



Álbum Seriado de Saúde Mental

Ana Patrícia Silva- Psicóloga clínica

IV Conferência de saúde mental

Lubango, Outubro 2019

Objetivos:

O presente Álbum Seriado foi desenvolvido para ajudar os profissionais de saúde a **estimular a discussão participativa** sobre a saúde mental

- Este álbum seriado é uma **ferramenta pedagógica** visual de fácil utilização serve para melhorar e apoiar o provedor de saúde encarregado do aconselhamento de Saúde Mental.
- O provedor de saúde pode utilizá-lo em **sessões educativas sobre a promoção de saúde e na sensibilização** sobre os serviços disponibilizados pela Saúde mental.

Utilização do Álbum

- É uma ferramenta para ser usada não só por **profissionais de saúde especializados** mas **publico** em geral com o intuito de se abordar os tópicos de Saúde Mental de forma fácil mas sem generalizar e banalizar problemáticas complexas.
- Apoia se numa **ordem temática** mas foi elaborado para que os temas possam ser discutidos sem obedecer a nenhuma ordem específica nem contínua e serem aumentados temas consoante a necessidade.

Abordagem pretendida:

A proposta de discussão assenta sobretudo sobre o que se entende por **Saúde Mental, Estigma, papel do Psicólogo, distúrbios mais comuns** que necessitam de intervenção do Psicólogo, (**stress e ansiedade, depressão, ideação suicida, condutas aditivas**) e por fim algumas propostas de **como lidar** com estes problemas.

- Esta ferramenta nomeia alguns dos problemas relacionados com a Saúde mental portanto é destinada a **pacientes que acedem a Unidade Sanitária.**
- Na **sessão de aconselhamento** o provedor de saúde deve possuir **conhecimentos e habilidades** necessários à adaptação desta ferramenta a pacientes com **diferentes referências e formas de comunicar.**

- Antes de começar a sessão, o provedor de saúde deve **avaliar o nível de conhecimento** do paciente, apresentar o **objetivo da sessão, adaptar as explicações** para o entendimento do paciente e tornar a **sessão mais interativa** possível para perceber o que o paciente compreendeu.
- É importante utilizar **linguagem clara, simples e objetiva** e sempre que necessário transmitir a mensagem em língua local.
- Este material pode ser utilizado, reproduzido e distribuído livremente sem mudança e sem fins lucrativos

KANIMANBO

- [Flipshart Saude Mental Geral](#)