

UBERLÂNDIA

Campanha Janeiro Branco enfatiza cuidados com a saúde mental

PROJETO DE UBERLÂNDIA VISA TORNAR CULTURAL A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE EMOCIONAL

■ MARIELLE MOURA

O ano de 2022 começou com a 9ª edição da Campanha Janeiro Branco, que foi criada e idealizada em Uberlândia. Desta vez, com foco na saúde mental mundial, a campanha faz um alerta sobre a necessidade de tornar cultural o cuidado da mente no dia a dia. De acordo com a Instituição Janeiro Branco, volta das atividades presenciais afetaram ainda mais o psicológico das pessoas.

Segundo a mobilizadora da Campanha Janeiro Branco, Thais Christine Gomes de Aquiles, o foco da campanha foi escolhido principalmente pela importância de falar do cuidado da saúde mental nos dias atuais. “O foco da campanha 2022 está sendo ‘o mundo pede saúde mental’ e estamos trabalhando esse tema justamente pelo fato do momento que estamos vivendo enquanto sociedade e pelas questões da pandemia que estamos vivendo. Entendemos que mais do que nunca é o momento de falar para todos os cantos sobre a importância de cuidar da saúde mental”, informou.

De acordo com a Instituição Janeiro Branco, cidadãos comuns, autoridades e instituições sociais devem desenvolver estratégias públicas e privadas para proteger, fortalecer e promover a saúde mental das pessoas.

Thais também comentou que neste ano, além da conscientização, a campanha também oferece recursos de forma prática para que as pessoas se orientem sobre o que fazer para cuidar do psicológico. O Instituto oferece alguns direcionamentos para que qualquer um consiga realizar ações para conscientizar sobre a saúde mental. “Disponibilizamos o material no site do Janeiro Branco, nas redes sociais e sustentamos ao máximo que qualquer pessoa possa fazer parte do projeto”, explicou.

Além disso, em Uberlândia, já está previsto para acontecer até o final do mês um evento de acolhimento psicológico no Parque do Sabiá. Já na Prefeitura Municipal vão ocorrer abordagens sobre o tema, além de palestras.

De acordo com Thais, o objetivo dos eventos é diminuir o preconceito ainda existente sobre cuidar da saúde mental. “É muito importante normalizar a saúde mental, diminuir o preconceito em relação ao assunto e mostrar que falar sobre o sofrimento é essencial”, finalizou.

■ PANDEMIA

A mobilizadora da campanha Janeiro Branco, Thais Christine Gomes de Aquiles explicou que a volta das atividades presenciais junto ao medo e incertezas pós-pandemia podem prejudicar ainda mais a saúde mental das pessoas.

MARCELO CAMARGO/AGÊNCIA BRASIL



“A questão da volta das atividades presenciais envolve a questão do medo de quando falamos sobre uma possibilidade de uma quarta onda da covid-19. Todo esse cenário exigiu uma adaptação rápida de muita gente e isso foi uma dificuldade que acabou ocasionando preocupações e ansiedade”, complementou.

Thais completou dizendo que as mudanças durante a pandemia afetou pessoas de todas as idades e classes sociais. “Foi um período difícil, independente da faixa etária e

da posição econômica. As pessoas se viram em um desafio profissional e social”, finalizou.

No Brasil, de acordo com uma pesquisa do Instituto FSB, 62% das brasileiras e 43% dos brasileiros afirmaram que a saúde emocional “piorou” ou “piorou muito” durante a pandemia. Outro estudo, desenvolvido pelo Instituto Ipsos e encomendado pelo Fórum Econômico Mundial, concluiu que 53% dos brasileiros achavam que a saúde mental “tinha piorado bastante no último ano”.



CURSOS A PARTIR
DE R\$ 199,00

MULTIPLICA
SEU FUTURO
AGORA!

UNIPAC
ENSINO SUPERIOR COM QUALIDADE SUPERIOR