



Prêmios:



# Inova\_Ações em Promoção de Saúde Mental de Adolescentes

Relato e Recomendações

## Volume 1

2020 a 2021

 Associação pela  
Saúde Emocional

 unicef

*Projeto Promover para Prevenir  
em Saúde Mental de Adolescentes*

# **Inova\_Ações em Promoção de Saúde Mental de Adolescentes**

**Relato e Recomendações**

*Andréa Monteiro, Juliana Fleury, Joana Fontoura  
e Prof<sup>a</sup> Nara Cortês Andrade (coautora)*

**Volume 1**

**2020 a 2021**

## Realização

# Projeto Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes

### Coordenação geral do projeto e do Relato e Recomendações:

**Juliana Fleury** - CEO Voluntária da ASEc+ Brasil.

**Joana Fontoura** - Oficial de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes do UNICEF

**Katia Negri** - Coordenação da ação com Adolescentes.

**Rosane Voltolini** - Coordenação da ação com Profissionais.

**Profª Nara Cortês Andrade** - Coordenadora do Laboratório Interdisciplinar de Pesquisa em Neurodesenvolvimento Humano.

### ASEc+ Associação pela Saúde Emocional

**Carolina Resende** - Redação.

**Juliana Fleury e Cibele Tosi** - Revisão Geral.

**João Araújo** - Design e Diagramação.

**Cibele Tosi, Leonice Micali, Claudia Oshiro e**

**Jessica Rampazo** - Apoio Técnico.

**Equipe ASEc+ e Comitê Jovem** - Apoio geral nas ações e produção do Relato.

[www.asecbrasil.org.br](http://www.asecbrasil.org.br)

### Bolsistas Geração Zelo

Gabriel Gonçalves de Moraes, Isis Nina Alves Carvalho, Jaiane Coelho de Jesus, João Vitor Brasil Martins, Kaue Nascimento da Silva, Kethleen Eduarda de Oliveira Rosa, Maria Layza P. Fagundes da Silva, Suelen Santos de Oliveira.

**Com a colaboração do Movimento Saber Lidar**

**Jovem** - Isabella Valério, Maria Eduarda Paes e Rebecca Bassi.

### Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF)

#### Área de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes:

**Mário Volpi** - Chefe da Área de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes.

**Joana Fontoura** - Oficial de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes.

**Gabriela Mora** - Oficial de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes.

**Luciana Phebo** - Chefe do Território Sudeste e coordenadora do escritório no Rio de Janeiro.

**Adriana Alvarenga** - Coordenadora do escritório em São Paulo.

**Immaculada Prieto** - Oficial de Comunicação.

[www.unicef.org/brazil/promover-para-prevenir](http://www.unicef.org/brazil/promover-para-prevenir)

### Parceria Estratégica para o Canal Pode Falar

**Karen Scavacini** - Instituto Vita Alere

[www.vitaalere.com.br](http://www.vitaalere.com.br)

# Sumário

Nota informativa .....	04
Apresentação .....	05
O Contexto da Experiência .....	09
O Promover para Prevenir .....	13
As Inova_Ações e seus impactos .....	19
Análise e interpretação crítica .....	54
Aprendizados do percurso e legado .....	57
Recomendações .....	61
Reconhecimentos Internacionais .....	64
Mensagem Final .....	67
Equipe ASEC Brasil .....	69

# Nota informativa

O Projeto Promover para Prevenir - Inova\_Ações em Promoção de Saúde Mental de Adolescentes, aconteceu de 2020 a 2023 por meio de uma parceria técnica firmada pelo UNICEF (Fundo das Nações Unidas para a Infância) com a ASEC+ (Associação pela Saúde Emocional).

O Projeto foi totalmente virtual (considerando o momento de pandemia do COVID-19) e teve como objetivo o fortalecimento socioemocional de jovens de 14 a 24 anos e profissionais da rede de apoio dos mesmos, somando forças com Organizações Não Governamentais (ONGs).

Como forma de documentar e compartilhar a experiência inovadora com o Projeto, a ASEC+ produziu um conjunto de Relatórios. Ao todo são quatro volumes que registram toda a base conceitual e teórica das iniciativas, bem como relatam as experiências, aprendizados e os resultados das diversas ações que englobam o projeto que foi denominado e contratado como Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes.

É importante destacar que cada Relatório tem as especificidades de seu período e relatam as vivências do projeto conforme o momento, sendo que os volumes 1 e 2 trazem, inclusive, o conceito, as pesquisas e os estudos que nortearam o desenvolvimento da solução para o projeto. Com o compromisso de ser fiel aos acontecimentos, cada volume cumpre o seu papel de etapa de execução e linha do tempo.

Cada relatório pode ser lido individualmente, sem prejuízo de entendimento do projeto, ou em sequência completando os quatro volumes.

Cabe ressaltar que ao longo desses anos a ASEC+, assim como outras instituições, também passou por transformações, por isso, cabe mencionar que após um processo de mudança de marca, onde lê-se ASEC hoje é ASEC+ (Associação pela Saúde Emocional). O Movimento Saber Lidar é um Movimento criado pela ASEC+. Ele representa a união de todas e todos, pessoas físicas e jurídicas, que se mobilizam e fazem parte de todo e qualquer tipo de ação que promove a saúde emocional, tanto pessoas físicas e jurídicas envolvidas em programas e projetos implementados pela ASEC+ desde sua criação, até hoje e, também, demais organizações sintonizadas com o mesmo propósito e que queiram participar.

Para apoiar a sua leitura, destacamos que nos volumes 1 e 2 deste relatório você encontrará todo o histórico, o embasamento técnico e a conceituação do Projeto. Nestes volumes você também terá dados de pesquisas que contextualizam o momento, bem como trazem informações relevantes sobre a saúde mental de crianças e jovens e os impactos para a sociedade.

Nos volumes 3 e 4 você poderá acompanhar e vivenciar relatos e dados mais específicos do projeto com um olhar bastante detalhado e focado nas experiências geradas nas Trilhas da Geração Zelo. Nestes volumes você poderá entender melhor o cronograma passo a passo do projeto, bem como conhecer como foram conduzidas as atividades.

Registrar esse projeto é, para nós da ASEC+, uma forma de manter viva toda a experiência que o Projeto nos trouxe, bem como inspirar pessoas e organizações sobre a importância da promoção da saúde mental para crianças e jovens.

Boa leitura!

# APRESENTAÇÃO

"PRESERVAR A SAÚDE MENTAL  
É UM DIREITO DE CADA ADOLESCENTE  
E JOVEM QUE TEM SIDO DURAMENTE  
AFETADO PELA PANDEMIA.  
É ESSENCIAL INVESTIRMOS EM AÇÕES  
E PROGRAMAS EM QUE POSSAM  
FALAR, SER OUVIDOS E SAIR  
FORTALECIDOS".

JOANA FONTOURA

ESPECIALISTA DA ÁREA DE DESENVOLVIMENTO E PARTICIPAÇÃO  
DE ADOLESCENTES DO UNICEF E COORDENADORA DO PROJETO.



# 1. Apresentação

**A emergência da temática** da Saúde Mental e Emocional de crianças, adolescentes e jovens, enquanto uma preocupação social e política, esteve presente em dados apresentados pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e pela Organização Mundial de Saúde (OMS), mesmo antes do contexto da pandemia de COVID-19.

Pelo [Plano de Ação em Saúde Mental 2013-2020](#) (prorrogado até 2030), a OMS tem como meta a redução dos índices de suicídio em 10% até 2030. Enquanto a agenda dos [Objetivos de Desenvolvimento Sustentáveis](#) (ODS), da Organização das Nações Unidas (ONU), faz um apelo global à redução destes índices em um terço, até 2030. Com a pandemia de COVID-19 e o aumento de fatores de risco, a [OMS](#) reconhece que a prevenção das mortes por suicídio se torna ainda mais importante neste momento.

Para fortalecer crianças e jovens no desenvolvimento de habilidades socioemocionais para saber lidar e enfrentar desafios do século 21, nasceu o *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes*. O UNICEF firmou parceria técnica com a ASEC Brasil | Movimento Saber Lidar como parceiro implementador e, juntos, desenharam esse projeto inovador, totalmente virtual, focado no fortalecimento socioemocional de jovens de 14 a 24 anos e profissionais da rede de apoio aos mesmos, somando forças com Organizações Não Governamentais (ONGs) parceiras nos estados de Espírito Santo, Rio de Janeiro e São Paulo e com alguns governos municipais e estaduais.

***O conceito de Promover para Prevenir traza expertise da equipe e instrumentos da ASEC focados no fortalecimento emocional e na construção de ambientes e de relações saudáveis.***

Os participantes do projeto tiveram a oportunidade de vivenciar o cuidar de si, com desenvolvimento de estratégias de autocuidado, estratégias para cuidar do outro, ampliando as ações entre pares e fortalecendo as redes de apoio. Esses são aspectos-chave na construção de fatores de proteção para a promoção da saúde mental, fundamentais para prevenir ansiedade, depressão e comportamentos de risco diante dos desafios gerados e/ou ampliados pela pandemia e pós-pandemia.

O projeto, cuja experiência e Inova\_Ações são apresentadas e compartilhadas neste relatório, teve como meta o fortalecimento socioemocional e engajamento de adolescentes, jovens e profissionais da Rede de Atenção Psicossocial, por meio de três frentes de ação:

1

## Inova\_Ação com Jovens

*A união da metodologia do Tempo de Olhar para Mim (TOM) com o instrumento Caixa de Ferramentas Jovem, onde adolescentes e jovens vivenciaram rodas de conversa estruturadas e aprenderam como promover o autocuidado e o cuidado entre pares.*

2

## Inova\_Ação com Profissionais

*A capacitação de profissionais da área da saúde, educação e assistência social para o autocuidado com foco na promoção da saúde mental dos profissionais e dos adolescentes.*

3

## Canal Pode Falar

*Uma iniciativa de apoio psicossocial, focada no público jovem, que dissemina melhores práticas em saúde mental, com acolhimento e escuta ativa de adolescentes por meio de chat.*

O projeto nasce em meio à profusão de interações virtuais causadas pela necessidade de isolamento social. Engajar e fomentar a participação das pessoas foi bastante desafiador. Mas, ao mesmo tempo, incentivar ou instrumentalizar o público de modo a impactarem seus círculos de relacionamento e seus contextos territoriais foi extremamente gratificante.

Com este documento, queremos que você se sinta inspirado(a) a juntar-se a nós nesta missão de aprimoramento de aprendizados. É um chamado à união de forças para que esta, e tantas novas intervenções sobre o tema, levem ao fortalecimento e à garantia das políticas públicas de atenção e cuidado com a saúde mental e emocional.

Junte-se a nós!

**ASEC | Movimento Saber Lidar e UNICEF Brasil**

## Unicef

O Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) trabalha em alguns dos lugares mais difíceis do planeta, para alcançar as crianças mais desfavorecidas do mundo. Em 190 países e territórios, o UNICEF trabalha para cada criança, em todos os lugares, para construir um mundo melhor para todos.



## ASEC Brasil | Movimento Saber Lidar

A Associação pela Saúde Emocional de Crianças - ASEC é uma Organização da Sociedade Civil (OSC), fundada por voluntários do Centro de Valorização da Vida (CVV), que atua desde 2004 com a missão de promo-



ver a educação para a saúde emocional e mental por meio de metodologias estruturadas e validadas cientificamente. Foi pioneira, no Brasil, na promoção do desenvolvimento de habilidades socioemocionais, fundamentais para o estado pleno de boa saúde mental e integral, reconhecidas hoje também como importantes competências para o Século XXI (OCDE/UNESCO<sup>1</sup>).

A ASEC acredita que promover o bem-estar e a saúde emocional é contribuir com o pleno desenvolvimento dos indivíduos, em diferentes fases e ambiências da sua vida e que, sem saúde mental, não há saúde.

Lançou, com apoio do Google em 2020, o Movimento Saber Lidar (@movimentosaberlidar) integrando e estendendo suas ações, inicialmente focadas no Mundo Escolar, para o Mundo do Trabalho (corporativo) e para Sociedade como um todo. Até 2020, mais de 350 mil crianças, 8,5 mil professores e 8 mil pais foram beneficiados pelas ações da organização e sua comprometida equipe, certificada em padrões internacionais. Seu objetivo é promover habilidades do **“saber lidar” consigo mesmo, com os outros e com os desafios, de forma positiva**. E sua visão é contribuir com a construção de uma sociedade mais solidária e feliz, com ações no mundo escolar, do trabalho e nas diferentes interfaces da vida social e cada vez mais digital.

A organização integra esforços com escolas das redes pública e privada, conselhos e secretarias municipais e estaduais, sociedade civil, empresas, investidores sociais privados e a academia, sempre buscando compartilhar melhores práticas e informações para a promoção da saúde mental de indivíduos, desenvolver e implementar soluções eficazes, baseadas em evidências científicas e seguras, e com impacto positivo na vida das pessoas, nas organizações e na sociedade.

A ASEC é parceira e membro da rede internacional de mais de 30 países liderada pela ONG Partnership for Children (UK) que está constantemente aprimorando seus processos e inovando suas soluções com foco em nutrir o ecossistema do *Promover para Prevenir em Saúde Mental*. É responsável exclusiva pela implementação do *Programa Amigos do Zippy* no Brasil desde 2004, além dos programas *Amigos do Maçã* e *Passaporte: Habilidades para a Vida*. E vem desenvolvendo, desde 2010, cursos de formação para profissionais em Aprendizagem Socioemocional, tendo sua metodologia própria implementada em mais de 25 mil horas de formação.

<sup>1</sup>Organisation for Economic Co-operation and Development (2014). Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills. OECD Skills Studies, OECD Publishing, Paris. Disponível em: <https://www.oecd.org/publications/skills-for-social-progress-9789264249837-pt.htm>. Acesso em 09 de julho de 2021.

# O CONTEXTO DA EXPERIÊNCIA

"TEM UM VÍDEO BEM LEGAL, QUE EU VI NO TIK TOK, QUE ERA UMA PESSOA FALANDO: 'QUANDO VOCÊ MORRER, SUA MÃE NÃO VAI FAZER AQUELA SOBREMESA FAVORITA QUE VOCÊ GOSTA, PORQUE ELA VAI ESTAR ARRASADA QUE VOCÊ SE FOI, OS SEUS CACHORROS NÃO VÃO PULAR EM VOCÊ, SEU AMIGO VAI TE MANDAR MENSAGEM, MAS SABENDO QUE VOCÊ NÃO IRÁ MAIS RESPONDER' E ETC. EU ME IDENTIFIQUEI MUITO COM ESSE VÍDEO, E MOSTRA QUE, SE VOCÊ FOR EMBORA, (...) VÃO SENTIR SUA FALTA. E MUITAS VEZES A PESSOA DESISTE SEM SABER O QUANTO ELA É IMPORTANTE, SABE? EU ACHO QUE PRA MIM, TODOS NÓS TEMOS ALGUÉM QUE SE IMPORTA COM A GENTE, E QUE QUER AJUDAR E NÃO QUER TE PERDER. SIM, TUDO BEM QUE A GENTE SENTE QUE ESTÁ SOZINHO, MAS NÃO ESTAMOS".

L.S, 14 ANOS, DA GRANDE VITÓRIA/ES, DURANTE  
ENCONTRO DO CAIXA DE FERRAMENTAS JOVEM

## 2. O Contexto da Experiência

O **período da adolescência** é marcado tanto por mudanças biológicas, que denominamos puberdade, quanto por mudanças psicológicas e sociais, que dependem, sobretudo, do contexto socio-cultural onde o/a adolescente se encontra. Daí, estudos da área da psicologia se referirem atualmente ao termo “adolescências<sup>2</sup>”.

O desejo de ter maior autonomia, a pressão pelos pares para se comportar de determinadas maneiras, a investigação e o reconhecimento da identidade sexual, o maior uso de tecnologias e a influência das mídias e redes sociais podem representar fatores de risco para a saúde mental de adolescentes, de acordo com a [Organização Panamericana de Saúde](#) (OPAS).



O [Guia Competências para a Vida: trilhando caminhos de cidadania](#), do UNICEF, aponta também como fatores de risco para os/as adolescentes no Brasil, a pobreza; a violência; a defasagem idade-série e a evasão escolar; a exploração sexual e gravidez precoce; a desigualdade de raça, etnia e gênero; a responsabilidade por chefiar a casa; a exploração do trabalho infantil e as desigualdades regionais.

Segundo a publicação [Suicídio no Mundo: estimativas globais de saúde](#) da OMS, mais de 800 mil pessoas morrem por suicídio por ano. Em 2016, o suicídio foi a segunda maior causa de morte de adolescentes e jovens, de 15 a 29 anos de ambos os sexos, e a terceira maior causa de morte, de adolescentes entre 15 e 19 anos de ambos os sexos.

No relatório de [30 anos da Convenção sobre os Direitos da Criança - Avanços e Desafios para Meninas e Meninos no Brasil](#), o UNICEF chamou a atenção para esse tema como um risco emergente. Estes dados são corroborados pelo [Ministério da Saúde](#), que indicou aumento de 10% na taxa de mortalidade por suicídio no Brasil entre adolescentes de 15 a 19 anos entre 2011 e 2017. Pesquisadores da [Universidade Federal de São Paulo](#) (UNIFESP) constataram um percentual ainda mais significativo nas maiores cidades brasileiras como Porto Alegre, Recife, Salvador, Belo Horizonte, São Paulo e Rio de Janeiro. De acordo com a pesquisa, entre 2006 e 2015, houve aumento de 24% na taxa de suicídio desta faixa etária.



<sup>2</sup> Cerqueira-Santos, E, Neto, O.C. de M. e Koller, S. H., 2014. *Adolescentes e adolescências* in Habigzang, L. F. et al. In *Trabalhando com adolescentes: Teoria e intervenção psicológica*. Porto Alegre, RS: Artmed.

**O Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA), conduzido em 2013 e 2014, apontou que 30% dos adolescentes entre 12 e 17 anos de municípios de mais de 100 mil habitantes apresentou Transtorno Depressivo e de Ansiedade.**

Um fator importante sobre a realidade social na qual jovens e adolescentes estão inseridos diz respeito ao acesso aos serviços de saúde. No campo da assistência em Saúde Mental, especialistas apontam uma distribuição desigual dos serviços entre as diferentes regiões do país<sup>3</sup>; falta de financiamento adequado para os serviços comunitários, carência de avaliações e participação de usuários e familiares<sup>4</sup>; dificuldade de integração da Saúde Mental na Atenção Primária<sup>5</sup> e falta de integração e delimitação de competências entre os serviços de Atenção Primária e Centros de Atenção Psicossocial<sup>6</sup>.

Na atenção à saúde, estudiosos entendem que há também uma lacuna por falta de informações sobre esta fase do desenvolvimento, preconceito ou dificuldades vividas na própria adolescência ou como responsáveis por adolescentes<sup>7</sup>. Enquanto, no âmbito escolar, faltam informações confiáveis e orientação especializada para professores identificarem transtornos mentais em crianças e jovens, gerando insegurança e distorções<sup>8</sup>.

Soma-se a este panorama um crescimento ao número de agravos à saúde física e mental dos próprios profissionais da educação, saúde e assistência social, referências na atenção à saúde integral de crianças, adolescentes e jovens. Uma [revisão sistemática da literatura](#), aponta que sintomas como estresse, ansiedade e esgotamento foram os mais frequentemente observados em pesquisas realizadas com professores entre 2010 e 2015.

Uma [revisão integrativa](#) de artigos publicados entre 2011 e 2015 indica prevalência entre 16% e 41,9% de Transtorno Mental Comum (TMC) em profissionais da saúde. Em consonância com esta revisão, [estudo](#) realizado em 2018 aponta sofrimento de trabalhadores da Rede de Assistência Social as-

<sup>3</sup> Mateus et al. apud Onocko-Campos. In Onocko-Campos, R. T. (2019). Saúde mental no Brasil: avanços, retrocessos e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, 35, e00156119.

<sup>4</sup> Onocko-Campos, R. T. (2019). Saúde mental no Brasil: avanços, retrocessos e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, 35, e00156119.

<sup>5</sup> Wenceslau, L. D., & Ortega, F. (2015). Saúde mental na atenção primária e Saúde Mental Global: perspectivas internacionais e cenário brasileiro. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 19, 1121-1132.

<sup>6</sup> Idem 5 e 7.

<sup>7</sup> Do Amaral, M. A., Andrade, E. A. R., Angnes, G. M., Sardeiro, E. R., Carvalho, L. B. S., Fonseca, V. M. A. C., & de Arede Vasconcelos, A. (2018). Soluções Inovadoras para a Promoção de Saúde Mental de Adolescentes na Atenção Primária. *Revista Adolescência e Saúde*, 15(1), 66-72.

<sup>8</sup> Vieira, A. M., Estanislau, G. M., Bressan, R. A., & Bordin, I. A. (2014). Saúde mental na escola. In *Estanislau, G. M. & Bressan R., A. (orgs). Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber*. Porto Alegre: Artmed, 13-24.

sociado à falta de estrutura, equipamento e sobrecarga de trabalho, alertando que pouca atenção tem sido dada ao sofrimento psíquico de profissionais desta área<sup>9</sup>. Falta de apoio social no ambiente de trabalho, estresse ocupacional e distúrbios do sono associados, sobrecarga de responsabilidades e expectativas, além de insatisfação com atividade laboral estão entre os [fatores percebidos como associados ao adoecimento mental em trabalhadores](#).

Com a chegada do Novo Coronavírus em 2020 ao Brasil, os desafios se multiplicaram com seus impactos sociais, econômicos, políticos e culturais, além, é claro, dos impactos na saúde física e mental da população.

Um estudo recente do [Conselho Nacional da Juventude](#) (CONJUVE), realizado em 2021 com 68 mil jovens brasileiros de 15 a 29 anos, indicou que a pandemia de COVID-19 está causando prejuízos na saúde física e emocional, na qualidade do sono, nos recursos financeiros e nas relações familiares. Além disso, o estresse experimentado durante a atual emergência de saúde está afetando a capacidade dos jovens de lidar com a educação à distância, gerenciamento de estudos, bem-estar emocional e impactando suas futuras perspectivas educacionais.

Enquetes do [U-Report Brasil](#), ferramenta de consulta do UNICEF que permite que adolescentes e jovens possam opinar sobre diferentes assuntos por meio de redes sociais, apontaram também um dado importante com relação à saúde mental: 72% sentiram necessidade de pedir ajuda em relação à saúde mental durante a quarentena e 41% não conseguiram pedir ajuda para ninguém.

É neste contexto que surge o **Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes**, em outubro de 2020.



<sup>9</sup> Silva, J. Vasconcellos, P. e Figueiredo, V. (2018). Trabalho e Sofrimento: desafios da Saúde Mental de profissionais da Assistência Social. *Psicologia em Estudo*, v. 2, e39108. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/JtSZFPVLGqgzGMwnTYmNKdP/?lang=pt>. Acesso em 9 de julho de 2021.

# O PROMOVER PARA PREVENIR

"FOI MUITO ALÉM DO QUE EU ESPERAVA, POIS EU APRENDI MUITO, CRESCI, EVOLUI, TANTO PROFISSIONALMENTE COMO PESSOALMENTE, OS APRENDIZADOS DESDE O 1º ENCONTRO ME DEIXARAM ENCANTADA. CHEGUEI AQUI COM O PENSAMENTO DE QUE PREVENIR ERA SUFICIENTE E APRENDI QUE PROMOVER É MUITO MAIS IMPORTANTE, HOJE EU OLHO PARA OS DESAFIOS QUE TENHO SOB A MINHA VIGILÂNCIA QUE SÃO OS JOVENS E ATÉ ALGUNS ADULTOS E OLHO EM COMO POSSO PROMOVER, ISSO TEM SIDO DE GRANDE INSPIRAÇÃO, GRATIDÃO POR CADA ENSINAMENTO E PALAVRA, OBRIGADA".

FEEDBACK DE PROFISSIONAL  
PARTICIPANTE DO CURSO:  
PROMOVER PARA PREVENIR  
EM SAÚDE MENTAL DE  
ADOLESCENTES



### 3. O Promover para Prevenir

**A proposta** do projeto *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes* está articulada com **os cinco campos da Promoção de Saúde**, o que a torna uma metodologia potencial para ser adotada como política pública:

1

No desenvolvimento de habilidades pessoais, fornecendo informações e oportunidades de aprendizado com relação ao autocuidado em saúde mental;

2

Na criação de ambientes favoráveis à saúde mental, oportunizando a vivência e a reflexão sobre posturas facilitadoras para o estabelecimento de espaços de trocas e de acolhimento – entre pares e entre profissionais e adolescentes;

3

No reforço da ação comunitária, incentivando que os adolescentes e jovens protagonizem ações de cuidado entre pares; e oferecendo capacitação e mentorias para adolescentes e jovens líderes para conduzirem rodas de conversas sobre saúde mental e emocional em seus contextos regionais;

4

Na reorientação dos serviços de saúde com foco na atenção primária, instrumentalizando profissionais da área de saúde, educação e assistência social para a promoção da saúde mental de adolescentes e para a análise, a identificação e os encaminhamentos necessários, contribuindo também com a prevenção de possíveis transtornos mentais;

5

Na elaboração de políticas públicas saudáveis, com a sensibilização de profissionais e parceiros da sociedade civil para o tema da saúde mental e na formulação de metodologias, levantando evidências sobre a efetividade de ações acessíveis, como rodas de conversas entre pares, que podem ser detalhadas para serem inseridas como política pública de Promoção de Saúde Mental em espaços escolares (como parte, por exemplo, do PSE – Programa Saúde nas Escolas) e/ou comunitários.

A OMS reconhece que ações de Promoção de Saúde aumentam os fatores de proteção para a saúde mental e o bem-estar, reduzem os fatores de risco para transtornos mentais e comportamentais e repercutem positivamente em aspectos sociais, econômicos e na saúde integral. Neste sentido, a atuação da ASEC, em parceria com o UNICEF, se alinha a estas ações viabilizando o Projeto *Promover para Prevenir*, que visa impactar, direta e indiretamente, os cinco campos da promoção da saúde.

Ações e políticas de prevenção vêm incorporando também a promoção da saúde, como a estratégia [LIVE LIFE](#), que orienta ações de prevenção do suicídio, da OMS. Nessa abordagem, a organização sugere a necessidade de implementar ações abrangentes, intersetoriais, de prevenção do suicídio e de promoção de saúde, agir precocemente e investir a longo prazo na saúde mental.

No que diz respeito à prevenção do suicídio em adolescentes a publicação [LIVE LIFE: um guia de implementação para a prevenção do suicídio em países](#) recomenda a implementação de programas baseados em evidências de habilidades socioemocionais em escolas, alfabetização em saúde mental e treino de habilidades para resolução de problemas e de enfrentamento do estresse. E sugere o fornecimento de capacitação para equipe de educação sobre como criar um ambiente escolar de apoio, como reconhecer comportamentos de risco e como oferecer apoio; facilitação de um ambiente escolar seguro, com programas anti-bullying e maior conexão social; promoção da saúde mental da equipe e educação sobre o uso saudável da internet e das mídias sociais.

Cabe ressaltar de forma resumida que, nessa abordagem, a OMS sugere a necessidade de implementar ações abrangentes, intersetoriais, de prevenção do suicídio e de promoção de saúde, agir precocemente e investir a longo prazo na saúde mental.

Em abril de 2019, alinhada com a abordagem LIVE LIFE, foi promulgada no Brasil a [Lei nº 13.819](#), que institui a Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio. Entre os objetivos, estão os de: I – promover a saúde mental; II – prevenir a violência autoprovocada; V – abordar adequadamente os familiares e as pessoas próximas das vítimas de suicídio e garantir-lhes assistência psicossocial; VII – promover a articulação intersetorial para a prevenção do suicídio, envolvendo entidades de saúde, educação, comunicação, imprensa, polícia, entre outras.

A Lei nº 13.819 menciona a importância de ampliar os espaços engajados na promoção da saúde mental e de prevenção do suicídio, podendo, então, contemplar projetos intersetoriais com abordagens qualificadas e efetivas.

***Para os professores e pesquisadores Brian Mishara e Sarah Dufour<sup>10</sup>, um dos elementos chave para a promoção da saúde mental é o desenvolvimento da capacidade de melhorar seu próprio bem-estar, que envolve habilidades socioemocionais e de enfrentamento.***

No contexto da pandemia, a OMS destacou como estratégias positivas para o gerenciamento da saúde mental e bem-estar psicossocial a expressão dos sentimentos, a manutenção das rotinas, a empatia, o uso de estratégias de enfrentamento positivas, o acesso a informações de qualidade e aos serviços de saúde mental, a ampliação de ações de solidariedade.

As habilidades socioemocionais e de enfrentamento são foco nas metodologias internacionais baseadas em evidências que a ASEC representa e implementa no Brasil desde 2004. São também norteadoras do projeto *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes*, e dos instrumentos que o compõem, como veremos a seguir.

## Objetivos e Modelo Lógico

**A ASEC elaborou a presente edição do projeto *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes* com os seguintes objetivos:**

- » Sensibilizar adolescentes, jovens e profissionais para a importância do autocuidado e da Promoção de Saúde Mental;
- » Contribuir para o fortalecimento socioemocional de adolescentes, jovens e profissionais;
- » Ampliar o conhecimento e contribuir com o desenvolvimento de posturas facilitadoras para a educação entre pares e apoio emocional mútuo entre adolescentes e jovens, bem como o apoio emocional de profissionais junto a adolescentes;
- » Capacitar adolescentes como multiplicadores de espaços de conversa para discussão de temas de Saúde Mental;
- » Ampliar o conhecimento e instrumentalizar os profissionais para acolher demandas emocionais dos adolescentes e realizar encaminhamentos precoces para serviços especializados;
- » Produzir e disseminar conteúdos, em diversos formatos, para sensibilizar sobre o tema da Saúde Mental e apoiar o fortalecimento emocional de adolescentes e jovens por meio de mídias sociais;
- » Dar suporte para a criação do Canal Pode Falar.

---

<sup>10</sup>Mishara, B. e Dufour, S. (2020). Randomized Control Study of the Implementation and Effects of a New Mental Health Promotion Program to Improve Coping Skills in 9 to 11 Year Old Children: Passport: Skills for Life. *Frontiers in Psychology*, 11: 573342. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7658468/>. Acesso em 9 de julho de 2021.

O modelo lógico que norteou o projeto é fruto de uma combinação de estruturas diversas que retratam a Teoria da Mudança.

QUAL O PROBLEMA QUE O PROJETO ESTÁ TENTANDO RESOLVER?	QUEM É O PÚBLICO ALVO DO PROJETO?	COMO SERÁ ACESSADA ESTA POPULAÇÃO?	O QUE SERÁ PRECISO PARA PROMOVER ESTA MUDANÇA?	QUAIS SÃO OS EFEITOS MEDIDOS NA AÇÃO DA ASEC?	QUAIS SÃO OS EFEITOS MAIS AMPLOS DO TRABALHO DA ASEC?	QUAL A MUDANÇA NO LONGO PRAZO QUE ALMEJAMOS OBTER?
Aumento significativo dos índices de suicídio e de diagnósticos de doenças mentais entre crianças e adolescentes, somado aos impactos da pandemia de COVID-19, indicam contexto de sofrimento emocional desta população.	1000 (900 + 100) adolescentes entre 14 e 24 anos da Região Sudeste fortalecidos por meio do curso " <b>Caixa de Ferramentas Jovem</b> ".	<b>Mobilização de 1000 adolescentes</b> por meio de ONGs parceiras da rede UNICEF.	<b>EIXO 1 - CAPACITAR:</b> Curso <i>Caixa de Ferramentas Jovem</i> , onde adolescentes são informados, sensibilizados e instrumentalizados para o autocuidado - incluindo práticas de Atenção Plena - e o cuidado do outro em Saúde Mental.	> Aumento conhecimento e habilidades para o autocuidado em Saúde Mental e apoio mútuo > Aumento repertório de estratégias de enfrentamentos para sentimentos desagradáveis e situações difíceis > Adolescentes multiplicadores de espaços de conversa para discussão de temas de Saúde Mental > Adolescentes líderes engajados na Promoção de Saúde Mental.	<b>ADOLESCENTES FORTALECIDOS E CAPACITADOS PARA SABER LIDAR MELHOR COM DIFICULDADES EMOCIONAIS</b> > Promoção em Saúde Mental, bem estar e qualidade de vida de adolescentes > Prevenção de transtornos mentais.	> Redução de comportamentos de risco, taxas de suicídio e sofrimento mental dos adolescentes > Inserção das metodologias do <i>Promover para Prevenir</i> como política pública de Promoção de Saúde Mental de adolescentes e jovens.
	100 adolescentes líderes participantes do curso " <i>Caixa de Ferramentas Jovem</i> " mentoreados para liderarem ações entre pares.	<b>Indicação</b> da equipe ASEC ou ONGs parceiras de <b>100 adolescentes líderes</b> .	<b>EIXOS 2 e 3 – PRATICAR e MENTOREAR:</b> adolescentes são incentivados a praticar o cuidado de si e do outro compartilhando conteúdos e materiais do curso e conduzindo rodas de conversas com outros adolescentes.	> Aumento conhecimento e habilidades para educação entre pares > Sensibilização para temas de Saúde Mental > Aumento conhecimento para o autocuidado em Saúde Mental.		
	3000 adolescentes impactados por meio de conteúdos e ações produzidas por seus pares.		Oficina de Educomunicação para produção de conteúdos em Saúde Mental que serão divulgados nas redes sociais da ASEC, Viração Educomunicação e Canal Pode Falar (UNICEF).			
Observa-se lacuna na atenção à saúde de adolescentes por falta de informações sobre esta fase do desenvolvimento e saúde mental, preconceito ou dificuldades relacionadas à experiências anteriores dos profissionais; além de crescimento ao número de agravos à saúde física e mental dos próprios profissionais da educação, saúde e assistência social, referências na atenção à saúde integral de crianças, adolescentes e jovens.	1000 profissionais de diversas áreas (Saúde, Educação e Assistência Social) da rede e parceiros UNICEF.	<b>Mobilização de 1000 profissionais</b> por meio de ONGs parceiras da rede UNICEF.	<b>&gt; CAPACITAÇÃO:</b> <i>Curso Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes</i> .	> Aumento conhecimento e habilidades para o autocuidado em Saúde Mental > Aumento repertório de estratégias de enfrentamentos para sentimentos desagradáveis e situações difíceis > Aumento conhecimento, habilidades para favorecer a Saúde Mental do adolescente > Aumento de recursos técnicos que contribuem para um melhor desempenho na prática profissional.	<b>PROFISSIONAIS FORTALECIDOS E CAPACITADOS PARA SABER LIDAR MELHOR COM SUAS DIFICULDADES EMOCIONAIS E DE ADOLESCENTES</b> > Melhoria na qualificação assistencial em serviços de saúde e nas Redes de Atenção Psicossocial > Maior atenção às particularidades da saúde integral do adolescente em serviços de saúde e nas Redes de Atenção Psicossocial > Maior integração dos conceitos de Saúde Mental e adolescências na Saúde, Educação e Assistência Social.	
		<b>Série extra de Webinar Comportamentos de risco e luto na adolescência:</b> com base na demanda identificada nas turmas participantes do curso, o psicólogo Carlos Aragão foi convidado a ministrar esta série extra de Webinar.	> Convite para profissionais > Acesso à internet > Participação em 5 encontros de 2h de duração.	> Aumento conhecimento sobre comportamento suicida e autolesão sem intenção suicida > Aumentos de recursos técnicos para manejo de comportamentos de risco na adolescência > Aumento de conhecimento e recursos técnicos para lidar com luto na adolescência.		

Dado o caráter emergencial da pandemia de COVID-19, as frentes do *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes* contribuem também com intervenções previstas na Pirâmide de Intervenção em Saúde Mental e Apoio Psicossocial em Emergências Humanitárias do *Inter-Agency Standing Committee*, o IASC<sup>11</sup> (em português, Comitê Permanente Interações, formado por parceiros humanitários da ONU e de outros países):



**Figura:** Pirâmide de intervenções para os serviços de saúde mental e apoio psicossocial em emergências (IASC, 2007)

<sup>11</sup>Inter-Agency Standing Committee (IASC – Comitê Permanente Interações), 2007. Diretrizes do IASC sobre Saúde Mental e Apoio Psicossocial em Emergências Humanitárias. Tradução de Márcio Gagliato. Genebra, IASC.

# AS INOVAÇÕES E SEUS IMPACTOS

"OLÁ! TENHO 14 ANOS, E VIM NESSE SITE POR UMA DIVULGAÇÃO QUE ACHEI RELEVANTE. PODER FALAR NEM SEMPRE É POSSÍVEL E NEM SEMPRE NOS SENTIMOS CONFORTÁVEIS PARA CONVERSAR. DURANTE A QUARENTENA ME DESCOBRI GOSTANDO DE UMA MENINA, E ME VI MUITO FELIZ E AO MESMO TEMPO CONFUSA. SE VC ASSIM COMO EU ESTIVER PASSANDO POR UM MOMENTO ASSIM, SAIBA QUE HAVERÁ SEMPRE PESSOAS QUE VÃO ESTAR AO TEU LADO E VÃO QUERER O TEU BEM. E AMAR INDEPENDENTE DE QUALQUER ESCOLHA FEITA, É LINDO E DEVE SER RESPEITADO".

DEPOIMENTO DE UMA ADOLESCENTE EXTRAÍDO DO CANAL PODE FALAR

## 4. As Inova\_Ações e seus impactos

**Ao todo, foram 39 instituições** (ONGs e instituições governamentais) mobilizadas, localizadas nos estados do Rio de Janeiro, São Paulo e Espírito Santo (região Sudeste), com algumas exceções em nível nacional.



### Adolescentes e jovens impactados **diretamente**

**1029** jovens

**66** foram capacitados para atuarem como **jovens líderes**.<sup>12</sup>

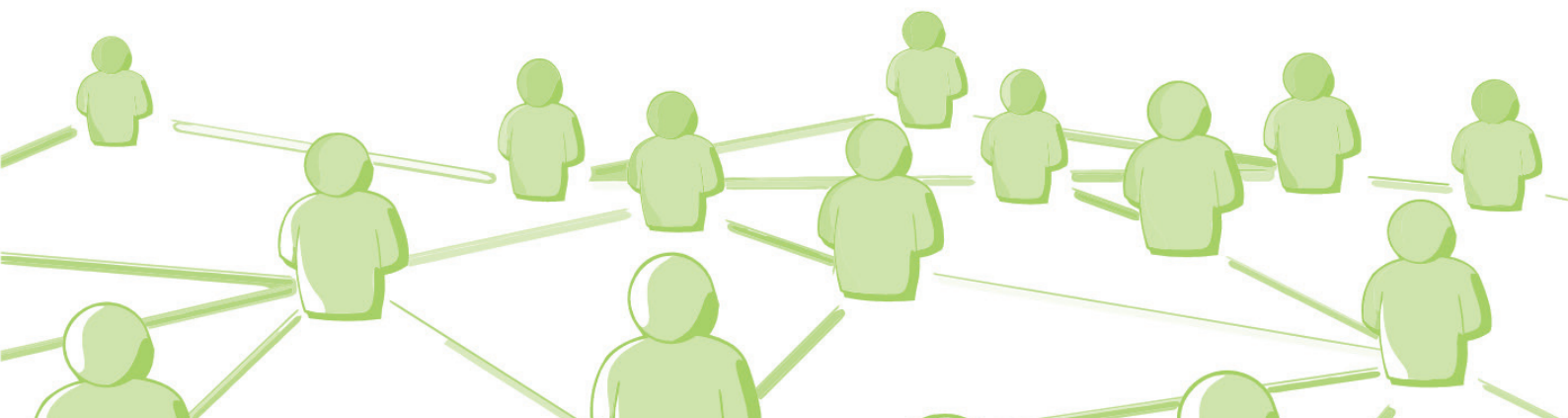
### Adolescentes e jovens impactados **indiretamente**

**5.163** alcançados em apenas **1 mês** por meio da produção e disseminação de insumos sobre Saúde Mental e melhores práticas de autocuidado produzidos por adolescentes e jovens líderes participantes do projeto.



**Fonte:** Relatório de métricas das redes sociais da ASEC – Movimento Saber Lidar e Viração Educomunicação.

<sup>12</sup>Entenda mais sobre a ação com jovens líderes no item “Implementação”, no capítulo Inova\_Ação com Jovens.





## Profissionais impactados **diretamente**

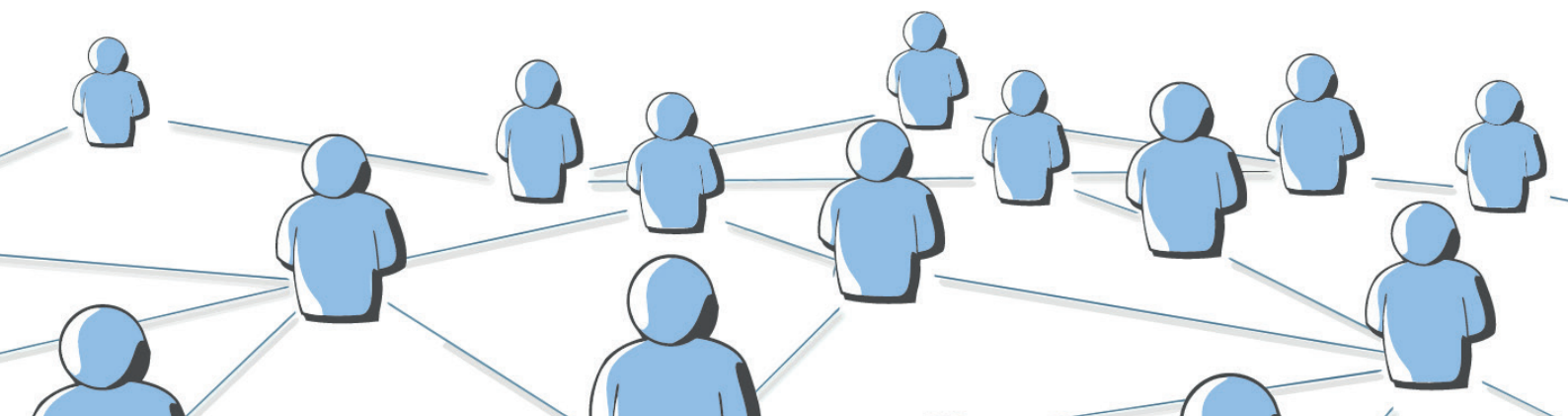
Profissionais da rede de apoio, incluindo profissionais de ONGs que trabalham com adolescentes, profissionais da Educação, da Saúde e da Assistência Social.

## Profissionais impactados **indiretamente**

Levando-se em consideração o número de participantes de cada área e a média de atendimento de determinados serviços, estima-se que:



Cada profissional tem como potencial mínimo impactar **3** outros profissionais, o que significa que cerca de **3.000** novos profissionais podem ser beneficiados.



## Estima-se que...

Beneficiadas  
**8.750**  
Crianças e Jovens

Cada profissional de educação, dos mais de **350** participantes, terá como potencial impactar aproximadamente **25** alunos, o que significa **8.750** crianças e jovens sendo beneficiadas;

Cada profissional de saúde e assistência social, dos cerca de **450** participantes, terá como potencial impactar aproximadamente **5** adolescentes e jovens de cada um dos seus serviços, o que significa **1.210** usuários beneficiados.

Impacto estimado em  
**1.210**  
Adolescentes e Jovens

Impacto estimado em  
**1.900**  
Usuários dos serviços de saúde

Cada profissional de Saúde, dos cerca de **190** participantes, terá como potencial mínimo impactar aproximadamente **10** usuários adultos de cada um dos seus serviços, o que significa **1.900** usuários dos serviços de saúde;

Cada profissional de Assistência Social, dos cerca de **260** participantes, pode beneficiar aproximadamente **2** famílias por meio de atendimentos nos CRAS – Centros de Referência e Assistência Social e/ou serviços de saúde, totalizando cerca de **520** famílias.

Impacto estimado em  
**520**  
Famílias

O impacto inicial pode ser, portanto, estimado em:



Somados, estes impactos representam mais de 15 mil pessoas, entre adolescentes, jovens e adultos, a partir da Inova\_Ação com profissionais.



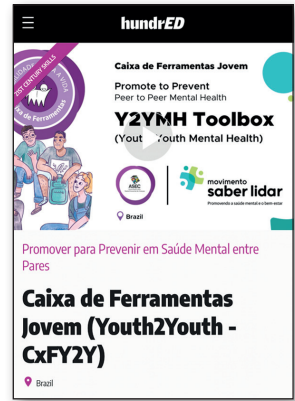
# O projeto foi notícia em diversos veículos de comunicação:



Ao longo do percurso, o projeto teve uma página própria de divulgação no site do [UNICEF Brasil](#) e diversas notícias no [ACONTECE](#), no site da ASEC. Além de reportagens veiculadas em diferentes canais de comunicação.



**08/02/2021**  
O Estado: "Unicef e parceiros lançam canal de ajuda virtual em saúde mental."



**18/03/2021**  
Programa *Caixa de Ferramentas BID*: "Florescer na juventude é saber lidar com os desafios do dia-a-dia de forma positiva. A falta de saúde mental é hoje uma ameaça ao potencial de um jovem. O *Caixa de Ferramentas* potencializa vivências e aprendizados dos fundamentos-chave e habilidades para a vida para que possam saber lidar consigo mesmos, com os outros e com os desafios."



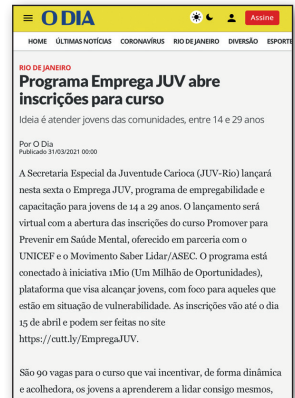
**26/03/2021**  
Prefeitura Rio: "Programa Emprega JUV é lançado e abre inscrições para curso em parceria com o UNICEF."



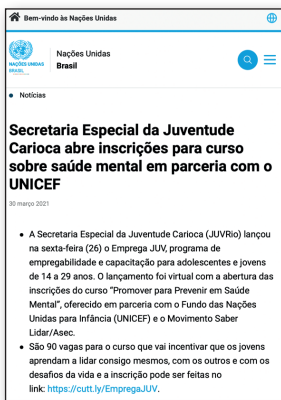
**30/03/2021**  
UNICEF: "JUVRio lança Emprega JUV com inscrições para curso em parceria com o UNICEF."



**06/04/2021**  
Estado de Minas: "Projeto acolhe adolescentes e jovens em sofrimento mental na pandemia."



**31/03/2021**  
O Dia: "Programa Emprega JUV abre inscrições para curso."



**30/03/2021**  
Nações Unidas Brasil: "Secretaria Especial da Juventude Carioca abre inscrições para curso sobre saúde mental em parceria com o UNICEF."



**21/05/2021**  
Juv Rio: "JUVRio e Casa do Menor fecham parceria para oferecer atendimento psicológico a jovens do Jacarezinho."



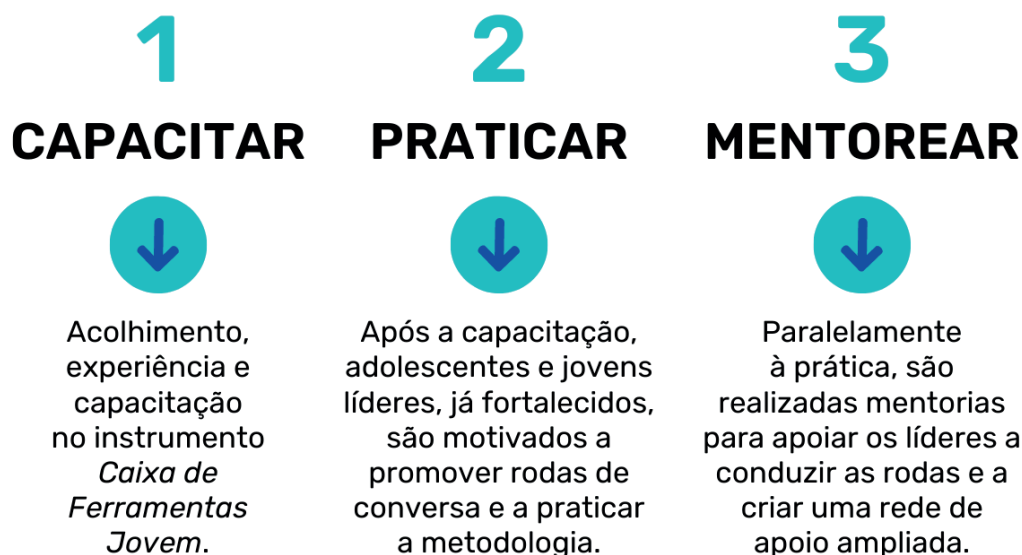
**28/06/2021**  
Porvir: "Dois projetos brasileiros ganham destaque em estudo internacional sobre desenvolvimento de competências."



**18/04/2021**  
Estado de Minas: "Escuta acolhedora"

## 4.1 Inova\_Ação com os jovens

A ação voltada para adolescentes e jovens incluiu a faixa etária de 14 a 24<sup>13</sup> anos, e teve três eixos de ação:



### Os objetivos específicos desta frente de ação são:

- » Sensibilizar adolescentes e jovens para a importância do autocuidado em Saúde Mental;
- » Promover um clima de abertura e confiança entre os participantes, favorecendo a expressão de sentimentos, dificuldades e o apoio mútuo;
- » Desenvolver a habilidade de adolescentes e jovens de nomear sentimentos;
- » Ampliar o repertório de estratégias de enfrentamento (cope) para lidar com sentimentos desagradáveis e com situações difíceis;
- » Introduzir práticas de Atenção Plena (*Mindfulness*) como estratégias válidas para a regulação emocional;
- » Experienciar posturas facilitadoras para a educação entre pares e apoio emocional mútuo;
- » Aumentar a capacidade de pedir ajuda, sensibilizando para a criação de uma Rede de Apoio;
- » Capacitá-los como multiplicadores de espaços de conversa para discussão de temas de Saúde Mental;
- » Engajar adolescentes líderes na Promoção de Saúde Mental.

<sup>13</sup>Embora o projeto original previsse o atendimento de adolescentes e jovens entre 14 e 24 anos, foram incluídos, a pedido das instituições parceiras e com anuência do UNICEF, participantes entre 12 e 25 anos.

## Eixo 1: Experiência/Capacitação no Caixa de Ferramentas Jovem

O eixo Capacitar foi dividido em dois momentos:

I. Um encontro de acolhimento de 2 horas, baseado em um curso já desenvolvido pela ASEC denominado *Tempo de Olhar para Mim (TOM)*;

II. Três encontros de 2 horas, onde os jovens participaram de rodas de conversas estruturadas com mediação de monitores da ASEC.

No que se refere à promoção da saúde mental, as rodas de conversa contribuem para a ampliação da comunicação interpessoal, da capacidade de resolução de conflitos, e, conseqüentemente, para o fortalecimento e o empoderamento dos envolvidos. Elas podem impactar na redução dos agravos relacionados ao sofrimento psíquico gerado a partir dos riscos, incertezas, conflitos e situações comuns da sociedade moderna, atuando de forma direta para a promoção da saúde mental.

## Eixo 2: Mentorear para Praticar

As mentorias foram organizadas em 4 encontros de 1 hora cada. Seu objetivo principal é apoiar adolescentes e jovens líderes, selecionados junto aos parceiros do projeto, para a implementação do *Caixa de Ferramentas Jovem* entre pares, em suas comunidades.

Além da apostila do *Caixa de Ferramentas Jovem*, a ASEC criou materiais de apoio para a condução das conversas, como infográficos e cards:



Materiais de apoio para Rodas de Conversa entre jovens.

### Eixo 3: Mentorear para disseminar

Considerando a importância da internet e das mídias sociais para adolescentes e jovens, e seu potencial para a promoção da saúde mental, o projeto propôs uma Oficina de Educomunicação para os jovens líderes.

Alinhada à temática do Projeto *Promover para Prevenir* e, mais especificamente, ao *Caixa de Ferramentas Jovem*, a oficina foi elaborada em parceria com a Viração Educomunicação, e teve como objetivos específicos:

1. Favorecer a apreensão de conceitos, técnicas e ferramentas para a produção de conteúdos e produtos de comunicação;
2. Mobilizar, animar e apoiar os participantes do projeto para criarem e disseminarem conteúdos e produtos de comunicação, em formato multimídia, sobre saúde mental e emocional;
3. Impactar e promover saúde mental e emocional para outros/as adolescentes e jovens, além dos/as participantes do projeto, por meio das mídias digitais;
4. Realizar a curadoria das produções educacionais sobre saúde mental e emocional criadas por participantes do projeto.

### Os Kits de Fortalecimento Emocional e de Conectividade

O contexto da pandemia trouxe o agravamento não apenas da fragilidade emocional e da saúde mental, mas também a triste realidade da exclusão digital dos adolescentes e jovens brasileiros que vivem em territórios de alta vulnerabilidade. Com o objetivo de incluir e engajar essas pessoas sem conectividade (até então excluídos) e motivar a inserção dos mesmos para seu fortalecimento socioemocional, o UNICEF considerou como parte do projeto, o envio de um Kit de Fortalecimento Emocional para todos os participantes e um Kit Conectividade para aqueles selecionados pelas ONGS para atuar como jovens líderes.

O primeiro kit continha mochila, Guia de Autocuidado, apostila *Caixa de Ferramentas Jovem*, livro “A linguagem da paz em um mundo de conflitos: sua próxima fala mudará seu mundo”, de Marshall Rosenberg, folder “Saúde Menstrual na Pandemia”, caderno pautado, caderno de desenho, caixa de lápis de cor e máscara de tecido e álcool em gel. O segundo kit continha um smartphone e cotas para recarga de dados.



## Perfil dos Participantes

**O projeto deu oportunidade** para a ASEC realizar a avaliação e monitoramento do *Caixa de Ferramentas Jovem*, em parceria com o [Laboratório Interdisciplinar de Pesquisa em Neurodesenvolvimento Humano](#) (LINHA), associado à Universidade Bahiana de Medicina e Saúde Pública e à Universidade Católica do Salvador.

O objetivo foi avaliar como o *Caixa de Ferramentas* impactou a prevenção de agravos e a promoção da saúde mental, analisando índices de saúde mental e bem-estar, bem como determinantes em saúde e fatores de risco associados à pandemia de COVID-19.

A avaliação, ainda em curso até a elaboração do presente relatório, levantou dados importantes acerca de fatores de risco associados a dimensões sociais e econômicas; ao estresse associado à saúde e ao contexto da pandemia de COVID-19; e à prevalência de transtornos mentais nos adolescentes e jovens participantes desta edição do projeto.

Também foram avaliados o grau de satisfação com o curso; o grau de mudanças percebidas; a preferência por técnicas e conteúdos aprendidos, e a motivação para serem multiplicadores do instrumento, que serão apresentados no relatório final da avaliação.

Dados do formulário de inscrição do 1.029 adolescentes e jovens indicam que 61,3% são do sexo feminino, 38,7% do sexo masculino, 58,9% têm entre 12 e 17 anos e 41,1% entre 18 e 25 anos (28 participantes não informaram sua idade).

Dentre os adolescentes (12 a 17 anos), tivemos maior participação de meninos (66%), enquanto entre os jovens (18 a 25 anos), prevaleceu a participação de meninas (45%).

Com relação à ocupação, observamos que a maior parte dos participantes estuda (40,3%) ou estuda e trabalha (40%). Um percentual significativo, no entanto, não estuda nem trabalha (11,9%).

De acordo com este levantamento, dos 311 respondentes<sup>14</sup>, 66% eram meninas/mulheres. E destas, 65% se identificaram como mulher cis. Dos 34% dos meninos/homens, 31,7% se declararam homem cis. Da amostra, 1% era transgênero e 2,3% gênero fluido/não binário.

<sup>14</sup> Algumas observações importantes a respeito da composição desta amostra: 1) a participação na pesquisa foi condicionada à autorização dos responsáveis pelos adolescentes, ou ao preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no caso dos jovens, documentos que alguns não concordaram em assinar; 2) o envio dos questionários foi realizado por WhatsApp, o que inviabilizou a participação daqueles que não possuíam o aplicativo; 3) alguns adolescentes e jovens responderam os questionários após o início dos encontros, o que não permitiu incluir seus dados na pesquisa.



**61,3%**

Meninas/Mulheres



**38,7%**

Meninos/Homens

**58,9% | 12 a 17 anos**

Maior participação de **meninos** = **66%**

**41,1% | 18 a 25 anos**

Maior participação de **meninas** = **45%**



**40,3%**

Estuda



**40%**

Estuda e trabalha



**11,9%**

Não estuda e nem trabalha



**66%**

Meninas/Mulheres



**34%**

Meninos/Homens



**65%**

Mulher Cis



**31,7%**

Homem Cis



**1%**

Transgênero



**2,3%**

Fluido/Não-binário

Com relação à raça/cor, 71,7% das pessoas se autodeclararam pretas ou pardas, 22,2% brancas e menos de 2% amarelas ou indígenas.

Quanto à escolaridade, 70,4% possui ensino médio completo ou incompleto e 85,9% frequenta ou frequentou instituições públicas de ensino.

Fatores de risco associados à pandemia de COVID-19 indicam grande vulnerabilidade do grupo: 48,2% possui renda familiar de até 1 salário-mínimo e 42,1% de 1 e 3 salários-mínimos, sendo que 78,3% se declara em condição de pobreza e 32,9% experimenta insegurança alimentar.



**71,7%**

Preta ou  
Parda



**22,2%**

Branca



**1,6%**

Amarela ou  
Indígena



**4,5%**

Não  
respondeu



**70,4%**

Ensino Médio  
Completo ou Incompleto

**85,9%**

Ensino Médio  
Completo ou Incompleto



**48,2%**

1 Salário Mínimo

**42,1%**

1 a 3 Salários Mínimos



**78,3%**

Condição de  
Pobreza



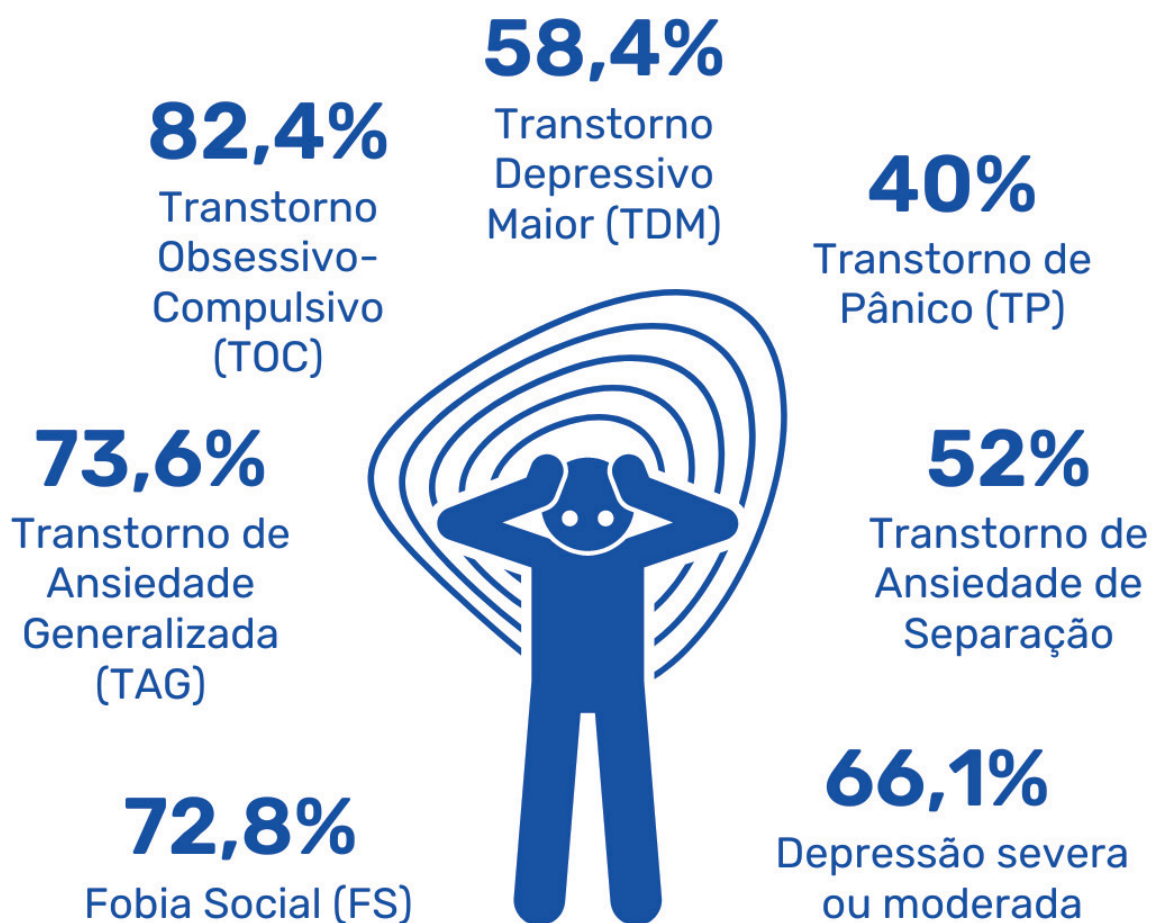
**32,9%**

Insegurança  
Alimentar

Dentre os riscos relacionados à dimensão saúde, 81,8% percebe riscos de adoecimento físico ou mental para si e para familiares. Na dimensão educacional, 68,1% relata dificuldade em realizar atividades escolares em casa e a exclusão escolar afeta 38%. Finalmente, na dimensão psicossocial, 79,9% aponta mudança de conectividade social durante a pandemia e 49,5% relata dificuldade de relacionamento com pais ou outros habitantes da casa.

A maior parte dos participantes apresentou também baixo índice de bem-estar (85,6%), sendo que os adolescentes foram mais afetados (92%) do que os jovens (84%).

Os dados mais alarmantes, no entanto, dizem respeito à saúde mental dos adolescentes<sup>15</sup>: 82,4% reportou sintomas relacionados com o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), 73,6% com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), 58,4% com Transtorno Depressivo Maior (TDM), 72,8% Fobia Social (FS), 52% Transtorno de Ansiedade de Separação, 40,0% Transtorno de Pânico (TP). Entre os jovens, 66,1% apontou sintomas severos ou moderados de depressão.



<sup>15</sup> A pesquisa considerou a faixa etária de 12 a 17 anos como adolescentes, e de 18 a 24 como jovens.

## Implementação

### Articulação de parcerias - Aspecto chave da implementação

As metas não teriam sido atingidas e superadas se não houvesse uma articulação, extremamente alinhada e colaborativa, entre a ASEC e uma série de organizações atuantes com jovens e adolescentes.

Foram articulações frutíferas que promoveram aprendizados relevantes, capazes de mobilizar seus territórios, isso permitiu que o projeto acolhesse uma demanda de jovens com perfil bastante diversificado.

As ONGs engajadas e participantes, em sua quase maioria, promovem ações gerais de empoderamento dos jovens com propósito focado em socioeducação (18). Foi significativa a demanda advinda de ONGs com foco em ações relacionadas ao fortalecimento de jovens aprendizes (6), empoderamento feminino (4), educomunicação (2), justiça restaurativa (1), e medidas socioeducativas (1). Participaram também instituições de caráter assistencial, conectadas ao governo municipal e também jovens e profissionais engajados em ações do próprio UNICEF (voluntários do #tmjunicef), o Comitê Jovem composto pela ASEC ao longo do projeto, assim como um embaixador jovem da ONU.

Dos 1.029 adolescentes e jovens inscritos, 92% (946) veio de 12 ONGs parceiras. Vale destacar as seguintes parceiras de implementação do projeto:

ONG
ABC Aprendiz - SP
Camp Rio Branco - SP
Camp São Vicente - SP
CIEDS - SP
Minhas Escolhas - SP
Articulação Jacarezinho - RJ
CEDECA - RJ
CIEDS - RJ "Coletivo Aprendiz"
JUVRio - RJ
CIEDS - ES
CIEE - ES
CRIA - BA

## A mobilização dos adolescentes

A mobilização de adolescentes e jovens para participar do *Caixa de Ferramentas* foi realizada por meio de ampla divulgação de *cards* junto às ONGs parceiras do UNICEF Sudeste e ONGs não parceiras.

O conceito de educação entre pares passou a integrar também a implementação do projeto desde as ações de sensibilização de jovem para jovem, a partir de janeiro de 2021, quando novos materiais passaram a ser produzidos pelo Comitê Jovem ASEC. As duas jovens contratadas como estagiárias, para atuarem com foco na mobilização de adolescentes, passaram também a participar dos encontros de apresentação do projeto e falar sobre o *Caixa de Ferramentas* para jovens.

## A capacitação dos adolescentes

Foram realizadas 41 turmas de capacitação, com cerca de 25 adolescentes e jovens cada uma, totalizando 1.029 inscritos. Cada turma contou com a facilitação de dois monitores da ASEC. Utilizamos, como parte da metodologia, a construção/validação de combinados para facilitar a comunicação e assegurar um espaço emocionalmente seguro. Os participantes escolheram qual plataforma digital era mais confortável para a realização dos encontros, deixaram opcional o recurso do *chat* para que alguns pudessem se expressar, assim como o uso, ou não, da câmera ou microfone, além do cuidado com o sigilo das informações compartilhadas nos encontros.

### Temas recorrentes

*Os temas mais recorrentes durante as discussões ilustram os desafios vividos pelos adolescentes e jovens neste momento, apontados pela literatura e por pesquisas recentes, conforme já mencionamos: pandemia; relações familiares, amizades, relacionamentos amorosos e abusivos; orientação sexual e preconceito; ansiedade e dificuldade para dormir; bullying, automutilação, ideiação suicida e suicídio.*

*Vale destacar que, tal como ilustra pesquisa realizada pelo U-Report, os participantes manifestaram dificuldade para pedir ajuda, alegando frequentemente que só podem contar consigo mesmos, por não terem pessoas de confiança ao redor. Embora, por outro lado, tenham demonstrado empatia e solidariedade uns com os outros de forma bastante e espontânea, contribuindo para um clima de segurança e apoio mútuo.*

Feedback realizado com monitores da ASEC após cada encontro indica que os grupos foram muito participativos, com poucas exceções. De modo geral, foram se mostrando mais à vontade para compartilhar opiniões e experiências pessoais ao longo da capacitação, dando retorno positivo ao final de cada encontro (veja item “reflexão” na descrição da metodologia). Reconheceram sentimentos e identificaram estratégias de enfrentamento que costumam utilizar, o que permitiu uma troca significativa entre os participantes.

Uma observação recorrente dos monitores foi a dificuldade dos participantes em acessar e manter uma conexão de internet com qualidade, o que promoveu sucessivas entradas e saídas dos encontros virtuais.

Dentre as turmas formadas para formação no *Caixa de Ferramentas*, algumas foram organizadas em função de sua especificidade. São grupos para os quais entendemos que o fortalecimento ganha recortes diferenciados e que visam promover reflexão acerca de conteúdos e vivências específicos, que possam potencializar os jovens dentro destes contextos, conforme descrevemos a seguir.

### **Jovens em medidas socioeducativas**

Duas turmas foram compostas exclusivamente por jovens em medidas socioeducativas. Foram 40 adolescentes, de 5 instituições diferentes, participantes do Ativa 027, um projeto do CIEDS ES.

Com a mediação dos monitores, os adolescentes exercitaram levantar estratégias para lidar com os sentimentos desagradáveis e, em especial, avaliar as consequências de suas escolhas passadas, presentes - considerando que más escolhas podem prejudicar todo o grupo e adiar sua saída da instituição - e futuras, quando estiverem em liberdade.

### **Jovens da Comunidade do Jacarezinho - Parceria JUV-Rio**

Diante da violência vivenciada recentemente pela comunidade do Jacarezinho, o UNICEF, em parceria com a Secretaria da Juventude da Cidade do Rio de Janeiro, promoveu a oportunidade de fortalecer emocionalmente jovens, integrando-os à Inova\_Ação com jovens do *Promover para Prevenir*.

Os jovens foram identificados pela associação de moradores em parceria com a organização local LabJaca e o CRAS (Centro de Referência da Assistência Social) que atende o Jacarezinho. São familiares das vítimas da operação policial de 6 de maio de 2021, que teve mais mortes na história do Estado (28 no total). Além da capacitação no *Caixa de Ferramentas Jovem*, os participantes receberam atendimento psicológico, fruto de parceria da ASEC com a Casa do Menor.

Foram 25 participantes, que receberam o Kit de Fortalecimento Emocional e de Conectividade para acesso à internet.

Os temas debatidos incluíram a tragédia ocorrida, os desafios de se viver em uma região onde a violência é banalizada e a falta de oportunidades. De acordo com os monitores envolvidos, os jovens não se percebem como protagonistas de suas histórias.

Durante as atividades de autopercepção ou aquelas que exigiam respostas mais complexas, os jovens demonstraram dificuldade de compreensão da proposta e das possibilidades dos recursos de autocuidado. Em alguns momentos, foi preciso ilustrar e apresentar exemplos práticos para esclarecer a atividade.

Vale destacar que os jovens não reconhecem nenhuma instituição (ONGs ou CRAS) disponível como rede de apoio ou de ajuda.

Ao final dos encontros, demonstraram interesse em dar continuidade aos encontros e incluir outras pessoas.

### **Jovens Aprendizes**

Jovens Aprendizes de 6 ONGs participaram do *Caixa de Ferramentas Jovem*. Alguns deles fizeram parte de grupos mistos, com jovens de outras ONGs. Oito turmas, no entanto, foram constituídas exclusivamente de jovens aprendizes do Centro de Integração Empresa-Escola (CIEE)/ES (7 turmas) e do ABC Aprendiz/SP (1 turma) e 47 jovens do CIEDS RJ – Coletivo Aprendiz.

O *Caixa de Ferramentas Jovem* foi incluído, nesses casos, como parte da formação dos aprendizes, o que representou maior assiduidade dos jovens uma vez que os mesmos já possuem uma rotina estruturada e com presença alinhada com os gestores.

### **As mentorias**

O projeto previu que jovens líderes, indicados pelas ONGs parceiras, fossem mentorados após a conclusão do *Caixa de Ferramentas Jovem*, para conduzir ações entre pares. Os encontros tinham o objetivo de apoiá-los na implementação do *Caixa de Ferramentas Jovem* entre pares em suas comunidades. Para tanto, cada jovem recebeu, além do Kit de Fortalecimento Emocional, um Kit de Conectividade.

Dentre os 100 adolescentes e jovens selecionados pelas ONGs, 66 receberam as mentorias. Todos integravam projetos do [CIEDS](#), sendo 50 do “Engaja”, do CIEDS-SP e 16 do “ATIVA 027”, do CIEDS-ES. Os demais jovens contemplados com Kit Conectividade foram da comunidade do Jacarezinho do Rio de Janeiro. O foco da equipe ASEC foi promover e potencializar o fortalecimento emocional dos participantes, entendendo que, uma vez fortalecidos, eles poderão servir de referência e apoio para seus pares na comunidade e os encontros adicionais de mentoria com eles foram substituídos por encontros de capacitação da rede de apoio local para darem continuidade no fortalecimento inicialmente recebido.

Visando potencializar as ações dos líderes paulistas, definimos 2 encontros de mentoria e 2 encontros para uma Oficina de Educomunicação com vistas a produzirem insumos relacionados à Saúde Mental, levando em conta a transversalidade do tema.

Líderes do CIEDS-ES participaram dos 4 encontros tal como previsto. Levando-se em consideração, no entanto, a pouca idade dos participantes (entre 12<sup>16</sup> e 18 anos), e indicadores de fragilidade emocional de alguns membros do grupo, os monitores responsáveis entenderam que seria necessário mais tempo para fortalecê-los para a condução de rodas de conversa. Algumas iniciativas nasceram decorrentes do fortalecimento socioemocional dos participantes dos jovens engajados do CIEDS-SP, que vivem em contextos de violência e alta vulnerabilidade da cidade de São Paulo, tais como: Brasilândia, Cidade Tiradentes, Grajaú, Jardim Ângela e Tremembé/Jaçanã. Em destaque, trazemos o Projeto Acolhidas, que pretende reduzir, por meio de cursos, palestras e atividades, a violência doméstica e a agressão contra mulheres, fazendo com que elas alcancem sua independência econômica e emocional. Desenhado para ser implementado integrando ações de empreendedorismo e de aprendizagem socioemocional, a iniciativa pretende fazer uso da infraestrutura local, tal como o CEU do Jaçanã, SASF de Tremembé e Jaçanã, a Fábrica de Cultura Jaçanã, CIC Norte, tornando-se um exemplo de como projetos integrando a Promoção de Saúde Mental e o empreendedorismo se alinham para potencializar jovens com ferramentas de transformação.

### **Acolhimentos Individuais**

Amparada pelo ECA - Estatuto da Criança e do Adolescente, a ASEC ofereceu espaço de escuta para os participantes com vistas a assegurar os direitos fundamentais deste público no decorrer do desenvolvimento desta ação.

Foram realizados acolhimentos ao longo dos 10 meses a adolescentes e jovens que manifestaram sofrimento emocional durante os encontros ou que foram encaminhados pelas ONGs parceiras. Os contatos foram realizados, de modo geral, via WhatsApp e os acolhimentos, por meio da plataforma do Google Meet.

As demandas incluíram dificuldades com familiares, rompimento de relacionamentos afetivos, ansiedade, violência, ideação suicida de pessoas próximas e luto. Sempre que necessário, os monitores da ASEC ofereceram informações e suporte para os encaminhamentos, em parceria com as ONGs.

---

<sup>16</sup> Adolescentes de 12 anos foram incluídos neste grupo com anuência do UNICEF.

## A Oficina de Educomunicação

**“A reverberação do conteúdo produzido por eles nas redes sociais com certeza teve e terá um impacto positivo ao alcançar outros jovens e público em geral”.**

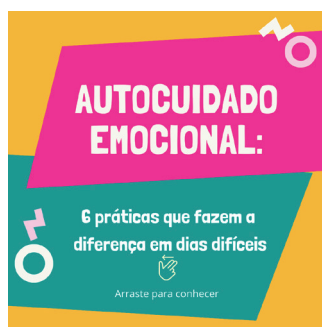
**Viração Educomunicação** - Instituição parceira na Implementação.

Foi oferecida uma Oficina de Educomunicação, em parceria com a Viração Educomunicação. Foram convidados jovens líderes do CIEDS SP para participar de dois encontros de 2 horas cada, em abril de 2021. As oficinas resultaram em uma produção bastante rica, publicada nas mídias sociais da ASEC, UNICEF e Viração Educomunicação.

Durante os encontros, a equipe da Viração apresentou o conceito de Educomunicação e orientou sobre a produção de diferentes tipos de materiais de artes gráficas (Reels e *cards*), vídeos e Podcast.

Além dos encontros, os jovens receberam materiais para apoiá-los na produção de diferentes insumos como dicas e tutoriais e guia de produção de Reels/*cards*, vídeos e Podcast.

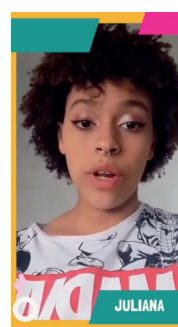
### Material produzido pelos jovens nas oficinas



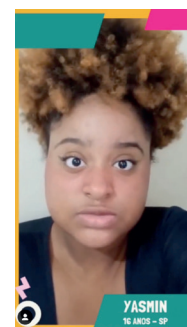
Carrossel



Podcast



Juliana



Yasmin



Entrevista



Videopoesia

## Avaliação e Feedback

*Eu sinto que a gente aprendeu bastante coisa nos encontros, e que podemos levar para outras pessoas e para a vida toda, que nós podemos compartilhar sentimentos que tínhamos vergonha de expressar ou até mesmo não conseguia, é uma coisa que conseguimos entender, a todos, respeitar a opinião de cada um, e ter uma boa convivência com as outras pessoas, me ajudou bastante a entender um pouco de cada coisa que falamos aqui nos encontros, muda o nosso jeito de pensar e agir, foi bem interessante’.*

*Depoimento via chat durante encontro do Caixa de Ferramentas Jovem.*

Considerando que o Instrumento *Caixa de Ferramentas Jovem* está com avaliação acadêmica em curso sob a responsabilidade do LINHA, a busca de um feedback para acompanhamento da ASEC teve um caráter interno, mas relevante para aqui mencionado.

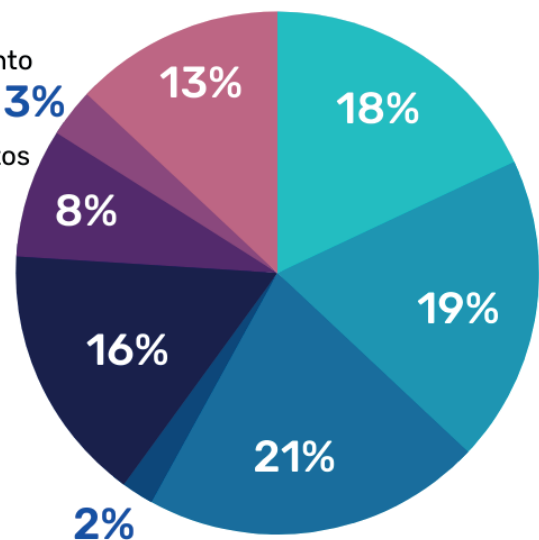
### Motivação e expectativas do curso

Neste formulário, obtivemos 418 respostas válidas, com informações sobre o motivo da inscrição.

**Gráfico:** Motivações dos jovens para a inscrição no curso Caixa de Ferramentas.

### Motivação dos Jovens para a inscrição

- 1 - Aumento conhecimento e troca entre pares.
- 2 - Repertório em Saúde Mental / Aumento conhecimento e troca de experiência entre pares sobre Saúde Mental. 3%
- 3 - Aumento repertório de estratégias de enfrentamentos para sentimentos desagradáveis e situações difíceis / Habilidades para autocuidado.
- 4 - Aumento conhecimento e habilidades para lidar com outras pessoas, melhorar convívio.
- 5 - Aumento conhecimento e habilidades para ajudar outras pessoas.
- 6 - Aumento de recursos técnicos para desempenho profissional (geral).
- 7 - Questões em Saúde Mental.
- 8 - Outros.



## Infraestrutura e acesso

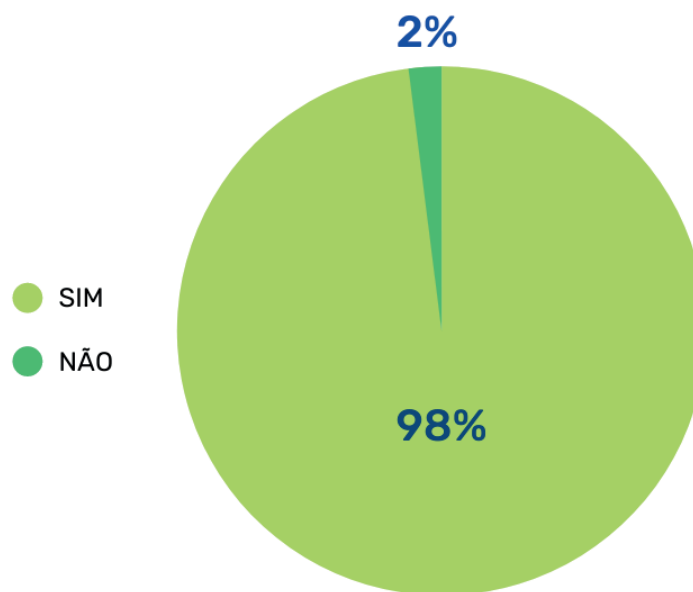
Para o formulário de feedback, obtivemos 101 respostas.

**Tabela:** Grau de satisfação com conexão de Internet.

Grau de Satisfação	Escala	Conexão de Internet
Nada satisfatório	1	1%
↓	2	1%
	3	19%
	4	30%
Muito Satisfatório	5	49%

**Gráfico:** Satisfação geral com o curso.

### Satisfação com o curso: Foi o que você esperava?



## Você compartilhou com outros jovens os conteúdos aprendidos?

---

*“Eu comentei sobre o curso que estava fazendo e expliquei como podemos nos desconectar dos problemas para que possamos entender e saber o que fazer nessa situação”.*

*“Propus fazer umas perguntas como ela se sentia e dependendo da situação eu ajudava a melhorar a autoestima dela”.*

*“Uma amiga brigou com o namorado e eu usei as dicas de como se acalmar e analisar soluções não precipitadas para aquela situação e funcionou, no final deu tudo certo”.*

*“Eu fiz um momento de desconexão com uns amgx e meu namorado, e dps falamos um pouco sobre sentimento”.*

*“Falei sobre as caixas de ferramentas, o que você pode fazer pra se sentir melhor”.*

*“Eu conversei com uma amiga sobre os temas tratados em relação ao assunto Saúde mental, contei como funcionava e o que era e fiz perguntas a ela e então tivemos uma ótima conversa e ela desabafou e se sentiu confortável com os métodos que usei e falei para ela exercitar”.*

*“Passei para minha namorada as práticas de relaxamento”.*

*“Para adolescentes não, mas para minha família”.*

---

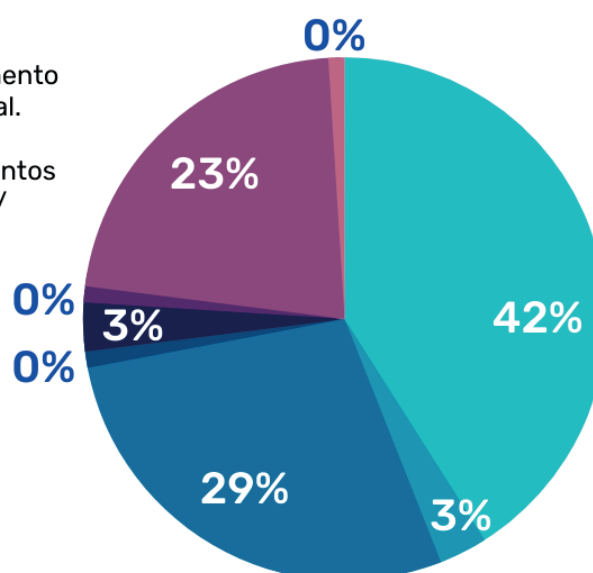
**Tabela:** Compartilhamento dos conteúdos com outros adolescentes e jovens

Compartilhamento dos conteúdos abordados com seus pares	Escala	%
Nunca, poucas vezes	1	29%
↓	2	7%
	3	23%
	4	10%
Muitas vezes	5	26%

**Gráfico:** Aprendizados mais significativos do curso na perspectiva dos adolescentes e jovens participantes

## Aprendizados mais significativos do curso

- 1 - Aumento conhecimento e troca entre pares.
- 2 - Repertório em Saúde Mental / Aumento conhecimento e troca de experiência entre pares sobre Saúde Mental.
- 3 - Aumento repertório de estratégias de enfrentamentos para sentimentos desagradáveis e situações difíceis / Habilidades para autocuidado.
- 4 - Aumento conhecimento e habilidades para lidar com outras pessoas, melhorar convívio.
- 5 - Aumento conhecimento e habilidades para ajudar outras pessoas.
- 6 - Aumento de recursos técnicos para desempenho profissional (geral).
- 7 - Ambiente acolhedor.
- 8 - Outros.



## 4.2 Inova\_Ação com profissionais da Rede de Apoio Psicossocial

Diante dos índices de suicídio e adoecimento mental em adolescentes e jovens, os profissionais das redes de apoio têm se deparado cada vez mais com situações desafiadoras envolvendo este público. Contudo, muitos não se sentem preparados para enfrentar tais situações, o que pode levar a um suporte deficiente, bem como a um desgaste da saúde do profissional.

Por tal razão, a ação *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes para profissionais* teve como objetivo a capacitação de profissionais da área da saúde, educação e assistência social para o autocuidado e a promoção da saúde mental de adolescentes.

### Descrição da metodologia

A capacitação dos profissionais que atuam direta ou indiretamente com adolescentes está fundamentada, da mesma forma que o *Caixa de Ferramentas*, no conceito ASEC do “Saber Lidar”, potencializando reflexões e vivências na tríade do saber lidar consigo mesmo, fortalecendo-os para lidar com os outros jovens e adolescentes de seu convívio, e também com os desafios pessoais e profissionais.

Por tal razão, a Inova\_Ação para Profissionais da Rede de Apoio faz uso de ferramentas que fazem parte ou estão alinhadas com os programas que a ASEC implementa, quais sejam: Comunicação Não Violenta, escuta ativa, ampliação de estratégias de enfrentamento (*coping*) e, desde o início da pandemia de forma ampliada, práticas de Atenção Plena.

O curso foi dividido em 4 encontros, com roteiros que incluem reflexões, discussões, estudos e atividades práticas.

## Implementação

### Mobilização dos profissionais

A mobilização foi realizada por meio da criação de materiais de divulgação compartilhados com as ONGs parceiras e por meio de mídias sociais.

### Método e materiais de apoio

O curso online utilizou-se do método da “sala invertida”, convidando os profissionais a fazer contato prévio com os conteúdos centrais dos encontros por meio de materiais disponibilizados antecipadamente, motivando-os

a se engajar nas trocas e discussões. Para tanto, foram produzidos, especialmente para o curso, um áudio e três vídeos.

Ao final do curso, os participantes receberam o “*Guia do Promover para Prevenir para Profissionais*”, que apresenta os principais conceitos relacionados ao “saber lidar” e três trilhas com atividades e conteúdos: Saber Lidar Comigo Mesmo, Saber Lidar com os Outros, Saber Lidar com os Desafios.

## Perfil dos profissionais

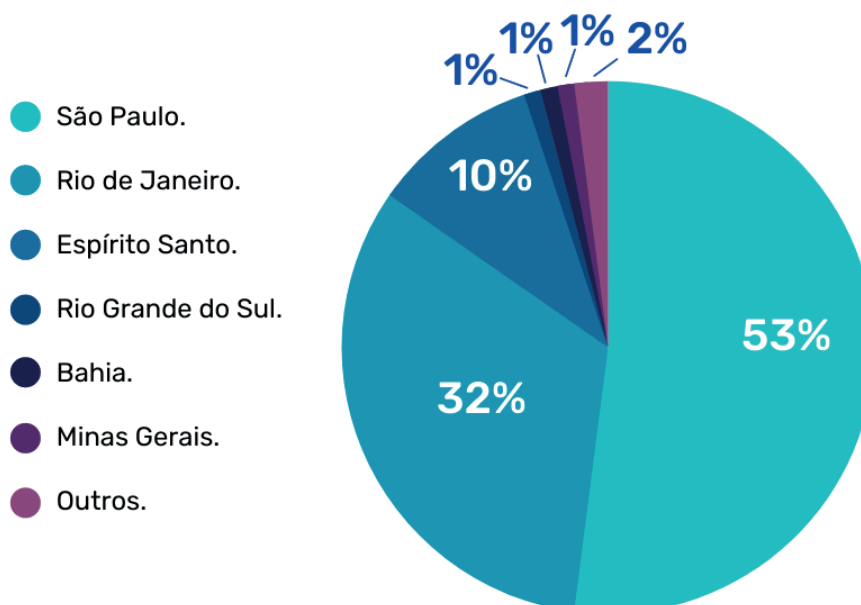
Dados obtidos por meio do formulário de inscrição permitiram levantar informações sobre região e área de atuação dos participantes.

Foram, no total, 1.454 profissionais inscritos - incluindo o curso *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes* e o curso complementar *Comportamentos de Risco e Luto na Adolescência*.

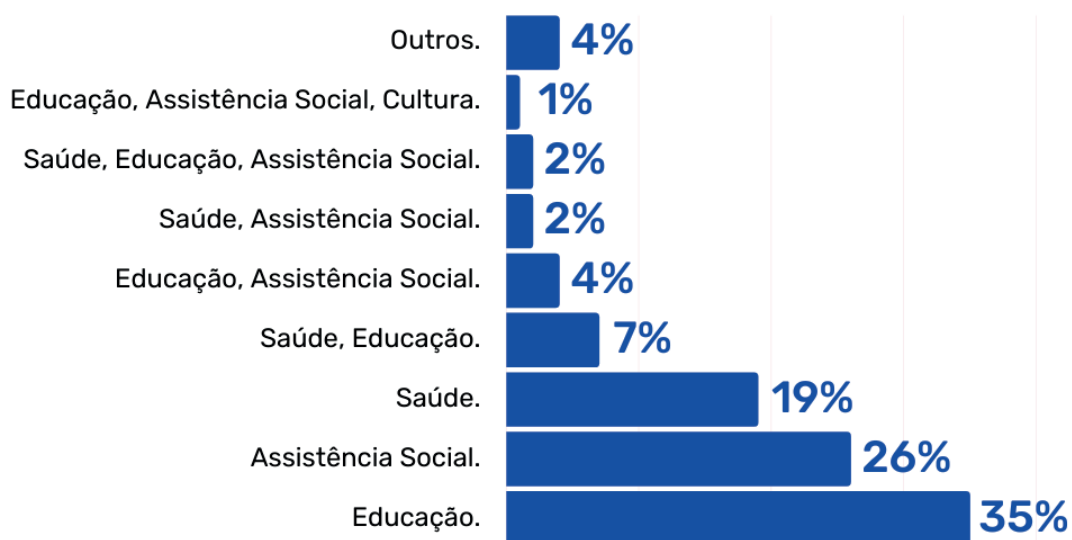
**Tabela:** Número de inscritos por Estado.

Por Estado	Inscritos	%
São Paulo	758	53%
Rio de Janeiro	470	32%
Espírito Santo	148	10%
Rio Grande do Sul	21	1%
Bahia	18	1%
Minas Gerais	15	1%
Outros	24	2%
<b>Total</b>	<b>1.454</b>	<b>100 %</b>

## Profissionais por Estado



## Profissionais por área de atuação



### A capacitação dos profissionais

Foram realizadas 10 turmas, com participação de 60 a 150 profissionais para desenvolver a ação, foram alocadas 3 monitoras e uma pessoa para apoio técnico da equipe e dos participantes.

Os encontros foram realizados por meio da plataforma Zoom para viabilizar a discussão em grupos com o recurso das salas simultâneas.

Os profissionais se mostraram bastante participativos. Muitos ressaltaram o valor das reflexões acerca do autocuidado emocional e das trocas entre pares, especialmente nos pequenos grupos.

Durante as discussões, surgiram questões relacionadas aos desafios impostos pela pandemia, bem como ao estresse ocupacional, à falta de apoio técnico, social e emocional no ambiente de trabalho e à sobrecarga de responsabilidades. Alguns profissionais mencionaram cansaço, desmotivação e a sensação de se sentir “à deriva”, corroborando dados da literatura apontados no item “O contexto da experiência”.

Destacou-se ainda a dificuldade no manejo de comportamentos de risco dos adolescentes e jovens (como a ideação suicida e a autolesão sem intenção suicida - automutilação), o que motivou a oferta de um curso complementar sobre o tema.

### Acolhimentos (demanda acolhida voluntariamente)

Durante os encontros, as monitoras fizeram contato individual com os participantes, sempre que eram mencionadas situações que evidenciavam

sofrimento, oferecendo apoio no momento e, eventualmente, um acolhimento posterior, prática usual em todas as iniciativas da ASEC.

O acolhimento foi realizado de modo informal, por meio de mensagens pelo WhatsApp, por iniciativa das monitoras e dos próprios profissionais, que buscaram apoio.

### **Curso complementar: *Comportamentos de Risco e Luto na Adolescência***

Os temas recorrentes nos 4 encontros e que geraram maior desconforto emocional e preocupação dos profissionais foram:

**1. Saber Lidar** (manejo) com comportamentos de risco dos adolescentes e jovens (como a ideação suicida e a autolesão sem intenção suicida - automutilação);

**2. Saber Lidar** (o acolher específico) com contextos de luto decorrentes da pandemia.

Atendendo a esta demanda, a Equipe ASEC buscou uma parceria com Dr. Carlos Henrique de Aragão Neto, que possui uma larga experiência nas duas temáticas e isso motivou a oferta de um curso complementar sobre os dois temas.

O curso teve como objetivos específicos o aumento do conhecimento sobre comportamento suicida e autolesão sem intenção suicida; aumento de recursos técnicos para manejo de comportamentos de risco na adolescência; aumento de conhecimento e recursos técnicos para lidar com luto na adolescência. Foram cinco encontros de 2 horas de duração, sendo 4 aulas e um fórum de discussão, ministrados pelo Dr. Carlos Henrique e mediados por uma monitora da ASEC. O curso foi transmitido pelo Youtube e teve participação de 222 profissionais, que apontaram sua contribuição para o aumento de recursos técnicos relacionados ao tema.

**WEBINAR** YouTube

**Saber Lidar com Comportamentos de Risco e Lutos na Adolescência**

Dr. Carlos Henrique de Aragão Neto

**Dia 04/maio/2021**  
**Terça-feira | 19h às 21h**

**Módulo 1**  
Noções gerais sobre comportamento suicida: conceito; perspectivas; fatores de risco; fatores de proteção; processo do comportamento suicida.

## Feedback

# Educadora relata importância da saúde mental no ambiente escolar

*“Eu vim de uma geração que não teve isso, devemos acreditar na geração que está aí agora”, desabafa Aryane*

Aryane da Silva Sousa, participante do *Promover para Prevenir Profissionais*, relata a importância de se pensar na saúde mental no ambiente escolar. A auxiliar de educação na prefeitura de São Paulo e especialista em psicoterapia conta que o assunto de saúde mental não é tão abordado nas escolas como deveria. Por mais que na escola onde atua haja um grande avanço nessa pauta por possuir parcerias com Unidades Básicas de Saúde, ONGs e, agora, a ASEC Brasil | Movimento Saber Lidar, em conversas com colegas de trabalho percebe que nas demais escolas de São Paulo não está havendo o mesmo avanço. Aryane fica muito feliz em perceber que os alunos são receptivos no assunto de saúde mental. “Acho que essa geração está aprendendo que o emocional é tão importante quanto o físico, o cognitivo... Eles só precisam desse espaço.” Para ela, por mais que ainda se tenha um grande estigma em cima do assunto de saúde mental, os jovens são muito receptivos e estão sempre querendo aprender mais, e os profissionais devem dar esse espaço de escuta e fala para eles.

Quando questionada sobre o curso, Aryane demonstrou muita empolgação. A auxiliar de educação conheceu o curso através do facebook do UNICEF e foi paixão à primeira vista. “Quando vi o curso pensei que era disso que eu precisava.” Além de se inscrever, divulgou para duas colegas de trabalho para fazerem a formação juntas. Após a finalização do *Promover para Prevenir Profissionais*, Aryane e suas amigas começaram a estudar o Guia de Autocuidado para nivelar, cada vez mais, uma comunicação mais jovem com os adolescentes. Ela acredita que os educadores devem ter uma comunicação similar para ter um diálogo mais efetivo com os jovens.

O maior legado que Aryane quer deixar na vida das crianças e adolescentes que passam por ela é mostrar que todos são capazes de mudar.

A experiência de Aryane ilustra o que já foi apontado pela literatura e observado no desenvolvimento do presente projeto: muitos educadores, assim como profissionais na Rede de Atenção Psicossocial, frequentemente possuem uma lacuna em suas formações no âmbito da saúde mental e da saúde do adolescente. Conforme o levantamento junto aos participantes, o curso *Promover para Prevenir* contribuiu para minimizar esta lacuna.

Com o objetivo de monitorar a implementação da proposta, foram aplicados dois formulários: um para a inscrição dos e outro de feedback do curso, incluindo itens como conteúdo, formato, acessibilidade, condução e satisfação em geral.

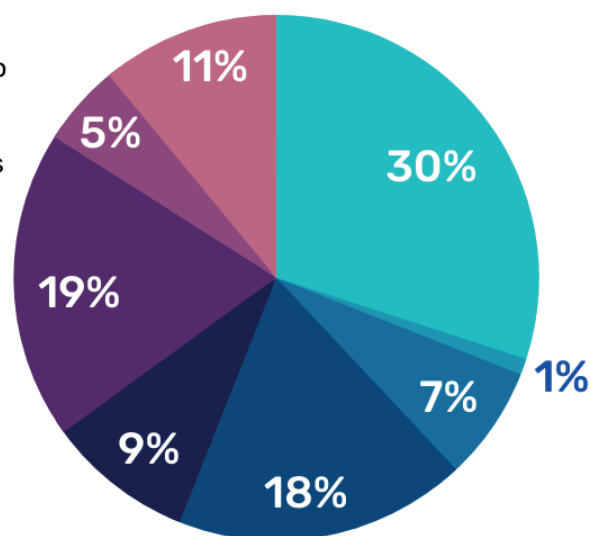
### Motivação e expectativas do curso

No formulário inicial, obtivemos 843 respostas válidas, conforme gráficos a seguir:

**Gráfico:** Motivações dos profissionais para a inscrição no curso *Promover para Prevenir*.

### Motivações para inscrição no curso

- 1 - Aumento conhecimento e troca entre pares.
- 2 - Repertório em Saúde Mental / Aumento conhecimento e troca de experiência entre pares sobre Saúde Mental.
- 3 - Aumento repertório de estratégias de enfrentamentos para sentimentos desagradáveis e situações difíceis / Habilidades para autocuidado.
- 4 - Aumento ferramentas para acolher e encaminhar demandas emocionais dos adolescentes.
- 5 - Aumento conhecimento e habilidades para favorecer a saúde mental dos adolescentes.
- 6 - Aumento de recursos técnicos para desempenho profissional (geral).
- 7 - Ajudar.
- 8 - Outros.



Ao finalizar o curso, aplicamos um formulário de feedback que investigou satisfação com relação ao conteúdo, formato, acessibilidade e condução.

## Infraestrutura e acesso

**Tabela:** Grau de satisfação com conexão de Internet.

Grau de Satisfação	Escala	Conexão de Internet	Uso do Zoom
Nada satisfatório	1	0%	0%
↓	2	1%	1%
	3	6%	2%
	4	31%	16%
Muito Satisfatório	5	62%	81%

## Metodologia do curso

**Tabela:** Satisfação com a metodologia utilizada.

Grau de Satisfação	Escala	Formato do Curso
Nenhuma utilidade	1	0%
↓	2	0%
	3	3%
	4	11%
Muita utilidade	5	86%

## Feedback de profissionais participantes do curso: *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes*

*“Curso bastante profundo em conteúdo, a abordagem de partir primeiro da nossa experiência ao longo dos encontros para então aplicarmos com os jovens é bastante assertiva. Não é um curso só sobre ferramentas, mas também sobre como viver melhor”.*

*“Senti-me acolhida. Muito aprendizado, troca riquíssima de conteúdo que irá me ajudar na prática do dia a dia”.*

*“O curso na verdade superou minhas expectativas. Trouxe muitas temáticas importantes de forma dinâmica e também recursos de como lidar”.*

*“Além de ser um espaço de troca de experiências, nos forneceu ferramentas para desenvolver com os jovens e adolescentes”.*

## Materiais

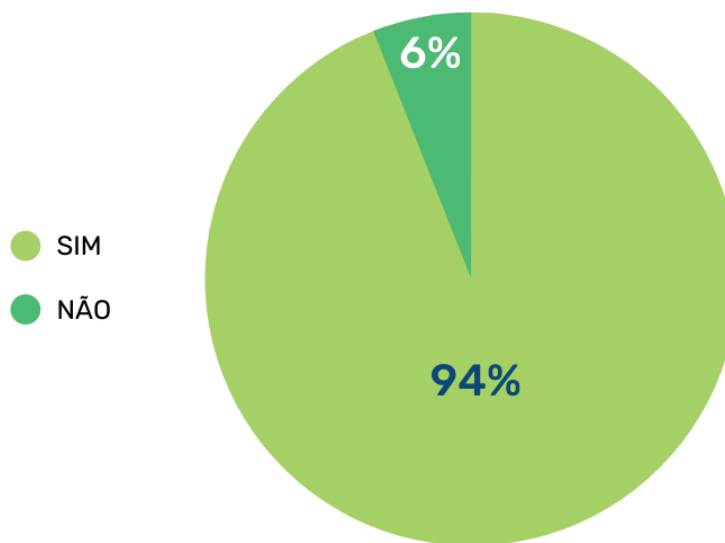
**Tabela:** Satisfação com os materiais oferecidos.

Grau de Satisfação	Escala	Materiais
Nada útil	1	0%
↓	2	1%
	3	3%
	4	13%
Muito útil	5	83%

## Satisfação com o curso e utilização dos assuntos abordados

**Gráfico:** Satisfação geral com o curso.

### Satisfação com o curso: Foi o que você esperava?



**Tabela:** Utilização dos conhecimentos adquiridos e utilização.

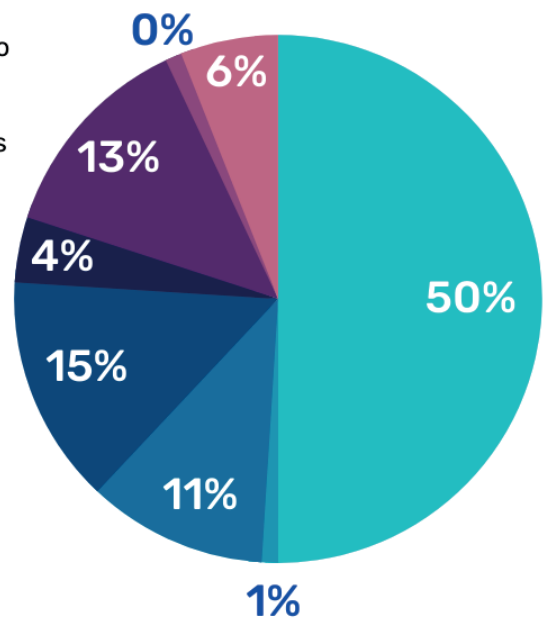
Utilização dos conteúdos abordados	Escala	Utilização com pares no trabalho	Utilização com adolescentes
Nunca, poucas vezes	1	11%	28%
↓	2	4%	9%
	3	16%	22%
	4	24%	21%
Muito Satisfatório	5	44%	21%

## Aprendizados significativos

Dentre os comentários sobre o curso, foram consideradas 256 respostas válidas, que continham elementos sobre os aprendizados mais significativos.

### Aprendizados mais significativos do curso

- 1 - Aumento conhecimento e troca entre pares.
- 2 - Repertório em Saúde Mental / Aumento conhecimento e troca de experiência entre pares sobre Saúde Mental.
- 3 - Aumento repertório de estratégias de enfrentamentos para sentimentos desagradáveis e situações difíceis / Habilidades para autocuidado.
- 4 - Aumento ferramentas para acolher e encaminhar demandas emocionais dos adolescentes.
- 5 - Aumento conhecimento e habilidades para favorecer a saúde mental dos adolescentes.
- 6 - Aumento de recursos técnicos para desempenho profissional (geral).
- 7 - Ajudar.
- 8 - Outros.



## 4.3 Inova\_Ação do Canal “Pode Falar”

De forma inédita no Brasil, o Pode Falar é um canal de ajuda virtual que oferece apoio psicossocial, focado no público jovem de 13 a 24 anos, preenchendo uma lacuna até então existente, contando também com a criação e disseminação de melhores práticas em saúde mental, com o incentivo de ações entre pares e a produção de materiais para nutrir o canal e estabelecer no próximo momento uma ajuda efetiva entre pares: adolescentes e jovens. O público pode se engajar em uma conversa virtual, de forma totalmente anônima e gratuita, via WhatsApp, pelo número (61) 9660-8843 ou pelo site [www.podefalar.org.br](http://www.podefalar.org.br). Uma vez no sistema, a/o usuária/o responde como está, qual a sua idade, gênero, estado onde mora, se tem ou não deficiência, e pode conduzir sua navegação entre três sessões principais:

“**Quero me cuidar**”, onde há um cardápio de materiais sobre saúde mental para adolescentes e jovens, com vídeos, guias e manuais sobre autocuidado;

“**Quero me inspirar**”, onde tem acesso e pode contribuir com depoimentos sobre como superar situações difíceis; e

“**Quero falar**”, onde tem acesso ao serviço de escuta ativa proporcionado por profissionais de organizações parceiras com experiência e treinamento para o acolhimento individual de adolescentes e jovens, sem julgamento.

O Pode Falar me(Cuidar) me(Inspirar) Quero falar Quem faz

**PODE FALAR**

O Pode Falar é um canal de ajuda em saúde mental para você que tem de 13 a 24 anos.

Começar a falar

**Aqui você encontra:**

QUERO(ME) CUIDAR      QUERO(ME) INSPIRAR      QUERO FALAR

[Conheça o Canal “Pode Falar”](#)

## Quem faz e desde quando

O Pode Falar foi lançado em fevereiro de 2021 pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) em parceria com a Associação pela Saúde Emocional das Crianças (ASEC), o Instituto Vita Alere, Instituto Syntese, o Núcleo do Cuidado Humano da Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE), o Centro de Valorização da Vida (CVV), o Programa Vidas Preservadas, o Ministério Público do Estado do Ceará, a Associação para o Desenvolvimento dos Municípios do Estado do Ceará (APDMCE), além de contar com o apoio do Conselho Nacional do Ministério Público (CNMP) e da SaferNet. O sistema foi desenvolvido pela Weni/Ilhasoft e a identidade visual é da Agência Nativa.

## Objetivos Principais

- » Produzir e disponibilizar conteúdo confiável e permanentemente atualizado sobre saúde mental e bem-estar de e para adolescentes e jovens;
- » Promover a troca de informações sobre como superar situações difíceis por meio de depoimentos anônimos, editados antes de se tornarem públicos;
- » Oferecer um espaço seguro para escuta acolhedora, realizado por uma equipe multidisciplinar capacitada para tal;
- » Fomentar a participação na promoção do seu próprio bem-estar e saúde mental;
- » Fortalecer redes de apoio sobre temas que afetam sua saúde mental;
- » Contribuir para o fortalecimento de políticas públicas intersetoriais para o cuidado integral à saúde mental de adolescentes e jovens por meio de parcerias e de ações coordenadas de incidência política com base em evidência.

## A implementação da iniciativa se deu com:

- 1)** Produção de conteúdo sobre saúde mental e bem-estar;
- 2)** Acolhimento realizado por equipe multidisciplinar capacitada para a escuta ativa/empática;
- 3)** Formação de adolescentes e jovens para que se apropriem de ferramentas para a promoção da saúde mental e bem-estar de si e de seus pares;
- 4)** Comunicação/Sensibilização/Mobilização da sociedade, com foco em atores-chave para a promoção da saúde mental;
- 5)** Articulação e fortalecimento das políticas públicas de promoção da saúde mental, do bem-estar de adolescentes e jovens no Brasil.

## Dados e impactos

Em junho de 2021, um total de **24.686** adolescentes e jovens haviam acessado o Pode Falar. Sendo que **19.381** pessoas se registraram como mulher, **4.275** como homem e **621** não-binário. Desses, **11.225** das/os usuárias/os se declararam de cor branca, **9.224** parda, **3.360** preta, **604** amarela e **270** de origem indígena. A maioria têm entre **14 e 16 anos**. O estado com maior número de acessos foi São Paulo, com **6.520**, seguido por Ceará (**3.161**); Minas Gerais (**2.250**) e Rio de Janeiro, com (**2.241**).

## Produção de insumos – parceria com Instituto Vita Alere

Parceiros na construção do Canal Pode Falar, a ASEC e o Instituto Vita Alere contribuíram até o momento para a sessão “Quero me cuidar”, que oferece diversos materiais sobre Saúde Mental para adolescentes e jovens, produzidos pelo UNICEF e pelos demais parceiros. Os materiais incluem cards, quiz, guias, e cartilhas tais como o [Guia de Autocuidado: ser adolescente e jovem que se cuida!](#), da ASEC.

### QUERO(ME) CUIDAR



Os materiais disponíveis aqui vão te dar dicas sobre como se conhecer, se cuidar e cuidar das pessoas importantes para você.

[Live sobre saúde mental na quarentena](#) ➔

[8 dicas rápidas para que adolescentes cuidem de sua saúde mental durante a pandemia](#) ➔

[Como adolescentes podem proteger sua saúde mental durante o surto de coronavírus](#) ➔

[E-book sobre adolescentes e saúde socioemocional](#) ➔

[Cards do glossário LGBTQI+](#) ➔

[Folder sobre saúde menstrual que inclui dicas de saúde mental](#) ➔

# ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO CRÍTICA

"O CURSO ACONTECEU EM UM MOMENTO DE BASTANTE FRAGILIDADE PARA MIM. APRENDER A OUVIR E A FALAR FOI ESSENCIAL, POIS APESAR DE TRABALHAR COM ADOLESCENTES, EU NUNCA TINHA PARADO PARA PRESTAR ATENÇÃO NAS MINHAS NECESSIDADES E A PARTIR DAÍ ME TRANSFORMAR, NÃO APENAS EM UM PROFISSIONAL MELHOR, MAS PRINCIPALMENTE EM UMA PESSOA MELHOR".

FEEDBACK DE PROFISSIONAL  
PARTICIPANTE DO CURSO:  
PROMOVER PARA PREVENIR  
EM SAÚDE MENTAL DE  
ADOLESCENTES



## 5. Análise e interpretação crítica

**No que diz respeito à Inova\_Ação** para adolescentes e jovens, os indicadores positivos levantados de experiências anteriores do piloto com jovens de outras regiões e, no presente projeto, com jovens do Sudeste do país, configuram o *Caixa de Ferramentas* como uma tecnologia capaz de atender as especificidades de cada contexto e território, como ilustra o relato a seguir:

*“Em diversos espaços, a partir do meu trabalho – eu trabalho com juventudes e estou à frente de uma área que é sobre liderança juvenil, então eu participo de muitas formações de jovens –, eu facilito encontros, e em diversos momentos de discussão sobre autocuidado eu pude trazer as reflexões que o Caixa de Ferramentas trazia também. Poder discutir e refletir um pouco sobre estas questões do cuidado que a gente precisa ter com nós mesmos, mas pensando no outro também, entendendo que existe um equilíbrio e que é necessária esta balança de procurar entender que as nossas atitudes, elas precisam ser respeitadas com os outros e com a gente. E compartilhar, ainda que não com o material da Caixa de Ferramentas, as reflexões que esta formação me deu e aprendizados que eu tenho levado e praticado na vida, tanto pessoal, quanto profissional. (...)”*

*Acho que uma coisa importante a se considerar dentro do processo de formação também é com relação a este autocuidado, a este momento de parar e refletir sobre si, é o quanto a gente traz a importância da individualidade nesta questão, que as maneiras não são únicas para garantir este autocuidado, para garantir esta reflexão, este pensamento e definição das tomadas de decisão. Então este olhar individual e do quanto a gente precisa parar mesmo e sentir o nosso corpo, sentir a nossa respiração e pensar de que maneira a gente encontra alternativas neste cuidado e num processo de tranquilização e de harmonização com os nossos sentimentos e as nossas decisões. Acho que este era um ponto que eu queria trazer também que marcou da formação”.*

**Hugo Sabino**, 24 anos, participante da primeira experiência do Caixa de Ferramentas Jovem, no CEDAPS/RJ. [Ouça o depoimento completo aqui.](#)

O *Caixa de Ferramentas Jovem* foi inspirado e tem como base a experiência e sucesso de programas de Aprendizagem Socioemocional, baseados em evidências desenvolvidos em mais de 30 países diferentes e implementados no Brasil pela ASEC, desde 2004.

Este caráter sugere que o *Caixa de Ferramentas Jovem* seja replicável em comunidades diversas, na medida em que promove a ampliação de recursos internos e incentiva o pensamento crítico, fornecendo parâmetros para que os participantes possam avaliar por eles mesmos suas estratégias com base na tríade cuidar de si, cuidar do outro e saber lidar com os desafios. Entendemos que, ao capacitar e mentorear adolescentes e jovens líderes para que condu-

zam rodas de conversa entre pares, o *Caixa de Ferramentas* fortalece o diálogo e o apoio mútuo, ampliando habilidades essenciais para o desenvolvimento de ações entre pares e sua participação cidadã em temas de seu interesse.

Da mesma forma, a Inova\_Ação com os profissionais partiu da reflexão e ampliação de estratégias para o autocuidado antes de oferecer recursos para o cuidado com os adolescentes e sua atuação dentro da rede de apoio psicossocial, uma estratégia que foi validada pelos participantes. Assim, ao adquirir ferramentas para o autocuidado, os profissionais podem potencialmente transferi-las tanto para os jovens como para seus pares, compartilhando informações relacionadas à ampliação de estratégias de enfrentamento e critérios para a avaliação de consequências, como observamos nos dados sobre a utilização dos conteúdos do curso.

Consideramos que o reconhecimento de uma perspectiva mais integral, tanto da adolescência, quanto da saúde - que inclui fatores socioculturais e históricos, nos convida, enquanto profissionais, a um exercício de abertura para a aproximação e reconhecimento das especificidades de cada comunidade, grupo ou indivíduo.

Quanto ao Canal Pode Falar, foram registrados mais de 24 mil acessos em apenas 4 meses, o que ilustra a urgência na demanda de acolhimento de jovens e adolescentes, em especial neste momento. E a previsão é de que este número cresça exponencialmente com o número de pessoas que já aguardam atendimento e a ampliação do número de profissionais para o acolhimento humanizado.

Este movimento corrobora também a importância do uso da internet e das mídias sociais, apontada na literatura, para a sensibilização e a disseminação de informações sobre o autocuidado e a promoção da saúde mental.

\* \* \*

Entendemos que os resultados das ações apontam que o objetivo central do projeto foi alcançado por meio do fortalecimento socioemocional e engajamento de adolescentes, jovens e de profissionais da rede apoio psicossocial, promovendo cuidados com a saúde mental e bem-estar em tempos de pandemia de COVID-19.

A curto e médio prazos, estas ações também contribuirão para, dentro do possível, promover saúde mental, bem-estar e qualidade de vida dos adolescentes, prevenindo transtornos mentais e reduzindo taxas de comportamentos de risco, suicídio e sofrimento mental deste público. Além disso, considera-se que a capacitação dos profissionais contribuiu para a melhoria na qualificação assistencial em serviços de saúde e nas Redes de Atenção Psicossocial, ampliando a integração dos conceitos de Saúde Mental e adolescências na Saúde, Educação e Assistência Social.

# APRENDIZADOS DO PERCURSO E LEGADO

O QUE FOI MAIS SIGNIFICATIVO PARA VOCÊ?

"O GUIA DO AUTOCUIDADO, E TBM A CONVERSA COM JOVENS DA NOSSA IDADE O QUE É MAIS FÁCIL".

"OS TEMAS ABORDADOS E VER A EXPERIÊNCIA DE OUTRAS PESSOAS NA REUNIÃO".

"CONHECER EXPERIÊNCIAS DE OUTRAS PESSOAS E COMPARTILHAR PERSPECTIVAS".

"EU ACHEI QUE UMA PARTE BEM SIGNIFICATIVA FOI COMO LIDAR COM AS EMOÇÕES".

"APRENDER COMO EXPRESSAR MEUS SENTIMENTOS".

## 6. Aprendizados do percurso e legado

**Durante o percurso**, muitos desafios se apresentaram, em função de incerteza e imprevisibilidade que o contexto da pandemia gerou nas pessoas e nas organizações, demandando uma permanente atenção e monitoramento a todos os aspectos do projeto em todas as suas frentes.

Operacionalmente, para viabilizar a implementação, a ASEC teve que se manter flexível, respeitando as premissas do projeto. O que destaca uma qualidade presente na atuação da equipe e nas metodologias tanto do *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes para Profissionais* quanto do *Caixa de Ferramentas*, estrutura capaz de acolher estas demandas e se adaptar, mantendo sua essência. Isto posto, gostaríamos de destacar a seguir aprendizados e legados do percurso:

### 1. Quanto à parceria com as ONGs

Entendemos que a experiência do *Promover para Prevenir* reforça ainda mais a importância da integração da Saúde Mental e do desenvolvimento de habilidades socioemocionais no planejamento curricular dos projetos das ONGs parceiras. E do envolvimento desde os gestores até a equipe responsável pela execução e suporte técnico, para potencializar a ação.

#### DESTAQUES

*Promover apoio para que o tema da promoção da saúde mental dos adolescentes e jovens saia do contexto periférico e ganhe espaço integrado nos projetos e ações das ongs parceiras.*

*Ampliar a rede de ONGs que estejam alinhadas a essa premissa, fortalecendo o tema dentro da intersetorialidade.*

### 2. Quanto à Inova\_Ação com os Jovens

Ao longo desta atuação percebemos que a adequação das atividades do *Caixa de Ferramentas* exigia não apenas um monitoramento constante, mas também do olhar do próprio jovem. Por isso, aprimoramentos do instrumento para próximas edições contarão com a contribuição de jovens para o alinharmos cada vez mais com a perspectiva de educação entre pares.

Foi com esta perspectiva que a ASEC contratou estagiárias por meio da iniciativa 1MIO e criou um **Comitê Jovem** para enriquecer estratégias mais pertinentes para a mobilização dos adolescentes e jovens.

Este Comitê fundou o **Movimento Saber Lidar Jovem**, lançado no dia 23 de junho de 2021, por ocasião da comemoração de 1 ano do Movimento Saber Lidar | ASEC Brasil.



*Fortalecendo parcerias e conduzindo ações entre pares, o Movimento Saber Lidar conta agora com uma equipe jovem engajada em multiplicar o Saber Lidar.*

**Maria Eduarda, Rebecca, Vivian e Isabella** estão abrindo o caminho para esta equipe que pretende se fortalecer. Em Mato Grosso do Sul, Rio de Janeiro e Santa Catarina: trabalhando de diferentes lugares do Brasil, as quatro unem forças para o engajamento de mais jovens na realização de parcerias e diálogos com esse público.

**MARIA EDUARDA**



**REBECCA**



**ISABELLA**



**VIVIAN**

 @saberlidarjovem

Vale lembrar que a Lei no. 13.819 menciona a importância de ampliar os espaços engajados na promoção da saúde mental e de prevenção do suicídio, podendo, então, contemplar projetos intersetoriais com abordagens qualificadas e efetivas.

## DESTAQUES

*Trazer os jovens para centralidade do aprimoramento da metodologia visando maior engajamento e resultado na escalabilidade dos benefícios.*

*Potencializar a voz dos(as) adolescentes e jovens, fortalecer a rede de educação socioemocional entre pares fazendo uso do Movimento Saber Lidar Jovem aliado a iniciativas do Canal Pode Falar e do 1MIO.*

*Potencializar o ambiente escolar como espaço de engajamento, fomentador e de disseminação de melhores práticas entre pares.*

### 3. Quanto à Inova\_Ação com os profissionais

Percebemos a necessidade de um olhar mais amplo para as necessidades dos profissionais atendidos, já que os mesmos muitas vezes apontam um sofrimento emocional tão grande quanto os jovens. Por tal razão, entendemos que é importante oferecer suporte para a criação de redes de apoio entre pares. E mantermos espaços de troca que promovam acolhimento e oportunidade para reconhecerem que não estão sós em suas dificuldades e angústias.

Pensando nisso, a ASEC criou recentemente um **canal do Telegram**, visando estabelecer maior proximidade com profissionais de diferentes áreas e o compartilhamento de informações relacionadas à Saúde Mental.

## DESTAQUES

*Fomentar a Rede de Apoio com conteúdos e eventos de formação continuada.*

*Fomentar e valorizar o papel de cada profissional dentro de sua Rede de Apoio Psicossocial, destacando sua capacidade de transformação quando alinhada a uma atuação fortalecida e com estratégias de enfrentamento de dificuldades.*

### 4. Quanto ao Canal Pode Falar

Para um atendimento pleno, entendemos uma necessidade de monitoramento contínuo para aprimorar permanentemente o serviço. Novas organizações deverão integrar o serviço visando ampliar seu alcance dentro de uma gestão que integre também o Pode Falar a outras atividades e ações fomentadas pelo UNICEF.

A experiência com o Canal Pode Falar, nos trouxe um legado importante: a criação de um **Grupo de Trabalho** voltado para a construção de protocolos internos de acolhimento para os diferentes públicos com que atuamos, nos impulsionando a aprimorar uma iniciativa que já era oferecida de modo informal para profissionais.

# RECOMENDAÇÕES

"SENTI-ME ACOLHIDA. MUITO APRENDIZADO, TROCA RIQUÍSSIMAS DE CONTEÚDO QUE IRÁ ME AJUDAR NA PRÁTICA DO DIA A DIA".

"O CURSO NA VERDADE SUPEROU MINHAS EXPECTATIVAS. TROUXE MUITAS TEMÁTICAS IMPORTANTES DE FORMA DINÂMICA E TAMBÉM RECURSOS DE COMO LIDAR".

"ALÉM DE SER UM ESPAÇO DE TROCA DE EXPERIÊNCIAS, NOS FORNECEU FERRAMENTAS PARA DESENVOLVER COM OS JOVENS E ADOLESCENTES".

FEEDBACK DE PROFISSIONAIS  
PARTICIPANTES DO CURSO:  
PROMOVER PARA PREVENIR  
EM SAÚDE MENTAL DE  
ADOLESCENTES



## 7. Recomendações

**A partir da promulgação** da Lei de Prevenção do Suicídio, em 2019, o tema da Promoção da Saúde Mental entra para a agenda intersetorial, demandando esforços múltiplos de governos, organizações da sociedade civil, iniciativa privada e organismos multilaterais, tais como o UNICEF e UNESCO.

A experiência do Projeto *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes* se insere neste contexto e, embora tenha sido viabilizado por recursos advindos para mitigar questões emergenciais decorrentes da pandemia de COVID-19, marca um novo momento e gera a necessidade de capitanear essa agenda, integrando diversos atores. Para que os aprendizados do projeto reverberem para além dos tempos de pandemia, e ajudem a construir essa agenda perene, será preciso manter as ações de aprimoramento e de envolvimento de seus atores centrais. Neste sentido, seguem recomendações para diversas frentes:

### Recomendações Gerais

- » Identificar atores chave no contexto intersetorial, visando disseminar os aprendizados do projeto como melhores práticas para ações, similares ao projeto, no âmbito da Promoção da Saúde Mental.
- » Advogar e fomentar espaços que visem ampliar parcerias entre esses atores chave para colocar em curso ações e melhores práticas alinhadas à legislação aprovada.

### Recomendações para ações voltadas para adolescentes e jovens

- » Promover grupos focais com adolescentes e jovens integrando aos já existentes mobilizados pelo UNICEF para o levantamento de demandas e eventuais adequações/aprimoramentos das ações ao longo da implementação.
- » Assegurar espaços emocionalmente seguros para acolher, sem julgamentos, dentro do mundo escolar, do mundo do trabalho e da sociedade como um todo.
- » Ampliar novas oportunidades de capacitação específica para jovens interessados em atuar como educadores entre pares, buscando formatos escaláveis sem perder o acolhimento e a humanização dos processos.
- » Prover suporte para a criação de redes de apoio entre pares, fomentando a integração de diversas ações lideradas por adolescentes e jovens ao Movimento Saber Lidar Jovem, nascido como fruto do *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes*.
- » Promover ações transversais de saúde mental que abordem o tema de prevenção às violências e de respeito às diferenças.
- » Fomentar a criação de espaços que acolham os jovens e, ambientes saudáveis que tenham escuta ativa e sem julgamentos.

## Recomendações para ações voltadas para profissionais da Rede de Atenção Psicossocial

- » Ampliar ações que promovam a articulação e o fortalecimento da rede interseccional engajando representantes de diferentes setores já que o tema da saúde mental de adolescentes envolve a escola, a unidade de saúde, o centro de assistência, o projeto social, a segurança pública entre outros atores que juntos podem promover mudanças estruturais em toda rede.
- » Instrumentalizar mais profissionais para o próprio autocuidado e dar suporte para a criação de redes de apoio entre profissionais multissetoriais e fomentar ações integradas.
- » Viabilizar formações continuadas aprofundando outros temas relacionados à Saúde Mental e habilidades socioemocionais, como por exemplo, formações específicas sobre comunicação, relacionamentos, resolução de conflitos.
- » Promover formações complementares com temas transversais, como por exemplo: como lidar com jovens com comportamentos de risco sem e com intenção suicida, lutos simbólicos e reais dentre outros temas regionais e relativos a minorias com os quais os profissionais lidam.
- » Fomentar formações vinculadas com processos de supervisão/acompanhamento das ações na prática.
- » Ampliar momentos de trocas e socialização das experiências entre pares (profissionais) com objetivo de ampliar práticas exitosas.

## Recomendações para ações públicas

- » Fomentar a inclusão do tema Saúde Mental no Programa Saúde nas Escolas (PSE).
- » Viabilizar a inserção das metodologias do *Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes* como política pública, levando-se em conta o baixo custo e alto impacto de suas ações.
- » Promover a adoção do *Caixa de Ferramentas Jovem* nas instituições formadoras de jovens aprendizes e como recurso para trabalhar Projeto de Vida no Ensino Médio, conforme preconiza BNCC.

## Recomendações para difusão de informações

- » Orientar e difundir informações fidedignas e de histórias de vida nas mídias sociais para sensibilizar o público geral sobre a importância da Saúde Mental e desconstruir preconceitos acerca do tema.
- » Ampliar espaços virtuais, dentro das empresas de tecnologia e mídias sociais, voltados para o compartilhamento de conteúdos saudáveis promotores de saúde mental produzidos de jovens para jovens, e para adultos, profissionais da rede de apoio.

# RECONHECIMENTOS INTERNACIONAIS

THE FOCUS OF MANY SELECTED INNOVATIONS  
IN 2021/22 COLLECTION IS ON AREAS WHERE  
THERE IS OFTEN A LACK OF OR A GAP IN  
TRADITIONAL SCHOOL EDUCATION"

CLARA GARCÍA MILLÁN  
HUNDRED - ESPECIALISTA EM EDUCAÇÃO

O FOCO DE MUITAS INOVAÇÕES SELECIONADAS  
NESTA COLEÇÃO 2021/22 ESTÁ EM ÁREAS ONDE  
MUITAS VEZES HÁ UMA FALTA OU UMA LACUNA  
NA EDUCAÇÃO ESCOLAR TRADICIONAL.

CAIXA DE FERRAMENTAS JOVEM  
(YOUTH2YOUTH - CXYFY2Y), BRAZIL  
- PROMOTE TO PREVENT PEER TO  
PEER MENTAL HEALTH.

## 8. Reconhecimentos Internacionais

***“Se ensinarmos os jovens a saber lidar de forma positiva com as dificuldades, eles serão capazes de fazer escolhas que preserve e floresça vida plena: 'There is no health without mental health'.***

*Juliana Fleury CEO Voluntária da ASEC Brasil e líder do Movimento Saber Lidar.*

A **HundrED**, uma organização educacional global sem fins lucrativos, com sede na **Finlândia**, que pesquisa inovações impactantes e escaláveis no contexto da Educação Infantil ao Ensino Médio (K-12).

Como membro da **21st Century Skills Coalition**, juntou forças com o Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID) em 2020 para lançar este Projeto Regional de Destaque na América Latina.

A iniciativa visava identificar e selecionar inovações que estão promovendo as competências do século 21, tanto dentro quanto fora da educação formal, por meio de programas digitais, musicais, esportivos, de cidadania e empreendedorismo.

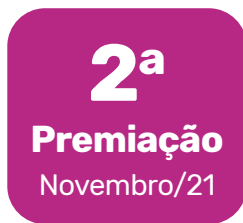
**Mais de 380 inovadores em 16 países da América Latina responderam à convocação de propostas, tornando-o um dos destaques HundrED mais bem-sucedidos até hoje.** As inovações foram revisadas por 61 membros do Conselho Consultivo que avaliaram uma lista restrita de inovações com base nos critérios de escalabilidade e impacto da HundrED. Essa iniciativa foi apoiada em parte pelo parceiro do Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID), Banco JPMorgan.

**O Conselho Consultivo selecionou as 15 inovações mais impactantes e escalonáveis que foram anunciadas durante o evento ao vivo em maio de 2021.**



***O Caixa de Ferramentas da ASEC Brasil / Movimento Saber Lidar foi uma das 2 iniciativas Brasileiras escolhidas.***





**Em novembro de 2021, a Inova\_Ação, Caixa de Ferramentas da ASEC foi reconhecida novamente, agora entre as 100 maiores inovações em educação do planeta.**

Desta vez, a iniciativa brasileira concorreu com outras 2,7 mil inovações aplicáveis à educação infantil e ao ensino médio, e foi selecionada por uma banca de 120 especialistas em educação de 50 países.

A seleção avaliou as evidências de impacto da Inova\_ção para a melhoria do contexto educacional e também sua escalabilidade, ou seja, o potencial de aplicação da metodologia em outros contextos e países.

O impacto na área de saúde mental de jovens e potencial para ser replicado globalmente.

Em função disso a Inova\_ção com os jovens ganha 2 selos internacionais: um relativo a iniciativas da América Latina e outro da Global Collection 2022, ficando no portal da organização HunderED acessível para todo o mundo.



2020 YEAR ESTABLISHED | 1050 CHILDREN / USERS | 1 COUNTRY

HUNDERED.ORG



**Caixa de Ferramentas Jovem**

Promote to Prevent  
Peer to Peer Mental Health

**Y2YMH Toolbox**  
(Youth to Youth Mental Health)



<https://hundred.org/en/innovations/caixa-de-ferramentas-jovem-youth2youth-cxfy2y#a9bbd132>

**Promover Saúde Mental de Adolescentes fomentando Inova\_ções entre pares é parte da missão da ASEC Brasil, do Movimento Saber Lidar e do Movimento Saber Lidar Jovem. O momento de AGIR é aqui e agora!**

# MENSAGEM FINAL

"FLORESCER NA JUVENTUDE É SABER LIDAR COM OS DESAFIOS DO DIA-A-DIA DE FORMA POSITIVA. A FALTA DE SAÚDE MENTAL É HOJE UMA AMEAÇA AO POTENCIAL DE UM JOVEM. O CAIXA DE FERRAMENTAS POTENCIALIZA VIVÊNCIAS E APRENDIZADOS DOS FUNDAMENTOS-CHAVE E HABILIDADES PARA A VIDA PARA QUE POSSAM SABER LIDAR CONSIGO MESMOS, COM OS OUTROS E COM OS DESAFIOS."

JULIANA FLEURY

CEO VOLUNTÁRIA DA ASEC BRASIL | MOVIMENTO SABER LIDAR





Aos leitores desse relatório, esperamos que vocês tenham se debruçado sobre os dados, apreciado e se inspirado nos relatos aqui compartilhados.

Que o conjunto da experiência tenha sensibilizado sobre a importância e emergência do momento atual e da emergência que exige que tenhamos a capacidade de agir unindo diversas frentes e forças. Temos muito a conquistar.

A construção de redes de apoio comunitárias e especializadas também é tema transversal do projeto, dada a urgência em oferecer e ampliar o acesso a tratamento integral e humanizado para os indivíduos em sofrimento ou transtorno mental.

Precisamos efetivamente ampliar e escalar ações para Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes nos dois eixos:

**Escalar ações de apoio e formação dos profissionais de educação, saúde e assistência social** parte da premissa de que cada um deles é um potencial provedor de acolhimento, cuidado e encaminhamento nesta rede de apoio emocional, em especial nas localidades em situação de vulnerabilidade socioeconômica. Fazer isso com uso de tecnologia do ensino a distância e apoio em plataformas em tempo real, humanizada, poderá ser um caminho.

**Escalar ações de educação entre pares – jovem para jovem**, colocando-os no centro das inovações, com fortalecimento e aprendizado a compartilhar.

Quando este relatório estava sendo fechado, jovens capacitados pela premiada metodologia do Caixa de Ferramentas, desenvolveram as Trilhas da Geração Zelo, jornada concebida por eles e para ser percorrida por outros milhares de jovens neste segundo ciclo de troca.

Teremos muito ainda a compartilhar com você leitor. Esteja conosco.

O tema não se esgota aqui, a caminhada apenas começou.

**Novembro, 2021**

## Equipe ASEC Brasil

Ana Paula Queiroz Campos

Andréa Câmara Monteiro

Celina Andrade Pereira

Cibele Tosi

Daniela Carvalho Selingardi

Eliana de Souza Franco

Eline Maria M. Cândia e Santos

Elvira Lunardi Rindeika

Eric Ramos Pasquati

Geovane Cezar Lopes

Henrique de Sá Alves

Isabella Maria Valério

João Luiz de Araújo

Juliana Maria Pereira Fleury

Katia Valério Negri

Leonice Micali

Maria Betânia Carneiro Valério

Maria Eduarda Paes Ramos

Miriam Lamana

Mônica Quirino

Neide Pereira de Almeida

Nina Maria Campos Puttini

Paola Centieiro Barbosa

Rebecca Bassi de Castro Lima

Rosane Voltolini

Sheila de Castro Querido

Silmara Rejane Meireles

Sizumi Claudia Sato Suzuki

Solange Mendes Rodrigues

Suzi Akemi Ando Katayama

Valdene Aparecida Fraga

Viviane de Araújo Almeida

Vivian Rego Cunha Santiago

### **Estagiárias UNICEF**

Ana Flavia Rodrigues

Julia Paresque

