

PROJETO DE LEI Nº , DE 2020
(do Sr. Paulo Bengtson)

Institui o mês “Janeiro Branco”,
dedicado a ações educativas para
difusão da saúde mental.

O Congresso Nacional decreta:

Art. 1º Fica instituída em todo território federal a campanha “Janeiro Branco”, a ser realizada, anualmente, no mês de janeiro, com o objetivo de conscientizar a população sobre a importância de cuidar da saúde mental.

Art. 2º A campanha “Janeiro Branco” tem como finalidade a adoção de ações educativas, tais como:

I – promoção de palestras, eventos e atividades educativas com ênfase no bem estar, na qualidade de vida e no equilíbrio existencial;

II – distribuição de materiais informativos focados na importância de cuidar da saúde mental, incentivando e orientando quanto a hábitos saudáveis;

III – realização de aulas coletivas públicas de técnicas de relaxamento, como a meditação ou yoga;

IV – divulgação de locais de tratamento psicológico gratuito.

Art. 3º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

JUSTIFICAÇÃO



A campanha Janeiro Branco foi criada por psicólogos brasileiros, com o propósito de incentivar o debate e o tratamento dos transtornos que englobam a saúde mental, tais como depressão, ansiedade e fobia.

De acordo com os idealizadores da campanha, a escolha de janeiro é estratégica, pois é quando estabelecemos metas para o novo ano, que pode gerar ansiedade, e temos que lidar com a frustração por não ter cumprido todas do ano anterior. O mês representa, simbólica e culturalmente, um mês de renovação de esperanças e projetos na vida das pessoas.

Diversos estudos comprovam que a falta de um bem-estar emocional e social pode desencadear crises e agravar alguma condição psicológica, sendo certo que o conceito de saúde vai muito além da inexistência de doenças físicas. Não há qualquer dúvida que a adoção de hábitos saudáveis, tanto para o corpo quanto para a mente, contribui, e muito, com a nossa qualidade de vida.

Assim, é imprescindível que essa conscientização seja ampliada e conte com a participação mais efetiva do poder público, ainda mais quando não podemos deixar de reconhecer que os cuidados com a saúde mental ainda são alvo de preconceito, principalmente se considerarmos o período em que hipervalorizamos as aparências e buscamos aparentar que estamos sempre bem.

Desta forma, é preciso falar de saúde mental, buscar estratégias políticas, sociais e culturais para que o adoecimento emocional seja prevenido, conhecido e combatido em todos os campos que compõe da vida humana.

Do exposto, conto com o apoio dos nobres pares para a aprovação dessa proposta.

Sala das Sessões, em de de 2020.

Deputado Paulo Bengtson
PTB/PA

