



PROJECT  
PREVENT

# PROJECT PREVENT™

## INTRODUCCIÓN

PROJECT 375 se dedica con gran ímpetu a erradicar el estigma que rodea la salud mental, creando conciencia y mejorando los servicios de atención para los jóvenes. La salud mental es parte esencial de la salud de los niños en general y afecta directamente su capacidad para tener éxito en la escuela, los deportes, su vida en el hogar y en la sociedad. Estamos convencidos de que la prevención e intervención tempranas pueden salvar vidas. Por cada persona que educamos sobre las enfermedades mentales, podemos lograr que haya una persona menos padeciendo una de estas enfermedades.

A través de nuestro programa, PROJECT PREVENT™, buscamos satisfacer las necesidades de los niños y adolescentes, ofreciendo apoyo en base a herramientas tecnológicas, además de entrenamiento en Primeros Auxilios para la Salud Mental de los Jóvenes dirigidos a padres, maestros y miembros del personal. Nuestra meta es facilitar un mejor acceso a los servicios de atención para los estudiantes que están en situación de mayor riesgo respecto a la salud mental y necesitan de estos servicios, además de ofrecer un entorno más seguro y con mayor apoyo para todos los jóvenes.

## ASPECTOS RESALTANTES:

- 1. Lucid: Mental Training.** Es la aplicación de entrenamiento mental de PROJECT PREVENT™ que sugerimos descargar y utilizar. Anteriormente, solo estaba disponible para atletas de élite como Brandon Marshall, Michael Phelps y Kobe Bryant, y de ahora en adelante estará también disponible para los estudiantes a través de PROJECT PREVENT™.
- 2. A los estudiantes también se les entrega un Kit de Herramientas para la Aptitud Mental.** Esta carpeta contiene información sobre las realidades y mitos de la salud mental, las vías para conectarse con grupos de adolescentes del tipo peer to peer y los datos para contactar a la Línea Nacional de Ayuda para la Prevención de Suicidios, además de las oportunidades para trabajar como voluntario en este campo y otras informaciones sobre PROJECT 375.
- 3. Se invita al cuerpo docente y a los padres para que participen en un entrenamiento de Primeros Auxilios para la Salud Mental de los Jóvenes ([mentalhealthfirstaid.org](http://mentalhealthfirstaid.org)) gestionado por PROJECT 375.** Un programa público de 8 horas de duración, donde a los participantes se les explican los factores específicos de riesgo y las señales

de alerta relativos a los problemas de salud mental en los adolescentes, ayudándoles a entender la importancia de la intervención temprana y enseñándoles cómo ayudar a un adolescente en crisis o que sufre un problema emocional. El entrenamiento aplica juegos de roles y simulaciones para demostrar la forma más apropiada de evaluar una crisis de salud mental, seleccionar el tipo de intervención a aplicar y proporcionar una ayuda inicial, así como de conectar a los jóvenes con los servicios de atención profesional, social, de sus compañeros y de auto-ayuda.

El curso enseña a los participantes cuáles son los factores de riesgo y las señales de alerta relacionados con diversos problemas emocionales que usualmente sufren los adolescentes, incluyendo ansiedad, depresión, sicosis, trastornos alimenticios, déficit de atención e hiperactividad AD/HD, trastornos de conducta y por uso de sustancias. A los participantes no se les enseña a diagnosticar, ni a hacer ningún tipo de terapia u orientación – sino más bien a brindar apoyo a los jóvenes que reflejan señales y síntomas de una enfermedad mental o que sufren una crisis emocional.



# CÓMO LA MENTE PUEDE MÁS QUE EL CUERPO CHARLAS EN LA ZONA, CON BRANDON & MICHY MARSHALL



Brandon y Michi, juntos, han visitado escuelas a través de todo el país, para hablar a los estudiantes sobre la importancia de la salud mental y compartir su experiencia en lo que se refiere a crear conciencia en pro de la Comunidad dedicada a la Salud Mental. Sus charlas han tenido reconocimiento a nivel global, a través de medios de comunicación como ESPN, Huffinton Post y Mental Healthy del Reino Unido. A la fecha, han dado charlas a más de 5.000 estudiantes y, a través de PROJECT PREVENT™, han impartido el entrenamiento de Primeros Auxilios para

la Salud Mental de los Jóvenes a más de 200 profesores y directores de escuelas, líderes de la comunidad y padres.

Sabiendo que el suicidio es la segunda mayor causa de muerte en los adolescentes entre 10 y 24 años, se dedican a garantizar que los jóvenes de todo el país puedan recibir servicios de prevención e intervención temprana. Este entrenamiento busca concientizar sobre la importancia de la intervención temprana y enseñar cómo puede una persona ayudar a un adolescente en crisis o que sufre un problema emocional.

## SOBRE BRANDON Y MICHY

Como cofundador de PROJECT 375, **Michi Marshall** trabaja con gran empeño para des-estigmatizar las Enfermedades Mentales y crear conciencia en pro de la Comunidad dedicada a la Salud Mental. Su objetivo es garantizar que los jóvenes de todo el país puedan recibir servicios de prevención e intervención temprana. Graduada de Análisis Conductual y Perfiles de Comportamiento, y además Licenciada en Psicología y en Derecho Penal, Michi ha trabajado extensamente con el Instituto Mental de Niños de Nueva York, como embajadora de su Red llamada Healthy Brain (función cerebral saludable) y se desempeña como entrenadora oficialmente reconocida de Primeros Auxilios de Salud Mental de EE.UU..



Como presidente ejecutivo y cofundador de PROJECT 375, **Brandon Marshall** se centra con gran ímpetu en su trabajo a favor de la Comunidad dedicada a la Salud Mental. Está convencido de que el fútbol es su plataforma y la misión de su vida es su trabajo en pro de la Salud Mental. En el 2010, a Brandon le diagnosticaron que sufría Trastorno Límite de Personalidad. Este trastorno le llevó al McLean Hospital de Boston donde, durante su tratamiento ambulatorio de tres meses, se dio cuenta de la alta incidencia de las enfermedades mentales. Después de este diagnóstico, se prometió a sí mismo dedicarse a ayudar a quienes viven con una enfermedad o trastorno mental y fundó PROJECT 375.

## PARTICIPE

¡SÍGANOS!

Síganos en nuestros canales sociales @PROJECT375

<https://project375.org/get-involved-2/>

## DESCARGUE NUESTRA GUÍA PARA LA RECAUDACIÓN DE FONDOS EN LA COMUNIDAD

Esta guía ofrece un conjunto de lineamientos útiles para planificar y llevar a cabo un evento asombroso y fascinante.

En este paquete podrá encontrar las Preguntas más Frecuentes, los lineamientos para el uso de nuestro logotipo y la documentación necesaria para comenzar. ¡Usted puede tener un impacto crítico en la comunidad de salud mental y más allá!