

growing minds.



 FUNDAÇÃO
CALOUSTE GULBENKIAN





Saúde Mental Infantil

A saúde mental é uma dimensão fundamental do bem-estar, que permite a um indivíduo lidar com o stress normal da vida, trabalhar de forma produtiva e dar um contributo positivo à sua comunidade.

Estima-se que entre 8 e 14% das crianças e adolescentes do mundo vivem com um transtorno mental, sendo que 50% das perturbações mentais nos adultos têm início antes dos 14 anos.

Na infância, a saúde mental é especialmente crítica, relacionando-se com o desenvolvimento da personalidade, as competências de gestão emocional e relacional, a capacidade de aprender e as ferramentas biológicas para uma vida saudável.

Os problemas de saúde mental incidem de forma desproporcional sobre populações vulneráveis, em contextos de pobreza, em bebés e crianças expostos a maus-tratos ou negligência e recém-mães em risco de depressão, estando especialmente exacerbados em consequência da COVID-19. As perturbações de ansiedade e depressão podem ter efeitos profundos e de longo prazo, não só no indivíduo mas também nos seus descendentes, reforçando um ciclo de doença mental e desvantagem social.

Investir na saúde mental desde cedo não só melhora a qualidade de vida das crianças, mas também reduz custos futuros em saúde e aumenta a produtividade social.

8 – 14%

das crianças
e adolescentes
do mundo
vivem com
um transtorno
mental



A Fundação Calouste Gulbenkian onde é preciso

Através do apoio a projetos que visam a prevenção, promoção e recuperação na saúde mental infantil, a filantropia pode causar um impacto significativo e duradouro, promovendo o bem-estar e o desenvolvimento saudável das crianças e das suas famílias.

A saúde mental infantil é uma prioridade global que exige atenção e investimento contínuos. A filantropia está especialmente vocacionada para fazer a diferença, tendo a capacidade de financiar projetos inovadores que têm dificuldade em encontrar suporte através de outras fontes de financiamento, normalmente alocadas a componentes da sociedade de necessidade mais imediata e de menor risco. Esta flexibilidade permite testar novas abordagens e intervenções baseadas em evidências, o que permite levar a avanços significativos na saúde mental.

A Fundação Calouste Gulbenkian quer continuar a estar onde é preciso e a iniciativa *Growing Minds*, enquadrada na estratégia 2023-2027, reafirma o compromisso com a promoção da saúde mental e o desenvolvimento infantil.

Para reduzir desigualdades no acesso aos cuidados de saúde mental, a Fundação Gulbenkian direciona recursos para projetos que abrangem populações desfavorecidas, como crianças expostas a maus-tratos, negligência ou trauma, fundamentais para quebrar ciclos de adversidade. Além disso, contribuir para a equidade no acesso a cuidados desde o início do desenvolvimento biológico reduz as desigualdades que podem condicionar o futuro das crianças.

Promover a saúde mental infantil é um investimento no futuro, através do suporte à criação de modelos de intervenção que, uma vez demonstrados como eficazes, podem ser incorporados por sistemas de saúde públicos e pelos setores social e privado, garantindo um impacto duradouro.

Growing Minds

Promoção da saúde mental
e desenvolvimento saudável na infância

A iniciativa Growing Minds tem como missão promover a saúde mental e o desenvolvimento na infância através da capacitação de instituições, profissionais e cuidadores.

Pretendemos atuar nos fatores de risco e fatores protetores da saúde mental e introduzir mudanças positivas na vida das crianças e das suas famílias.

Apoiamos projetos inovadores de elevado potencial, que respondem aos complexos desafios enfrentados pelas crianças, e apoiamos o bem-estar e a resiliência das famílias, com especial enfoque naqueles que vivem em situação de risco, de forma a garantir que todas as crianças contam e têm o melhor começo de vida possível.

Áreas de atuação

I. Saúde Materna e Infantil

A saúde mental materna é crucial para o desenvolvimento neurobiológico da criança. Apoiar a saúde mental durante a gravidez e pós-parto é vital não só para prevenir problemas futuros, como para produzir benefícios de longo prazo para a saúde, educação e bem-estar social da criança. A depressão pós-parto afeta cerca de 20% das novas mães, resultando em impactos negativos significativos tanto para a mãe quanto para o filho.

Objetivo:

Reduzir a depressão pós-parto através de soluções digitais e suporte psicológico integrado

Contribuímos para a implementação de plataformas digitais e intervenções com base em evidência que ofereçam recursos aos utilizadores e profissionais, autoguiados ou orientados, com monitorização contínua e suporte profissional para ajudar as mães a lidar com a depressão pós-parto de forma eficaz.





II. Vinculação Afetiva e Desenvolvimento

Vínculos seguros entre cuidadores e crianças são cruciais para um desenvolvimento saudável. A fragilidade destes vínculos pode resultar em riscos de desenvolvimento e problemas emocionais e comportamentais. Cerca de 40% das crianças não estabelecem vínculos seguros, o que aumenta o risco de atrasos no desenvolvimento e problemas de saúde mental. Procuramos fortalecer as relações pais-filhos até aos três anos, de modo a aumentar as hipóteses de sucesso.

Objetivo:

Reforçar a vinculação segura em crianças e famílias vulneráveis através do reforço das competências parentais

Apoiamos o desenvolvimento de programas de formação parental e interação das crianças com os seus cuidadores, que forneçam ferramentas práticas e apoio contínuo para fortalecer os laços afetivos entre pais e filhos, promovendo um ambiente familiar seguro e saudável.

III. Adversidades na Infância

As adversidades na infância podem influenciar profundamente a saúde mental futura. A arte e a cultura são ferramentas poderosas nesta abordagem, com benefícios comprovados para o desenvolvimento cognitivo, emocional e físico das crianças entre os 3 e os 12 anos. Estima-se que 8 e 14% das crianças e adolescentes no mundo vivem com um transtorno mental, sendo que muitas dessas condições têm raízes em experiências adversas na infância.

Objetivo:

Promover um desenvolvimento saudável das crianças sujeitas a adversidades na infância através das artes

São apoiadas intervenções baseadas em artes como música, teatro e artes visuais para ajudar as crianças a expressar emoções, construir resiliência e melhorar o seu bem-estar emocional e social.



Iniciativas em curso

Projetos

Resumo

Promotor

I. Saúde Materna e Infantil

Be a mom	Melhorar a saúde mental materna e prevenir a depressão pós-parto através de uma plataforma digital com rastreio universal e estratégias de coping de base cognitivo-comportamental. Local: Norte (Gaia, Espinho, Guimarães), Centro (Viseu, Castelo Branco) e Sul (Beja, Évora)	Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental (Universidade de Coimbra)
Ma(t)er	Capacitar profissionais de saúde e da área social para identificar, prevenir e atuar na saúde mental perinatal, com foco no risco de sintomatologia depressiva pós-parto e discussão de casos através de uma jornada digital de cuidados. Local: Alentejo	Comprehensive Health Research Centre (Universidade de Évora)
Primeiros 1000 dias	Prevenir depressão pós-parto e problemas de comportamento nas crianças, com suporte familiar desde a gravidez até ao início da vida da criança, incluindo dinâmicas entre a grávida e o contexto familiar e entre os pais e o bebé. Local: Belmonte, Covilhã, Fundão	Centro Hospitalar Universitário da Cova da Beira
Quanto mais cedo, Melhor	Intervenção para prevenir problemas de saúde mental em famílias vulneráveis, com grupos de apoio pré e pós-parto, juntamente com programas de parentalidade focados na vinculação segura da criança. Local: Porto	Associação Encontrar+Se

II. Vinculação Afetiva e Desenvolvimento

Co-Action Against Adversity	Modelo comunitário colaborativo para lidar com a saúde mental infantil. Envolve rastreio e intervenção em saúde mental em crianças vulneráveis. Local: Guimarães, Cascais	ProChild CoLab
Pais de Pequenos	Promover competências parentais na primeira infância em contextos vulneráveis para assegurar vinculação segura e desenvolvimento socioemocional, com acesso universal e intervenção presencial especializada. Local: Regiões do Douro, Centro, Dão-Lafões	Universidade de Coimbra
Parentalidade DROPI	Promover competências parentais e relações de vinculação seguras em famílias vulneráveis, incluindo famílias monoparentais, vítimas de negligência e violência, sinalizadas para medidas de promoção e proteção. Local: Guimarães, Porto, Faro, Vila do Conde, Arouca, Lisboa	Associação Unificar
Capacitar Pais Adotivos	Apoiar a fase pós-adoção, promovendo a regulação emocional e as relações pais-filhos e reduzindo o stress parental, com base nos princípios da parentalidade consciente. Local: todo o País	Universidade de Coimbra

Projetos	Resumo	Promotor
Strengthening Affective Bonds	Intervenção curta de vídeo-feedback para cuidadores de crianças, promove a parentalidade positiva, a disciplina sensível e a vinculação pais-filhos. Local: Lisboa	ISPA – Instituto Universitário
Famílias positivas, crianças saudáveis	Incorporação do Triplo P (STP), uma intervenção intensiva adequada às famílias expostas a fatores de vulnerabilidade, por profissionais em serviços de apoio familiar na comunidade, com pais de crianças. Local: Porto, Bragança	Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (Universidade do Porto)
Circle of Security	Aplicação de um modelo de prevenção universal que introduz e promove a segurança nas estruturas de vinculação entre as famílias. Local: Lisboa	Núcleo de Estudos Pediátricos do Hospital D. Estefânia
Music and Motherhood	Intervenção artística para mães com depressão pós-parto, lideradas por profissionais de canto, com o objetivo de promover o bem-estar mental das mães e fortalecer os laços familiares. Local: Lisboa, Loures, Odivelas	Escola Nacional de Saúde Pública
Diálogos com pais	Capacitação parental, baseada no Modelo Touchpoints, com crianças até aos 6 anos em situação de risco ou com dificuldades cognitivas. Local: Coimbra, Aveiro	Fundação Brazelton Gomes-Pedro

III. Adversidades na Infância

Galerias Comunitárias – arte e crianças em ação	Ateliers artísticos e acompanhamento psicológico para promover o desenvolvimento socioemocional de crianças em bairros sociais. Local: Porto	Espaço T
Roteiros DROPI – saúde mental e interioridade	Promover o bem-estar e saúde mental das crianças e comunidades, utilizando práticas artísticas de dança. Local: Vale de Cambra	Associação Unificar
Sons que abraçam	Atividades musicais para estimular a cognição, o foco, a regulação emocional e a criatividade da criança. Local: Sines	Escolas das Artes do Alentejo Litoral
Connect: Green and Blue Social Prescribing for Children and Families	Melhorar a saúde mental e física de crianças em risco, ligando-as a ambientes naturais e aquáticos, promovendo vínculos sociais através de Prescrição Social. Local: Cascais, Oeiras, Almada, Lisboa	Escola Nacional de Saúde Pública

Como vamos alcançar o impacto?

— Promover novos projetos com elevado potencial

A iniciativa *Growing Minds* visa capacitar projetos inovadores e baseados em evidências que promovem o desenvolvimento infantil e a saúde mental. Este suporte inclui uma combinação de financiamento, formação, orientação técnica e outros recursos que assegurem aos beneficiários as ferramentas necessárias para maximizar o impacto das suas intervenções. Os projetos recebem formação em áreas como gestão de projetos, monitorização e avaliação. Além disso, especialistas oferecem assistência técnica personalizada, ajudando na conceção, implementação, avaliação e melhoria contínua das iniciativas. Para fomentar a colaboração e a partilha de conhecimentos, os projetos financiados são integrados numa comunidade ativa de práticas, onde podem partilhar experiências e trabalhar em conjunto para enfrentar desafios comuns. A Fundação também promove eventos e conferências para facilitar o intercâmbio de ideias e a expansão de oportunidades de colaboração e divulgação do impacto.

— Ciência de melhoria e trabalho colaborativo de implementação

Esta abordagem combina conhecimentos especializados com ferramentas de melhoria, promovendo ciclos rápidos de teste e inovação para identificar mudanças eficazes em diversos contextos para expansão dos projetos que demonstrem evidência robusta e potencial de implementação em grande escala. O Modelo de Melhoria faz três perguntas — O que estamos a tentar alcançar? Como saberemos se uma mudança é uma melhoria? Que mudanças podem ser feitas que resultem em melhorias? — e, em seguida, implementa ciclos rápidos de mudança. O objetivo é aprender continuamente e ampliar as mudanças que demonstram melhorias significativas, garantindo a adoção sustentável das práticas bem-sucedidas. Este processo multidisciplinar é essencial para transformar projetos piloto em iniciativas de grande escala.

— Ciências comportamentais, ambientes propícios a escolhas

A aplicação de princípios da ciência comportamental tem como propósito aumentar a efetividade dos projetos e incentivar comportamentos desejados através da otimização do recrutamento, adesão, manutenção, usabilidade de plataformas e comunicação. As técnicas aplicadas incluem o uso de incentivos, feedback contínuo, simplificação de processos e personalização de mensagens, promovendo maior envolvimento e retenção. O objetivo é criar um ambiente que facilite o acesso e a adesão aos programas, assegurando que os participantes permanecem envolvidos e que os projetos alcancem os resultados desejados.



— Investigação, suporte em evidência e translação de conhecimento

Esta colaboração envolve a utilização de evidências científicas para guiar o desenho e a implementação das atividades artísticas, garantindo que sejam não apenas culturalmente relevantes, mas também eficazes na promoção do bem-estar mental. A parceria com a University College London visa alinhar as ações artísticas dos projetos com os resultados de saúde desejados. Técnicas como a arte-terapia, a música, o teatro e outras formas de expressão criativa são adaptadas para atender às necessidades específicas das crianças e das suas famílias, potencializando os efeitos preventivos e de reabilitação, assegurando que as iniciativas artísticas não só enriquecem a experiência dos participantes, mas também contribuem para melhorias significativas na saúde mental. Ao promover um ambiente onde a arte e a ciência se complementam, esta parceria maximiza o impacto positivo dos projetos, proporcionando às crianças uma ferramenta poderosa para o desenvolvimento emocional e psicológico saudável.

Como vamos medir o impacto?

A avaliação económica permite demonstrar a relação custo-eficácia e o retorno de investimento, para garantir que os recursos disponíveis são utilizados de forma eficiente, oferecendo os melhores resultados de saúde com o menor custo.

Esta avaliação envolve a identificação, medição e valorização dos recursos necessários para a implementação dos programas, bem como a análise dos resultados de saúde em termos de qualidade de vida. Esta abordagem, da autoria da Universidade de Uppsala, permite comparar o custo adicional de uma intervenção com os benefícios de saúde adicionais que proporciona. Além disso, considera-se a perspetiva tanto do prestador de cuidados como da sociedade em geral, avaliando não só os custos diretos em saúde, mas também impactos em áreas como a segurança social, a educação e o trabalho. A avaliação económica é crucial para assegurar que as intervenções são capazes de transformar as políticas públicas e garantir a adoção e implementação dos programas pela sociedade e pelos decisores.



A Fundação Calouste Gulbenkian contribui para o desenvolvimento de pessoas e organizações, através da arte, da ciência, da educação e da beneficência, para uma sociedade mais equitativa e sustentável. Promove um maior acesso à cultura e ao poder transformacional da arte no desenvolvimento das pessoas e das sociedades e procura reduzir desigualdades no acesso à educação e aos cuidados dos mais vulneráveis. Promove o conhecimento, a investigação científica e uma maior participação e envolvimento dos cidadãos e da sociedade civil na construção de comunidades mais sustentáveis.

Administração

Cristina Casalinho

Programa Equidade

Luis Jerónimo (Diretor)

Bruno Macedo

Patrícia Fernandes

Comunicação

Elisabete Caramelo (Diretora)

Luís Proença (Diretor-Adjunto)

Inês Rapazote

Marketing

Nuno Prego (Diretor)

Susana Prudêncio (Diretora-Adjunta)

Ana Lopes

Ilustração

Mariana Rio

Design Gráfico

Andreia Constantino



Parceiros



saúde mental infantil

