



3IOT03 – SENAC Nações Unidas

Feito por: Arthur Santana, Gustavo Galo, Marco Aurélio, Matheus Molinari e Miguel Miranda.

## Manifesto Saúde Mental e Bem-estar Socioemocional

A Saúde Mental e o Bem-estar Socioemocional são de suma importância para que o indivíduo tenha uma vida totalmente saudável, de nada adianta ser fisicamente saudável, mas o estado mental estar prejudicado. Muitas vezes negligenciada a saúde mental se torna um fator determinante para com as pessoas lidam com o ambiente social, tornando tarefas simples em tarefas desafiadoras, a negligência pode desencadear doenças como a depressão, burnout entre outros problemas de saúde graves, que afetam a vida das pessoas.

### Considerando que:

- A conscientização sobre saúde mental nas redes sociais e mídias tradicionais é essencial para alcançar jovens e desmistificar o tema;
- O apoio psicológico gratuito é uma necessidade urgente em comunidades e escolas públicas;
- A escassez de profissionais qualificados compromete o atendimento à saúde mental em regiões vulneráveis;
- A falta de integração entre escolas, comunidades e serviços de saúde mental prejudica a formação de redes de suporte;
- A família desempenha um papel fundamental no apoio à saúde mental de jovens, mas sua valorização ainda é insuficiente.

**Nós, jovens, estudantes, profissionais da educação e da saúde, e demais cidadãos preocupados com o bem-estar da juventude, manifestamos:**

1. **Promova campanhas de conscientização sobre saúde mental nas redes sociais e mídias tradicionais.** É necessário usar essas plataformas para educar e engajar jovens, desmistificando a busca por ajuda psicológica.
2. **Garanta apoio psicológico gratuito em comunidades e escolas públicas.** Parcerias entre instituições públicas e privadas são fundamentais para oferecer atendimento acessível e de qualidade.
3. **Incentive a formação e capacitação de profissionais de saúde mental.** Amplie o número de profissionais qualificados, priorizando sua atuação em regiões carentes.
4. **Implemente programas que integrem escolas, comunidades e serviços de saúde mental.** A criação de redes de suporte facilita o acompanhamento contínuo dos jovens e amplia o alcance do cuidado.
5. **Valorize o papel da família no apoio à saúde mental dos jovens.** Promova ações que conscientizem e eduquem as famílias para que sejam ativas no bem-estar emocional de seus filhos.



**3IOT03 – SENAC Nações Unidas**

**Feito por: Arthur Santana, Gustavo Galo, Marco Aurélio, Matheus Molinari e Miguel Miranda.**

**Acreditamos que o bem-estar mental deve ser tratado e não negligenciado.** A partir de um movimento social todos podemos ajudar uns aos outros, tornando essa tarefa mais simples e garantido bem-estar de toda a população.

**Convidamos todos a se unirem a nós nessa jornada por uma sociedade que priorize a saúde mental e assegure o bem-estar de todos os jovens.**