

CACTUS  
INSTITUTO

# Audiência Pública: Impacto das redes sociais na saúde mental de crianças e adolescentes

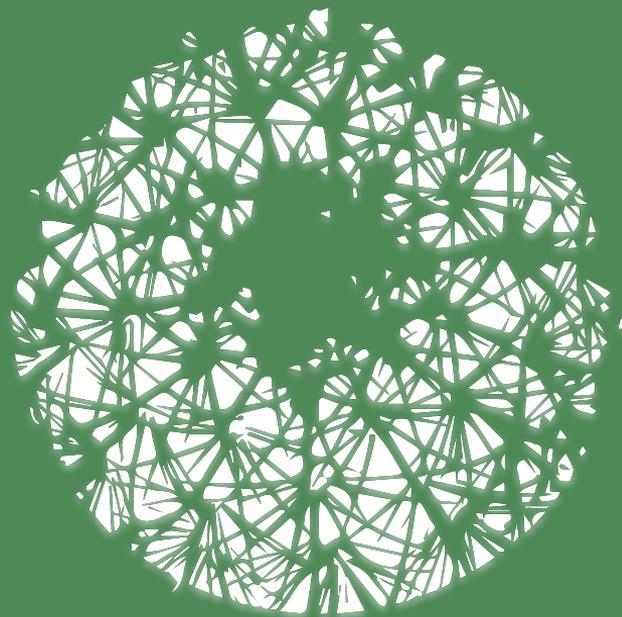
Bruno Ziller  
Coordenador de projetos  
Brasília, 21 de setembro de 2023



# Construímos pontes e catalisamos mudanças

Organização sem fins lucrativos que atua para **ampliar o debate** e os **cuidados** em **prevenção** de doenças e **promoção de saúde mental** no Brasil





Por que  
precisamos agir?

## Por que precisamos agir?

1. **Brasil:** maiores populações jovens da história
2. **Adolescência:** nossos jovens estão adoecidos
3. **Prevenção:** não cuidar agora custa mais caro
4. **Oportunidade:** adolescência é um período negligenciado e é chave para a prevenção

# Brasil: maiores populações jovens da história

Segundo o Censo Demográfico de 2022, são cerca de **68 milhões de crianças e adolescentes com idade até 19 anos no país, uma das maiores geração de jovens da história do Brasil.**

Estamos no início do processo de encerramento de um **bônus demográfico** das últimas duas décadas, isto é, ainda temos uma **janela de oportunidades de crescimento econômico e progresso social** dado o tamanho da população jovem, no auge da atividade. Mas esse cenário começa a se inverter – o que torna ainda mais **urgente criar oportunidades para qualificar esses jovens, e garantir que eles tenham pleno desenvolvimento.**

# Nossos jovens estão adoecendo

↘ Cerca de **13% dos adolescentes** (10 a 19 anos) no mundo são diagnosticados com algum tipo de transtorno mental. (Unicef, 2021)

↘ No Brasil, são diversos os registros e pesquisas que apontam para um **aumento do sofrimento psicológico**

- [Panorama da Saúde Mental](#)

↘ Tardio reconhecimento como **sujeitos psíquicos e de direitos:** apenas em 2001 na 3a Conferência Nacional de Saúde Mental. (Instituto Cactus e IEPS, 2023)



# Prevenção: não cuidar agora custa mais caro

**Intervenções voltadas ao público adolescente podem influenciar tanto suas vidas atuais, quanto o futuro e as próximas gerações**

Fonte: [CACTUS, VEREDAS. Caminhos em Saúde Mental \(2021\)](#)

**Custo econômico do não cuidado** **USD 387,2**  
BILHÕES/ANO

Fonte: *London School of Economics and Political Science (2021)*

**Custo para o sistema de assistência social** **2,2x maior**  
NO BRASIL

Fonte: *UNICEF (2021)*

# Oportunidade: adolescência é chave para a prevenção

**50%**

**DAS CONDIÇÕES  
DE SAÚDE MENTAL  
COMEÇAM ATÉ OS**

**14 ANOS  
DE IDADE**

**&**

**75%**

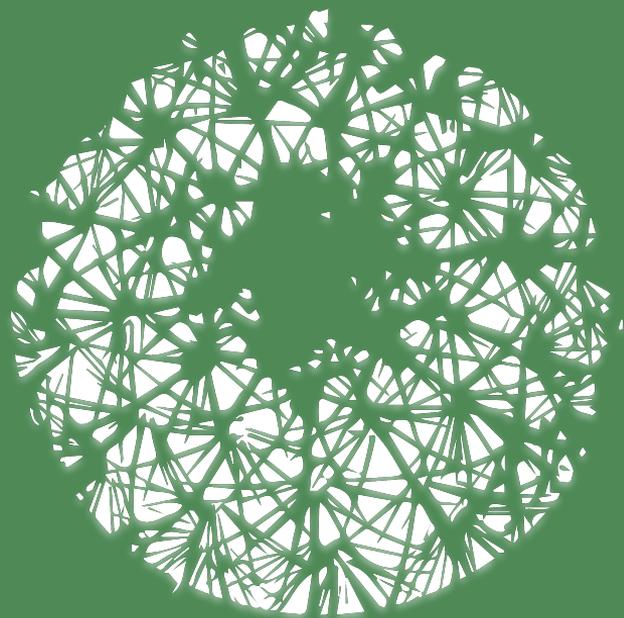
**ATÉ OS**

**24 ANOS  
DE IDADE**

**MAS CERCA DE**

**80%  
DOS CASOS**

**PASSAM SEM  
DIAGNÓSTICO E  
TRATAMENTOS  
ADEQUADOS.**

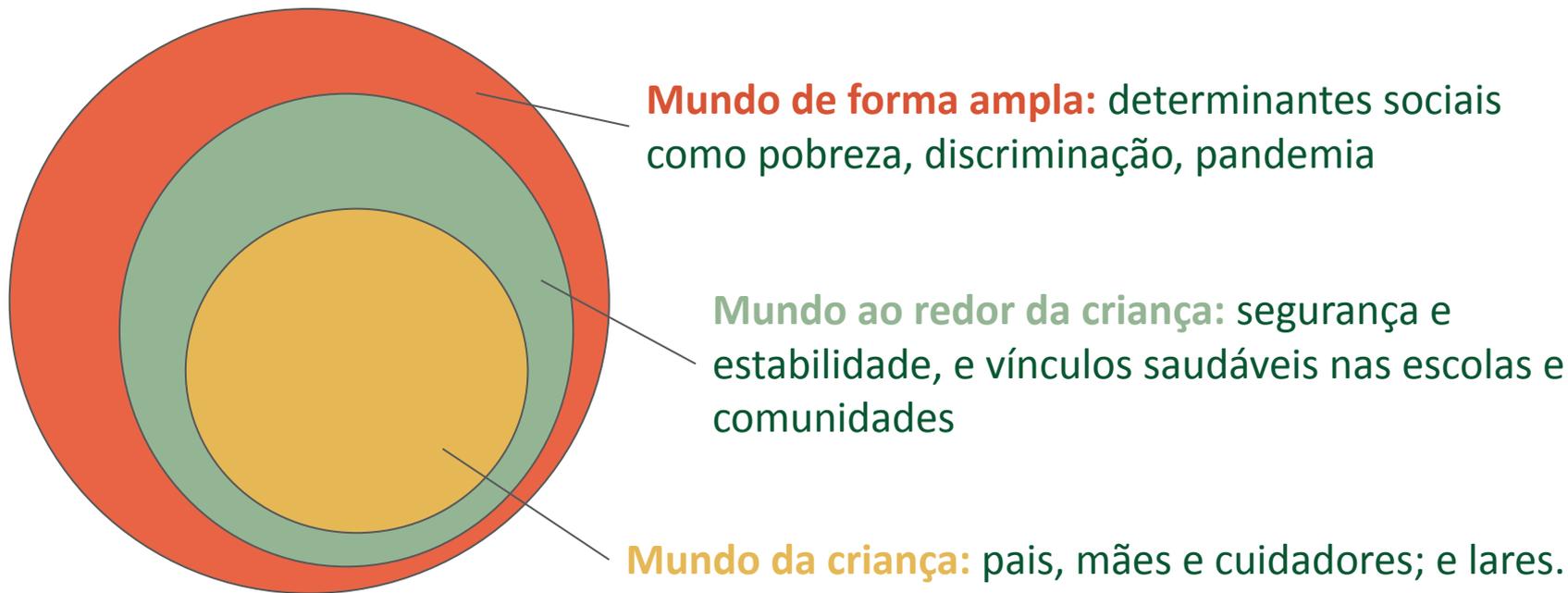


# Caminhos de atuação

# Caminhos de atuação

1. **O que afeta a saúde mental de jovens:** fatores de risco e proteção
2. **Eixos de Prevenção:** Relações parentais, Relações entre pares, Ambientes de Aprendizado
3. **Saúde Mental & Redes Sociais:** aspectos positivos e negativos para saúde mental
4. **Na prática:** recomendações para políticas de prevenção de doenças e promoção de saúde mental

# O que afeta a saúde mental de crianças e jovens



Fonte: [United Nations Children's Fund, The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, UNICEF, New York, October 2021.](#)

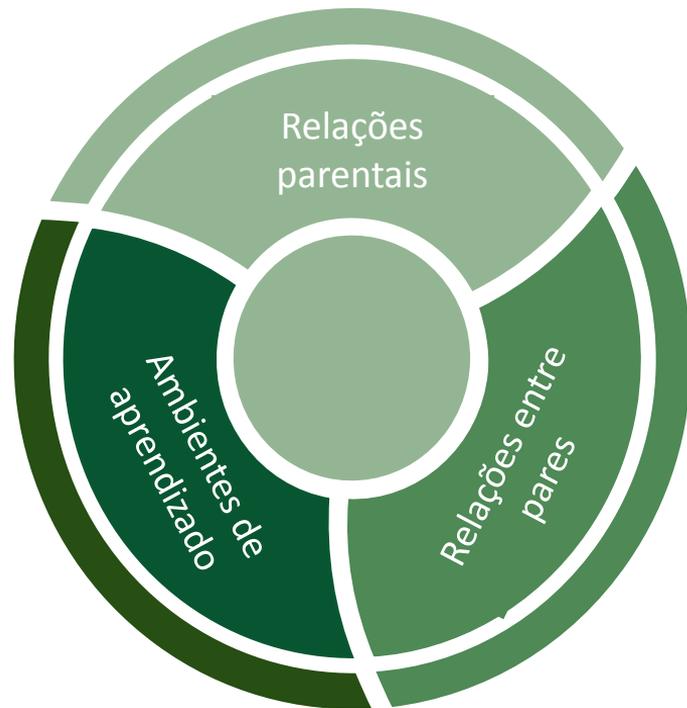
# Eixos de prevenção

**Oportunidade:** Como a maior parte da saúde mental não é genética, há muito o que fazer

**Fatores de risco e proteção:** podem aumentar/diminuir a probabilidade de uma condição de saúde mental. Isso também vai depender do ambiente e de cada pessoa.

**Principais fatores na adolescência:** relacionamentos (bullying, amizades); violência com parceiro íntimo; peso e atividade física; álcool e drogas; educação/emprego ...

**E as redes sociais?**



# Rede social pode ter efeitos positivos e negativos na saúde mental de crianças e adolescentes

## Promover um senso positivo de comunidade e conexão

*Compartilhar identidade, habilidades e interesses*

## Manter amizades antigas e desenvolver novas conexões

*Interações com grupos mais diversos do que no offline*

## Intervenções digitais podem auxiliar jovens buscando ajuda

*Porta de entrada para iniciar cuidados em saúde*

## Limite ao tempo de uso tende a ser benéfico

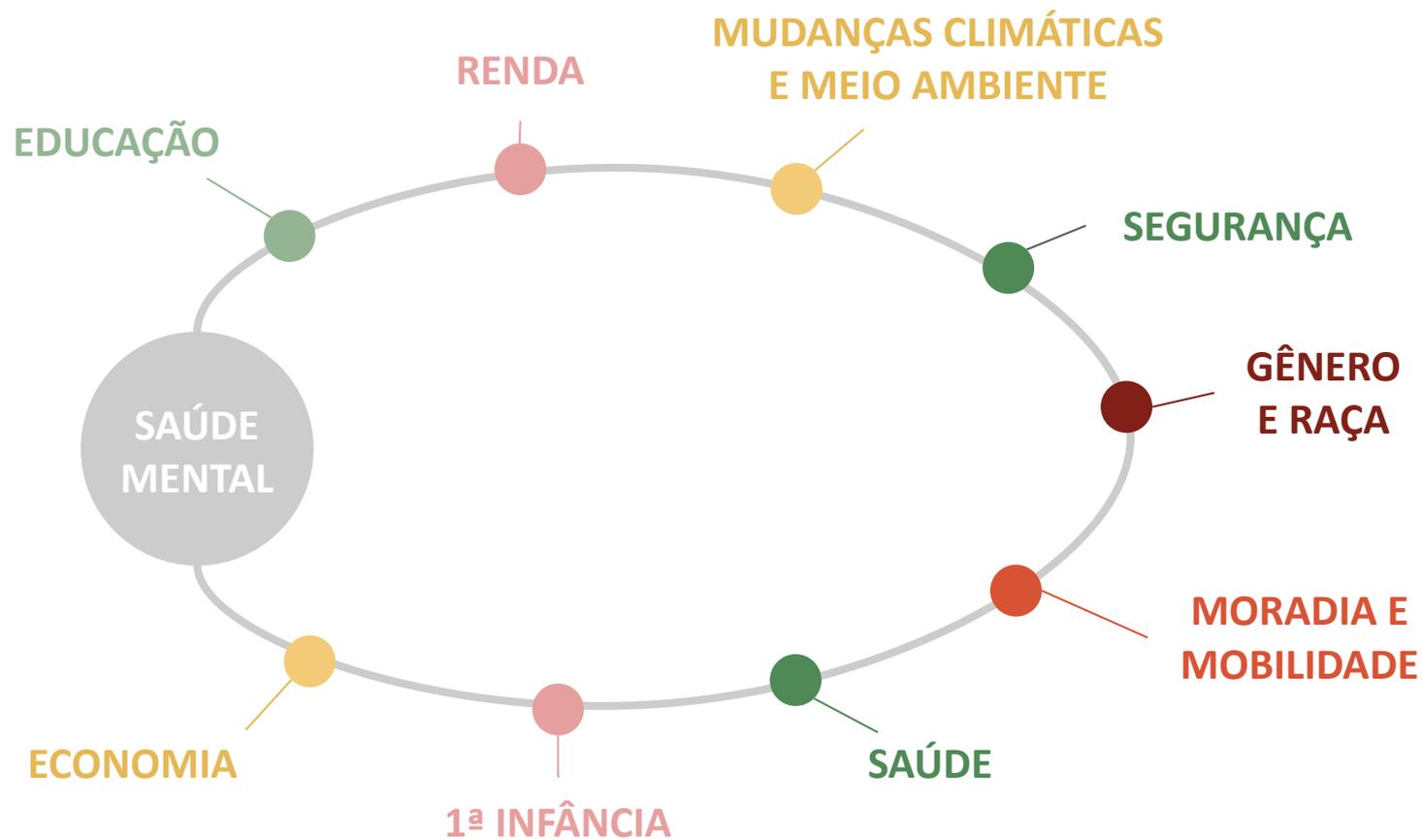
*Reduzir problemas de atenção, sono e sentimentos de pertencimento*

## Poder servir de plataforma para atores mal-intencionados

*Crianças e adolescentes são mais vulneráveis a esta abordagem*

## Fácil acesso exposição a conteúdos extremos, inadequados e nocivos

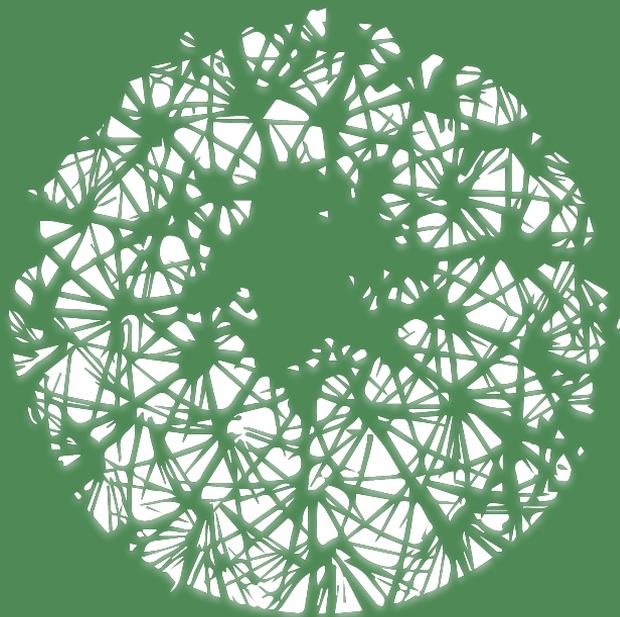
*Tais conteúdos podem ser gatilhos para comportamentos de risco*



# Na prática: políticas de prevenção de doenças e promoção de saúde mental para jovens

- ↘ **Saúde mental como fenômeno multicausal:** aspectos individuais, sociais e estruturantes
- ↘ **Geração de mais dados e evidências:** estudos longitudinais com jovens
- ↘ **Monitoramento sistematizado:** pesquisas de saúde mental vinculados à vigilância epidemiológica
  - [Panorama da Saúde Mental](#)
- ↘ **Reforçar proteções para garantir mais segurança:** prevenir violações e violências no ambiente *online* e *offline*
- ↘ **Atenção Primária à Saúde:** adaptação e formação dos equipamentos de saúde para atuar com saúde mental desse público
- ↘ **Intersetorialidade:** integração das iniciativas de saúde com outros setores do governo
  - [Cartilha de Saúde Mental nas Escolas; Painel da Saúde Mental Infantojuvenil](#)
- ↘ **Voz e protagonismo:** espaços de diálogo e construção de políticas públicas

A promoção da saúde mental  
é uma tarefa coletiva.



# Obrigado!

Bruno Ziller

Coordenador de projetos

[www.institutocactus.org.br](http://www.institutocactus.org.br)

[@institutocactus](https://www.instagram.com/institutocactus)