



# SAÚDE MENTAL *em dia*

3ª Edição

## INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

Arte de ser criança e adolescente

A infância e a adolescência são períodos de grandes transformações físicas ou comportamentais, que influenciam diretamente na formação de cada um.

**Confira o conteúdo desta edição!**





# EDITORIAL

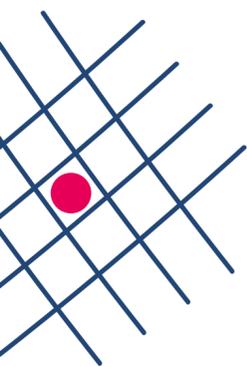
No processo de desenvolvimento, crianças e adolescentes precisam de convívio com adultos acolhedores, preferencialmente, familiares. Necessitam também de sentimento de pertencimento a um grupo social; educação formal; ações de promoção, proteção e recuperação da saúde; desenvolvimento e qualificação profissional; e possibilidade de realização de seus projetos de vida, reconhecendo os fatores sociais, econômicos, políticos e culturais que influenciam suas possibilidades.

“ IMPORTANTE CONSIDERAR  
AS DIVERSAS  
VULNERABILIDADES. ”

Muitos sintomas físicos apresentados por crianças e adolescentes têm relação com situações de sofrimento psíquico de origens diversas : na relação com instituições, com a família, consigo mesmo, com o território e situações de vulnerabilidades diversas. Assim, se uma criança ou adolescente apresenta algum grau de sofrimento com angústias, medos, conflitos intensos, por exemplo, não será possível tratar sua saúde sem considerar esse componente emocional. No mesmo sentido, o uso de álcool e outras drogas pode estar associado à tentativa pessoal de manejo de um sofrimento e ao contexto social no qual o sujeito está inserido. É de extrema importância considerar a exposição às diversas vulnerabilidades do contexto da criança e do adolescente.

## PARA SABER MAIS:

<https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>





# ARTISTICAMENTE



Produção coletiva  
Oficina do Arte da Saúde - 2019



## DICAS DA SEMANA

- Muitas crianças e adolescentes não conseguem comunicar em palavras seus sentimentos e podem se utilizar de outros recursos para expressar o mal-estar;
- Ofereça abertura para que expressem seus sentimentos e dúvidas em um ambiente acolhedor e de apoio mútuo;
- Procure estabelecer uma comunicação afetiva e paciente, dedicando tempo adicional;
- Busque coerência entre sua fala e suas expressões não verbais.
- Permita-lhes que se sintam tristes e escute sem julgar seus medos e reflexões;
- Lembre-as regularmente de que estão seguras.



# PERSONAGEM DA SEMANA



Meu nome é Renata, 33 anos, professora, capoeirista, artista e mãe do Cauã Fonseca, que participa do Programa Arte da Saúde desde os 7 anos de idade. Hoje, Cauã tem 10

anos e a formação dele como cidadão, criança, ser humano com consciência e estrutura se deve ao acesso à arte e cultura. O Programa Arte da Saúde é uma dessas grandes influências na vida dele contribuindo com sua expressão artística, socialização e vínculos afetivos saudáveis.

Ele foi encaminhado pelo Centro de Saúde do bairro Trevo e é acompanhado pela monitora Cláudia, da Pampulha. Somos muito gratos a esse Programa que promove saúde com arte e arte com saúde.

Grande abraço de uma mãe muito grata!

“ PROGRAMA QUE  
PROMOVE SAÚDE COM  
ARTE E ARTE COM  
SAÚDE. ”





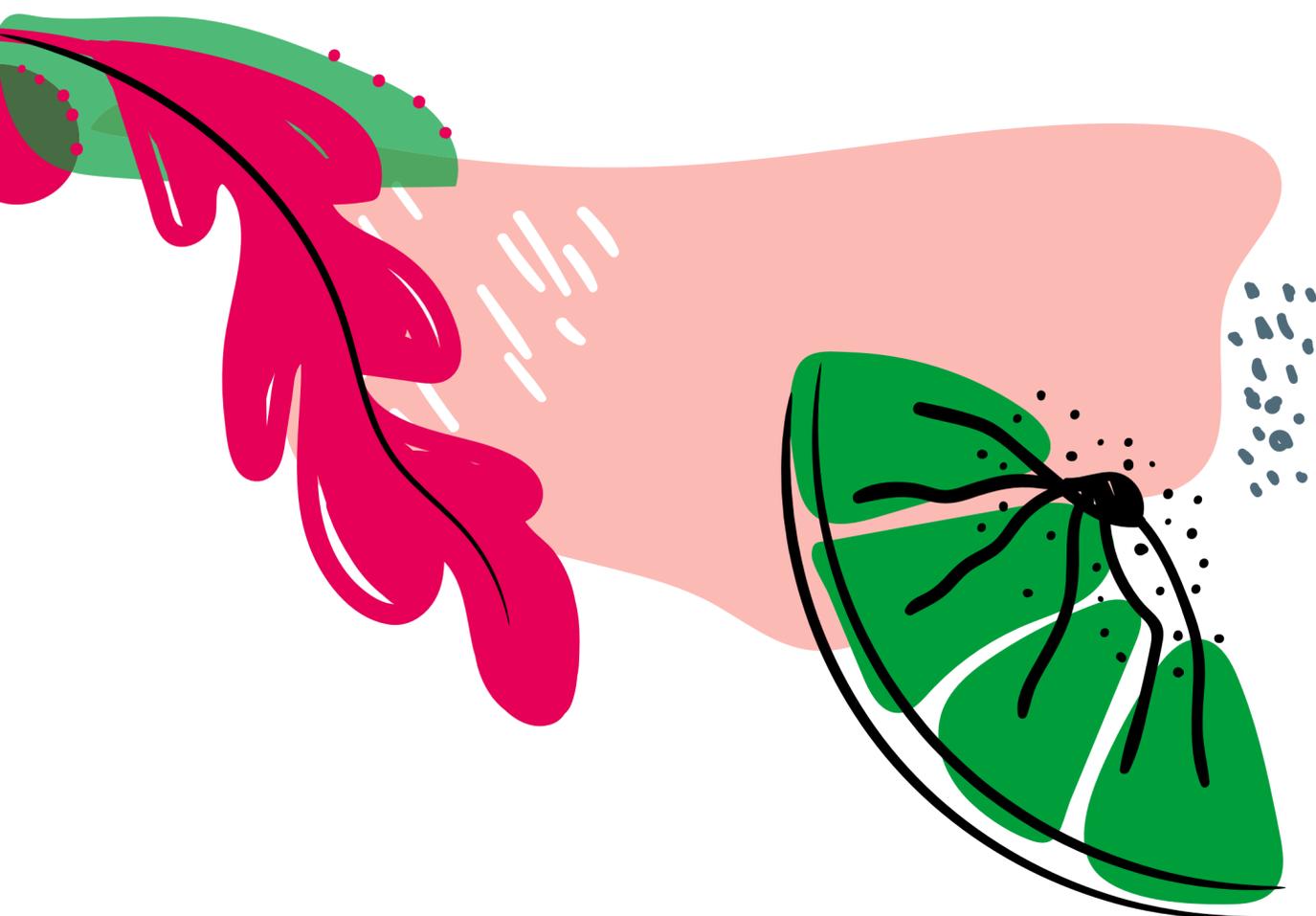
# ***DIVIRTA-SE E REFLITA***



## **FILME: DIVERTIDA MENTE (2015)**

O filme conta a história de Riley, uma garota de 11 anos que enfrenta uma série de mudanças em sua vida. A principal delas foi sair de sua cidade natal, no estado de Minnesota (EUA), para morar na

cidade de São Francisco. O enredo se desenrola dentro da cabeça da menina, onde cinco emoções — Alegria, Tristeza, Medo, Raiva e Nojo — são responsáveis por processar as informações e armazenar as memórias. Psicólogos e neurologistas ajudaram na preparação do roteiro.





# PROCURE AJUDA!

## CENTROS DE SAÚDE

Equipe de Saúde da Família com apoio de profissionais de Saúde Mental e Equipes Complementares de Saúde Mental da Criança e do Adolescente.

## ARTE DA SAÚDE

Ateliê de Cidadania: procure o Centro de Saúde de referência.

## EM SITUAÇÕES DE CRISE/URGÊNCIA

Busque o CERSAMI de referência da sua regional de moradia.

[prefeitura.pbh.gov.br/saude/informacoes/atencao-a-saude/saude-mental](http://prefeitura.pbh.gov.br/saude/informacoes/atencao-a-saude/saude-mental)

