

# Guia do Aluno

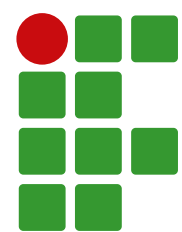
# Saúde e Cidadania

---

Conhecendo a rede de atenção em saúde mental · Parte 1 ·



**Coordenação de  
Qualidade de Vida  
do Discente**



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Fluminense

Campus  
Cabo Frio



Queridos Alunos e Alunas,

a Coordenação de Qualidade de Vida do Discente está preparando uma série de textos informativos para contar a vocês um pouco mais sobre o que podemos fazer para promover a nossa saúde e fortalecer a nossa cidadania. Este projeto se chama Guia do Aluno – Saúde e Cidadania.







Hoje, vocês têm acesso à primeira seção deste trabalho, ao qual demos o título de “Conhecendo a rede de atenção em saúde mental”. Aqui falaremos um pouco sobre como buscar um serviço especializado, quando percebemos que não estamos bem

Esperamos que vocês gostem destas informações.

Boa leitura!

Equipe CQVD



O sofrimento e o adoecimento psíquico podem atingir a qualquer pessoa.



# Assistência em Saúde Mental, uma política pública

Promover saúde é uma tarefa complexa: requer muito planejamento, uma diversidade de atores e uma pluralidade de ações que se integrem em políticas sólidas, que sejam capazes de cuidar de todos nós. Lembremos: não é possível promover saúde sem contemplar o ser humano de maneira integral, considerando seu bem-estar físico, psíquico e também o bem-estar social, isto é, o bem-estar de toda a nossa comunidade.

Um dos mitos ligados à promoção de saúde mental é a ideia de que, uma vez adoecidos e necessitando de cuidados clínicos, o tratamento especializado é caro e inacessível. Esse pensamento geralmente tem a ver com uma ideia ainda mais perversa: sofrimento e adoecimento psíquico seriam coisa de quem tem tempo e/ou dinheiro sobrando.

Bom, é claro que nada disso é verdade. O sofrimento e o adoecimento psíquico podem atingir a qualquer um. E é por isso que a preocupação com a saúde mental de todos precisa ser uma política pública; e, no caso, é, né? Ela está no SUS – Sistema Único de Saúde - como a Política Nacional de Saúde Mental.

No bojo dessa política, nós queríamos contar para vocês um pouco sobre a Rede de Atenção Psicossocial que vai articular atores e serviços de atenção à saúde entre outros exatamente nas localidades (ou territórios) onde cada um de nós necessita. Assim, ela tem como fim a integralidade da assistência em saúde que, a gente sabe, é complexa e depende por muitas vezes de ações junto à Assistência Social, à Educação, etc...





Por isso, se você ou alguém que conhece está precisando de ajuda para cuidar de sua saúde mental, você pode buscar uma **UBS – Unidade Básica de Saúde** – na região da sua casa; há ainda os Serviços de Ambulatórios e os **CAPS. Os CAPS – Centro de Atenção Psicossocial** – são pontos de atenção estratégicos da **RAPS – Rede de Atenção Psicossocial** – e atendem a pessoas com transtornos mentais graves e persistentes, inclusive pelo uso de substâncias psicoativas. Em algumas localidades com maior número de habitantes, temos modalidades específicas como o **CAPS AD (Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas)** e o **CAPSi (Centro de Atenção Psicossocial Infantil)**.







Em emergências, você pode contar com Hospitais e **UPAs – Unidades de Pronto Atendimento**, preferencialmente aqueles que contam com emergências psiquiátricas. Ah! É possível acionar o **SAMU** também para emergências. Disque 192.

O **CVV – Centro de Valorização da Vida** –, por fim, oferece um serviço excelente de acolhimento por telefone ou chat, é gratuito e funciona 24h por dia, no Disque 188 ou no site.

Saiba mais sobre a rede junto às prefeituras dos seus municípios e amplie essa corrente de aumentar o acesso à saúde mental com informação. E lembremos que o **SUS – Sistema Único de Saúde** – fornece cuidado integral, inclusivo e democrático.

Acessem a lista que a Coordenação de Qualidade de Vida do Discente preparou para vocês com todas as informações para buscar ajuda pelo SUS.





Acesse a lista que a

## **Coordenação de Qualidade de Vida Discente**

preparou para vocês com todas as informações para  
buscar ajuda pelo SUS



# Rede de Atenção à Saúde Mental

Município: **Cabo Frio**

· Rede Pública de Saúde ·

Para Adultos (acima de 18 anos) | Marcação no local | Levar documento de identidade, comprovante de residência e cartão do SUS.

## Atendimento Ambulatorial

**1.** Posto de Assistência Médica São Cristóvão – PAM São Cristóvão

End: Rua Fagundes Varela, nº 1 - São Cristóvão

tel: 2646-2517

**2.** Ambulatório Unidade Mista de Saúde Jardim Esperança (Hospital Jardim Esperança)

End: Estrada Velha de Búzios, nº s/nº - Jardim Esperança

(22) 2629-9257

**3.** Posto de Saúde Dr. Paulo Silva (Unamar)

End: Rod Amaral Peixoto Km 142, nº s/nº - Unamar

(22) 2645-2626

**4.** Posto de Saúde Watson Tavares Filho (Santo Antônio)

End: Averbida Beira Mar, nº s/nº - Santo Antônio

(22) 2630-1236



## Atendimentos Graves/Crônicos

11 de 17

### 1. Centro de Atenção Psicossocial II

End: Rua General Alfredo B.G. Martins, s/n, Braga.

Tel: 2647-6939

## Atendimento Específico

(Atenção a pessoas com transtornos mentais devido a uso abusivo de substâncias psicoativas)

### 1. Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas

End: Rua José Paes de Abreu, nº 510 - Vila Nova

Tel: 2645-1920

## Para Crianças e Adolescentes (até 18 anos completos)

Marcação no local | Ir acompanhada/o de responsável maior de 18 anos

Levar documento de identidade, comprovante de residência e cartão do SUS da criança/adolescente | Levar documento de identidade da/o responsável

## Atendimento Ambulatorial

### 1. Centro Saúde Oswald Cruz (Ambulatório Infância e Adolescência)

End: Rua Florisbela Rosa da Penha, nº s/nº - Braga

(22) 2643-1038

## Atendimentos Graves/Crônicos

12 de 17

1. Centro de Atenção Psicossocial Infantil  
End: Travessa Vereador Carriço, 93 - Portinho

## Emergência Psiquiátrica

1. Hospital Central de Emergência (HCE)  
Rua Governador Valadares, nº 22 - São Cristóvão  
(22) 2645-4391

2. SAMU  
Telefone: 192

Informações sobre outras unidades de atendimento público em saúde deste município no endereço: <https://saude.cabofrio.rj.gov.br/unidadesaude.php>

## Rede filantrópica (gratuita) ou social (baixo custo)

1. Centro Espírita Trabalhadores de Jesus  
Atendimento psicológico gratuito sem inclinação religiosa  
Endereço: Av. Teixeira e Souza, nº 448 – Centro  
Tel. (22) 2645-4468



**2. Matriz Auxiliar da Igreja Nossa Senhora da Assunção**  
Atendimento psicológico gratuito sem inclinação religiosa  
Rua Treze de Novembro, 96  
Tel (22) 2643-0082

**3. Serviço de Psicologia Aplicada da Universidade Veiga de Almeida**  
Atendimento a baixo custo (de R\$5 a R\$ 25) realizado por estagiários de psicologia com supervisão de professores.  
Buscar o serviço para se inscrever na lista de espera.  
Atendimento: De segunda a sexta, das 8h às 21h  
Endereço: Estrada Perynas, s/n. | Telefone: (22) 2640-1637

**4. Clínica Social – Fórum do Campo Lacaniano Região dos Lagos**  
Atendimento a baixo custo realizado por graduados cursando a formação clínica com supervisão de profissionais psicanalistas  
Contatos pelo telefone: Daniela Velloso

Município: **Armação dos Búzios**

· Rede Pública de Saúde ·

Para Adultos (acima de 18 anos) e para Crianças e Adolescentes (até 18 anos completos)

## Atendimento Ambulatorial

**1. Policlínica Municipal Dr. Carlos Ernesto Stevenson**  
R. dos Búzios, 2 - Altos de Búzios, Búzios

## Atendimentos Graves/Crônicos

14 de 17

### 1. Centro de Atenção Psicossocial

Atendimento: manhã, tarde e noite

Endereço: Estrada Cabo Frio-Búzios, 58 - São José, Armação dos Búzios

Telefone: (22) 2623-5687

Município: **São Pedro da Aldeia**

· Rede Pública de Saúde ·

Para Adultos (acima de 18 anos)

## Atendimentos Graves/Crônicos

### 1. Centro de Atenção Psicossocial

Endereço: Rua Waldir Lobo, s/nº – Morro dos Milagres (ao lado do Pronto-Socorro). Funcionamento: de segunda a sexta-feira, das 8h às 16h.

Para Crianças e Adolescentes (até 18 anos completos)

## Atendimentos Graves/Crônicos

### 1. Centro de Atenção Psicossocial Infantil

Endereço: Rua São Pedro, nº 36 – Estação.

Funcionamento: de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 17h.



### 1. Núcleo de Atendimento à Violência Intrafamiliar (NAVI)

O NAVI atende e acompanha pacientes vítimas de abuso intrafamiliar, que consiste em qualquer tipo de relação de abuso praticado no contexto privado da família que prejudique o bem-estar, a integridade física, psicológica ou a liberdade e o direito ao pleno desenvolvimento.

Informações sobre outras unidades de atendimento público em saúde deste município no endereço: <https://pmspa.rj.gov.br/unidades-saude/>

Município: **Iguaba Grande**

· Rede Pública de Saúde ·

Para Adultos (acima de 18 anos)

## Atendimento Ambulatorial

Antes de procurar o ambulatório, você deve buscar a Unidade Básica de Saúde mais perto da sua residência (Posto, PSF, Clínica da Família) e marcar uma consulta para avaliação e, caso necessário, encaminhamento para o atendimento ambulatorial.

### 1. Ambulatório Ampliado

End: Rua Nossa Senhora de Fátima, s/n.

Func. 2° a 6° das 8:00 as 17:00

## Atendimentos Graves/Crônicos

16 de 17

1. Centro de Atenção Psicossocial (CAPS)  
Rua Nossa Senhora de Fátima, s/n, Centro - Iguaba Grande.

Município: **Arraial do Cabo**

· Rede Pública de Saúde ·

Para Adultos (acima de 18 anos) e para Crianças e Adolescentes (até 18 anos completos)

## Atendimento Ambulatorial

Antes de procurar o ambulatório, você deve buscar a Unidade Básica de Saúde mais perto da sua residência (Posto, PSF, Clínica da Família) e marcar uma consulta para avaliação e, caso necessário, encaminhamento para o atendimento ambulatorial.

1. Policlínica Municipal de Arraial do Cabo  
Av. Getúlio Vargas, s/n

## Atendimentos Graves/Crônicos

1. Centro de Atenção Psicossocial Nise da Silveira (CAPS)  
Rua Fernando Lee, nº8



## Rede filantrópica (gratuita) ou social (baixo custo)

### 1. Igreja Metodista

End: Rua Bernardino Vianna, 180, Praia Grande - Arraial do Cabo.

---

Conhece outros serviços gratuitos?

Conta para gente!

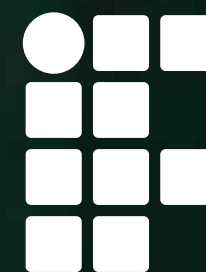
Vamos ampliar esta rede de informações!

Tem outras dúvidas, críticas ou sugestões?

Escreva-nos!

Contatos pelo email: [cqvcf.cabofrio@iff.edu.br](mailto:cqvcf.cabofrio@iff.edu.br)

*Cuide bem de você.*



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Fluminense

---

Campus  
Cabo Frio