

PROMOÇÃO DA VIDA: INTERVENÇÃO DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO REALIZADA NO PROGRAMA MUNICIPAL DA TERCEIRA IDADE NO MUNICÍPIO DE VIÇOSA-MG

Danielly Alves Ladislau¹; Caroline de Castro Moura²; Bruna Rodrigues Bezerra³; Fernanda Vieira Simoncini³; Giovana Diniz

Categoria: Extensão **Área Temática:** Dimensões Sociais ODS3 **Grande Área:** Ciências Biológicas e da Saúde

Palavras-chave: Promoção da Saúde; Saúde Mental; Saúde doidoso

Introdução

A saúde mental da pessoa idosa é fundamental para sua qualidade de vida, especialmente diante de perdas funcionais, sociais e emocionais que impactam diretamente o bem-estar psicológico. As taxas de suicídio nessa população são preocupantes e vêm crescendo nos últimos anos, segundo o Ministério da Saúde, o que evidencia a urgência de se discutir o tema e enfrentar os estigmas ainda presentes na sociedade.

Objetivos

Relatar a experiência de discentes de enfermagem em uma intervenção de saúde mental entre os participantes do Programa Municipal da Terceira Idade (PMTI) de Viçosa-MG, com ênfase na prevenção do suicídio.

Metodologia

A intervenção educativa foi realizada no dia 16 de junho de 2025 com participantes do PMTI de Viçosa-MG, conduzida por estudantes de Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa. A atividade iniciou-se com uma recepção acolhedora e a construção de uma nuvem de palavras sobre os sentimentos dos participantes. Em seguida, a dinâmica “Roda da Empatia” promoveu reflexões e vínculos por meio de perguntas sobre como enfrentar dias difíceis. A atividade central, “O Balão e o Copo” representou simbolicamente o acúmulo de emoções e os limites do corpo e da mente, seguida de uma roda de conversa sobre sofrimento emocional e como buscar ajuda. A atividade também abordou sinais de alerta para o suicídio, a importância da rede de apoio e os serviços de saúde mental disponíveis. O encerramento foi marcado por uma nuvem de palavras e espaço para compartilhamento de experiências.

Resultados

Por meio da construção coletiva das nuvens de palavras no início e no encerramento da atividade, foi possível visualizar o impacto emocional da vivência, evidenciando mudanças positivas nos sentimentos dos participantes, além de funcionar como instrumento de avaliação dos objetivos propostos pela atividade. A participação ativa nas rodas de conversa reforçou a importância do diálogo, do autocuidado e da empatia no cuidado em saúde mental. Todo o processo foi enriquecido pelo envolvimento da equipe facilitadora e pela receptividade do grupo, demonstrando que ações simples, quando realizadas com escuta e intencionalidade, podem promover a vida e enfrentar o sofrimento emocional.

Conclusões

A intervenção evidenciou o valor de estratégias educativas que priorizam o cuidado, a escuta e o acolhimento. Criar espaços seguros para falar sobre saúde mental de forma acessível e empática mostrou-se essencial para fortalecer vínculos, reduzir estigmas e valorizar a vida. A experiência reafirma que iniciativas como essa são fundamentais no enfrentamento do sofrimento psíquico, especialmente em contextos de vulnerabilidade social.

Bibliografia

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil de 2010 a 2021. *Boletim Epidemiológico*, v. 55, n. 4, 2024.

CEJAM. Setembro Amarelo: saúde mental dos idosos exige atenção especial e rede de apoio. Instituição CEJAM, 25 set. 2025. Disponível em: <https://cejam.org.br/noticias/setembro-amarelo-saude-mental-dos-idosos-exige-atencao-especial-e-rede-de-apoio>

DOS REIS, Fábio Augusto; MANSO, Maria Elisa Gonzalez. Ageísmo e sua influência na saúde física e mental de pessoas idosas: uma revisão integrativa. *Estudos Interdisciplinares Sobre o Envelhecimento*, v. 30, 2025.