

## **Campanha Janeiro Branco chega a sua 5ª edição e ganha todo o país**

*Campanha pretende mobilizar sociedade em favor da Saúde Mental com ações que serão realizadas em várias cidades do país ao longo do mês de Janeiro.*

Estudos apresentados pela OMS (Organização Mundial de Saúde) e Ministério da Saúde do Brasil indicam que o Brasil tem experimentado um crescimento vertiginoso das problemáticas relativas à **Saúde Mental/Saúde Emocional** dos indivíduos e da sociedade como um todo. Segundo a OMS (dados de 2017), a sociedade brasileira é a recordista latino-americana em casos de depressão, a campeã mundial em relação à ansiedade e o 4º colocado em relação ao crescimento das taxas de suicídio entre os jovens da América Central e da América do Sul.

São altos os índices de violência (em domicílios, no trânsito ou em escolas), criminalidade, suicídios, alcoolismo, drogadição, depressão, preconceitos, entre outros, que colocam em risco o equilíbrio mental, emocional, comportamental e relacional dos indivíduos da nossa sociedade.

Porém, de acordo com psicólogo Leonardo Abrahão, idealizador da **Campanha Janeiro Branco**, apesar da necessidade evidente de colocar o assunto em pauta, muito pouco ainda se discute a respeito.

“Através da **Campanha Janeiro Branco** pretendemos estimular a criação de uma ‘**cultura da saúde mental**’ no mundo e, ao mesmo tempo, difundir um conceito ampliado de Saúde Mental/Saúde Emocional como um estado de equilíbrio - individual e coletivo - sem o qual não é possível viver satisfatoriamente em sociedade. Escolhemos o mês de *janeiro* para mobilização pelo fato de que, por força cultural da simbologia atribuída à virada de ano, as pessoas estão predispostas a pensar sobre as suas vidas em diversos aspectos e, a *cor branca*, porque, também simbolicamente, queremos mostrar às pessoas que, como em uma folha em branco, qualquer um pode escrever e reescrever a sua própria história, desenhando e redesenhando novas possibilidades perante a vida”, pontua Abrahão.

Segundo o idealizador da Campanha que, a cada dia, ganha mais adeptos nas cidades brasileiras e nas redes sociais, urge sensibilizarmos as mídias, as instituições sociais, públicas e privadas, e os poderes constituídos, públicos e privados, em relação à importância de projetos estratégicos, políticas públicas, recursos financeiros, espaços sociais e iniciativas socioculturais empenhadas(os) em valorizar e em atender as demandas individuais e coletivas, direta ou indiretamente, relacionadas aos universos da Saúde Mental.

Com o slogan “**quem cuida da mente, cuida da vida**”, Abrahão, milhares de psicólogos(as), outros profissionais da saúde e cidadãos de todo o país estão se mobilizando para chamar a atenção de toda a sociedade - e, principalmente, das autoridades - para as questões e as demandas da Saúde Mental no Brasil e no mundo, uma vez que a Campanha nascida em Uberlândia(MG) em 2014 já se difundiu para outras nações e continentes.

### **Campanha ocorrerá em várias cidades do Brasil:**

Em sua 5ª edição (2018), a **Campanha Janeiro Branco** contou com a poderosa ajuda da Internet para ser conhecida e admirada em todo o Brasil. Sites voltados às temáticas da psicologia, milhares de psicólogos(as) e outros profissionais ligados à saúde e à assistência social de todo o país estão aderindo à proposta e organizando ações em suas cidades, como, por exemplo, compartilhamento de posts, palestras-relâmpago sobre **Saúde Emocional** em salas de espera de hospitais, em escolas, empresas, igrejas, parques, praças, auditórios,

faculdades e todos os espaços públicos e privados em que as pessoas possam ser inspiradas e incentivadas a pensarem sobre **Saúde Mental** em uma perspectiva preventiva, integral e em termos tanto individuais, quanto coletivos.

Além de palestras-relâmpago, profissionais da Saúde estão organizando distribuição de balões e fitas brancas em praças das cidades, tira-dúvidas virtual e presencial sobre **Saúde Mental** e a importância da Psicoeducação, entrega de panfletos explicativos sobre **Saúde Emocional** em escolas, em empresas e a proposição de projetos de lei às autoridades locais, regionais e nacionais para que o mês de Janeiro seja legalmente reconhecido como o Mês do **Janeiro Branco** e da Conscientização sobre Saúde Mental nos calendários oficiais dos municípios e estados brasileiros.

Mais detalhes sobre a programação e novidades, podem ser encontrados em: [www.janeirobranco.com.br](http://www.janeirobranco.com.br) e [www.facebook.com.br/campanhajaneirobranco](https://www.facebook.com.br/campanhajaneirobranco)

**Algumas cidades onde o Janeiro Branco é lei e faz parte do calendário oficial do município ou do Estado.**

Uberlândia(MG)  
Campinas(SP)  
São Paulo(SP)  
Sombrio(SC)  
Gramado(RS)  
Caxias do Sul(RS)  
Goiânia(GO)  
Itumbiara(GO)  
Cajazeiras(PB)  
Teresina(PI)  
Belo Horizonte(MG)  
Itaguaí(RJ)  
Maringá(PR)  
Natal(RN)  
Matriz de Camaragibe(AL)  
Maceió(AL)  
Rio Branco(AC)  
Vitória de Santo Antão(PE)  
Juiz de Fora(MG)  
Campo Grande(MS)  
Flores da Cunha(RS)  
Manaus(AM)  
Sergipe (Lei estadual)  
Pernambuco (Lei estadual)

**Mais informações:**

Leonardo Abrahão / [janeirobranco@gmail.com](mailto:janeirobranco@gmail.com) / (34)99966-1835

Janeiro Branco  
[janeirobranco.com.br](http://janeirobranco.com.br)



Quem cuida  
da mente,  
cuida da vida!