

SÉRIE **SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO
PSICOSSOCIAL EM DESASTRES**

ADOLESCENTES

FEVEREIRO DE 2026



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



O presente material aborda recomendações emergenciais para organização de estratégias de cuidado em saúde mental e atenção psicossocial a adolescentes no contexto de desastres, considerando a fase de resposta a eventos extremos.

A adolescência se caracteriza pelo processo de elaboração das transformações pessoais e da forma como o sujeito passa a ser visto socialmente. A vivência de um desastre traz desafios adicionais a esse período, que de antemão é marcado por intensas mudanças.

O apoio e a disponibilidade de recursos necessários ao bem-estar do adolescente influenciam a forma como ele responde a um evento extremo, associando-se a repercussões psicossociais em curto, médio e longo prazo.

Os adolescentes dependem do entorno para garantir cuidados e proteção integral, o que inclui tanto a rede de apoio (familiar e comunitária), quanto a rede de proteção social (dispositivos institucionais). Nesse sentido, para oferta de cuidados específicos a adolescentes no contexto de desastres, é importante considerar:



Desastres podem acarretar a experiência de múltiplas perdas (entes queridos, animais de estimação, rotinas, relacionamentos, moradia, objetos pessoais, espaços comunitários, cidades, projetos de vida, sonhos), o que desestabiliza o senso de pertencimento, segurança e cuidado;



Os adultos de referência podem estar sobrecarregados e, também, precisando de apoio para lidar com o evento extremo e suas repercussões.



O período permeado por incertezas e transformações, característico da adolescência, pode potencializar o impacto dessas perdas e o grau de vulnerabilização associado ao desastre, incluindo o maior risco de exposição do adolescente às violações de direitos;

Desastres rompem a vida cotidiana, desestabilizando aquilo que é familiar para o adolescente.

REAÇÕES EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS

A forma como os adolescentes reagem ao contexto que se impõem durante e após um evento extremo varia de acordo com:

- Condições preexistentes e nível de demanda de apoios para a vida (ex.: adolescentes com deficiência ou aqueles vulnerabilizados por qualquer outra condição);
- Modo como familiares ou responsáveis legais e outras pessoas significativas acolhem e interagem com os adolescentes (ex.: incluem ou excluem, apoiam ou desamparam, compartilham ou não suas experiências) e, também, como se relacionam entre si em situações de crise (ex.: os adultos de referência demonstram cooperatividade ou, por outro lado, adotam estratégias destrutivas para lidar com conflitos);
- Amparo que os adolescentes e as famílias recebem da rede de proteção social.

São reações comuns em desastres:

-  Raiva e agressividade
-  Apatia e isolamento
-  Angústia e tristeza
-  Sentimento de culpa
-  Vergonha
-  Rejeição às regras estabelecidas
-  Desesperança em relação ao presente e ao futuro
-  Alterações no sono
-  Alterações no apetite

Para saber mais sobre as reações de adolescentes especificamente frente a perdas e lutos decorrentes de eventos extremos, acesse a cartilha **Perdas e Lutos – Crianças e Adolescentes**, da Série Saúde Mental e Atenção Psicossocial em Desastres

Sinais de **Alerta** no cuidado a adolescentes:



Exacerbação dos sintomas psíquicos naqueles adolescentes com demandas de saúde mental preexistentes;



Indícios ou ocorrência de autolesão, violência autoprovocada ou comportamentos de risco;



Uso abusivo de álcool, maconha ou demais substâncias psicoativas, desde o início do desastre;



Envolvimento em diferentes tipos de transgressões ou violências contra pessoas no seu entorno.

A possibilidade de que se estabeleça um processo saudável de reação aos impactos causados pelo desastre vai depender do grau de suporte proveniente do contexto (família, amigos, comunidade e rede de proteção social), bem como dos recursos próprios dos adolescentes.

RECOMENDAÇÕES PARA A ATENÇÃO PSICOSSOCIAL A ADOLESCENTES NO CONTEXTO DE DESASTRES

- **Se o adolescente desejar compartilhar, escute e valide** as reflexões e os sentimentos trazidos, sejam quais forem, sem julgamentos, dedicando-lhe tempo e atenção;
- **Permita que o adolescente expresse a sua vulnerabilidade** (nessa perspectiva, são contraindicadas falas como “você deve ser forte”, “você deve ser corajoso”, “você precisa cuidar dos outros”);
- **Ajude o adolescente a identificar seus recursos de apoio**, como pessoas de referência e dispositivos institucionais que possam auxiliá-lo frente à situação;
- **Incentive a organização de oportunidades e espaços** para que o adolescente viva o pesar, de forma individual e coletiva;
- **Incentive o adolescente a compartilhar com pessoas de referência** a sua experiência afetiva frente ao desastre, disponibilizando

apoio para tal (ex.: propondo conversas em que ele possa endereçar suas perguntas, dúvidas e inquietações);

- **Pergunte sobre gostos e interesses** do adolescente, incentivando-o a buscar aquilo que lhe traz satisfação (ex.: música, trabalhos manuais, dança, etc.);
- **Permita espaço para o silêncio**;
- **Dê a oportunidade para o adolescente se engajar nas atividades comunitárias de recuperação do entorno**, acompanhando-o sempre que necessário na busca por maneiras seguras para contribuir nas ações relativas ao desastre;
- **Forneça informações** fidedignas e explique com clareza o que está acontecendo;
- **Não minta** ou crie falsas expectativas sobre as dificuldades que estão sendo vivenciadas;

- Assim que possível, **auxilie na retomada da rotina** do adolescente;
- **Em caso de violência é importante ouvir sem julgamento, com empatia e não forçar o adolescente a falar.** Os primeiros cuidados psicológicos podem ser aplicados. Em situações em que os direitos são violados é importante demandar ao Conselho Tutelar ou aos profissionais do Disque 100
- os encaminhamentos de proteção e cuidado disponíveis.
- **Em adolescentes que apresentam insônia ou reações agudas de estresse não é recomendado o uso de benzodiazepínicos,** dentre outros aspectos, pelos efeitos que essas substâncias produzem sobre a capacidade de fixar ou não as memórias ligadas aos eventos traumáticos.

É importante que haja o fortalecimento de espaços que ofereçam a sensação de segurança, rotina e continuidade para os adolescentes, incluindo a reativação da escola tão logo quanto possível.

A estabilidade emocional dos adolescentes, em parte, depende da estabilidade do seu entorno, o que inclui as instituições de pertencimento, bem como os familiares ou responsáveis legais, os quais também devem ser amparados pela rede de apoio e pela rede de proteção social.

Para adolescentes e famílias em abrigos provisórios, a articulação intersetorial se torna ainda mais urgente. Nesses casos, deve-se buscar estratégias para minimizar as implicações da perda da privacidade da vida doméstica, com atenção também às diferentes formas de violência que podem ocorrer em tais espaços (ex.: autoprovocada, interpessoal e coletiva).

A **polivitimização** (fenômeno em que uma mesma pessoa sofre diversos tipos de violências) **ou a exposição à violência** física, psicológica e/ou sexual **tende a aumentar** no contexto de desastres.

Nos abrigos provisórios, a supervisão de cuidadores adultos é fundamental para evitar violência entre pares, violência familiar e/ou violência cometida por outros adultos estranhos ou não ao adolescente.



Qualquer suspeita, entre em contato com a rede de proteção e cuidado do seu município.

USO DE INTERNET E REDES SOCIAIS

Além de vivenciarem o desastre, os adolescentes também podem ser afetados pela exposição ao evento extremo por meio da cobertura da mídia ou de outras fontes de notícias disponíveis via Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs). Portanto, se por um lado é difícil ter plena consciência do que está acontecendo ao redor, por outro, corre-se o **risco de superexposição às informações**, tanto verdadeiras quanto falsas, o que é facilitado pela internet e pelas redes sociais. Esse fenômeno pode intensificar algumas respostas psicológicas.

Assim, se o adolescente tiver acesso às TICs, é fundamental criar condições para conversar com ele acerca das informações que tem consumido e os efeitos que essas informações podem produzir sobre ele. Depois de escutá-lo, é importante orientá-lo a não se expor a conteúdos midiáticos e notícias em excesso, bem como a checar a fonte das informações.

OUTROS TÍTULOS DA SÉRIE SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL EM DESASTRES



E MAIS: **SÉRIE DE VÍDEOS EMERGÊNCIAS EM FOCO**

ACESSE EM:

[BIT.LY/SAUDEMENTALDESASTRES](https://bit.ly/saudementaldesastres)

SÉRIE SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL EM DESASTRES

VOLUME 6 | 1ª ED. | FEVEREIRO DE 2026

ORGANIZAÇÃO

Adriana Cogo, Beatriz Schmidt, Debora Noal, Fernanda Serpeloni,
Ilana Katz, Lauro Miranda Demenech, Ricardo Lugon Arantes,
Simone dos Santos Paludo, Tyele Goulart Peres

COORDENAÇÃO DE PRODUÇÃO

Gabriel Galli (DEMSP/SVSA/MS)

PROJETO GRÁFICO

Erick Andrade (DEMSP/SVSA/MS)

DIAGRAMAÇÃO

Luiza Tedesque (DEMSP/SVSA/MS)



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



DO LADO DO POVO BRASILEIRO