



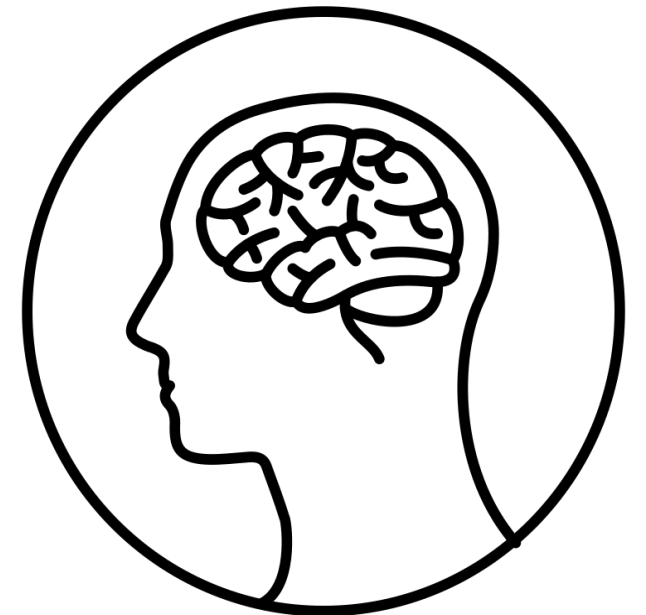
UFPEL

Saúde e doença mental

Qual a ligação entre Saúde Mental e Transtorno Mental?

saúde mental e doença mental são ambas determinados pela mesma parte do corpo:

o cérebro



SAÚDE E DOENÇA MENTAL SÃO FENÔMENOS COMPLEXOS

Fatores físicos (genética, crescimento e desenvolvimento, hábitos de vida, doenças)

Fatores psicossociais (família, escola, trabalho, relacionamentos interpessoais e coletivos, ambiente)

Pessoas com transtorno mental podem também apresentar boa saúde mental

Exemplo: boas estratégias de superação, sentir-se no controle de suas atitudes

E pessoas com doença física (como HIV/AIDS) podem apresentar boa saúde física.

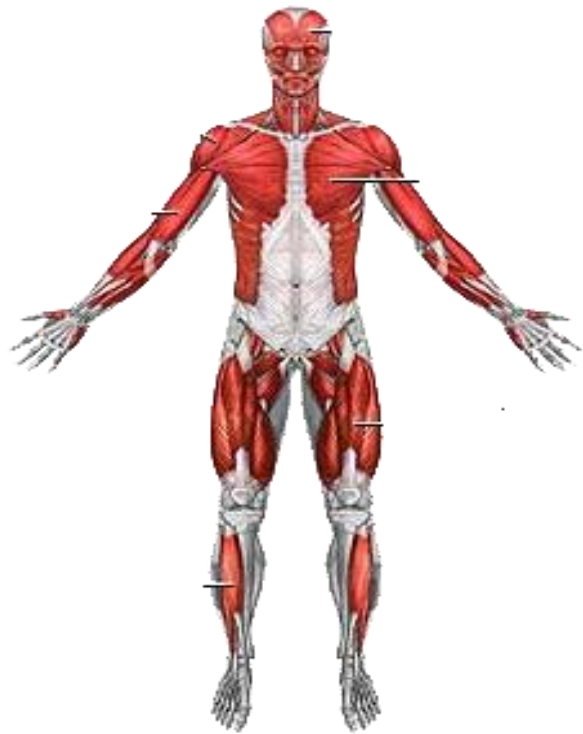


Saúde Mental inclui um amplo espectro de estados

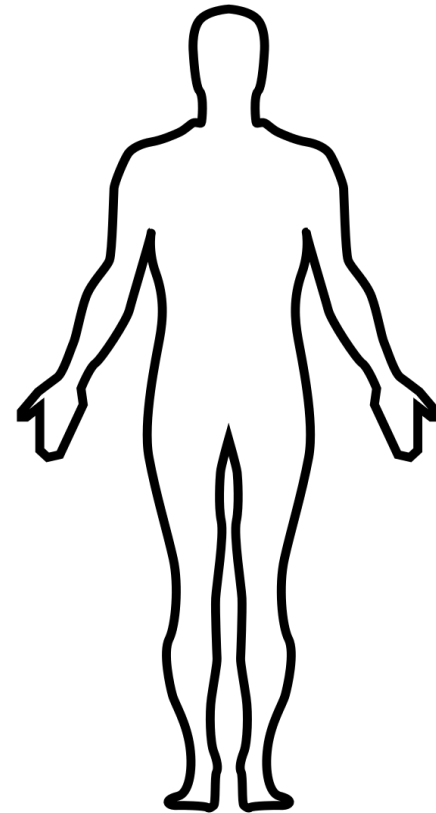
- Bem estar
- Dificuldades mentais (sentir-se triste ou infeliz)
- Problema de saúde mental



Nós **separamos** o cérebro e o corpo

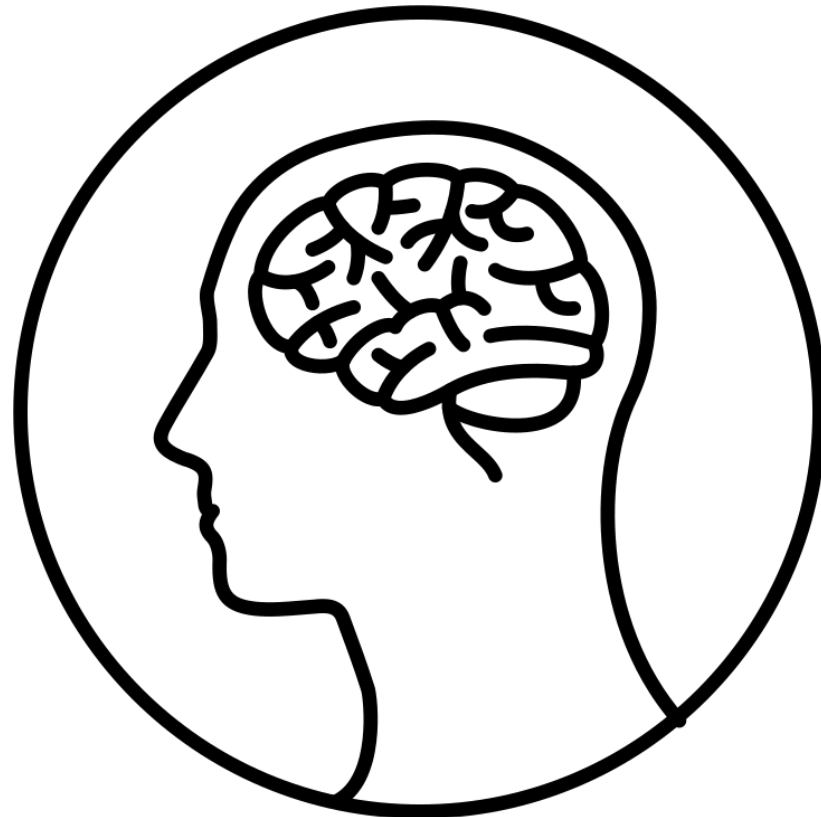


WWW.ULTRACOLORINGPAGES.COM



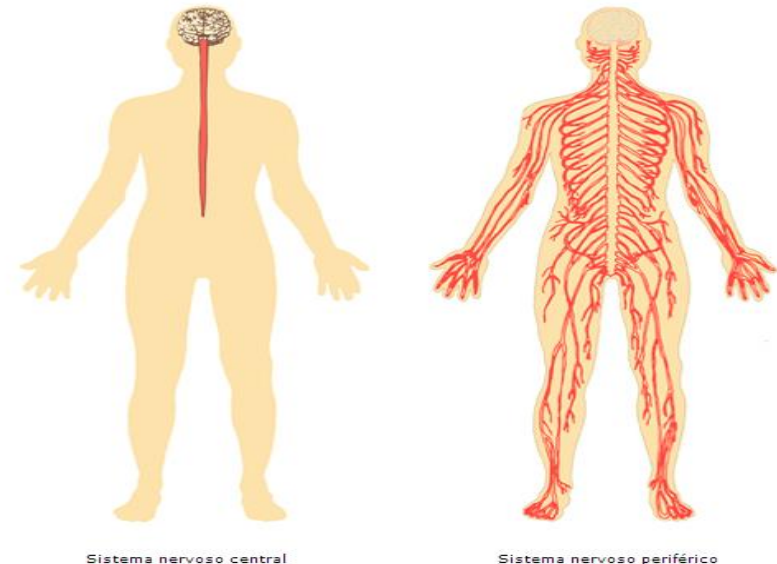
WWW.ULTRACOLORINGPAGES.COM

Mas as evidências científicas atuais mostram que essa separação **não é** correta.



O cérebro **pode afetar** o corpo,
e o corpo **pode afetar** o cérebro

Eles são intimamente conectados e essa conexão funciona em ambas as direções.





- ✓ Raiva
- ✓ Alegria
- ✓ Preocupação
- ✓ Tristeza
- ✓ Ansiedade



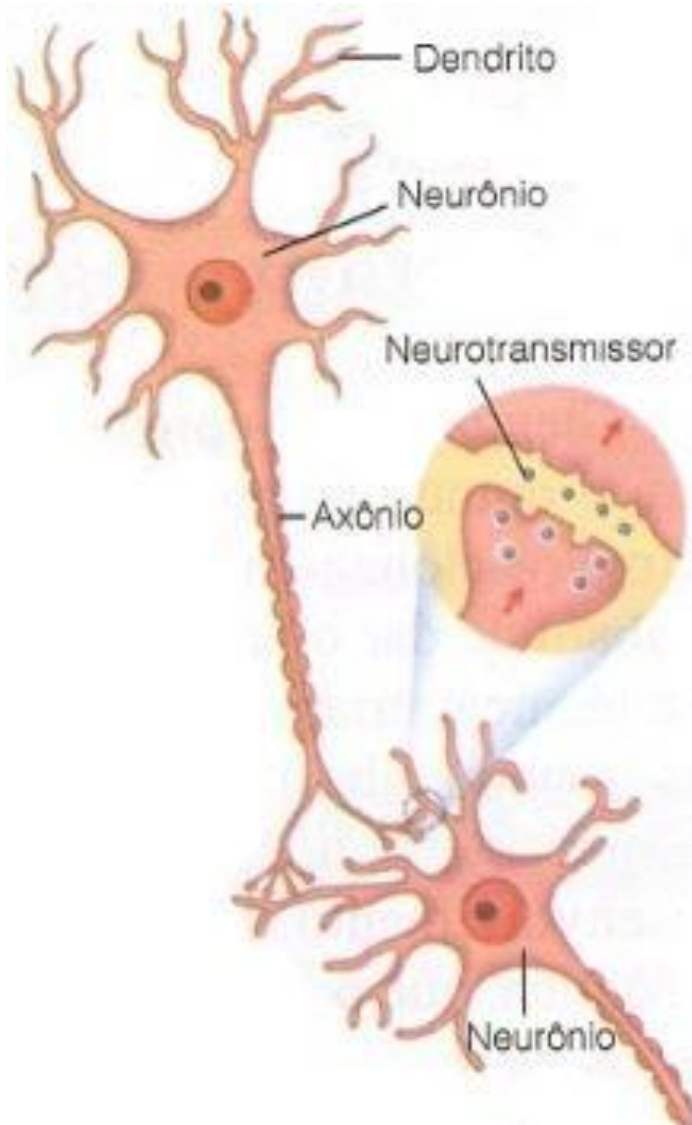
- ✓ Dor de cabeça
- ✓ Tremores
- ✓ Tonturas
- ✓ Problemas para dormir
- ✓ Dores musculares

O que é o cérebro?

O cérebro é o órgão mais complexo,
o centro de “controle”.

É considerado o organismo mais complexo
que se conhece.

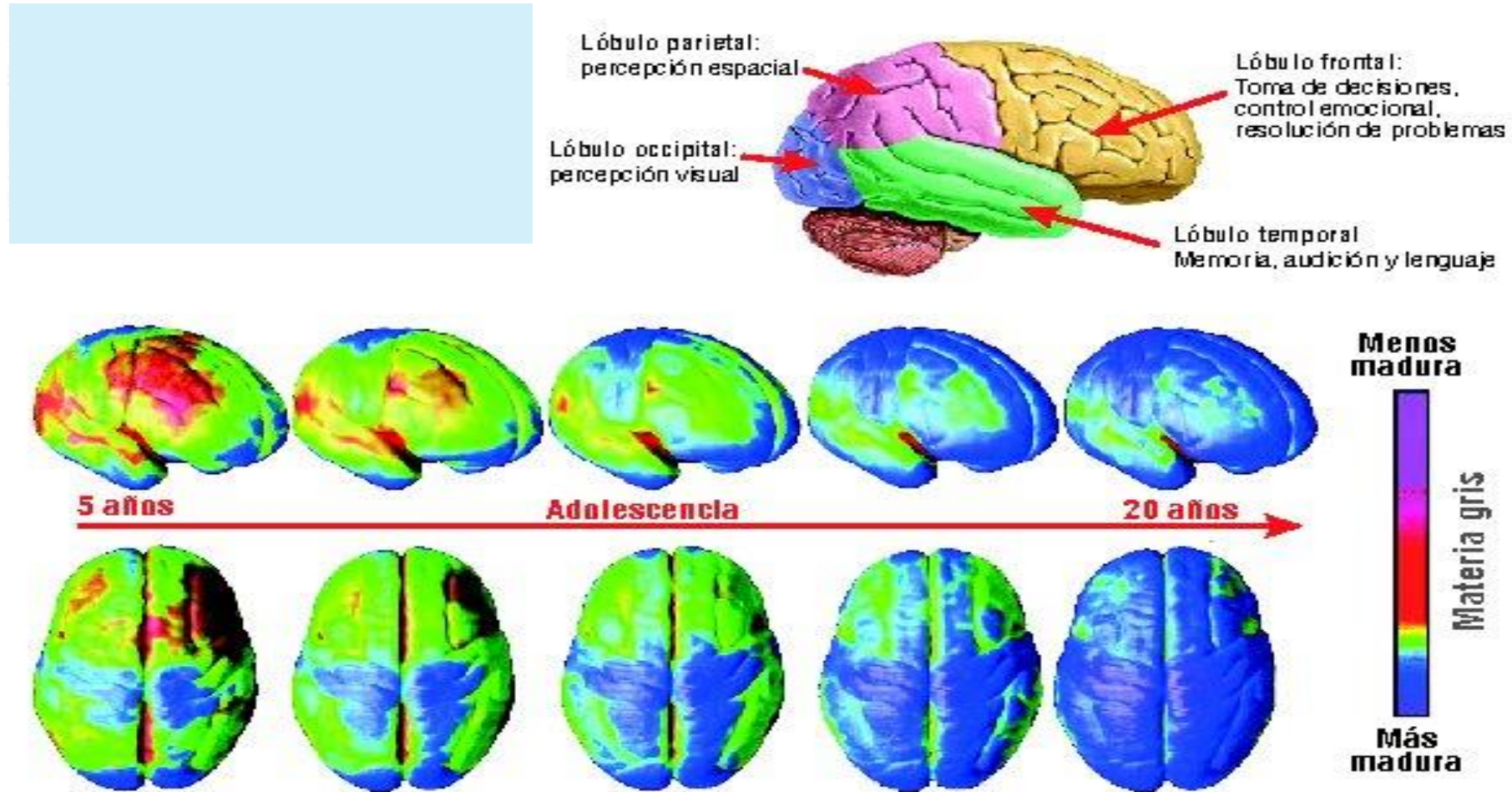




- ✓ Neurônios formam redes muito complexas.
- ✓ Eles controlam movimentos, pensamentos, etc.
- ✓ Se comunicam utilizando mensageiros químicos.

O DESENVOLVIMENTO DO CÉREBRO

E AS MODIFICAÇÕES DURANTE O DECORRER DA SUA VIDA



O QUE O CÉREBRO FAZ?



FUNÇÕES DO CÉREBRO

1. Cognição
2. Senso-percepção
3. Humor
4. Sinalização
5. Físico
6. Comportamento



Cognição

Comunicação

Introspecção

Planejamento

Julgamento

Compreensão



Processamento

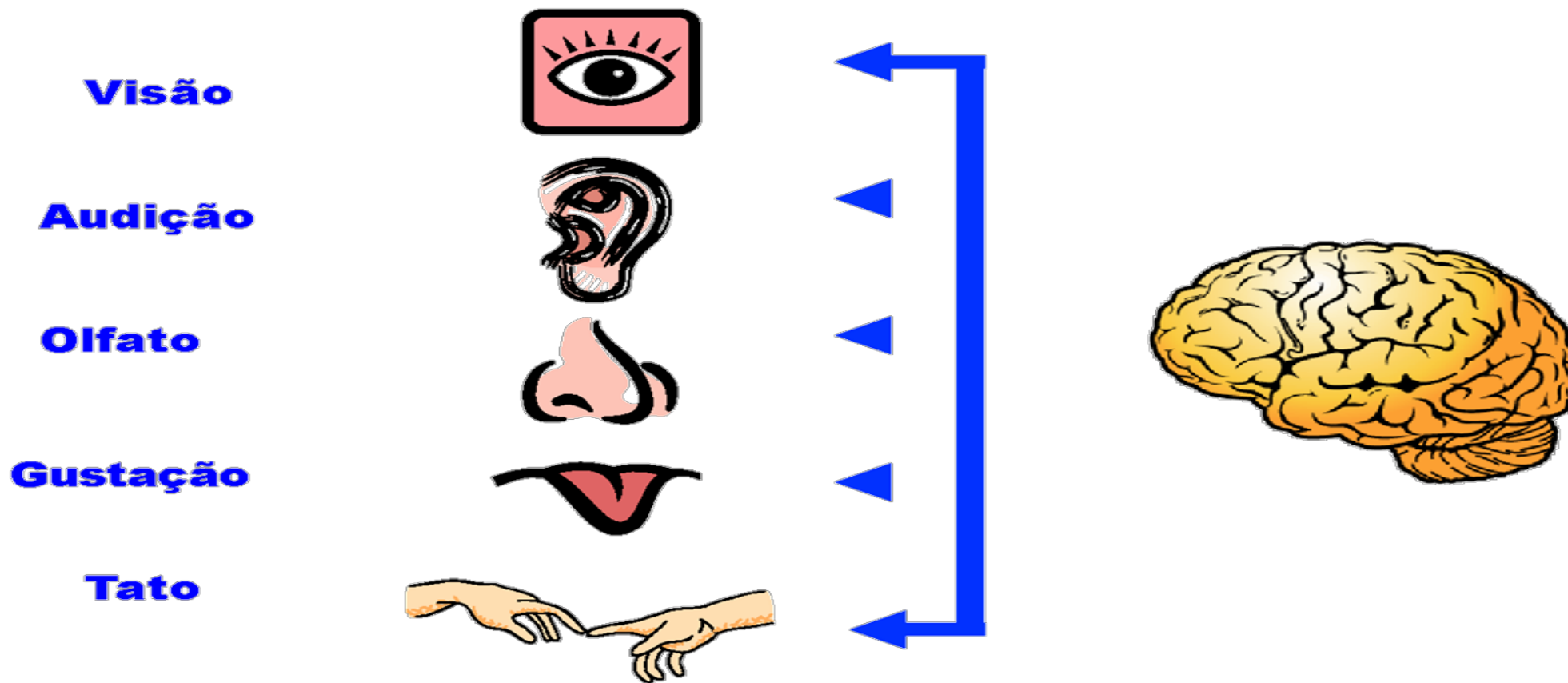
Leitura

Atenção

Memória

Contemplação

Sensopercepção é a habilidade de usar nossos cinco sentidos:



Humor

Humor: estado interno, mais permanente; é o que fica alterado nas doenças

Emoções: reações imediatas, expressões externas

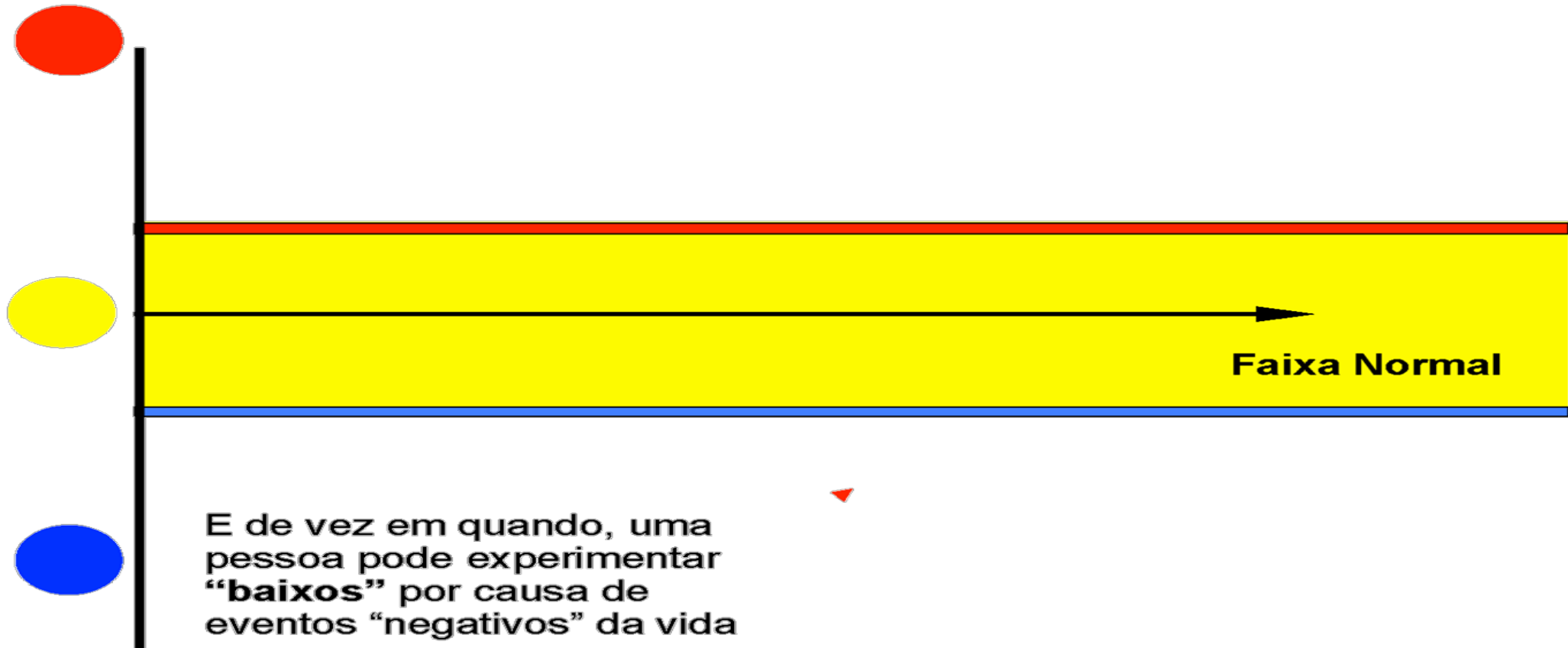


Emoções

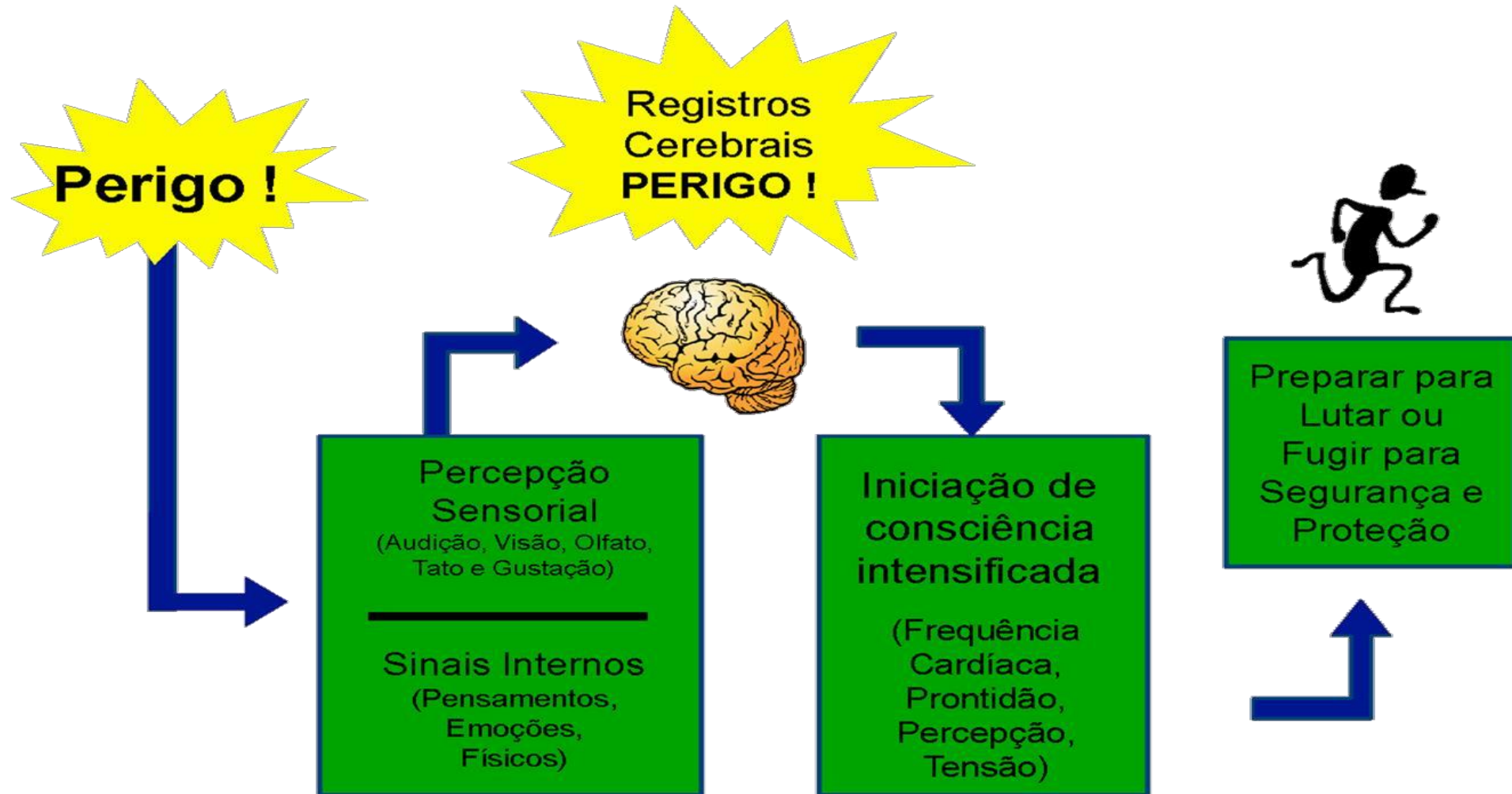
! Feliz	! Triste	! Ansioso
! Excitado	! Deprimido	! Preocupado
! Calmo	! Culpado	! Temeroso
! Pacífico	! Envergonhado	! Nervoso
! Contente	! Com raiva	! Apavorado
! Sereno	! Irritado	! Inferior
! Alegre	! Bravo	! Inadequado
! Satisfeito	! Ressentido	! Solitário
! Despreocupado	! Frustrado	! Desanimado

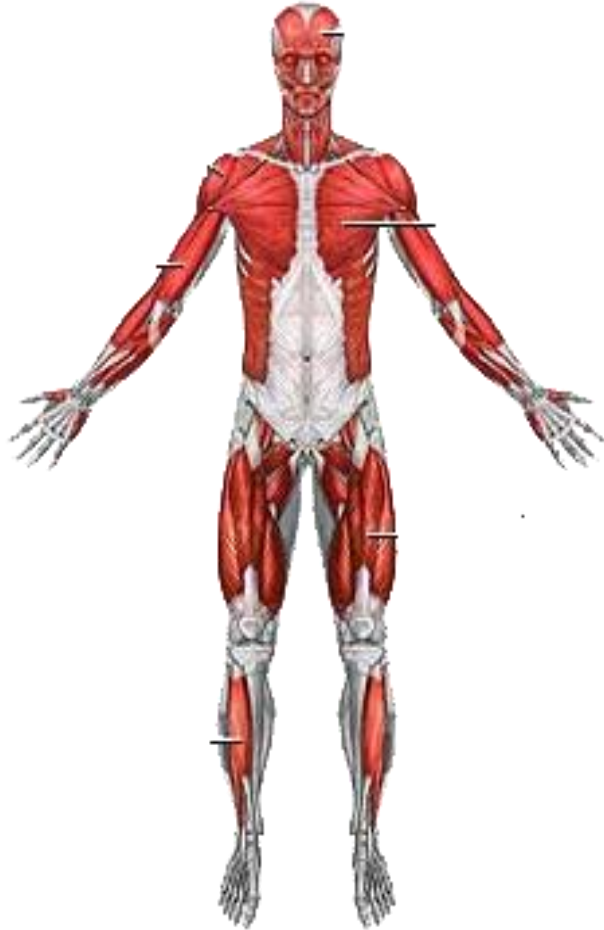


“Humor Normal” sofre variação,
mas usualmente se mantém dentro
de uma faixa de normalidade



O que é **sinalização**?





FUNÇÕES FÍSICAS

estão sob o controle do cérebro

- Sistema Respiratório
- Sistema Circulatório
- Sistema Nervoso
- Sistema Reprodutivo
- Sistema Digestivo
- Sistema Muscular

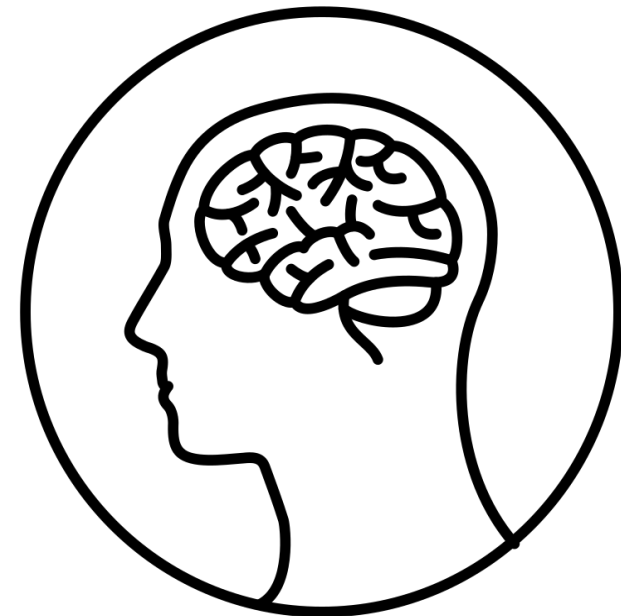
FUNÇÕES COMPORTAMENTAIS

- Andar
- Falar
- Escutar
- Jogar
- Ler
- Brincar
-

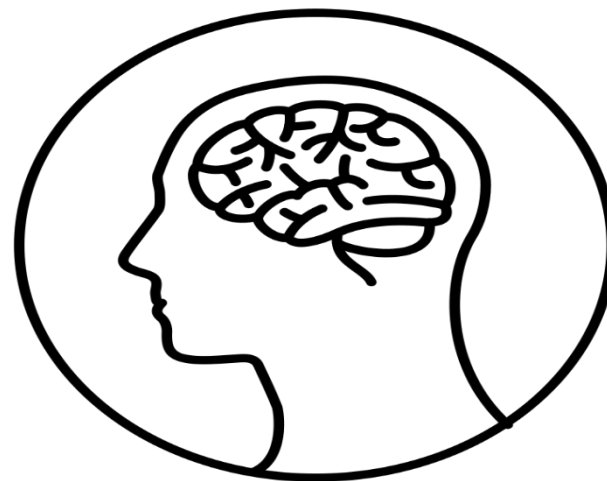


O que tudo isso significa?

As diferentes funções cerebrais
estão todas conectadas.



Por exemplo: se você estiver triste, isso pode não apenas afetar seu humor mas pode afetar também sua condição física, seu pensamento e comportamento.



Seu estômago pode doer e com isso você pode ter pensamento negativos e evitar sair com seus amigos.

**Como conversar com os alunos
sobre saúde e doença mental?**

QUAIS SÃO OS SEIS DOMÍNIOS FUNCIONAIS DO CÉREBRO?

