

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



AMOR



ACOMPANHAMENTO



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 exercite 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



CORREALIZAÇÃO

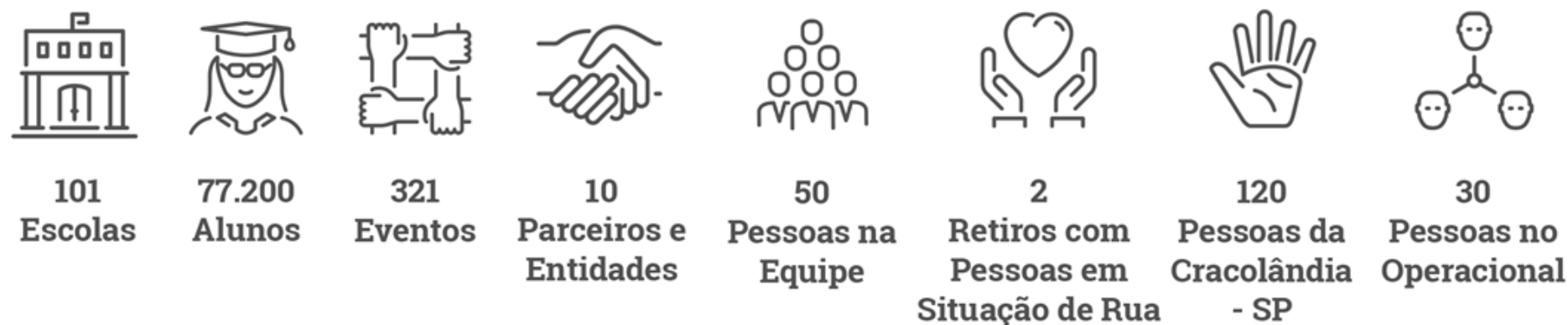


   | freemind.com.br

Números dos Cinco Congressos Freemind



Números Viradas da Prevenção



OBRIGADO!