Cuidar de quem cuida: Hospital Esaú Matos promove ação de saúde mental no Setembro Amarelo

Date : 29-09-2025

Em alusão ao Setembro Amarelo, mês dedicado à prevenção do suicídio e à valorização da vida, o Hospital Esaú Matos realizou, hoje (29), uma ação especial voltada para os profissionais de saúde. O encontro, promovido em parceria com o curso de Enfermagem da Unex, teve como objetivo principal reforçar a necessidade de cuidar da saúde mental daqueles que diariamente dedicam seu trabalho ao cuidado do outro.

Profissionais de saúde

A convidada para conduzir a roda de conversa foi a psicóloga Cauhina Lacerda, que trouxe reflexões valiosas sobre o tema “Quem cuida também precisa de cuidado: saúde mental no dia a dia do hospital”. Durante o encontro, Cauhina destacou o paradoxo vivido pelos profissionais da área. “Nós salvamos vidas, mas muitas vezes, na correria, nos perdemos de nós mesmos. Por isso, é fundamental conscientizar o profissional de saúde de que ele também precisa de cuidado”, afirmou.

Cauhina Lacerda

Diva Arruda

Segundo a psicóloga, pequenas atitudes no cotidiano podem fazer grande diferença para manter o equilíbrio emocional. “Uma das formas de autocuidado é entender que não vamos salvar o mundo. Respeitar nossos limites é essencial”, explicou. Ela ressaltou ainda que não existe cuidado de qualidade sem cuidador saudável. Para a psicóloga, cuidar de si é um ato de

responsabilidade ética: “Quando o profissional se cuida, ele garante não apenas a própria saúde, mas a qualidade da assistência que oferece ao paciente e a preservação da sua profissão”.

De acordo com a coordenadora de Enfermagem, Diva Arruda, a ação do Setembro Amarelo foi pensada em parceria com o Grupo de Trabalho em Humanização (GTH), a Coordenação de Enfermagem, a Comissão de Controle de Infecção Hospitalar (CCIH) e o Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho (Sesmt), no sentido de valorizar o funcionário e lembrar do autocuidado daqueles que cuidam.

Por isso, segundo ela, “esse momento é extremamente importante, pois mostra que o hospital, a direção e todas as coordenações têm um olhar voltado não apenas para a cobrança, mas também para o cuidado. Nada mais é do que um gesto de atenção e reconhecimento, um olhar diferenciado para o colaborador”.