



Com um modelo inédito de parceria, ONG realiza um programa online para ajudar quem sofre com transtornos da mente

Há quatro anos, Ana Maria Saad, 33 anos, fundava a ONG com título de OSCIP Instituto Pensamentos Filmados, um projeto inspirado pela experiência de uma vida inteira sofrendo com transtornos graves da mente, como depressão, bipolaridade, transtornos alimentares e fobia social. Com um histórico de duas tentativas de suicídio e mais de 10 anos experimentando tratamentos para essas doenças ditas incuráveis pela medicina convencional, Ana Maria Saad encontrou nos preceitos da Medicina Integrativa e do Yoga a chave para a sua cura.

E para compartilhar todo esse conhecimento sobre os transtornos da mente que quase tiraram a sua vida, Ana vem realizando através da ONG Pensamentos Filmados uma série de trabalhos em vídeo para auxiliar as pessoas que passam pelo mesmo sofrimento que ela passou. A dificuldade para encontrar empresas interessadas em patrocinar este trabalho levou a uma solução inovadora de parceria: e se as próprias pessoas que se beneficiam com o nosso conteúdo gerassem a rentabilização da ONG, numa troca justa e sustentável? Assim surgiu o 1º Congresso online de Medicina Integrativa na Saúde da Mente e o Programa de Disciplina, realizado através de parcerias com profissionais de diversas áreas da saúde e de pessoas que passaram por casos graves de transtornos mentais que compartilham sua experiência em uma série de palestras, entrevistas e videoaulas.

Graças a toda a bagagem acumulada nesses anos, Ana Maria sabe que a verdadeira cura não está numa pílula milagrosa, mas sim é fruto de muita disciplina, trabalho interior, combinação de diversos tratamentos e principalmente de mudança no estilo de vida. E justamente por ser esta a parte mais difícil, ela elaborou um Programa de Disciplina de três meses para ser vendido juntamente com o Congresso, reunindo uma comunidade online de pessoas que querem ganhar saúde, aonde elas possam estabelecer uma rotina diária para auxiliar na mudança de hábitos, compartilhar experiências de tratamentos e se ajudarem mutuamente, tudo acompanhado pelos profissionais da ONG.

O grande diferencial do material produzido pelo Instituto Pensamentos Filmados é a mudança de paradigma que tem trazido para a saúde mental, em que o foco não é remoer a doença, mas sim olhar para o ser humano que existe por trás deste rótulo e os diversos caminhos terapêuticos e de autoconhecimento existentes para a cura, não restringindo o tratamento aos medicamentos convencionais. “Não queremos apenas ajudar as pessoas a sobreviverem, mas sim mostrar que é possível ter uma vida leve e plena consigo mesmo, e que elas mesmas podem contribuir com a continuidade deste trabalho ao mesmo tempo em que se transformam de dentro pra fora”, diz Ana Maria Saad, fundadora da ONG.

Próximas Edições

Para a 1ª edição do Congresso participaram 13 profissionais de diversas especialidades médicas, além de psicólogos e terapeutas que compartilham sua experiência de vida e profissional. Este material foi exibido gratuitamente para 1800 inscritos durante os dias 15 a 20 de dezembro de 2014 no site do projeto, período no qual foram abertas as vendas para acesso vitalício ao Congresso e à primeira turma do Programa de Disciplina, com início no dia 20 de janeiro deste ano. Também foram





distribuídas 40 bolsas do Programa de Disciplina para pessoas de baixa renda.

Durante os dias 28, 29 e 30 de janeiro a ONG irá reabrir as vendas desta 1ª edição, com uma série de bônus para quem adquirir o material durante esses dias, e já planeja a 2ª e 3ª edição do Congresso para 2015, com novos profissionais entrevistados.

Durante todo o ano de 2014, Ana Maria Saad realizou quase 40 vídeos em que compartilha informações valiosas que ajudaram-na em seu processo de cura, e todos eles estão disponíveis no canal da **[Pensamentos Filmados no Youtube](#)**, na série "Saúde da Mente".

Para conhecer os entrevistados do 1º Congresso online de Medicina Integrativa na Saúde da Mente e participar das próximas exposições, acesse **www.anamariasaad.com.br**

Se você quiser conhecer outros trabalhos do Instituto Pensamentos Filmados, acesse o site oficial da ONG **www.pensamentosfilmados.com.br**

E o que é Medicina Integrativa?

Organizada como um movimento nas universidades americanas na década de 1970, a MI consiste em um **novo paradigma** que visa ampliar o conceito de cura, no qual **o foco está na saúde e não na doença**. Dentro desta abordagem, a relação médico-paciente se altera uma vez que o ser humano é o centro do cuidado, e não a doença, sendo ele o principal responsável por seu processo de cura.

Por sua vez, o conceito de saúde amplia-se à medida que o paciente é visto como um ser integral, no qual corpo, mente e espírito, todos juntos, interferem para gerar um indivíduo sadio ou doente. Assim, a cura deixa de ser entendida apenas como ausência de doença para ser vista como o restabelecimento do bem-estar físico, mental e social - definição, aliás, da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Como o foco está no bem-estar do paciente, o tratamento engloba todos os tipos de terapias comprovadas cientificamente, sejam elas oriundas da medicina tradicional, convencional ou alternativa, sempre lembrando que o objetivo não é apenas integrar técnicas, mas sim integrar o ser humano: corpo, mente e espírito em harmonia.

No Brasil, em maio de 2006, uma portaria do Ministério da Saúde criou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, normatizando a oferta de tratamentos complementares no Sistema Único de Saúde (SUS). Pela norma, passaram a ser oferecidos acupuntura, homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia e termalismo. Hospitais renomados como Sírio Libanês e Albert Einstein já possuem departamentos de Medicina Integrativa (MI) na área de oncologia, no entanto, na área da saúde mental o foco continua a ser no tratamento medicamentoso com psicotrópicos químicos e pouquíssimo se fala sobre os preceitos da Medicina Integrativa.

A Ong Pensamentos Filmados é pioneira em trazer este modelo de saúde integral para a abordagem e tratamento das doenças da mente. A experiência de vida de sua fundadora, o surgimento de pesquisas recentes indo na contra-mão desta concepção vigente de que o adoecimento mental está ligado puramente a aspectos orgânicos, além do acompanhamento de diversas histórias que chegam





até a ONG de pessoas que só se curaram após ampliarem os conceitos de cura e doença reforçam a importância dessa mudança de paradigma na saúde mental.

Os profissionais ligados ao Instituto Pensamentos Filmados acreditam e praticam essa abordagem de saúde, que instrumentaliza o ser humano para despertar sua capacidade inata de cura, disseminando o conhecimento de que a cura efetiva vem de dentro para fora.

Depoimentos 1ª Edição:

“Obrigada, Ana, por sua atenção e carinho. É a minha vida que você está salvando!”

“Linda e inesquecível a palestra da Marília Coutinho! Aprendi muito! Gratidão gigante!”

“É muito motivador assistir pessoas como nós e acreditar mais uma vez que é possível!”

“Estou gostando muito do congresso, fiquei muito feliz por você ter tido essa iniciativa de querer ajudar as pessoas que tem algum transtorno da mente. Os depoimentos e as explicações a respeito da mente e dos pensamentos estão me ajudando bastante. Muito Obrigada”.

“Agradeço demais pela oportunidade deste congresso maravilhoso. Foi muita energia boa reunida, com palestrantes que nos fizeram refletir, repassar conhecimentos, vivências, mas sobretudo, a mensagem que fica é de esperança. Parabéns Ana, Mariana Bottan, Geison Luz, todos do Pensamentos Filmados e todos os que permitiram a realização de congresso.”

“Que linda flor-de-lótus nasceu de toda aquela água lodosa de dor que você passou, não é mesmo Aninha? Eu aqui no RJ estou inebriada do perfume que ela exalou esses dias e quantos outros ainda mais distantes não sentem também esse novo frescor de esperança que já se propaga. Já estou no aguardo do próximo! Se Deus quiser, vou conseguir adquirir o Congresso! Gratidão infinita!”

“Nunca chorei tanto assistindo um vídeo... Como me identifiquei com essa luz de superação chamada Olga Melo. Não dá pra escrever mais porque as lágrimas correm... Grata! Grata! Grata!”

