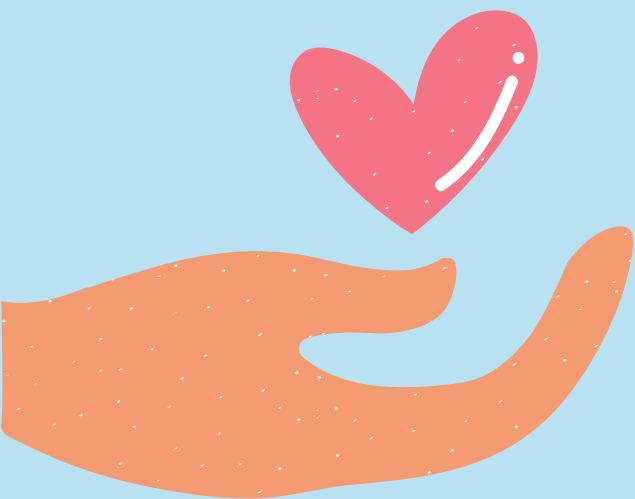




GUIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL

Ana Carolina Simões A. Santiago Mousinho
Orientação: Dr. Degmar Francisca dos Anjos



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação – CIP
Biblioteca Nilo Peçanha – IFPB, *campus* João Pessoa

M932g	Mousinho, Ana Carolina Simões Andrade Santiago. Guia de educação em saúde mental / Ana Carolina Simões Andrade Santiago Mousinho. – 2021. 29 f. : il. Produto Educacional (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal da Paraíba – IFPB / Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica - ProfEPT. Orientador: Prof. Dr. Degmar Francisca dos Anjos. 1. Educação em saúde mental-Guia. 2. Emoções. 3. Assistência estudantil-Acolhimento. I. Título. CDU 377:613.8
-------	--

SUMÁRIO

- 3 APRESENTAÇÃO**
- 4 INTRODUÇÃO**
- 6 A MENTE**
- 7 SAÚDE MENTAL**
- 8 EMOÇÕES E SAÚDE MENTAL**
- 14 ESCOLA E SAÚDE MENTAL**
- 15 PROMOÇÃO E PREVENÇÃO**
- 16 A IMPORTÂNCIA DO ACOLHIMENTO NA
 INSTITUIÇÃO**
- 18 A INSTITUIÇÃO E A PREVENÇÃO DO
 ADOECIMENTO MENTAL**
- 19 QUAIS SÃO AS AÇÕES E ENCAMINHAMENTOS
 PARA A INSTITUIÇÃO?**
- 21 PROCEDIMENTO PARA ATUAÇÃO E PREVENÇÃO
 EM CONTEXTO DE CRISE**
- 22 FLUXOGRAMA DE ATENDIMENTO EMERGENCIAL**
- 23 COMO PEDIR AJUDA**
- 25 CONTATOS IMPORTANTES**
- 28 CONCLUSÃO**
- 29 REFERÊNCIAS**

APRESENTAÇÃO

Este material é o produto educacional produzido a partir da dissertação de mestrado **"A percepção de quem cuida: saúde mental de estudantes sob a ótica das equipes de saúde, pedagógica e assistência estudantil"**, elaborado por **Ana Carolina Simões Andrade Santiago Mousinho** e alçado pelo Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica - PROFEPT. Trata-se de um Guia de Educação em Saúde Mental, elaborado no *Canva*, plataforma online para criação de gráficos e material digital.

Diante do avanço de problemas relacionados à saúde mental na adolescência, assim como o perigo presente em tal cenário, este guia - dedicado em especial aos servidores do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) -, possui caráter educativo-informativo, cujo intuito é instruir sobre a importância do termo "saúde mental", bem como expor informações acerca do bom acolhimento para os estudantes e conscientizar os servidores a respeito do fluxograma de atendimento emergencial, dos endereços da rede externa e dos encaminhamentos a serem seguidos quando os estudantes precisarem de atendimento dentro das dependências da Instituição.

Sobre o PROFEPT, o programa está ambientado na área de Ensino da Capes, cujo objetivo é propiciar a melhoria do ensino em uma área específica do conhecimento, por meio do desenvolvimento de pesquisa aplicada, assim como produtos e processos educacionais (CAPES, 2012). Desse modo, decidimos por desenvolver um produto educacional elencado na categoria (i) material didático e instrucional - material textual GUIA, seguindo a orientação presente na Plataforma Sucupira (CAPES, 2019).

INTRODUÇÃO

Educação em saúde é uma ferramenta importante na formação da conscientização da responsabilidade com a saúde. Entender a saúde significa romper paradigmas e enxergar o indivíduo em sua totalidade, de maneira a respeitá-lo e ajudá-lo.

Assim, estimular práticas de educação em saúde no âmbito das Instituições de Ensino é um dos caminhos para a valorização do ser humano e para o fortalecimento da mentalidade que o leva a buscar ajuda quando necessário. Tais práticas devem perpassar o diálogo, fortalecendo a confiança dos estudantes. Para tal, este material educacional busca nortear os servidores, de maneira a facilitar uma abordagem adequada e responsável.



Dados atualizados, provenientes da Organização Mundial da Saúde (OMS), no âmbito da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), estimam que cerca de 20% dos jovens, em todo o mundo, estão acometidos por alguma doença mental, sendo que metade dessas condições tiveram início antes que esses indivíduos completassem 14 anos de vida. Contudo, a maioria desses casos não é tratada, ou sequer detectada, seja pela falta de conhecimento, seja pela falta de conscientização sobre saúde mental entre os profissionais de saúde, ou ainda pelo estigma que os impede de procurar ajuda.

INTRODUÇÃO

A OMS alerta para os perigos gerados diante de tal problemática, uma vez que a adolescência é um período de construção e desenvolvimento humano. Para tanto, promover uma boa saúde mental é primordial para a construção de uma vida saudável, haja vista que adolescentes com condições de saúde mental são vulneráveis à exclusão social, discriminação, estigma, dificuldades no aprendizado, comportamentos de risco, problemas de saúde física e violações dos direitos humanos.

Diante do exposto, é fundamental encarar a escola como lugar de manifestação da vida, e, portanto, um local privilegiado para o desenvolvimento dos adolescentes - que se encontram em fase de transição -, e para a construção do conhecimento. Assim, a Instituição de Ensino é um ambiente de excelência para o desenvolvimento de atividades no âmbito da promoção da saúde mental. (ESTANISLAU; BRESSAN, 2014).



1

A MENTE



Reconhecer a mente é a base do entendimento da saúde mental. Pode-se afirmar que o seu conceito é uma construção histórica, e que a modernidade a vê como resultado daquilo que se passa em nosso cérebro.

Sendo assim, cérebro, mente e consciência são ideias que, juntas, atrelam-se ao sentido de saúde mental, haja vista que são instrumentos pelos quais é possível compreender melhor nossas ações tomadas no cotidiano, além de como essas ações afetam nossa vida e a vida dos que fazem parte da nossa rotina.

Nosso corpo exige que diversas áreas do nosso cérebro trabalhem em conjunto. Entre a mente e o cérebro estão os sentimentos - determinantes na saúde mental.

HANSON & MENDIUS, 2012

2 SAÚDE MENTAL

De acordo com a constituição da OMS (1946), "a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade". Saúde mental, então, conceito amplo para ter uma única definição, apresenta muito mais que a ausência de perturbações mentais, pois abrange emoções, autonomia, relacionamentos e a forma de enfrentamento aos desafios da vida, ou seja, não abarca somente conceitos puramente biológicos.

Quanto às condições de saúde mental na adolescência, tais indivíduos mais comumente apresentam transtornos emocionais, como depressão, ansiedade, irritabilidade e raiva excessiva. Transtornos mentais podem ter consequências devastadoras para a vida social dos jovens, como a baixa frequência escolar, isolamento e, por vezes, suicídio.

Nesse sentido, é de extrema necessidade encarar as patologias mentais de maneira correta, superando estigmas enraizados na sociedade - e até mesmo no adolescente -, de maneira a evitar que os transtornos mentais sejam vistos como desvio de caráter, preguiça, vergonha etc., uma vez que essa visão preconceituosa pode transformar-se em empecilho para que o jovem procure ajuda, além de dificultar que o tratamento correto seja oferecido a esses indivíduos.



Como lidamos com as emoções é o que determina a qualidade da nossa saúde mental.

Para desenvolver competências emocionais, como a resiliência, torna-se imprescindível o cultivo de uma boa saúde mental. De acordo com pesquisadores, é um processo que a pessoa apresenta face a estressores ao encontrar riscos ou obstáculos que podem desencadear respostas saudáveis de enfrentamento. Para tanto, utilizando-se de recursos aprendidos e/ou disponíveis no ambiente como forma de superar os desafios, diminuindo as consequências negativas de maneira a traduzi-las em bem-estar e aprendizagem. (ZANELATO & CALAIS, 2010).

Quem é mais resiliente a fatores estressantes adoece menos, inclusive mentalmente. Vale salientar que cada indivíduo é único, indiviso e diverso, que cada qual vai reagir diferentemente às situações.

O transtorno emocional é um fenômeno natural, que pode ser aprendido para ser reconhecido e minimizado. Sendo assim, perceber, identificar e manejar o estresse, ou ainda as situações estressantes, é mais que desejável, é saudável. Separamos alguns exemplos de transtornos emocionais:

2.1

EMOÇÕES E SAÚDE MENTAL

I. Agressividade



Agressão e violência são respostas negativas utilizadas como solução em um conflito. Tal comportamento pode ocorrer pela dificuldade de o indivíduo encontrar uma saída dialogada ou estabelecer um acordo entre as partes. É importante que a escola, primeiramente, possa identificar se há na própria escola ações que estejam potencializando a resposta agressiva deste aluno, como *bullying* ou outras formas de violência, atuando para resolvê-las. Também é necessário que ofereça ao estudante estratégias alternativas para lidar com o conflito, assim como outros recursos para manejar emoções como a frustração, raiva e medo.

II. Ansiedade

A ansiedade pode ser entendida como uma preocupação excessiva que permanece por um longo tempo. Além disso, a ansiedade também é um desconforto, uma sensação de medo que se refere mais aos pensamentos do que a realidade em si. O medo advém de uma ameaça clara e evidente e a ansiedade de uma expectativa, de pensamentos relacionados com o futuro. (MARGIS, COSNER & SILVEIRA, 2003)

A ansiedade, mesmo que não esteja associada a um transtorno, pode variar entre um comportamento leve, que gera desconforto pontual pode até tomar proporções maiores, podendo bloquear a realização de uma atividade, como uma avaliação ou uma apresentação.

2.1

EMOÇÕES E SAÚDE MENTAL

III. Automutilação

Quando um servidor no âmbito escolar perceber que o estudante está se auto agredindo, com ações de automutilação, é fundamental que não o recrimine e não o exponha. Também não ajudará manifestar sentimento de indignação, raiva, negação ou banalização do problema. Segue algumas orientações básicas:



a) O estudante precisará de compreensão, acolhimento, suporte e de que se ouça suas angústias, que normalmente são responsáveis pela autoagressão. O estudante deve ser ouvido em particular, sempre em um ambiente acolhedor e que instigue confiança.

b) Encaminhe a situação para o setor de saúde, para que realize os encaminhamentos devidos junto à família e profissionais de saúde mental. Será necessário conversar com o estudante sobre a necessidade de ajuda psicológica, propondo que sua família seja comunicada.

IV. Depressão

A depressão é caracterizada pela tristeza duradoura, cujos reflexos podem ser vistos no dia a dia, o que impacta a personalidade e produtividade do indivíduo.

São sintomas da depressão os seguintes aspectos:

- Dificuldade de concentração;
- Falta de interesse/prazer na realização das tarefas diárias;
- Perda ou ganho significativo de peso, sem presença de dieta;
- Culpa excessiva e;
- Sensação de inutilidade.

Desse modo, o transtorno depressivo deve ser diagnosticado e o paciente deve passar por acompanhamento psicológico, uma vez que em casos mais graves, a depressão pode levar à idealização do suicídio.

V. Suicídio

O suicídio, em si, não é um transtorno mental. Ele é uma ação bastante complexa e pessoal. Geralmente, o comportamento suicida é um desdobramento de um adoecimento mental, como a depressão. O indivíduo enxerga o suicídio como uma **tentativa de acabar com a dor**.

Para SILVIA (2019), a impulsividade concernente à adolescência faz do suicídio um risco real que pode preceder um longo período de ideação suicida com um plano para executar a própria morte.

Caso algum estudante apresente sinais de pensamento suicida, é fundamental que a escola saiba ajudá-lo, e nunca lhe tratar de maneira preconceituosa ou estigmatizante - nem permitir que os colegas tenham essas atitudes. Tais práticas podem aumentar o sofrimento do adolescente.

É preciso estar atento aos sinais que podem ser indicativos de de uma tentativa de suicídio, assegurando ajuda ao estudante. Alguns desses sinais podem ser: a verbalização da vontade de morrer; mudanças bruscas de comportamento; sensação pertinente de fracasso; percepção frequente de não pertencimento social, etc.

2.2

ESCOLA E SAÚDE MENTAL

Aprofundando a discussão sobre saúde mental e o papel social das escolas, tem-se que:



Questões relativas à saúde mental do adolescente é um tema importante não só para o ambiente educacional em questão, mas também, para toda a sociedade, visto que, é neste período que sintomas depressivos e de ansiedade podem surgir (FONSECA; PERRIN, 2011).

É fundamental que não só a comunidade acadêmica, assim como toda a família esteja preparada para identificar comportamentos nos estudantes, a fim de ajudá-los o mais rápido possível, interrompendo, em casos mais graves, problemas relacionados à automutilação e suicídio.



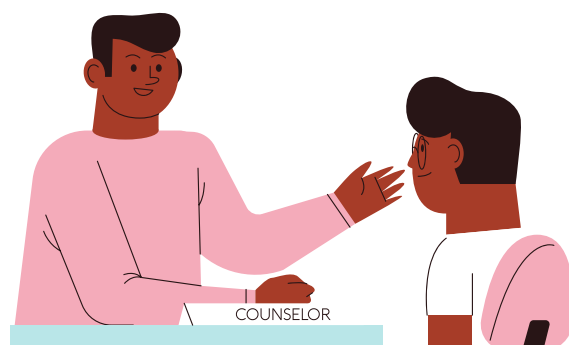
Não é simples a tarefa de acolher quem não está bem. Abordar de maneira correta é primordial para que a saúde mental dos envolvidos não seja mais afetada - tanto do profissional quanto do jovem.

O descobrimento e o tratamento precoce de problemas relacionados à saúde mental são fatores importantes na melhoria de vida dos jovens acometidos por tal problemática. Os profissionais do âmbito escolar devem estar preparados para construir um local adequado para tal prevenção, haja vista que o mau funcionamento da mente acarreta problemas nos relacionamentos sociais e na vida acadêmica.

A construção de um ambiente acolhedor deve ser diária. Os estudantes devem se sentir confortáveis e encorajados a pedir ajuda. Dessa maneira, a conscientização deve estar presente na rotina dos estudantes, para que estes consigam identificar anormalidades dentro de si, buscando reverter esse quadro o quanto antes. A promoção da saúde mental e do bem-estar ajuda a comunidade escolar a construir resiliência para que possam lidar bem com situações difíceis ou adversidades.

Abaixo estão algumas recomendações feitas pela OMS, que podem ser seguidas pelas escolas:

- Mudanças organizacionais para um ambiente psicológico seguro e positivo;
- Ensino sobre saúde mental e habilidades para a vida;
- Treinamento de pessoal para a detecção e manejo básico do risco de suicídio; e
- Programas escolares de prevenção para adolescentes vulneráveis a condições de saúde mental.



3

A IMPORTÂNCIA DO ACOLHIMENTO NA INSTITUIÇÃO

Na fase da adolescência, características de uma boa abordagem são essenciais e devem nortear o acolhimento dentro do espaço escolar para proporcionar um suporte em saúde mental de qualidade. Equipes multidisciplinares são cada vez mais fundamentais para um apoio abrangente evitando assim o foco de atenção num único sintoma ou comportamento. Intervenções eficazes devem olhar o adolescente como “um todo” numa etapa específica de desenvolvimento incluindo estratégias de prevenção e de promoção da saúde.

A adolescência é um período de transição da fase infantil para a fase adulta, no qual ocorrem mudanças de ordem cognitiva, emocional, física e social.

Para Erikson (1972), construir uma identidade implica em definir quem a pessoa é, quais são seus valores e quais as direções que deseja seguir pela vida. O autor afirma que identidade é uma concepção de si mesmo, composta de valores, crenças e metas com os quais o indivíduo está solidamente comprometido. Nesta etapa, os adolescentes passam pelo processo de construção de identidade, que acontece em interação com a comunidade, podendo influenciar de forma negativa ou positiva o seu desenvolvimento. Durante esse período, os adolescentes deveriam estar inseridos em contextos sociais e familiares que garantissem a proteção de seus direitos fundamentais, de forma a assegurar experiências positivas que os demonstre sentimentos de confiança e sucesso.

3

A IMPORTÂNCIA DO ACOLHIMENTO NA INSTITUIÇÃO

Nesse sentido, as relações de cuidado e amizade são importantes, pois estão diretamente relacionadas à autoestima e ao bem-estar, proporcionando aos adolescentes o apoio emocional necessário para que eles possam lidar com eventos geradores de estresse, a exemplo de doença ou perda de um ente querido.

Destaca-se, assim, o papel do educador no desenvolvimento desses jovens e da instituição neste processo. Pois, a instituição além de constituir um ambiente que promove a aprendizagem, integra o indivíduo à sociedade, proporcionando um espaço de socialização entre os jovens, em que os mesmos podem estabelecer vínculos mais profundos, devendo os educadores que ali trabalham propiciar um bom acolhimento aos estudantes, principalmente àqueles que necessitam de um atendimento mais individualizado.



4

A INSTITUIÇÃO E A PREVENÇÃO DO ADOECECIMENTO MENTAL

Por onde começar:

Essa sessão tem dois objetivos:

1. Apontar práticas para a prevenção do adoecimento mental e;
 2. Fornecer informações sobre alguns cuidados a serem tomados quando o servidor se depara com estudante em contexto de crise.
- Capacitar os servidores no que tange a saúde mental;
 - Promover, palestras, encontros e diálogos com servidores e estudantes sobre assuntos relacionados a saúde mental;
 - Conscientizar os servidores sobre o fluxograma de atendimento emergencial em saúde mental e os endereços da rede externa que podem servir de auxílio no atendimento ao estudante e;
 - Intervir imediatamente frente à identificação de algum comportamento de risco ou que requeira um acolhimento e encaminhamento.



5

QUAIS SÃO AS AÇÕES E ENCAMINHAMENTOS POSSÍVEIS PARA A INSTITUIÇÃO?

O ambiente escolar deve não apenas expor informações sobre a saúde mental e os transtornos mentais, mas principalmente deve apoiar todos os estudantes em seus momentos de crise e adoecimento psíquico. Assim como dito anteriormente, a escola é um lugar de privilégio para a prática de promoções de educação em saúde mental, uma vez que o contato com os estudantes é diário e direto.

Ao longo deste guia de educação em saúde mental, a dimensão emocional tem evidência neste contexto, precisando ser considerada e cuidada no ambiente escolar, uma vez que tanto ter bons recursos para lidar com as emoções contribuem para a saúde mental como as dificuldades nesse âmbito aumentam os riscos para os transtornos mentais. Profissionais da educação não têm competência para diagnosticar, mas devem observar os estudantes de maneira a identificar comportamentos que são indicadores de problemas relacionados à saúde mental, que precisarão de encaminhamento para avaliação por profissionais de saúde. Para alguns casos emergenciais, recomenda-se o uso de algumas estratégias que podem ser comuns para todos os estudantes ou outras específicas para cada caso, já que vários transtornos mentais poderão trazer prejuízos maiores para a aprendizagem e dificuldades na convivência.

5

QUAIS SÃO AS AÇÕES E ENCAMINHAMENTOS POSSÍVEIS PARA A INSTITUIÇÃO?



Em casos mais graves, a recomendação é que seja feita uma supervisão com profissionais da área da saúde. Na escola, é possível acompanhar o adolescente e suas interações dentro e fora da sala de aula, com os colegas e os profissionais. Este acompanhamento se dá direta ou indiretamente ao longo da semana, do mês, do semestre e ano após ano. É primordial que uma equipe multiprofissional esteja atenta ao comportamento do estudante, com um olhar especial para possíveis interferências em sua aprendizagem e dinâmica em sala de aula - transtornos mentais podem gerar comportamentos em sala que exigirão do professor habilidades de manejo. Uma equipe multiprofissional em alerta pode, inclusive, identificar algum comportamento que não foi percebido por outra pessoa em ambiente externo à escola. Por fim, o adolescente que esteja passando por problemas em sua saúde mental, quando acompanhado por profissional da área de saúde, pode e deve continuar a desenvolver sua aprendizagem normalmente, sendo a escola um local de desenvolvimento de conhecimentos e habilidades que reforçam recursos essenciais para sua saúde mental.

6

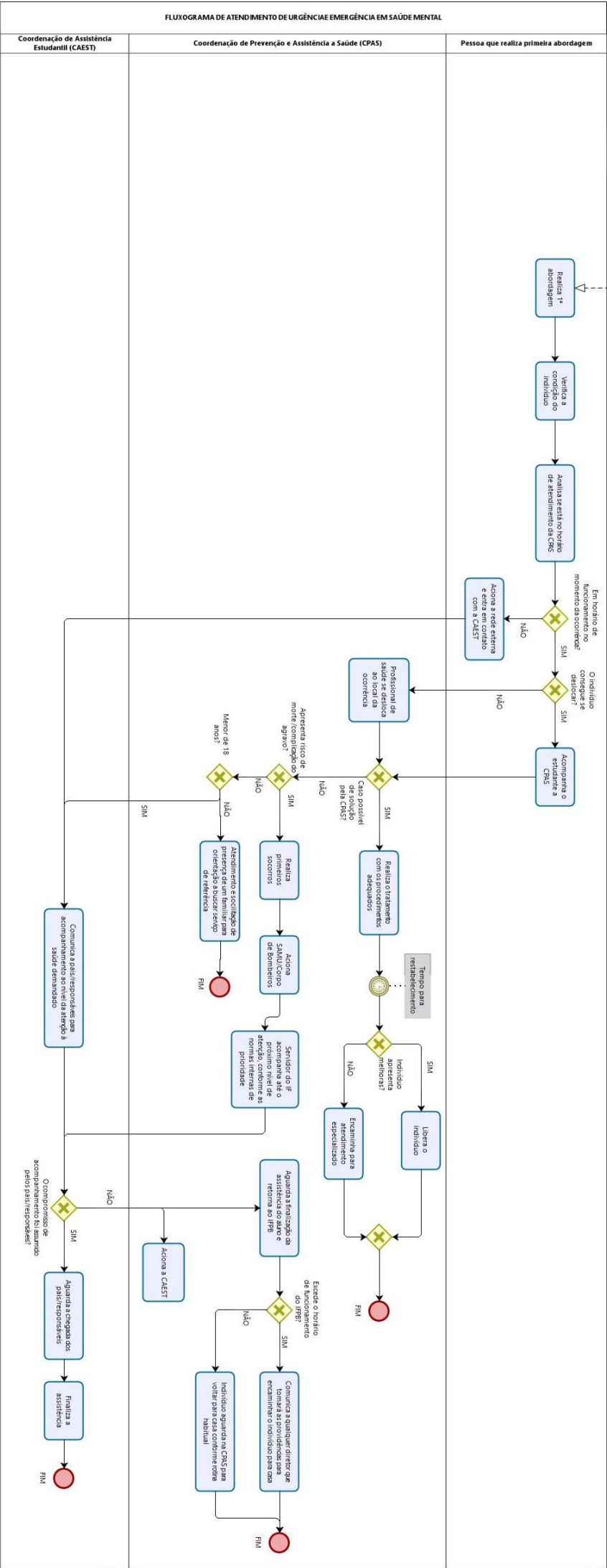
PROCEDIMENTO PARA ATUAÇÃO E PREVENÇÃO EM CONTEXTO DE CRISE

Em contextos de crise, a instituição deverá estar preparada para situações em que o acolhimento e o encaminhamento faz-se necessário. Para tanto, construímos o fluxograma de atendimento emergencial, elaborado em conjunto com os servidores, e que tem como objetivo orientar para concreta preservação da vida humana.

Importante lembrar que urgências e emergências em saúde mental, tais como surtos psiquiátricos, agressões e tentativas de suicídio, seguirão o protocolo de atendimento apresentado abaixo, já que representam risco iminente à vida do sujeito em questão e dos que o cercam.

- 1- Realizar o pedido de atendimento/resgate, informando com maior detalhamento a situação;
- 2- Identificar-se e aguardar a chegada dos profissionais que prestarão assistência;
- 3- Em caso de dúvidas, ligar para o número de telefone Disque Saúde 136 – Ouvidoria Geral do SUS – 24 horas;
- 4- Em caso de tentativa de suicídio, notificar a ocorrência.

Assim, o fluxograma de atendimento emergencial presente na próxima página chega aos servidores para que se concretize os conhecimentos sobre os encaminhamentos das situações emergenciais para preservação da vida humana em uma instituição de ensino EPT.



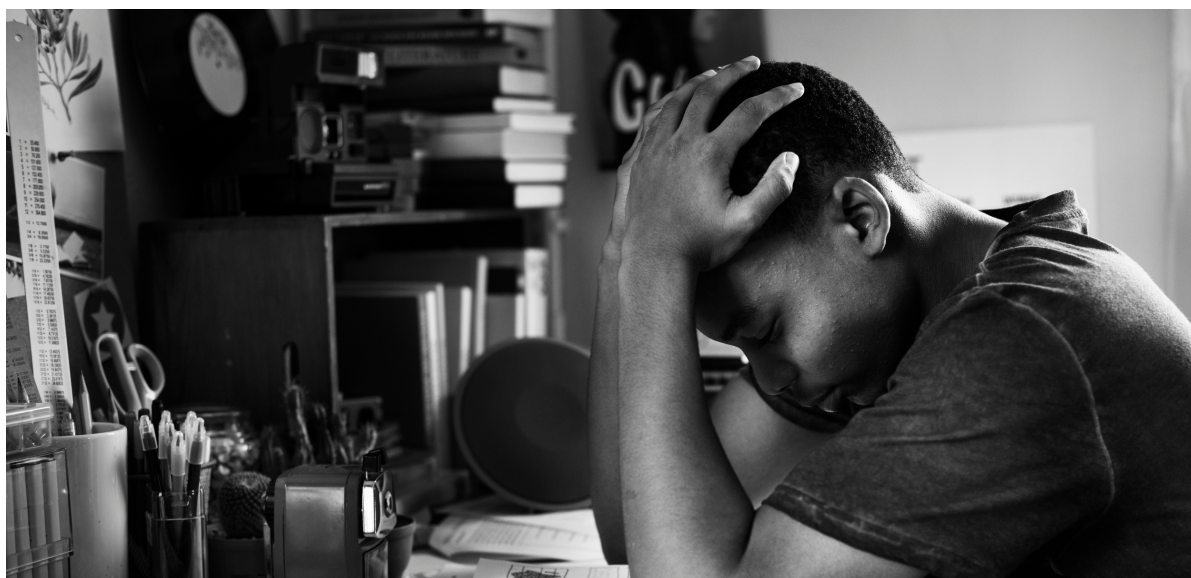
7

COMO PEDIR AJUDA?

Como contar com a rede de saúde/psicossocial

Saúde, para além de um conceito complexo, é um direito social previsto na Constituição do Brasil, tal qual a educação (BRASIL, 1988). O Sistema Único de Saúde (SUS) é a política pública que orienta a atenção à saúde no Brasil. Antes de sua criação, o acesso à saúde se restringia às pessoas que tinham dinheiro e carteira de trabalho assinada. O restante majoritário da população ficava desassistida com acesso apenas às Santas Casas de Misericórdia ou outras iniciativas filantrópicas. Neste período a atenção às pessoas com transtornos mentais era sinônima de internação em grandes “hospitais-colônia” psiquiátricos especializados. A atenção primária à saúde era praticamente inexistente.

A Política de Saúde Mental brasileira preconiza que as ações de cuidado sejam implementadas por meio da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Como organizador deste modelo, surge o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), gerenciados pelos municípios, abertos e de base comunitária. Os CAPS prestam atendimentos diário às pessoas com transtornos mentais graves e persistentes por meio do atendimento clínico e reinserção social.



7

COMO PEDIR AJUDA?

Como contar com a rede de saúde/psicossocial

Em todos os pontos de atenção da RAPS, a população consegue ser atendida conforme suas necessidades - sendo que crianças, adolescentes e jovens é dos objetivos específicos da RAPS (BRASIL, 2011).

É de fundamental importância que os servidores conheçam a rede de saúde/psicossocial da sua cidade. Além disso, a parceria com a rede de saúde externa fortalece a própria instituição e os fatores de proteção para toda a comunidade escolar. Assim, a equipe multiprofissional recebe maior apoio neste âmbito, tendo mais um recurso com que contar em situações mais complexas - além do, SAMU, CVV e corpo de bombeiros, entre outros.



7

COMO PEDIR AJUDA?

Saiba quando chamar o Samu ou Bombeiros

QUANDO A INSTITUIÇÃO DEVE CHAMAR O SAMU?

- Tentativa de suicídio;
- Vítima inconsciente (desmaio);
- Intoxicação ou envenenamento;
- Dores no peito de aparecimento súbito;
- Ferimento por arma de fogo ou arma branca;
- Crises convulsivas;
- Quedas e;
- Outras situações consideradas de urgência ou emergência
acidental.

QUANDO A INSTITUIÇÃO DEVE CHAMAR OS BOMBEIROS?

- Resgate de pessoas;
- Afogamento;
- Queda e;
- Acidente com a vítima.



8

CONTATOS IMPORTANTES

CAPS Caminhar (transtornos mentais graves e persistentes)

Endereço: Rua Paulino Santos Coelho, s/n, Jardim Cidade Universitária.

Telefone: 3218-7008- Horário de atendimento: 24h

CAPS III – Gutemberg Botelho (referência em atender adultos com transtornos mentais graves, severos e persistentes)

Endereço: Rua Minas Gerais, nº 409, Bairro dos Estados

Telefone: 3211-6700 – Horário de Atendimento: 24h.

CAPS AD – Rangel (álcool e outras drogas)

Endereço: Rua José Soares, s/n, Rangel.

Telefone: 3218-5244 – Horário de Atendimento: 24h

CAPS I – Infantojuvenil Cirandar (transtornos mentais, álcool e outras drogas)

Endereço: Rua Gouveia Nóbrega, s/n, Róger.

Telefone: 3214-6079 – Horário de Atendimento: 8h às 17h

PASM (Complexo Hospitalar de Mangabeira – Ortotrauma)

Endereço: Rua Agente Fiscal José Costa Duarte, s/n, Mangabeira II.

Telefone: 3218-9725 / 3218-9727 – Horário de Atendimento: 24h

SAMU – TELEFONE 192

Serviço de Atendimento Móvel de Urgência e Emergência

BOMBEIROS – TELEFONE 193

CVV – Centro de Valorização da Vida

Telefone: 188 – Horário de atendimento: 24h



Lembre-se!

*A intervenção
imediate, pode salvar
vidas.*

8

CONTATOS IMPORTANTES

HOSPITAIS DA REDE MUNICIPAL DE JOÃO PESSOA

HOSPITAL GERAL SANTA ISABEL

Endereço: Praça Caldas Brandão, s/n, Jardim das Acácias
Telefone: (83) 3214-1808

HOSPITAL VALENTINA FIGUEIREDO

Endereço: Rua Mariângela Lucena Peixoto Valentina Figueiredo
Telefone: (83) 3015 1500 e (83) 3015 1560

INSTITUTO CÂNDIDA VARGAS

Endereço: Avenida Coremas – Jaguaribe
Telefone: (83) 3241-3441

COMPLEXO HOSPITALAR MANGABEIRA

Endereço: Rua Projetada, 83, Mangabeira II



CONCLUSÃO



Existe um déficit na abordagem deste tema Guia de Educação em Saúde Mental na formação atual. O uso de ferramentas didáticas que aproximam a realidade cotidiana ao tema contribui para tornar a aprendizagem mais atrativa e dinâmica no âmbito escolar. As equipes multiprofissionais mais ativas em relação à saúde mental, tendem a apresentar um perfil mais saudável e com melhor nível de entendimento sobre o tema, o que traduz em uma relação direta entre o entendimento sobre a saúde mental, e o conhecimento dos auxílios ancorados pela rede externa.

O **Guia de Educação em Saúde Mental** ainda contribuiu para o desenvolvimento de ações em saúde mental junto aos servidores da instituição, promovendo através de diálogos entre os setores uma melhoria no que se refere ao bom entendimento sobre o termo saúde mental e ao acolhimento dos estudantes do ensino médio integrado da EPT, no sentido de propiciar subsídios que gerem uma melhor intervenção frente às situações emergenciais relacionadas a saúde mental e fornecendo aos estudantes da EPT uma melhora no equilíbrio emocional e no processo de ensino aprendizagem no âmbito escolar.

REFERÊNCIAS

ERIKSON, E. H. **Identidade, juventude e crise**. Rio de Janeiro: Zahar. 1972.

ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. (Orgs.). **Saúde mental na Escola: o que os educadores devem saber**. Psico-USF, Bragança Paulista, v.21, n. 2, p. 423-425, mai. /ago. 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pusf/v21n2/2175-3563-pusf-21-02-00423.pdf>>;. Acesso em: 08 nov. 2019.

FOLHA informativa - saúde mental dos adolescentes. Organização Pan-americana de Saúde, 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5779:folha-informativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839>. Acesso em: 21, set. 2020.

FONSCECA, A. C., & Perrin, S. (2011). **The clinical phenomenology and classification of child and adolescent anxiety**. In: Silverman, W. K., & Field, A. P. Anxiety disorders in children and adolescents. Cambridge: Cambridge University Press.

HANSON, R. & MENDIUS, R. (2012). **O Cérebro de Buda**. 1a Edição, São Paulo. Ed. Alaúde, 2012.

MARGIS, R; PICON, P; COSNER, AF; SILVEIRA, RO. **Relação entre estressores, estresse e ansiedade**. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul v.25 supl.1 Porto Alegre abr.2003 <https://doi.org/10.1590/S0101-81082003000400008>

LARA, S. et al. **Educação e saúde no contexto escolar: saúde cardiovascular como temagerador no curso normal médio**. Revista Electrónica de Enseñanza de lasCiencias. [s.l.], v. 12, n. 1, p. 167-190, 2013.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. CAPES. **Documento Orientador de APCN. Área 46: Ensino**, 2019. Disponível em: <http://capes.gov.br/images/Criterios_apcn_2019/ensino.pdf>. Acesso em: 21 set. 2020.

ZANELATO, L.S. & Calais, S.L.(2010). **Manejo do estresse e outros fatores em diferentes populações adultas**. In Valle, T.G.M. & Melchior, L.E. (Org.), Saúde e Desenvolvimento Humano (p.217-236). São Paulo: Editora UNESP

SILVA, Lucía. **Suicídio entre crianças e adolescentes: um alerta para o cumprimento do imperativo global**. Acta paul. enferm., São Paulo , v. 32, n. 3, p. III-IV, jun. 2019. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002019000300001&lng=pt&nrm=iso