SETEMBRO AMARELO

RSR COMUNICACAO TOCANTINS LTDA:28971575000170
Assinado de forma digital por RSR COMUNICACAO TOCANTINS LTDA:28971575000170
Dados: 2026.09.16 17:33:26 -03'00'

Falar "busque ajuda" é suficiente? Especialistas orientam sobre saúde mental

O SETEMBRO AMARELO AMPLIA, TODOS OS ANOS, AS DISCUSSÕES SOBRE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO, VALORIZAÇÃO DA VIDA E CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL.

Ananda Santos/Governo do Tocantins

Em entrevista ao Jornal Primeira Página, a neuropsicóloga Rosivânia Tosta

O Setembro Amarelo amplia, todos os anos, as discussões sobre prevenção ao suicídio, valorização da vida e cuidados com a saúde mental. Mas, para além das campanhas e da orientação frequente para que pessoas em sofrimento "busquem ajuda", especialistas chamam atenção para a necessidade de explicar onde procurar atendimento, reconhecer sinais de alerta e oferecer apoio a quem nem sempre consegue pedir ajuda sozinho.

Em entrevista ao Jornal Primeira Página, a neuropsicóloga Rosivânia Tosta avalia que setembro funciona como um período de intensificação do debate, mas que o cuidado precisa continuar durante todo o ano.

"O mês de setembro é um lembrete, é uma intensificação desses cuidados. Então, eu acho válido porque estimula e dá visibilidade para a saúde mental", afirmou.

Segundo a neuropsicóloga, o adoecimento mental pode ocorrer em qualquer fase da vida e não possui uma causa única. Fatores sociais, ambientais, familiares, econômicos e individuais podem se sobrepor e contribuir para o sofrimento.

Para ela, compreender essas diferentes causas também é importante para evitar que a responsabilidade pelo adoecimento seja colocada exclusivamente sobre quem está enfrentando o problema.

Quando "busque ajuda" não é tão simples

Uma das principais reflexões levantadas por Rosivânia é justamente sobre uma das frases mais associadas às campanhas de saúde mental: "busque ajuda".

A neuropsicóloga explica que, dependendo do grau de sofrimento, a própria pessoa pode não ter condições emocionais de tomar a iniciativa.

"Dependendo do nível de adoecimento daquele paciente, ele está vulnerável, está frágil, está desanimado, muitas vezes por um quadro depressivo. Às vezes, colapsado de tal maneira que ele não consegue buscar ajuda", explicou.

Outro problema, segundo ela, é orientar a procura por ajuda sem mostrar onde ela está disponível ou sem considerar as dificuldades que podem aparecer durante esse processo.

Por isso, Rosivânia defende uma participação mais ativa de familiares, amigos, colegas de trabalho e pessoas próximas.

"É estar perto, é estar presente, é acompanhar. 'Vamos juntos, eu vou com você'. Já é diferente. 'Eu estou aqui, estou presente, estou olhando para você, quero te ouvir'", afirmou.

Sofrimento mental nem sempre é visível

Outro alerta durante o Setembro Amarelo é que não existe uma aparência única para uma pessoa em sofrimento mental.

Rosivânia explica que o imaginário popular costuma associar o adoecimento a alguém abatido, sem disposição para trabalhar, com dificuldades de autocuidado ou afastado da vida social. Essa imagem, porém, nem sempre corresponde à realidade.

Uma pessoa pode continuar trabalhando, cuidando da aparência, participando de eventos, sorrindo e publicando normalmente nas redes sociais enquanto enfrenta sofrimento emocional.

Para a neuropsicóloga, isso reforça a necessidade de atenção às pessoas próximas e de espaços de escuta que não dependam apenas de sinais externos.

Ansiedade também pode aparecer no corpo

Alguns sinais de sofrimento emocional podem se manifestar fisicamente. Palpitações, coração acelerado, suor excessivo, falta de ar e sensação de irrealidade, por exemplo, podem estar associados a crises de ansiedade ou ataques de pânico, mas também podem ocorrer em outras condições de saúde.

O psicólogo da Secretaria Municipal da Saúde de Palmas (Semus), Sonielson Luciano de Sousa, orienta que esses sintomas não sejam analisados isoladamente e que se evite o autodiagnóstico.

"É importante que a pessoa busque ajuda e não faça um autodiagnóstico. A ansiedade não deve ser compreendida apenas como um problema isolado, mas como uma resposta do organismo que pode estar relacionada a diferentes fatores", explica.

Quando os sintomas surgirem de maneira súbita e intensa, principalmente com dor no peito, desmaio, dificuldade importante para respirar ou outros sinais de gravidade, a recomendação é procurar atendimento de urgência.

A ansiedade também pode interferir no sono. O estado de alerta pode dificultar o início do sono ou provocar despertares durante a noite. Ao mesmo tempo, dormir mal pode aumentar irritabilidade, tensão e sintomas ansiosos.

Afinal, onde buscar ajuda em Palmas?

Para Rosivânia, dizer que alguém deve procurar ajuda precisa vir acompanhado de uma informação essencial: onde essa pessoa pode encontrá-la.

Em Palmas, as Unidades de Saúde da Família (USFs) podem acompanhar situações iniciais de sofrimento e funcionar como porta de entrada para a organização do cuidado. Casos que necessitam de acompanhamento especializado ou mais intensivo podem ser direcionados aos Centros de Atenção Psicossocial (Caps).

Em situações de urgência, a população pode procurar as Unidades de Pronto Atendimento (UPAs) ou acionar o Samu pelo telefone 192. Quando necessário, há ainda suporte hospitalar por meio do Hospital Geral de Palmas (HGP), unidade da rede estadual.

O Centro de Valorização da Vida (CVV) oferece escuta gratuita pelo 188, durante 24 horas, mas o serviço não substitui o atendimento de emergência.

Rosivânia também cita a rede de proteção social, incluindo Cras e Creas, e os números 180 e 190 para situações que envolvam outras formas de vulnerabilidade ou risco.

Para a neuropsicóloga, portanto, a mensagem do Setembro Amarelo precisa ultrapassar a orientação individual para que alguém procure ajuda. O cuidado também envolve reconhecer o sofrimento, estar disponível para ouvir e, quando necessário, acompanhar a pessoa até essa ajuda

POLITRAUMATISMO

Renato Jayme segue internado em estado grave em Brasília após acidente

O ex-secretário de Saúde do Tocantins Renato Jayme da Silva, de 58 anos, permanece internado em estado grave na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) do Hospital DF Star, em Brasília. Ele sofreu um acidente de trânsito no último dia 4 e foi transferido do Hospital de Referência de Gurupi para a capital federal no dia 7.

Segundo boletim médico divulgado pelo Hospital DF Star, Renato Jayme está na UTI em decorrência de politraumatismo.

"No momento, encontra-se em grave estado geral e em respiração mecânica", informou a unidade hospitalar.

Renato Jayme viajava com a esposa, Olívia Aparecida Amaral Silva, de 52 anos, e o filho, Vitor Faleiro, quando o veículo em que a família estava capotou na TO-070, no dia 4 de setembro, conforme informações da Polícia Militar.

Olívia morreu no local. O filho do casal foi encaminhado ao Hospital de Referência de Gurupi e recebeu alta ainda no mesmo dia.

Renato permaneceu internado na unidade de Gurupi até o dia 7, quando foi transferido, a pedido da família, para o hospital particular em Brasília.

Além de ter comandado a Secretaria de Estado da Saúde, Renato Jayme também foi presidente do Instituto Natureza do Tocantins (Naturatins).

Nielcem Fernandes/Governo do Tocantins

Boletim médico

Em nota datada de 15 de setembro, o Hospital DF Star informou:

"O Hospital DF Star, em Brasília, informa que o Sr. Renato Jayme da Silva encontra-se internado na unidade de terapia intensiva após politraumatismo. No momento, encontra-se em grave estado geral e em respiração mecânica."

PUBLICIDADE LEGAL

alphaville Palmas 2

Convocação
Assembleia Geral Extraordinária

Palmas - TO, 16 de setembro de 2026

Prezado (a) Condômino (a),

Na qualidade de síndico, venho convocar V. Sa. para Assembleia Geral Extraordinária do **Condomínio Alphaville Palmas 2**, a realizar-se no Salão de Festas do clube do condomínio, no dia **24/09/2026 (quinta-feira)**, em primeira convocação **às 18h30min** e, não havendo quórum, em segunda convocação, **às 19h00min** no mesmo dia e local, esta se realizando com qualquer número de condôminos presentes, para tratar da seguinte:

ORDEM DO DIA

1. Análise, discussão e deliberação sobre a proposta de acordo a ser celebrada com a Uberplan;

2. Análise, discussão e deliberação sobre a inclusão de critérios e regras para reincidência e aplicação progressiva de multas previstas no regulamento interno, observados os limites legais aplicáveis;

3. Análise, discussão e deliberação sobre reajuste dos valores das multas previstas no Regulamento do condomínio.

- **É lícito aos senhores condôminos se fazerem representar na assembleia ora convocada por seus procuradores, desde que estes estejam munidos com as respectivas procurações específicas, reconhecidas em cartório.**
- **Em conformidade com o Artigo 1.335, Inciso III, do Código Civil Brasileiro, os condôminos em atraso nos pagamentos de suas taxas condominiais não poderão votar nas deliberações.**
- **A ausência dos senhores condôminos não os desobriga de aceitarem como tácita concordância aos assuntos que forem tratados e deliberados.**

Observação:
Para participação no processo de votação, solicitamos que os condôminos compareçam à assembleia portando telefone celular ou dispositivo com acesso à internet, pois a votação das deliberações será realizada por meio de aplicativo eletrônico, disponibilizado no momento da reunião.

Ressalta-se que o uso do sistema tem como objetivo garantir maior transparência, organização e registro das votações realizadas durante a assembleia.

Sem mais para o momento, contamos com a participação de todos.

gov.br RENATO ALVES GOMES

RENATO ALVES GOMES
Síndico

EXTRATO DE AVISO DE LICITAÇÃO

A **Prefeitura Municipal de Filadélfia/TO** torna público que realizará a **CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 04/2026,** referente ao **Processo Administrativo nº 81/2026, visando à contratação de empresa especializada em engenharia para execução da obra de implantação de 51 (cinquenta e uma) Melhorias Sanitárias Domiciliares – MSD, na zona urbana do Município de Filadélfia/TO,** referente ao **Convênio Transferegov.br nº 992035 (Proposta nº 51942/2025),** celebrado entre a **Fundação Nacional de Saúde – FUNASA e o Município de Filadélfia/TO,** nos termos da **Lei Federal nº 14.133/2021. Recebimento das propostas e documentos de habilitação:** até às **08h30 do dia 01/10/2026. Abertura da sessão pública:** às **09h00 do dia 01/10/2026. Local:** Plataforma Bolsa Nacional de Compras – BNC. O **Edital e seus anexos estarão disponíveis na Plataforma BNC, no Portal Nacional de Contratações Públicas – PNCP** e no site oficial do Município de Filadélfia/TO, ou poderão ser solicitados pelo e-mail: licitacao@filadelfia.to.gov.br.
Filadélfia/TO, 16 de setembro de 2026.

DAVID SOUSA BENTO
Prefeito Municipal

AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 012/2026

A Prefeitura Municipal de Sampaio – TO, torna público para o conhecimento dos interessados, que fará realizar, sob a égide da Lei n.º 14.133/2021 e suas alterações posteriores, da Lei Complementar n.º 123/2006 e de outras normas aplicáveis ao objeto deste certame, licitação na modalidade Pregão Eletrônico, do tipo Menor Preço Por Item, objetivando o Registro de Preços para eventual e futura Contratação de empresa para prestação de serviços de higienização de veículos de pequeno a grande porte, cadeiras e estofados para atender as necessidades da Prefeitura e dos Fundos Municipais de Sampaio – TO. A sessão será realizada através do Portal Licita Sampaio, pelo endereço eletrônico https://app-compras.licitasampaio.com.br/, com data de abertura agendada para 29 de Setembro de 2026 às 09:00. O edital e seus anexos encontram-se disponíveis no Portal da Transparência do Município pelo endereço www.sampaio.to.gov.br, ou ainda pelo endereço Portal Licita Sampaio, https://app-compras.licitasampaio.com.br/.
Sampaio – TO, 16 de Setembro de 2026.

Agnom Gomes da Silva
Prefeito Municipal