

Campanha “Aqui, você não está só” disponibiliza três meses de atendimento psicológico em todo o país e reforça a importância da prevenção e do cuidado com a saúde mental



O Instituto de Longevidade MAG amplia, em 2026, sua atuação no Setembro Amarelo com uma iniciativa que transforma conscientização em acesso ao cuidado. Por meio da campanha “Aqui, você não está só”, serão disponibilizadas 5 mil vagas em todo o país para três meses de terapia gratuita. As inscrições estarão abertas ao longo do mês de setembro ou até o término das vagas e poderão ser realizadas por meio da plataforma da campanha.

A partir de 11 de setembro, o Instituto divulgará um filme institucional sobre a campanha e lançará uma cartilha prática com conteúdos preventivos e orientações para diferentes situações relacionadas à saúde emocional, disponível para download em www.vocenaostaso.com. A programação inclui ainda um webinar com especialistas, que vão explicar como identificar possíveis sinais de alerta - ainda que eles nem sempre sejam visíveis, como oferecer apoio de maneira correta; como quebrar barreiras quando as pessoas não conseguem pedir ajuda; tratamentos e importância da empatia com pessoas enlutadas. Com essas frentes, a proposta é ampliar a conversa sobre saúde mental para além dos momentos de crise e aproximar informação, prevenção e acesso ao cuidado.

Para o Instituto de Longevidade MAG, em uma sociedade que envelhece e amplia sua expectativa de vida, é fundamental criar condições para que as pessoas atravessem diferentes momentos com qualidade, autonomia, vínculos e propósito. Nesse cenário, a saúde mental ocupa um papel essencial na longevidade comportamental.

“A longevidade precisa ser pensada de forma ampla. Viver mais também significa construir condições para lidar com as mudanças, desafios e relações que fazem parte de diferentes momentos da vida. Cuidar da saúde emocional é uma dimensão importante desse processo e deve ser encarado como parte de uma estratégia de bem-estar que começa antes da crise”, afirma Simone Cesena, Diretora do Instituto de Longevidade MAG e Diretora de Marketing do Grupo MAG.

O conceito “Aqui, você não está só” reforça a importância das redes de apoio e da proximidade

diante dos desafios emocionais que podem surgir ao longo da vida. A proposta é estimular um olhar mais atento para a saúde mental no cotidiano, valorizando a escuta, a empatia e a busca por ajuda quando necessário.

“Quando falamos de saúde mental, estamos falando também sobre as experiências que atravessam a vida cotidiana, como relações, trabalho, solidão, mudanças e envelhecimento. Criar espaços para conversar sobre essas questões e facilitar o acesso à informação e ao cuidado ajuda a construir uma cultura em que pedir apoio seja compreendido como uma atitude de cuidado e não apenas como uma resposta a uma situação de crise”, finaliza Simone Cesena.

Como participar

As pessoas interessadas em participar da campanha podem se cadastrar na landing page www.vocenaostaso.com da campanha. As inscrições ficarão abertas ao longo do mês de setembro ou enquanto houver vagas disponíveis.

Fonte: GBR, em 14.09.2026