

## **Edição de 2025 da campanha tem o tema: “O que fazer pela saúde mental agora e sempre?”**

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) apoia a campanha Janeiro Branco sobre a importância dos cuidados com a saúde mental e emocional. A iniciativa foi criada em 2014 pelo psicólogo, palestrante e escritor mineiro Leonardo Abrahão. Hoje, a campanha é um marco no calendário brasileiro e, desde 2023, é reconhecida oficialmente como lei federal (Lei 14.556/23). Neste ano, o tema é: “O que fazer pela saúde mental agora e sempre?”. A ideia é estimular pessoas, famílias, empresas e instituições públicas e privadas a apoiarem ações concretas que coloquem a saúde mental como prioridade coletiva.

A escolha pelo primeiro mês do ano está atrelada ao significado de recomeço e a cor branca remete a uma folha de papel ou tela em branco, trazendo a oportunidade de escrever uma nova história.

### **A situação no Brasil**

A vida contemporânea acelerada, a carga de atividades e responsabilidades e a constante exposição a informações impactantes podem criar um terreno fértil para o crescimento dos transtornos mentais e emocionais. A OMS (Organização Mundial da Saúde) destaca que a depressão e a ansiedade aumentaram mais de 25%, apenas no primeiro ano da pandemia de Covid-19. Um estudo epidemiológico do Ministério da Saúde revela que, em média, até 15,5% da população brasileira pode sofrer depressão ao menos uma vez ao longo da vida.

### **A ANS e os cuidados com a saúde mental**

Desde 2004, a ANS incentiva as operadoras de planos de saúde a desenvolverem programas de promoção da saúde e prevenção de riscos de doenças (Promoprev), incluindo a área de saúde mental. Atualmente, há 17 programas específicos na área de atenção nesta área de atenção aprovados pela ANS. [Saiba mais sobre Promoprev](#).

Durante a [Semana da Saúde de 2024](#), a ANS produziu uma série de palestras ministradas por especialistas, para levar informações relevantes sobre saúde física e mental aos beneficiários e à sociedade. Todo o conteúdo está disponível no canal da Agência no YouTube. Clique a seguir para acessar duas das palestras sobre o tema:

- [É preciso falar de Burnout](#) - Zeliete Zambon (Médica e Presidente da Sociedade Brasileira de Medicina, Família e Comunidade).
- [Saúde mental e Bem-estar](#) - Manoela Salgado (psiquiatra e coordenadora docente do Núcleo de Saúde Mental na Policlínica Piquet Carneiro (Uerj)).

De acordo com dados do [Mapa Assistencial da Saúde Suplementar](#), em 2023, foram registradas 294.594 internações psiquiátricas, o que corresponde a 3,21% das internações do ano. Quanto às sessões de psicoterapia individuais, no mesmo ano, essas somaram mais de 45 milhões em todo o

Brasil, enquanto as sessões de psiquiatria somam mais de 6 milhões no país.

Em julho de 2024, a ANS publicou uma [análise dos atendimentos a crianças e adolescentes nos últimos cinco anos](#) no Mapa Assistencial da Saúde Suplementar. As informações estão na seção temática do painel dinâmico, que traz dados sobre consultas e sessões com terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos, psicólogos e fisioterapeutas de 2019 a 2023. O objetivo é avaliar a evolução de tratamentos continuados comumente indicados para pacientes com algum tipo de transtorno do neurodesenvolvimento.

Para apoiar a campanha, fazer download gratuito de folders, cartazes, banners, faixas, bottons, cartilhas e panfletos, basta acessar o [site oficial do Movimento Janeiro Branco](#). Os materiais vêm com orientações didáticas e acessíveis sobre saúde mental.

**Fonte:** [ANS](#), em 09.01.2025.