

# **\*FORUM DA MACONHA\***

## CFM – Conselho Federal de Medicina

## Experiências de Prevenção



# **Paulo Martelli**

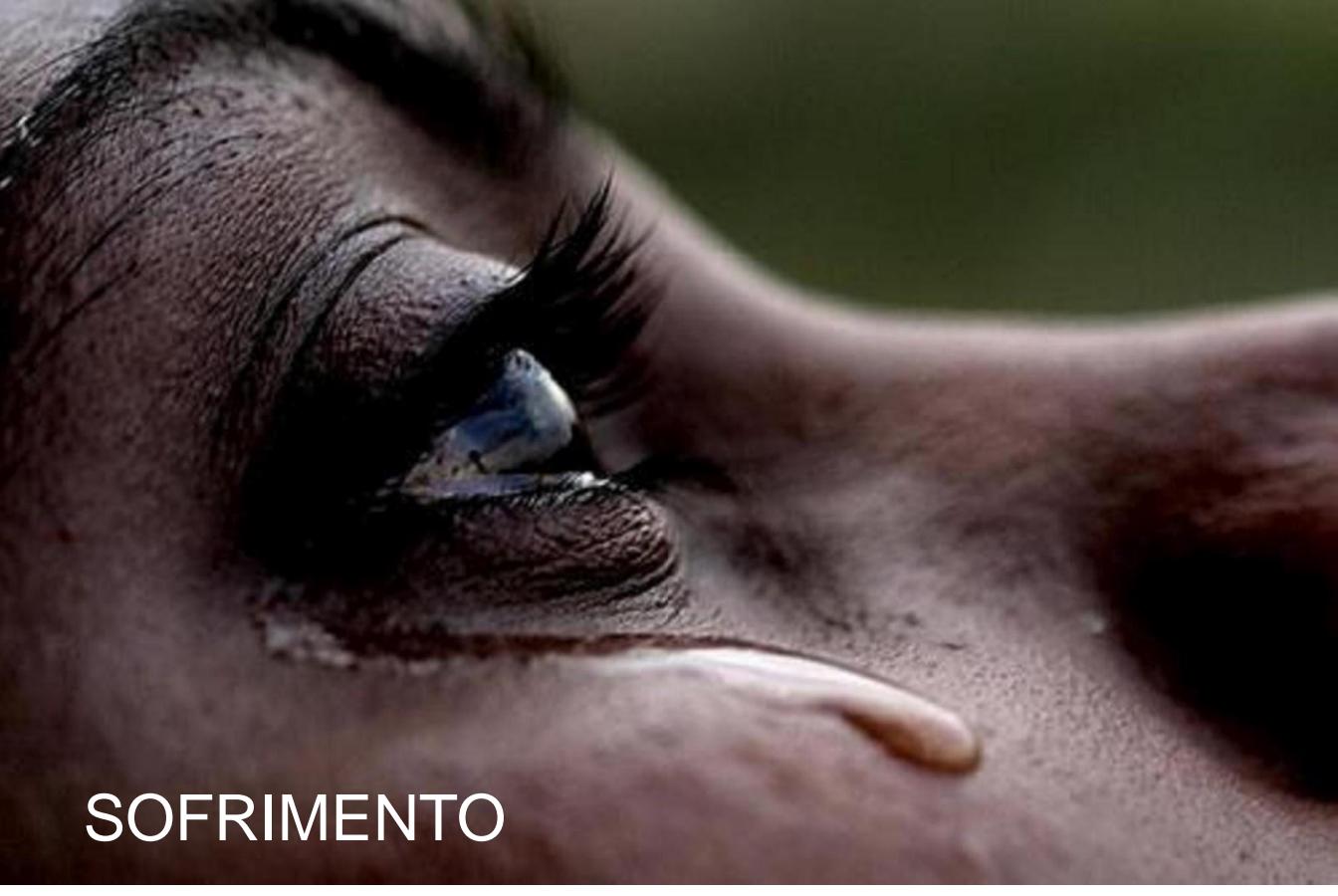
Consultor de Marketing e Vendas, arquiteto e teólogo, com especializações em Gestão de Marketing e Marketing Digital, há 40 anos atuando, principalmente, com projetos especiais de trade marketing, mercado de varejo, imobiliário e na área social.

Além de atuar na Oficina de Marketing, Paulo sempre fez trabalhos sociais, foi um dos fundadores da creche semente da Vida, Foi membro da FEAC – Federação das Entidades Assistenciais de Campinas, Conselheiro Municipal da Criança e Adolescentes, foi Coordenador Estadual do Movimento Degrau de inserções de jovens aprendizes no mercado de trabalho e atualmente é Coordenador Nacional da Mobilização Freemind e Diretor para América Latina do ISSUP - International Society of Substance Use Prevention and Treatment Professionals





PRAZER



SOFRIMENTO

As pessoas são motivadas ao uso por basicamente dois fatores



## A Prevenção é o melhor caminho

Você só se previne contra aquilo que você tem consciência que lhe fará mal.

Desafio: Como prevenir aquele que não tem esta consciência?



# **III Workshop do ISSUP em Dezembro 2017**

**Dr. Gilberto Guerra**  
**Diretor Geral da UNODC**  
**Médico Psiquiatra**

Fez uma apresentação sobre os principais Pilares da Prevenção



## **Faixas Etárias mais importantes para a Prevenção:**

Primeiríssima Infância – até 3 a 4 anos.

Primeira Infância – até 6 a 7 anos

Pré-adolescência – até 12 anos

Adolescência – até 16 e 17 anos

# **Um dos pilares mais importantes da Prevenção**

**Trabalhar na criação dos filhos dentro dos 4 As:**

Atenção

Amor

Acompanhamento

Acordos



# ATENÇÃO

**ISSUP** | INTERNATIONAL  
SOCIETY OF  
SUBSTANCE  
USE PREVENTION AND TREATMENT  
PROFESSIONALS





# AMOR

**ISSUP** | INTERNATIONAL  
SOCIETY OF  
SUBSTANCE  
USE PREVENTION AND TREATMENT  
PROFESSIONALS





# ACOMPANHAMENTO

**ISSUP** | INTERNATIONAL  
SOCIETY OF  
SUBSTANCE  
USE PREVENTION AND TREATMENT  
PROFESSIONALS





**ISSUP** | INTERNATIONAL  
SOCIETY OF  
SUBSTANCE  
USE PREVENTION AND TREATMENT  
PROFESSIONALS

# ACORDOS



O Objetivo principal destes 4 As é criar um sistema de proteção cerebral e um padrão de gratidão em nossos filhos.

No mundo espiritual a gratidão nos conecta com Deus e com seu Espírito.

No mundo natural a Neurociência explica o poder da gratidão no nosso corpo.

Quando geramos sentimentos de gratidão em nossos pensamentos ativamos o sistema de recompensa do cérebro.

Este sistema é responsável pela sensação de bem-estar e prazer.



Quando algo de bom acontece, e existem coisas na nossa vida que merecem reconhecimento e somos gratos por isso, ocorre liberação de dopamina, um importante neurotransmissor que aumenta a sensação de prazer.

Por isso, pessoas que manifestam gratidão vivem com níveis elevados de emoções positivas, satisfação com a vida, vitalidade e otimismo.

A gratidão deve ser construída pelo nosso pensamento.

Uma das maneiras de se fazer isto é construindo o reconhecimento interno, pensando em suas conquistas.



Por outra via neural, a gratidão estimula as vias cerebrais para a liberação de outro hormônio chamado ocitocina, que estimula o afeto, traz tranquilidade, reduz a ansiedade, o medo e a fobia.

Exercitar o sentimento de gratidão dissolve o medo, a angústia e os sentimentos de raiva.

Fica mais fácil controlar os estados mentais tóxicos e desnecessários.

O nosso cérebro não é capaz de sentir ao mesmo tempo gratidão e infelicidade.  
Você é quem faz a escolha.

Ocupe seu espaço interno e exerçite diariamente a gratidão.

Para fazer com que seu dia comece de forma positiva, já pela manhã experimente pensar nos diversos motivos que você tem para sentir gratidão.

E termine seu dia refletindo sobre as realizações que lhe deram prazer.



# Perder o futuro **seria uma droga.**

Qual o impacto do álcool e do tabaco para os nossos filhos?



Vem aí:



## Congresso Internacional **Freemind 2019**

DE 4 A 7 DE DEZEMBRO, EM ÁGUAS DE LINDÓIA - SP

- 10** palestrantes internacionais
- 20** palestrantes nacionais
- 20** painéis temáticos
- 8** salas de bate papo internacional

REALIZAÇÃO



f | freemind.com.br

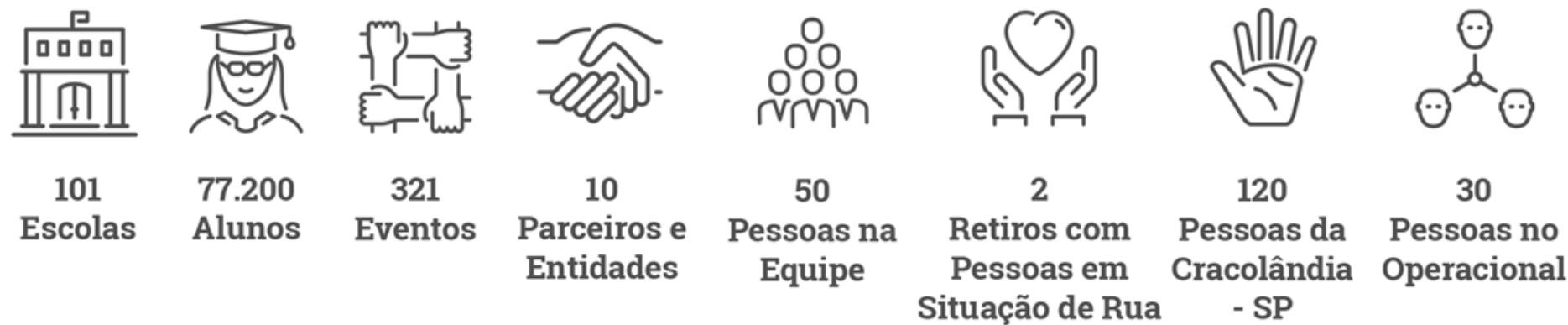
# Números dos Cinco Congressos Freemind

---



## Números Viradas da Prevenção

---



# OBRIGADO!

