

4° SIMPÓSIO Instituto Primordial

Infância em Transformação: Desafios Comportamentais, Emocionais e Éticos

No dia 23 de agosto, mais de 200 participantes se reuniram para o **4° Simpósio do Instituto Primordial**, um encontro preparado com muito cuidado e carinho.

Uma Abertura de Emoção e Cuidado

O evento foi aberto de forma emocionante pelos filhos da Dra. Denise Lellis, que trouxeram uma reflexão sobre a importância de se cuidar para poder cuidar do outro.





Em seguida, a Dra. Denise deu as boas-vindas ao público e propôs uma experiência simbólica: dentro do kit entregue na recepção, havia um espelho - lembrança de que o primeiro passo do cuidado é voltar o olhar para si mesmo.



Mas o momento foi logo interrompido pela entrada inesperada do já conhecido personagem **Dr. Jason**, o 'médico "picareta" que, no nosso 3º Simpósio, tentou convencer a plateia do lançamento da fictícia "Água Proteica".

Só que dessa vez levamos a encenação ainda mais longe: até o rótulo da fictícia bebida foi preparado e exposto no foyer, como se fosse um produto real! A performance gerou risadas e, ao mesmo tempo, trouxe uma reflexão importante: o quanto mensagens bem embaladas podem parecer convincentes, mesmo quando carecem totalmente de base científica.





Dra. Malu Petty e Dra. Juliana Bergamo

Refeições em Família: Nutrindo Conexões

As nutricionistas **Malu Petty** e **Juliana Bergamo** mostraram como as refeições em família trazem inúmeros benefícios: melhor padrão alimentar, proteção contra transtornos alimentares, mais saúde mental e até melhor desempenho escolar.

Esse momento não forma apenas hábitos alimentares, mas também memórias, identidade e pertencimento. Elas destacaram ainda que as telas se tornaram um “convidado indesejado”, competindo com a conexão entre pais e filhos. Valorizar a mesa como espaço de vínculo pode transformar a vida familiar e a saúde das crianças.



O momento da refeição ajuda a formar não só hábitos alimentares saudáveis, mas também vínculos e histórias em família.

Dra. Malu Petty e Dra. Juliana Bergamo
Nutricionistas

Dra. Joana Singer

Sofrer Faz Parte? O que Significa Criar sem Traumas

Na sequência, a psicóloga **Joana Singer** trouxe uma reflexão importante: sofrer faz parte da vida e pode ser fundamental para o desenvolvimento de habilidades, desde que diferenciado do trauma. Situações como uma bronca ou desafios cotidianos geram desconforto, mas não necessariamente trauma.

Já eventos como abuso, violência ou bullying com ameaça física podem levar a quadros graves, como o transtorno de estresse pós-traumático.

Ela destacou que o papel dos pais é essencial nesse equilíbrio. Proteger de todo e qualquer sofrimento não é possível, nem desejável. O cuidado deve estar em minimizar riscos de traumas reais e, ao mesmo tempo validar os sentimentos da criança, reconhecendo seus esforços diante dos desafios. A parentalidade autoritativa foi apontada como o estilo que mais favorece o desenvolvimento da resiliência, ajudando crianças a se recompor e crescer a partir das experiências difíceis.



Proteger de todo e qualquer sofrimento não é possível, nem desejável. O cuidado deve estar em minimizar riscos de traumas reais e, ao mesmo tempo validar os sentimentos da criança, reconhecendo seus esforços diante dos desafios.

Dra. Joana Singer
Psicóloga

Dra. Loraine Martins **Parentalidade Autoral: Criando com Valores e Significado**

Logo depois, a psiquiatra **Loraine Martins** abordou a parentalidade no cenário atual, marcado por excesso de informações e opções. Segundo ela, quanto mais acesso temos a conselhos e referências, maior a chance de ficarmos confusos e inseguros. Ela também chamou atenção para o fato de que muitas famílias acabam tentando minimizar todo desconforto, oferecendo demais e transformando a criança em um "rei" no ambiente familiar. Porém, quando se depara com o espaço público, a criança pode se desorganizar justamente por



não ter aprendido a lidar com limites.

Loraine destacou a importância da parentalidade autoral, isto é, não seguir fórmulas prontas ou “scripts” de como educar, mas encontrar uma forma autêntica, conectada à própria história e ao temperamento da criança. Educar envolve aceitar as renúncias, sustentar os “nãos”, lidar com acessos de raiva e aprender no erro. É nesse processo real e imperfeito que se constroem vínculos verdadeiros e se abre espaço para que pais e filhos cresçam juntos.



Criar filhos é ajustar, errar, tentar de novo. É uma história feita na relação.

Dra. Loraine Martins
Psiquiatra

Após as falas de Malu Petty, Juliana Bergamo, Joana Singer e Loraine Martins, tivemos um rico espaço de perguntas e respostas com o público.

A Dra. Denise Lellis abriu esse momento lembrando o quanto a pediatria é poderosa: orientar caminhos de responsividade e autocuidado nos pais não é simples, mas o pediatra tem oportunidades únicas, talvez mais do que qualquer outro profissional, de apoiar as famílias nesse processo. E, para isso, destacou, é fundamental saber ouvir.





O diálogo com as palestrantes aprofundou os temas e mostrou, na prática, como cada família vive de forma singular os desafios que chegam ao consultório, e também ao pronto-socorro. Nesse contexto, os profissionais podem ajudar sem julgamento, validando sentimentos, oferecendo psicoeducação aos pais e trabalhando com expectativas realistas.

Foi um momento que reforçou a importância de olhar para a infância com sensibilidade, escuta e responsabilidade compartilhada.



UMA PAUSA PARA O COFFE-BREAK...



Dra. Daniella Freixo de Faria **Pequenos Grandes Conflitos:** **Agressividade na Infância**

A psicóloga Daniella Freixo de Faria falou sobre como a maternidade e a paternidade são, ao mesmo tempo, os momentos de maior expectativa e maior vulnerabilidade na vida de uma pessoa. Muitas vezes, a resposta natural dos pais a essa vulnerabilidade é buscar controle, tentando evitar que os filhos sofram, impondo ou cedendo em excesso. Essa armadilha pode levar tanto à permissividade quanto ao autoritarismo, afastando pais e filhos da oportunidade de crescer juntos no enfrentamento dos conflitos cotidianos.

Daniella destacou que não se trata de eliminar a dor ou o desconforto da vida das crianças, mas de ajudá-las a lidar com eles de forma saudável. Reconhecer o temperamento de cada filho, oferecer consequências educativas e assumir responsabilidade pelas próprias atitudes como adultos são caminhos que fortalecem vínculos e ensinam na prática sobre respeito, limites e escolhas. Mais do que “consertar a criança”, é o olhar e a atitude do adulto que abrem espaço para o aprendizado e para o desenvolvimento de recursos internos.

Dr. Miguel Boarati **Cérebro Adolescente na Geração Alpha: Peculiaridades** **Comportamentais**

Em seguida, o psiquiatra **Miguel Boarati** apresentou como o desenvolvimento cerebral dos adolescentes da Geração Alpha vem sendo profundamente impactado pelo contexto digital. Ele lembrou que a adolescência se estende até cerca dos 25 anos, fase em que o cérebro ainda está em plena maturação e,



**Quando entendemos
o temperamento,
enxergamos a
criança além do
comportamento.**

Dra. Daniella Freixo De Faria
Psicóloga



O cérebro da Geração Alpha é moldado pela experiência digital, e isso pede presença, limites e afeto dos pais.

Dr. Miguel Boarati
Psiquiatra

portanto, mais vulnerável às influências do ambiente. No caso desta geração, essa influência acontece de forma inédita: a formação cerebral ocorre em meio à presença constante de smartphones, redes sociais e conteúdos digitais, incluindo riscos aos quais os adolescentes estão expostos, muitas vezes sem o conhecimento dos pais.

Miguel ressaltou tanto os desafios quanto os potenciais desse cenário. De um lado, há menos contato presencial e maior prevalência de ansiedade; de outro, nota-se abertura a novas ideias, engajamento em causas globais e preocupação com o futuro do planeta.

Nesse contexto, o papel dos pais é central: acompanhar de perto, estabelecer limites consistentes e oferecer presença afetiva como contrapeso ao mundo digital.

Dra. Bruna Trevisan **Funções Executivas e Saúde Emocional:** **Fortalecendo as Bases na Infância**

Na sequência, a psicóloga **Bruna Trevisan** trouxe o tema das funções executivas como pilares do desenvolvimento infantil. Explicou que essas habilidades, como esperar a vez, reconhecer emoções e adaptar o comportamento quando necessário, começam a se consolidar já na infância. Embora haja forte influência genética, fatores ambientais também desempenham papel central: estresse tóxico e excesso de telas, por exemplo, podem prejudicar o controle inibitório e a regulação emocional. Entre os sinais de alerta, Bruna destacou

birras persistentes, irritabilidade desproporcional e dificuldades nas interações sociais.

Ela enfatizou que o apoio parental é fundamental quando esses déficits impactam a saúde emocional da criança. O caminho não está em fazer tudo por ela, nem em deixá-la sozinha, mas em promover autonomia no cotidiano: incluir a criança nas tarefas da casa, favorecer atividades ao ar livre, incentivar práticas de atenção plena e valorizar a alimentação equilibrada. Assim, os pais ajudam a fortalecer, de forma prática, as bases do funcionamento executivo e, conseqüentemente, da saúde emocional da criança.



Funções executivas: a base para lidar com emoções, tolerar frustrações e desenvolver autonomia.

Dra. Bruna Trevisan
Psicóloga



E assim, encerramos mais um painel do nosso Simpósio, em que diferentes perspectivas se encontraram para refletir sobre infância, comportamento e saúde emocional.



A família precisa ser o lugar seguro onde todas as emoções cabem, até as mais difíceis.

Dra. Fernanda Calixto
Psicóloga

Dra. Fernanda Calixto **Saúde Existencial: A Coragem de Ser Na Incerteza**

Abrindo o próximo painel, a psicóloga **Fernanda Calixto** abordou com sensibilidade as crises existenciais que emergem na infância e adolescência. Ela mostrou como a solidão, muitas vezes vivida mesmo em meio à presença de pais e colegas, se soma a um mundo altamente tecnológico e acelerado, favorecendo a desconexão dos jovens de si mesmos. Essa desconexão dificulta o reconhecimento das próprias emoções e valores, podendo levar à esquiva experiencial: a tendência de evitar, controlar ou suprimir sentimentos desagradáveis, quando na verdade sofrer também faz parte da vida.

Fernanda enfatizou a importância de fortalecer a tolerância ao mal-estar e à incerteza como um “músculo” essencial para escolhas conscientes e saudáveis no presente e no futuro. Nesse processo, a família assume papel central: precisa

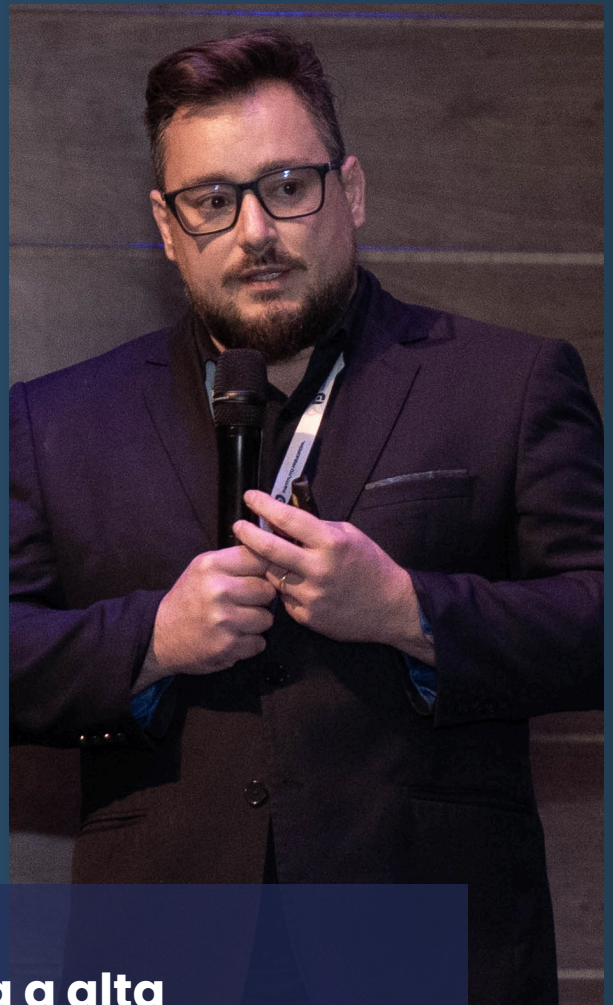
ser o ambiente seguro em que todas as emoções, inclusive as mais difíceis, têm espaço para ser sentidas, validadas e acolhidas.

Dr. Arthur Berberian **Dopping Cognitivo: O Preço da Alta Performance**

O psicólogo **Arthur Berberian** falou sobre os riscos do uso de estimulantes e estratégias artificiais para alcançar a chamada “alta performance” em adolescentes e jovens. Ele lembrou que esse é justamente o período de maior vulnerabilidade biológica: o cérebro ainda em maturação é mais suscetível a desequilíbrios do sistema de recompensa e, portanto, ao desenvolvimento de dependência e transtornos mentais. A ilusão de uma “pílula mágica” que garante atenção, memória e estabilidade emocional, pode, a médio e longo

prazo, levar a sérias consequências cognitivas, emocionais e até mesmo psicóticas.

Ao mesmo tempo, Arthur apontou que o verdadeiro caminho para uma boa performance passa por pilares simples, mas muitas vezes negligenciados: sono adequado, alimentação equilibrada, prática de exercícios, descanso e conexão com valores. E aqui, o papel dos pais e pediatras é central, seja para identificar sinais precoces de risco, seja para orientar escolhas mais saudáveis.



Não existe atalho seguro para a alta performance. O verdadeiro desempenho nasce do cuidado com o corpo, a mente e os valores que nos sustentam.

Dr. Arthur Berberian
Psicólogo

Dra. Carolina Kracker

Aflicção Empática: Quando Sentir Pelo Outro Nos Paralisa

Para encerrar esse painel, a psicóloga **Carolina Kracker** trouxe uma análise sensível sobre a empatia como recurso evolutivo para a socialização e conexão humana. Explicou que, para além de uma racionalização, existe a ressonância empática – a capacidade de ressoar com o estado emocional do outro, muitas vezes em relação a afetos desconfortáveis e aversivos. Esse processo, inevitável e presente em todos nós, pode se intensificar em profissionais da saúde, constantemente expostos ao sofrimento alheio, o que aumenta o risco de fadiga emocional e esgotamento.



Como caminho para lidar com essa realidade, Carol destacou a importância do treino da compaixão e da autocompaixão. Cuidar de si é um pré-requisito para cuidar do outro, seja por meio de práticas de autocuidado, do contato com as próprias emoções ou de conversas que ajudem a aliviar o sofrimento. Ao nos reconectarmos com nós mesmos, abrimos espaço para agir de forma mais flexível, humana e presente.



Aflicção empática existe em todos nós. Treinar a compaixão nos ajuda a navegar por ela.

Dra. Carolina Kracker
Psicóloga

Seguimos para mais um momento de pausa, café e networking, que marcou a sequência do nosso Simpósio.



Dr. Eduardo Fragoso **Como a Inteligência Artificial** **está Moldando o Futuro da** **Medicina**

Para dar início ao último painel, o engenheiro mecânico **Eduardo Fragoso** discutiu de forma clara o que é IA na prática clínica: modelos estatísticos treinados em dados para classificar ou prever resultados. Ele mostrou, com exemplos, como modelos de linguagem (como o ChatGPT) apenas predizem a próxima palavra e, portanto, podem soar “mágicos”, mas continuam sendo estatística. Reforçou que medicina não se limita a diagnóstico; a IA é uma ferramenta a serviço da saúde, útil para organizar e enxergar padrões nos dados, desde que o profissional mantenha o senso crítico e entenda como os dados foram gerados, estruturados e treinados.

Eduardo alertou para riscos centrais: viés dos dados (garbage in, garbage out), “caixa-preta” dos modelos, dependência excessiva e cognitive offloading (redução momentânea da atividade cerebral quando terceirizamos tarefas). Destacou especificidades da pediatria (bancos de dados menores, necessidade de contexto desenvolvimental e cuidado ético) e a importância de estruturar dados clínicos para avaliar ferramentas de forma transparente. Conclusão: a questão não é “se” vamos usar IA, mas como - com critérios, evidências, e responsabilidade.



Entender a IA é
entender dados.
Usada com critério,
ela pode
impulsionar a
medicina; sem
cuidado, pode guiar
condutas
equivocadas.

Dr. Eduardo Fragoso
Engenheiro Mecânico



Karina Wenda Landini **Infância Conectada: Diálogo** **Educação de Cidadãos** **Digitais**

Na sequência, a educadora **Karina Wenda Landini** trouxe um olhar atento para a forma como a tecnologia atravessa a vida das crianças e das famílias, revelando tanto riscos quanto oportunidades nesse cenário.

Ela destacou que os receios dos pais em relação ao mundo digital não são fantasias, mas preocupações legítimas diante de riscos como o uso excessivo de telas, exposição a conteúdos inadequados, cyberbullying e sedentarismo. Ao mesmo tempo, ressaltou que a tecnologia também traz ganhos importantes, como maior acesso à informação, novas ferramentas de aprendizado, formas diversificadas de entretenimento e até a abertura de novas possibilidades de carreira.

O grande desafio, segundo Karina, não está apenas no tempo diante das telas, mas principalmente na qualidade desse uso. Nesse contexto, ressaltou que os pais muitas vezes se sentem perdidos diante de tantas recomendações e informações desencontradas. Por isso, o papel dos profissionais de saúde e educação não deve ser o de apontar falhas, mas o de apoiar, orientar e caminhar junto com as famílias na busca por equilíbrio.



**Mais importante que
limitar o uso de telas
é garantir que o
tempo online seja
significativo e
seguro.**

Karina Wenda Landini
Educadora

Dr. Altay de Souza

Pessoas como Mídias em um Mundo Pós Moderno

No diálogo de **Denise Lellis** e **Altay de Souza**, refletimos sobre como as redes sociais potencializam experiências humanas já conhecidas, como o bullying, e transformam cada um de nós em mídia e consumidor ao mesmo tempo. Nessa lógica, passamos a nos apresentar como produtos e a projetar no outro dores que muitas vezes carregamos de nós mesmos.

Altay destacou a necessidade de limites, educação e métodos para lidar com esse cenário - não apenas culpando 'o sistema' ou 'o outro', mas assumindo a responsabilidade pelo modo como participamos desse jogo social. Sua fala foi marcada por provocações incisivas e também por momentos de descontração que fizeram o público rir e se envolver ainda mais com a discussão.

Entre as ideias compartilhadas, ganhou destaque o 'Protocolo Galinha', criado por ele - uma proposta de auto-observação e práticas simples que ajudam a construir uma vida mais valorosa.



Não basta culpar o sistema: precisamos assumir responsabilidade pela forma como participamos do jogo social.

Dr. Altay de Souza
Psicólogo





Quanto mais encantadora a promessa, maior deve ser a nossa cautela.

Dr. André Bacchi
Professor, escritor/
divulgador científico

Dr. André Bacchi **Manual Prático do Picareta** **Em Saúde**

Encerrando o dia, **André Bacchi**, Doutor e Mestre em Ciências Fisiológicas, professor universitário e divulgador científico, apresentou, de forma sarcástica e bem-humorada, o Manual Prático do Picareta em Saúde.

Com uma linguagem leve e provocativa, expôs as estratégias mais comuns usadas por falsos especialistas e charlatães: do uso de termos pseudocientíficos e dados distorcidos à criação de narrativas emocionais que prometem soluções rápidas e milagrosas.

Na sequência, entrou em cena o personagem Dr. Jason, o médico picareta, interpretando com ironia a criação de um “novo protocolo revolucionário”. A encenação mostrou como discursos sedutores e pseudocientíficos podem facilmente convencer quando não há pensamento crítico.

Apesar da leveza e das risadas, a mensagem foi séria: profissionais de saúde precisam estar atentos às falsas promessas que circulam no mercado, reforçando o compromisso com a ciência, a ética e a proteção dos pacientes.



AGRADECIMENTO

Deixamos aqui nossa profunda gratidão a todos que estiveram presentes neste dia tão especial.

Aos palestrantes, que generosamente compartilharam seu conhecimento;

Aos educadores e coordenadores, que levam essas reflexões para além do evento e transformam a realidade das escolas;

Aos congressistas, que acreditam na nossa missão de transformar o cuidado da infância em algo humano, ético e responsável;

E aos parceiros e patrocinadores, que fortaleceram nosso propósito e caminharam conosco nesta jornada.

Nos vemos em 2026, no próximo Simpósio do Instituto Primordial



VEM AÍ

5° SIMPÓSIO

INSTITUTO PRIMORDIAL



SAVE
THE
DATE

22 AGO 2026





INSTITUTO PRIMORDIAL



@institutoprimal



institutoprimal.com



Primordial por Dra. Denise Lellis



dra.Denise Lellis