



Bons Começos

Uma Estratégia de Saúde Mental Infantil para a Área Sul: 2026 a 2030

O quê?

Esta Estratégia consiste num compromisso de organizações estatutárias, voluntárias e comunitárias para promover a saúde mental infantil positiva, desde o período pré-natal até aos três anos de idade.

Porquê?

“Ter, pelo menos, uma relação amorosa, sensível e responsiva com um(a) cuidador(a) adulto(a) ensina o bebé a acreditar que o mundo é um lugar positivo e reduz o risco de o bebé encarar problemas negativos posteriormente.”

(The 1001 Critical Days, 2013)

Como?

Esta Estratégia consiste no seguinte:

Evidência e Política: todas as nossas ações serão tomadas com base em pesquisa atualizada.

Formação dos Funcionários: as pessoas a trabalhar com as crianças e famílias terão consciência da importância da saúde mental infantil e do melhor modo de apoiar as famílias.

Desenvolvimento dos Serviços: serão disponibilizados serviços apropriados às famílias nas alturas certas.

Para mais informações, contacte-nos por e-mail:

Corporate.HQ@southerntrust.hscni.net

Consulte o texto integral da Estratégia:

<https://southerntrust.hscni.net/service/southern-area-infant-mental-health-strategy/>

Publicado em novembro de 2025

Visão

Que **todas** as crianças possam começar a vida do melhor modo possível através da prioridade e apoio do desenvolvimento do bem-estar positivo, social e emocional.

Objetivos

- Que as crianças comecem a vida do melhor modo e o bem-estar dos pais/cuidadores é fundamental para este aspeto.
- Que os pais e as pessoas a trabalhar com famílias na área sul reconheçam a importância da saúde mental infantil e de como responder do modo ideal às necessidades das jovens crianças.
- Que os pais tenham informação, se sintam capazes de fazer perguntas e que possam aplicar os conselhos parentais que lhes sejam disponibilizados para apoiar o desenvolvimento do(a) seu(sua) filho(a).
- Que os futuros pais e outros familiares conheçam a importância do desenvolvimento do cérebro do bebé e dos cuidados afetivos e responsivos.



“A saúde mental infantil é da responsabilidade de todos”