

PROJETO DE EXTENSÃO: NEURODIREITOS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES E SAÚDE MENTAL



ESTUDAR E BRINCAR

VIVENDO A ADOLESCÊNCIA SEM CULPA

DOCENTE ORIENTADORA: LUCIANA
MELQUIADES
DISCENTES: ALINE DO CARMO OTTONIO, ERIC
JOSÉ HENRIQUES ALVES FELICIANO, LARA
MENDONÇA LIQUERI AFFONSO, MARIA
EDUARDA DA SILVA

VOCÊ SABE O QUE É PRODUTIVIDADE TÓXICA?

É A PRESSÃO DE SENTIR QUE VOCÊ
PRECISA ESTAR PRODUZINDO O TEMPO
TODO. COMPARAR SUA ROTINA COM A
DE OUTRAS PESSOAS NA INTERNET
TAMBÉM PODE CAUSAR ESSE
SENTIMENTO.

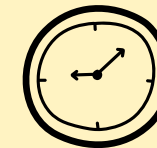
VOCÊ JÁ SE COBROU DEMAIS PARA
ALCANÇAR UMA META, TIRAR NOTAS
PERFEITAS OU TER A APARÊNCIA IDEAL?

É IMPORTANTE RESERVAR MOMENTOS
PARA DESCANSAR, SE DIVERTIR E FAZER
O QUE VOCÊ GOSTA. DESCANSAR NÃO
É PERDER TEMPO: FAZ PARTE DO SEU
BEM-ESTAR.

NA ADOLESCÊNCIA, SEU CORPO ESTÁ
MUDANDO. NÃO EXISTE A
NECESSIDADE DE GASTAR DINHEIRO
COM PRODUTOS CAROS PARA ATENDER
PADRÕES DE BELEZA IRREAIS.

MUITAS COISAS QUE APARECEM NA
INTERNET NÃO MOSTRAM A REALIDADE
COMPLETA. ÀS VEZES, AS PESSOAS
COMPARTILHAM APENAS OS
MELHORES MOMENTOS DA VIDA
DELAS.

DICAS PRÁTICAS



Estabeleça
pausas
regulares entre
uma atividade
escolar e outra.



Mantenha uma
organização clara
de suas tarefas
para evitar
acúmulo de
demandas.



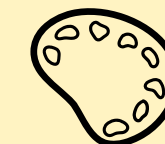
Converse com amigos,
pratique esportes, dance,
caminhe ou faça algo que
você goste.



Invista em hábitos
saudáveis, como uma
boa alimentação, prática
de exercícios físicos e
um sono regulado. Isso
deixa qualquer pessoa
mais bonita e forte!



Procure ajuda
profissional ao
perceber sinais de
desgaste emocional
persistente.



Busque um hobby
ou atividade
prazerosa para se
desconectar.

Estabeleça limites entre:

sua vida pessoal ↔ estudos ↔ internet

DIFERENÇA ENTRE CRESCER X ADULTIZAR:

CRESCER E ADULTIZAR SÃO PROCESSOS OPOSTOS. O **CRESCIMENTO SAUDÁVEL** OCORRE DE **FORMA GRADUAL**, PERMITINDO QUE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DESENVOLVAM SUA IDENTIDADE, AUTONOMIA E RESPONSABILIDADES ADEQUADAS À IDADE, COM APOIO E RESPEITO AO SEU TEMPO DE DESENVOLVIMENTO.

JÁ A **ADULTIZAÇÃO** ACONTECE QUANDO SÃO PRESSIONADOS A ASSUMIR RESPONSABILIDADES, COMPORTAMENTOS OU PADRÕES TÍPICOS DA VIDA ADULTA ANTES DE ESTAREM EMOCIONAL E PSICOLÓGICAMENTE PREPARADOS.

SEXUALIZAÇÃO

A SEXUALIZAÇÃO É UM TIPO DE ADULTIZAÇÃO. ELA ACONTECE QUANDO AS IMAGENS, OS COMPORTAMENTOS E OS CORPOS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PASSAM A SER INSERIDOS EM PADRÕES PRÓPRIOS DO MUNDO ADULTO, ANTECIPANDO ASSIM, OLHARES E EXPERIÊNCIAS QUE NÃO DEVERIAM OCORRER NA FASE DE DESENVOLVIMENTO INFANTOJUVENIL.

Principais Espaços de Ocorrência:

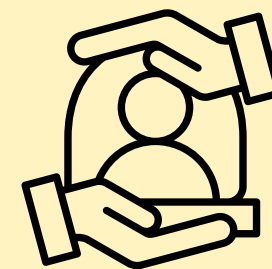
A ADULTIZAÇÃO E A SEXUALIZAÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PODEM OCORRER EM DIVERSOS ESPAÇOS, ATÉ MESMO DENTRO DO AMBIENTE FAMILIAR. PORÉM, UM DOS PRINCIPAIS SÃO AS REDES SOCIAIS, PRINCIPALMENTE PELO SEU GRANDE ALCANCE, COM OS ALGORITMOS DAS PLATAFORMAS DESEMPENHANDO PAPEL NISSO AO FOMENTAR O SENTIMENTO DE VALIDAÇÃO SOCIAL NESSES SUJEITOS ATRAVÉS DE UM REDIRECIONAMENTO CADA VEZ MAIOR DO CONTEÚDO A OUTRAS PESSOAS.

Consequências:

A EXPOSIÇÃO PRECOCE DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES A CONTEÚDOS E EXPECTATIVAS INCOMPATÍVEIS COM SUA IDADE PODE COMPROMETER SEU DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL, SOCIAL E PSICOLÓGICO. ENTRE OS PRINCIPAIS IMPACTOS ESTÃO A BAIXA AUTOESTIMA, ANSIEDADE, DEPRESSÃO, TRANSTORNOS ALIMENTARES, SOFRIMENTO PSÍQUICO INTENSO E UMA VISÃO DISTORCIDA DA SEXUALIDADE. ALÉM DISSO, A SEXUALIZAÇÃO PRECOCE REFORÇA ESTEREÓTIPOS DE GÊNERO E PODE PREJUDICAR O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DA PERSONALIDADE.

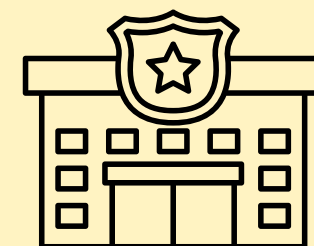
CANAIS DE DENÚNCIA

CASO SEJA VERIFICADO SITUAÇÕES COMO O QUE FOI MENCIONADO, É POSSÍVEL ENTRAR EM CONTATO COM:



Conselho Tutelar;

DPCA - Delegacia de
Proteção à Criança e ao
Adolescente;



Disque 125 - Coordenação de
Denúncias de Violação de
Direitos da Criança e do
Adolescente (Cisdeca), da
Secretaria de Justiça e Cidadania
(Sejus) do Distrito Federal.

Disque 100 - Disque Direitos
Humanos, serviço nacional de
informações sobre direitos de
grupos vulneráveis e de denúncias
de violações de direitos humanos.

