o mês e, idealmente, deve ser lembrado ao longo do ano. Diversas ações, como palestras, iluminação de prédios públicos em amarelo, caminhadas e campanhas educativas, têm o objetivo de quebrar tabus e reforçar a valorização da vida.

Em 2025, o lema escolhido é **“Se precisar, peça ajuda!”**, um convite direto para que as pessoas em sofrimento saibam que não estão sozinhas e que existem recursos disponíveis para enfrentar o momento de crise.

***Pedir apoio não é sinal de fraqueza, mas sim um gesto de coragem e autocuidado.***



# Agende uma reunião para falar com um especialista

Dra. Marcela L. F.  
Candido

Diretora Técnica  
Médica

CRM-SP 176.449 |  
RQE 105663

## Canais de comunicação da Bolder Medical:



[boldermedical.com.br](http://boldermedical.com.br)



(19) 99938-1842




(19) 99938-1842



[contato@boldermedical.com.br](mailto:contato@boldermedical.com.br)

Siga nossos perfis nas  
redes sociais e acompanhe  
o nosso blog



 <https://boldermedical.com.br/blog>