

Setembro Amarelo: por que a visibilidade não basta?



Por **RODOLFO DAMIANO***

A visibilidade é apenas o primeiro passo; a verdadeira prevenção exige políticas públicas baseadas em evidências e um olhar voltado para a vida, não para a morte

Todo ano, quando chega setembro, a cor amarela toma conta das redes sociais, dos prédios públicos e das campanhas institucionais. A iniciativa da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) e do Conselho Federal de Medicina (CFM) foi um ato de imensa coragem que merece respeito. Quebrar o silêncio sobre um tema tão delicado exigiu ousadia. Mas, passados quase dez anos, talvez seja hora de evoluirmos na forma como abordamos essa questão vital.

A própria origem do amarelo carrega uma contradição. A cor foi escolhida em homenagem a Mike Emme, um jovem americano que se suicidou em 1994 e cujo carro amarelo se tornou um símbolo da prevenção. Começamos, portanto, com uma narrativa que nasce da morte, não da vida. Esse detalhe não é trivial: mostra como, mesmo com as melhores intenções, podemos reforçar imagens de luto em vez de inspiração e reconstrução.

Existe um fenômeno amplamente documentado chamado “efeito Werther” – nome inspirado no romance de Johann Wolfgang Goethe (1749-1832) que, no século XVIII, provocou uma onda de suicídios entre jovens europeus. Desde então, estudos demonstraram que a forma como comunicamos sobre o suicídio pode, paradoxalmente, aumentar o risco entre pessoas vulneráveis.

Quando campanhas se concentram em estatísticas alarmantes, repetem frases de impacto como “a cada 40 segundos uma pessoa se mata no mundo” ou romantizam o sofrimento, acabam correndo o risco de plantar sementes perigosas.

Na prática, como não é possível controlar o que o público entende das campanhas, o Setembro Amarelo cristalizou-se como um mês inteiro dedicado a falar sobre morte, transtornos mentais e sofrimento. Isso trouxe visibilidade e quebrou tabus, mas também criou uma narrativa marcada pelo medo. E aqui surge a pergunta incômoda: será que falar da morte durante trinta dias por ano é realmente a melhor forma de proteger vidas?

Minha proposta é simples, mas ousada: que setembro se torne verde – a cor da esperança, do recomeço, da vida que insiste em florescer. Em vez de reforçarmos a cada ano um calendário de dor, poderíamos construir um calendário de vida. Não se trata de negar a gravidade do suicídio, mas de mudar a lente com que olhamos para o problema.

Em vez de perguntarmos “por que alguém desiste?”, podemos começar a perguntar “o que faz alguém escolher ficar?”. Histórias de superação, comunidades que se apoiam mutuamente, projetos sociais que devolvem dignidade a quem estava à margem, a importância da amizade, do amor, da solidariedade – tudo isso deveria ocupar o centro da narrativa.

Essa mudança não é apenas simbólica. Ela também é política. O presidente da República Luiz Inácio Lula da Silva sancionou recentemente a Lei nº 15.199/2025, que torna o Setembro Amarelo uma campanha oficial, reconhecendo o dia

a terra é redonda

10 como Dia Nacional de Prevenção do Suicídio. É inegável o valor desse marco, mas o risco é que a oficialização se transforme em mais verba para ações publicitárias que, apesar da boa intenção, não têm evidência concreta de reduzir mortes.

O Brasil coloriu monumentos de amarelo por quase uma década e, nesse período, as taxas de suicídio não diminuíram. Pelo contrário, observamos uma aceleração do crescimento, especialmente entre jovens. Isso mostra que a simples visibilidade, sem mudanças estruturais, não é suficiente.

Se quisermos realmente salvar vidas, precisamos de estratégias com base científica sólida. Isso significa incluir a saúde mental no currículo escolar desde cedo, para que crianças e adolescentes aprendam a identificar sinais de sofrimento e a pedir ajuda. Significa treinar médicos da atenção básica, clínicos gerais e enfermeiros para que reconheçam e tratem depressão e ansiedade – já que a maioria das pessoas que morrem por suicídio passou por consultas médicas no ano anterior sem ter sido identificada como em risco. Significa também investir na restrição de meios: instalar barreiras em pontes e metrôs, regular o acesso a pesticidas altamente letais, restringir ainda mais o porte e a posse de armas de fogo. Todas essas medidas têm impacto comprovado na redução de óbitos.

É urgente ampliar o acesso ao cuidado em todas as pontas da rede: desde a atenção primária, passando pelos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), até leitos psiquiátricos de retaguarda. A cada alta após uma tentativa, deveria estar garantido um acompanhamento ativo, com ligações, consultas de seguimento e suporte comunitário. O que temos hoje é uma rede subfinanciada, que deixa profissionais sobrecarregados e famílias desamparadas. Não basta iluminar prédios em setembro se postos de saúde continuam sem psicólogos, CAPS funcionam com equipe mínima e hospitais fecham alas psiquiátricas por falta de recursos.

Também não podemos esquecer que o suicídio não é apenas resultado de transtornos mentais individuais, mas de desigualdades brutais. A prevenção exige olhar para o desemprego crônico, a violência doméstica, o racismo, o abandono dos idosos. Uma campanha efetiva não pode se restringir a slogans; precisa se traduzir em políticas públicas que devolvam perspectiva de vida a quem hoje vive à margem.

O Setembro Amarelo abriu caminho e merece reconhecimento. Mas, agora oficializado por lei, precisa ser ressignificado. A campanha só fará sentido se for acompanhada de investimento em educação, em serviços de saúde mental, em políticas sociais e em restrição de meios letais. O que está em jogo não é a cor do mês, mas a vida das pessoas. E a vida só será preservada se o discurso se converter em prática: em escolas acolhedoras, em médicos capacitados, em CAPS fortalecidos, em hospitais preparados.

Que setembro de 2025 seja um marco de virada. Não um mês de estatísticas e luto, mas um mês de vida, esperança e reconstrução. A oficialização da campanha é uma oportunidade histórica: podemos manter a cor amarela como lembrança de quem partiu, mas precisamos tingir de verde as nossas ações, para que cada pessoa encontre razões para permanecer.

Não basta falar de morte. É hora de investir na vida.

***Rodolfo Damiano**, médico psiquiatra, é pós-doutorando na USP. Autor, entre outros livros, de *Compreendendo o suicídio* (Editora Manole). [<https://amzn.to/4nvpe7E>]

A Terra é Redonda existe graças aos nossos leitores e apoiadores.

Ajude-nos a manter esta ideia.

CONTRIBUA