



Trilhas da
geração
Z
elo



PODE
FALAR

CAIXA DE FERRAMENTAS
JOVEM

Inova_Ações em Promoção de Saúde Mental de Adolescentes

SUMÁRIO EXECUTIVO

Volume 4
2020 a 2023

ASÊC+ Associação pela
Saúde Emocional

unicef 

*Projeto Promover para Prevenir
em Saúde Mental de Adolescentes*

Inova_Ações em Promoção de Saúde Mental de Adolescentes

SUMÁRIO EXECUTIVO

*Andréa Monteiro, Juliana Fleury, Joana Fontoura
e Profª Nara Cortês Andrade (coautora)*

Volume 4
2020 a 2023

Realização

Projeto Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes

ASEc+ Associação pela Saúde Emocional

Coordenação geral do projeto:

Andréa Monteiro e Raquel Guimarães -

Coordenação da ação com Adolescentes.

Juliana Fleury - Coordenação da ação com Profissionais.

www.asecbrasil.org.br

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF)

Representante do UNICEF no Brasil:

Youssef Abdel-Jelil

Área de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes:

Mário Volpi - Coordenador.

Gabriela Mora e Joana Fontoura - Oficiais de Programa.

Marina Oliveira - Consultora.

www.unicef.org/brazil/promover-para-prevenir

Sumário

Nota informativa	04
Construindo o conceito de Promover para Prevenir	05
As ações nos territórios	12
Expansão: novas parcerias, novos públicos, novos desafios	20
Legados e recomendações	21

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!

Construindo o conceito de Promover para Prevenir

Os fundamentos da ação

As habilidades socioemocionais e de enfrentamento são o foco nas metodologias internacionais baseadas em evidências que a ASEc+ representa e implementa no Brasil desde 2004, denominadas internacionalmente como Habilidades Para a Vida. São elas, também, as norteadoras do projeto Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes e dos instrumentos que o compõem. O conceito de Promover para Prevenir traz a *expertise* da equipe e dos 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.

A longo prazo, a ASEc+ pretende reduzir comportamentos de risco, reduzir as taxas de suicídio e de sofrimento mental dos adolescentes, e inserir as metodologias do Promover para Prevenir como política pública de Promoção de Saúde Mental de adolescentes e jovens.

A Rede de Inov_Ações

A ASEc+ e o UNICEF se alinham no entendimento de que as ações oferecidas devem contemplar a abordagem sistêmica, buscando fortalecer não apenas os adolescentes e jovens mas também todos os profissionais que atuam na rede de apoio. Nesse sentido, as InovAções do Promover para Prevenir contemplam duas frentes: a frente de adolescentes e jovens e a frente de profissionais da rede de atenção psicossocial.



AGIR da ASEC+ pela Promoção da Saúde Mental



Fortalecimento | Letramento | Transformação do Contexto

As duas frentes, estruturadas, se desdobraram em quatro importantes ações correlacionadas:

Frente de adolescentes e jovens:



desde 2020

CAIXA DE FERRAMENTAS JOVEM

PODE FALAR

desde 2021

Trilhas da geração

Z elo

desde 2021

Frente profissional da Rede Psicossocial:



Vamos conhecer um pouco mais sobre cada uma delas

O **Caixa de Ferramentas Jovem** sensibiliza adolescentes e jovens sobre a importância do autocuidado em saúde mental e promove, a partir do reconhecimento e da expressão dos sentimentos e das emoções, a ampliação do repertório de estratégias de enfrentamento para saber lidar com situações difíceis e sentimentos desagradáveis (*conceito de COPE*). Além da experiência individual, o grupo de jovens pode experimentar um clima de abertura e de confiança, as posturas facilitadoras para construção desse ambiente favorável e o apoio emocional mútuo. Assim, aumentam a capacidade de pedir e de oferecer ajuda e ampliam seus vocabulários para que possam conversar, discutir e pensar estratégias de ação em saúde mental e emocional.



A realização desta ação foi feita em parceria com 39 instituições (ONGs parceiras do UNICEF Sudeste, outras ONGs e instituições governamentais) mobilizadas, localizadas nos estados do Rio de Janeiro, São Paulo e Espírito Santo, com algumas exceções em nível nacional. Os jovens envolvidos tinham como perfil: jovens participantes de projetos em ONGs parceiras, jovens em medidas socioeducativas, jovens da Comunidade do Jacarezinho - uma parceria com a JUV-Rio - e jovens aprendizes.



Além de jovens participantes, foram criados grupos de jovens líderes, indicados pelas ONGs parceiras.

Esses jovens receberam mentoria da ASEc+ para condução das ações entre pares e multiplicação do Caixa de Ferramentas Jovem em suas comunidades.



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, foi realizada a avaliação e o monitoramento do Caixa de Ferramentas Jovem. A ação foi avaliada a partir dos seus impactos em relação à prevenção de agravos e à 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.

Projeto premiado entre as 100 maiores inovações em educação do planeta

Em 2022, a HundrED, uma organização educacional global sem fins lucrativos, com sede na Finlândia, selecionou o projeto Caixa de Ferramentas como inovação em habilidades para o século 21.

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. O Conselho Consultivo selecionou as 15 inovações mais impactantes e escalonáveis e o Caixa de Ferramentas foi uma das 2 iniciativas brasileiras premiadas. O relatório final do painel de especialistas destaca o foco na melhoria da saúde mental como o maior trunfo da iniciativa da ASEc+. “Especialmente agora que a pandemia global restringiu a interação humana, o bem-estar do aluno precisa estar no centro da educação, e o Caixa de Ferramentas é uma excelente inovação para responder a este desafio global e para ajudar os alunos a fortalecer sua resiliência”.

“Não há saúde sem saúde mental. Se ensinarmos os jovens a lidar de forma positiva com as dificuldades, eles serão capazes de fazer escolhas que lhes permitirão florescer na vida.”

Juliana Fleury,
CEO da ASEc+ Brasil

hundrED Innovations Services News Contact Login

Caixa de Ferramentas Jovem (Youth2Youth - CxFY2Y)

Brazil

Promover para Prevenir em Saúde Mental entre Pares

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 mesmo, com os outros e com os desafios, possam florescer e ajudar seus amigos. Promove para Prevenir.

Español | Português | English

Bookmark Share

HundrED 2022

HABILIDADES PARA A VIDA
Caixa de Ferramentas

Caixa de Ferramentas Jovem

Promote to Prevent
Peer to Peer Mental Health

Y2YMH Toolbox
(Youth / Youth Mental Health)

ASEC+

movimento **saber lidar**
Promovendo a saúde mental e o bem-estar

Brazil

O **Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes para Profissionais** capacita profissionais da área da Saúde, Educação e Assistência Social para o autocuidado e a promoção da saúde mental de adolescentes. O objetivo do curso é responder às inquietações dos profissionais diante de situações desafiadoras em relação à saúde mental e emocional de adolescentes e jovens:



Como oferecer ajuda? Como agir para proteger e promover a saúde mental e emocional? Como lidar com situações graves de crise e/ou de comportamentos de risco?



Um benefício fundamental do curso é a possibilidade de os profissionais se reconhecerem e compreenderem o papel da rede de cuidado, pensando sobre: Como os profissionais são impactados diante das situações desafiadoras ao lidar com a saúde mental e emocional de adolescentes e jovens, como podem cuidar de si para cuidar do outro, e como e quando pedir ajuda.

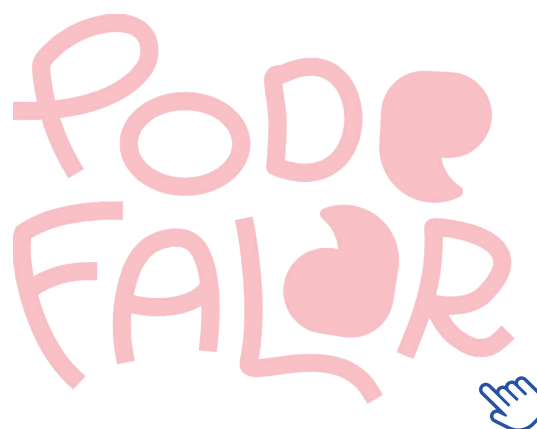
O curso foi realizado de forma virtual baseado no conceito ASEc+ do Saber Lidar: consigo, com os outros e com os desafios. As discussões e atividades fizeram uso de ferramentas alinhadas aos programas que a ASEc+ implementa: Comunicação Não Violenta, escuta ativa, ampliação de estratégias de enfrentamento (*coping*) e, desde o início da pandemia de forma ampliada, as práticas de Atenção Plena.



Em sua primeira edição, o curso online foi realizado em parceria com municípios do Território Amazônico (TAM) e do Semiárido (SAB) e, em nova edição, para a região Sudeste, nos estados de São Paulo, Rio de Janeiro e Espírito Santo. Em julho de 2021, o projeto foi expandido para todo o Brasil e iniciou uma nova fase. Com a ampliação, o projeto passou a oferecer um conjunto de quatro formações gratuitas online: a vivência “Trilhas da Geração Zelo” para jovens e adolescentes, o curso “Promover para Prevenir para Profissionais”, e duas modalidades de cursos “Saúde Mental em tempos de Pandemia e pós-pandemia” - uma oferecida para profissionais de Saúde, Educação e Assistência Social e outra oferecida para Agentes Comunitários de Saúde e Endemias. Este último, teve como foco principal os profissionais do Semiárido e Território Amazônico, mas acessíveis em qualquer local do país pelo acesso à internet. O curso Promover para Prevenir para Profissionais, então, se tornou híbrido, com a oferta de vídeo-aulas e webinários síncronos.

O canal “**Pode Falar**” foi uma realização inédita no Brasil: um canal de ajuda virtual que oferece apoio psicossocial, focado no público jovem de 13 a 24 anos, preenchendo uma lacuna até então existente. 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**.

O acesso oferece também conteúdos sobre melhores práticas em saúde mental, com o incentivo de ações e de produção de materiais para uma ajuda efetiva entre pares, adolescentes e jovens.



O Pode Falar foi lançado em fevereiro de 2021 pelo UNICEF em parceria com a ASEc+, com o Instituto Vita Alere, com o Instituto Syntese, com o Núcleo do Cuidado Humano da Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE), com o Centro de Valorização da Vida (CVV), com o Programa Vidas Preservadas, com o Ministério Público do Estado do Ceará, e com 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.

As **Trilhas da Geração Zelo** foram criadas para oferecer às juventudes, entre 14 e 24 anos, amplo acesso aos conteúdos sobre saúde mental e sobre desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. A estratégia é oferecer desafios próprios das juventudes em trilhas de aprendizado que incentivam a observação das próprias emoções, o cultivo ao autocuidado, a manutenção de relações saudáveis e o aprendizado para lidar com desafios. Com caráter vivencial, as trilhas incluem temas relacionados à empregabilidade, alinhando este projeto à iniciativa 1MIO - Um Milhão de Oportunidades, parceria do UNICEF com empresas, sociedade civil e governos.

A principal inovação desta iniciativa está em colocar os próprios adolescentes e jovens no centro da ação: **protagonistas na produção dos materiais e na realização das atividades.**



Com a formação de um grupo de 8 em 2021 e 12 bolsistas em 2022, foram realizadas rodas de conversa com base na metodologia do Caixa de Ferramentas, depois de terem passado pela formação oferecida no primeiro ano de parceria com o UNICEF. Em 2023, foram realizadas rodas de conversa para 10 turmas de jovens para consolidar a formação dos bolsistas como facilitadores. Além disso, os jovens bolsistas passaram por uma formação em Educomunicação para apoiar a elaboração de conteúdos sobre saúde mental para mídias. Esta formação deu subsídios para a produção de materiais divulgados nas mídias da ASEc+ e do Movimento Saber Lidar Jovem.

The screenshot shows the website interface for ASEc+ (Associação pela Saúde Emocional). The header includes the logo and the text 'Formações e Cursos Online'. Below the header, there is a search bar and a 'Buscar' button. The main content area features a large orange 'Inscreva-se' button. To the right, there is a section titled 'Bem-vinda, bem-vindo, bem-vinde às Trilhas da Geração Zelo!' with a sub-heading 'Você já reparou que a vida pode parecer um jogo?'. The text describes the program as a series of challenges designed to help young people develop emotional skills and resilience. It mentions that the program is free and online, created by young people for young people. A list of three trails is provided: 'Trilha 1: Zelar por Mim', 'Trilha 2: Zelar pelos Outros', and 'Trilha 3: Superar desafios com Zelo'. At the bottom, there is a note to click a link or a button to register.

As ações nos territórios

A formalização da parceria entre a ASEc+ e o UNICEF Sudeste ocorreu em setembro de 2020, marcando o alinhamento da organização às demandas das organizações parceiras e de instituições da sociedade civil. **O Promover para Prevenir em Saúde Mental de Adolescentes**, foi desenvolvido de forma inovadora, focado no fortalecimento socioemocional de adolescentes e jovens de 14 a 24 anos e de profissionais da rede de apoio, profissionais da Saúde, da Educação e da Assistência Social que trabalham em hospitais, postos de saúde, escolas.

Comunidades fortalecidas, jovens e adolescentes fortalecidos!

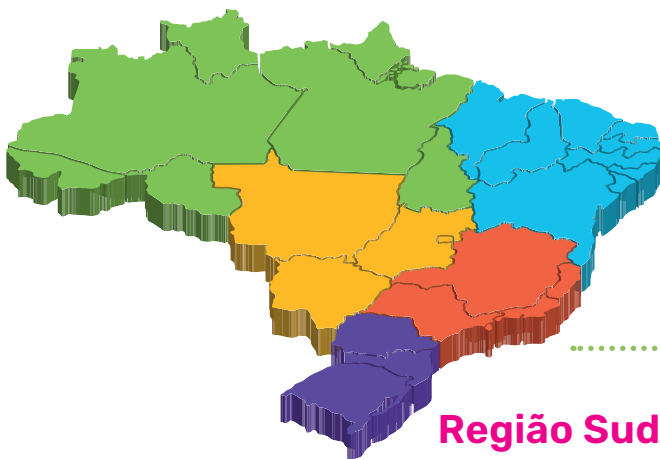
Território Amazônico (TAM) e Semiárido (SAB)

Entre julho e setembro de 2020, foram:

465 inscritos;
208 certificados com presença em todo o processo formativo;
8 pessoas da equipe engajadas na ação.

CAIXA DE FERRAMENTAS JOVEM:

100 inscrições.
3 turmas.



Região Sudeste

São Paulo, Rio de Janeiro e Espírito Santo

39 instituições mobilizadas.
1.095 adolescentes e jovens impactados diretamente, sendo **66** capacitados como jovens líderes.
5.163 adolescentes e jovens impactados indiretamente.
1.454 profissionais da Educação, Saúde e Assistência Social impactados diretamente.
3.000 profissionais impactados indiretamente.



CAIXA DE FERRAMENTAS JOVEM

Trilhas da geração

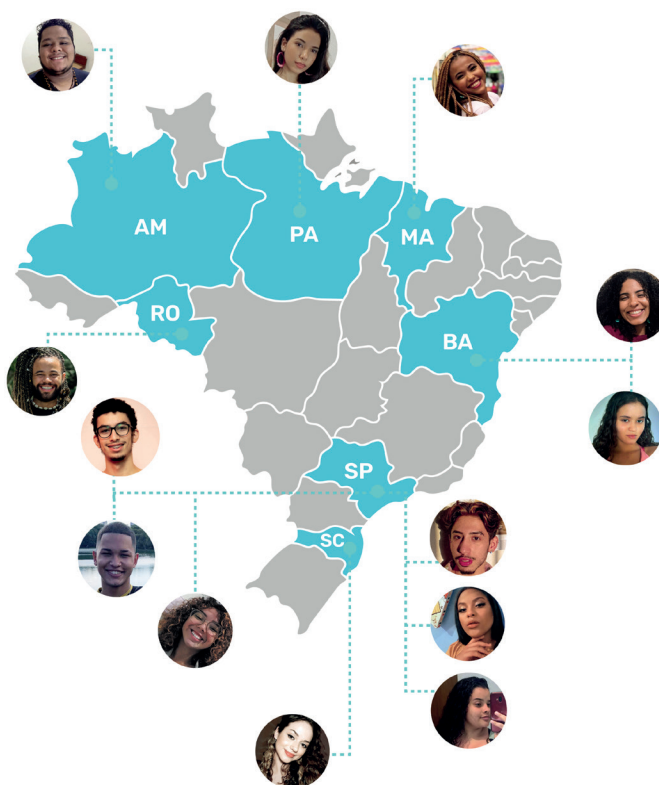
Zelo

Com a realização encontros *online*, o **Promover para Prevenir** e o **Caixa de Ferramentas Jovem** alcançou: Entre 2021 e 2022, foram **146** inscrições para **7** rodas de conversa online. Em 2023, foram **132** inscrições para as **10** turmas oferecidas em março.

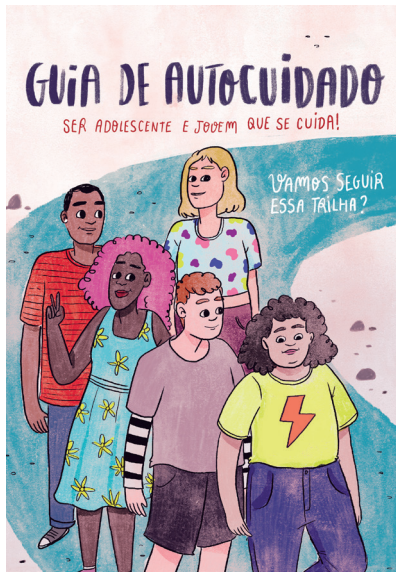
1.473 adolescentes e jovens foi o total de inscritos no **Caixa de Ferramentas Jovem**.

66 materiais produzidos e o total de **6 horas** de conteúdos, entre podcasts, vídeos e textos, além de rodas de conversa e lives, disponíveis online para **1.029** participantes.

O grupo de 13 bolsistas das Trilhas da Geração Zelo, foi formado por jovens entre 17 e 25 anos, dos Estados de São Paulo, Bahia, Maranhão, Amazonas, Pará, Roraima, Santa Catarina, Mato Grosso do Sul e Rio de Janeiro.



Materiais publicados e disponibilizados online



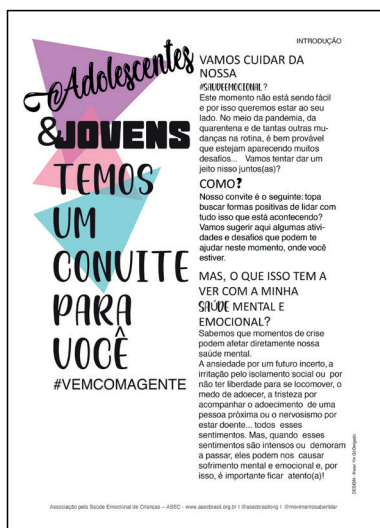
O Guia do Autocuidado

Ser adolescente e jovem que se cuida! fala da importância do cuidado com a saúde mental e emocional de jovens e adolescentes. Abordando temas como autocuidado psicológico, emocional e físico, a publicação traz dicas e estratégias para que o jovem desenvolva o autocuidado e possa lidar melhor com as pessoas com quem convive.



Vamos Conversar!

20 cards com temas para apoiar rodas de conversa entre jovens oferece 20 cards com temas que fazem parte do cotidiano de jovens. Os temas são geradores de conversas sobre sentimentos e formas de lidar com situações cotidianas para ser acessados sozinho ou coletivamente por adolescentes e jovens.



O Lidando com sentimentos desagradáveis é um convite a olhar para formas positivas de lidar com sentimentos desagradáveis. Desenvolvido durante a pandemia, o material também pode ser acessado no contexto de pós-pandemia e é um facilitador para refletir, reconhecer e buscar ativamente estratégias para se sentir melhor diante de sentimentos e situações desafiadoras.



Saúde Mental para adolescentes e jovens



O **Guia para Profissionais** foi construído a partir de uma série de perguntas enviadas aos participantes da primeira edição, em relação às suas expectativas e demandas. As respostas indicaram: a busca por capacitação profissional; a vontade de multiplicação do conhecimento e de um espaço para troca de experiências; o desejo de ter mais controle emocional, segurança e conhecimento em relação às demandas de saúde mental dos(as) adolescentes; a busca por conhecimento sobre os conflitos e as questões de saúde mental de adolescentes; e o desejo de ajudar os(as) adolescentes a promover a saúde mental entre eles(as) e suas famílias.

Percorrendo uma trilha de conhecimentos e de atividades, os profissionais são convidados a cuidar de si e a cuidar dos(as) adolescentes com os quais trabalham promovendo saúde mental, saúde emocional e bem-estar. E, também, têm acesso a um glossário de palavras-chave que apoiam o reconhecimento de conceitos valiosos na prática das estratégias desenvolvidas no curso e de conceitos-chave baseados em evidências. O material foi criado para ser utilizado a qualquer tempo, servindo como instrumento de apoio ao qual os profissionais participantes podem recorrer e multiplicar.

Outros materiais também estão disponíveis na biblioteca da ASEc+

Home Quem Somos O que Fazemos Conteúdos Transparência Contato

Guias Práticos

Para Crianças

HORA DOS AMIGOS

Esse conjunto de atividades visa dar às crianças a oportunidade de desenvolverem, individualmente ou em grupo, a percepção de sentimentos próprios e dos outros, estimulando a amizade.

Atividades para tempos de pandemia

Atividades desenvolvidas pela rede internacional Partnership for Children para ajudar crianças a lidar com seus sentimentos e dificuldades em tempos de pandemia.

ATIVIDADES PARA DESENVOLVIMENTO DA RESILIÊNCIA EM CRIANÇAS

Atividades desenvolvidas pela rede internacional Partnership for Children para crianças de 5 a 9 anos de idade. As atividades têm o objetivo de motivar e desenvolver, de forma lúdica, as habilidades de enfrentamento das dificuldades em lidar com os sentimentos, com a comunicação, com as amizades e com as mudanças e perdas.



Trilhas da geração Z elo

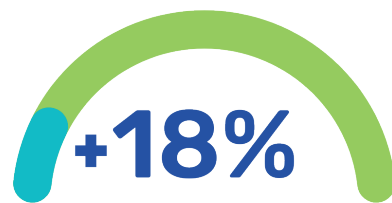


Resultados monitorados por formulário de autoavaliação

Ao comparar a avaliação dos jovens em relação aos conhecimentos “antes” e “depois” de participarem das Trilhas da Geração Zelo, houve um aumento (em pontos percentuais) de:



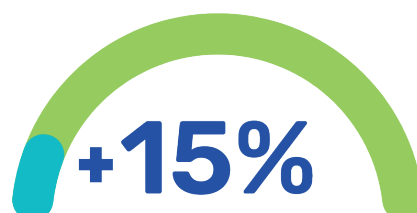
de participantes que consideram lidar melhor com o luto.



consideram ter informação suficiente para agir diante do bullying.



dizem ter informações suficientes sobre comportamentos de risco, como automutilação.



acham que lidam melhor com mudanças.

Materiais distribuídos

1 mil apostilas impressas do Caixa de Ferramentas e do livro da Geração Zelo e distribuídas para quatro escritórios regionais do UNICEF e para 06 parceiros implementadores do UNICEF no Território Amazônico e Semiárido, beneficiando adolescentes e jovens de municípios do Selo UNICEF 2022-2024



Comunidades impactadas direta e indiretamente

59.540

adolescentes e jovens impactados indiretamente, considerando cada profissional com impacto direto de, no mínimo, 20 adolescentes e jovens.



719

jovens inscritos

417

jovens com impacto direto



57,99%

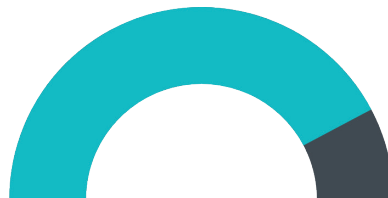
dos jovens inscritos concluíram a certificação do projeto Trilhas da Geração Zelo

3.522

profissionais inscritos

2.977

certificados



84,52%

dos profissionais inscritos concluíram as Trilhas da Geração Zelo

1.764

Pessoas alcançadas pelas lives.

Resultados do Projeto

4.976

Pessoas alcançadas pelos materiais.



22 vídeos



21 podcasts



23 textos

2021



2 lives



2 rodas de conversa

Trilhas da geração Z elo

Publicação livro "Trilhas da Geração Zelo: autocuidado, saúde mental, adolescências e juventudes" ampliando alcance do material que sensibiliza e fortalece emocionalmente adolescentes e jovens.



2023



13 rodas de conversa



5 lives

2022



Formação e mentoria de 12 jovens como facilitadores de ações entre pares com foco em saúde emocional.



5 rodas de conversa



Curso híbrido para jovens facilitadores na metodologia da Caixa de Ferramentas

Expansão: novas parcerias, novos públicos, novos desafios

A partir de 2022, com parcerias consolidadas, com processos de avaliação em curso e com novos desafios colocados, novas estratégias surgiram como oportunidade de novos impactos.

Um dos frutos do amadurecimento da vivência da frente jovem atuante e engajada da ASEC+, foi a criação do Movimento Saber Lidar Jovem.

O Movimento Saber Lidar Jovem recebeu o apoio do Google para a sua criação e se tornou uma iniciativa que dá espaço para a voz e oferece escuta para os jovens, proporcionando autonomia, capacitação e espaços de troca de conhecimento. O movimento busca oferecer recursos para que os jovens tenham suas habilidades emocionais potencializadas para a promoção de saúde mental e emocional e para o desenvolvimento socioemocional - para si e para suas comunidades -, refletindo positivamente em todos os setores da sociedade. Uma das preocupações desta iniciativa é garantir respeito às individualidades e diversidades das juventudes, estimulando a troca entre pares.

Nas redes sociais digitais do Movimento Saber Lidar Jovens, os jovens são convidados a acessar e trocar materiais de apoio e a participar das ações de educação e de iniciativas de cuidado oferecidas pela ASEC+ e suas instituições parceiras.



Chegamos, em 2023, com resultados ampliados e o mapa de uma grande rede nutrida.

Legados e recomendações

Retomando objetivos

O aumento significativo de índices de suicídio e de diagnóstico de doenças mentais entre adolescentes e jovens foi apontado por organizações de saúde como preocupações entre os impactos negativos da pandemia de COVID-19. A indicação de um contexto de sofrimento mental e emocional dessa população durante a pandemia e no pós-pandemia, foi o ponto de atenção inicial do projeto.

Observando lacunas na atenção à saúde mental de adolescentes e jovens -

relacionadas ao acesso à informação, a preconceitos sociais, à formação de profissionais da rede de apoio e à própria fragilidade mental e emocional desses profissionais - o Promover para Prevenir uniu a *expertise* da ASEC+ em inovar nessa temática, com a experiência e forte rede de profissionais e de jovens engajados do UNICEF e suas organizações parceiras. Todas as frente do projeto, atuaram para capacitar, praticar e mentorear seus públicos.

Entre os impactos das ações, estão:

Aumento no conhecimento e nas habilidades que promovem o autocuidado em Saúde Mental e o apoio mútuo entre todos públicos envolvidos;

Aumento no repertório de estratégias de enfrentamento a sentimentos desagradáveis e situações desafiadoras entre todos os públicos envolvidos;

Aumento no conhecimento e nas habilidades para educação entre pares, sobretudo entre adolescentes e jovens;

Formação de adolescentes e jovens multiplicadores de espaços de conversa para discussão de temas de saúde mental e de jovens líderes engajados da Promoção de Saúde Mental;

Sensibilização para temas de saúde mental e emocional, impactando direta e indiretamente a rede ampliada dos públicos envolvidos;

Aumento de recursos técnicos que contribuem para um melhor desempenho em ações de promoção de saúde mental, prevenção de seus agravos e manejo diante de situações de risco, na prática de profissionais da rede de apoio de adolescentes e jovens, principalmente profissionais da Saúde, da Assistência Social e da Educação.

Transform_Ações

À luz das inovações da ASEc+, a organização pretende seguir como fonte de informação, inspiração e exemplo para que muitas outras ações de promoção de saúde mental para jovens, adolescentes e profissionais da rede intersetorial de apoio sejam criadas e multiplicadas em suas comunidades.

Mais do que garantir a realização de seus próprios projetos, a ASEc+ quer se tornar agente ativo no fomento à proteção e à promoção de saúde mental e emocional, capacitando e ampliando vocabulários que enriqueçam o debate de forma segura, responsável e a partir de bases científicas.

