



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP

PROJETO DE LEI /2017

“Institui o mês ‘Janeiro Branco’ no município de Indaiatuba, dedicado à realização de ações educativas para difusão da saúde mental.”

NILSON ALCIDES GASPAR, Prefeito do Município de Indaiatuba, usando das atribuições que lhe são conferidas por Lei,

FAZ SABER, que a Câmara Municipal aprovou e ele sanciona e promulga a seguinte Lei:

Art. 1º - Fica instituído no Município de Indaiatuba o mês "Janeiro Branco", dedicado à realização de ações educativas para a difusão da saúde mental.

Art. 2º - O mês "Janeiro Branco" passará a integrar o calendário oficial de eventos do Município e realizar-se-á anualmente no referido mês, fundamentado nas seguintes diretrizes:

- I - estimular a adesão de toda a sociedade no compromisso de discussão a respeito da saúde mental;
- II - promover discussões, debates e iniciativas, convocando toda a sociedade a exercitar a cidadania em prol das questões relativas a saúde mental e;
- III - incluir nos eventos, calendários, ações e atividades que forem realizados no decorrer do mês, informações e mensagens educativas com foco na saúde mental, buscando a conscientização de toda sociedade.

Art. 3º - Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Plenário Joab Pucinelli, ao 1º de dezembro de 2017.

Vereador Eng. Alexandre Peres



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

JUSTIFICATIVA

PROJETO JANEIRO BRANCO: VALORIZAÇÃO À SAÚDE MENTAL¹

“Quem cuida da mente, cuida da vida”

RESUMO

Este projeto mostra a importância de se ater e pensar em ações de promoção à Saúde Mental. A ideia nasceu em Minas Gerais, idealizada pelo psicólogo Leonardo Abrahão e em 2016 teve forte aderência em vários Estados. No dia 26 de Setembro de 2016 foi sancionada a lei nº 15.303 que institui o mês Janeiro Branco na Cidade Campinas-SP e no dia 28 de dezembro de 2016 foi sancionada a lei 12.602 que institui o mês Janeiro Branco na cidade de Uberlândia – MG, dedicado à realização de ações educativas para a difusão da Saúde Mental.

INTRODUÇÃO

O conceito de Saúde Mental ainda é difuso na sociedade, pois embora a OMS (Organização Mundial da Saúde) o tenha instituído como sendo *“o estado de bem estar no qual um indivíduo desempenha suas habilidades, pode lidar com as inquietudes comuns da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de contribuir à sua comunidade”*; muitos desconhecem tal conceito, bem como desconhecem o papel do psicólogo, muitas vezes considerando apenas o conhecimento do senso comum de que psicólogo lida somente com “loucos”. Partindo de tal premissa é de extrema importância desmistificar essa ideia, esclarecendo que Saúde Mental vai além da ausência de transtornos. A Saúde Mental também engloba ter e manter relacionamentos saudáveis, estar bem consigo e com os outros, ter uma relação saudável com

¹ Bibliografia utilizada:

(1) <http://janeirobranco.com.br/>

(2) <http://janeirobranco.com.br/campanha-janeiro-branco-por-que-janeiro-e-por-que-acor-branca/>

(3) www.facebook.com/campanhajaneirobranco



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

seu trabalho, dentre outros.

Considerando que por desconhecer o que é Saúde Mental, muitas pessoas não param para olhar para si mesmas, boicotando a própria felicidade em detrimento do bem estar emocional e, então, mais uma vez ressaltamos a importância da Campanha na conscientização da população no que se refere ao seu equilíbrio pessoal. Partindo das informações citadas sobre o conceito do assunto, este projeto pode levar informações sobre o Janeiro Branco ao maior número de pessoas possível.

COMO SURTIU A CAMPANHA "JANEIRO BRANCO"

A inspiração da Campanha Janeiro Branco foi a Campanha Outubro Rosa e a sua luta em chamar a atenção da humanidade para a questão da prevenção em relação ao Câncer de Mama. Ela foi idealizada em 2013 por psicólogos de Minas Gerais com o intuito de tornar Janeiro o mês oficial para se pensar e promover ações em prol da Saúde Mental. Assim como há o Setembro Amarelo, Outubro Rosa e Novembro Azul, tenho como objetivo, junto com meus Pares, de oficializar o mês de Janeiro como *Janeiro Branco*.

O mês de Janeiro foi escolhido pelo fato de as pessoas repensarem suas vidas, planos e sonhos para o ano novo; assim sendo, Janeiro será o marco inicial. A cor branca foi escolhida pelo fato de ser a junção de todas as cores, remetendo à ideia de que o indivíduo, para ter Saúde Mental, precisa estar em harmonia em todas as áreas de sua vida. Além da junção das cores, o branco é a cor sobre a qual podemos "jogar" outras cores e colorir à nossa maneira, remetendo à ideia de que é possível "pintar" a vida de forma diferente.

O intuito dos psicólogos e profissionais da saúde com a presente Campanha é chamar a atenção de todas as pessoas do mundo para as questões relacionadas à Saúde Mental e à verdadeira felicidade dos seres humanos. Esse grupo está preocupado com o comprometimento da Saúde Mental da humanidade. **Desde o ano 2000, a Organização**



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP

PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

Mundial de Saúde (OMS) vem, insistentemente, alertando a humanidade quanto ao crescimento vertiginoso das taxas de suicídio, depressão e ansiedade em todo o mundo.

No século XXI, por exemplo, as pessoas optavam pelo suicídio como nunca antes na história da humanidade ao mesmo tempo em que, também, a Indústria Farmacêutica e da Medicalização da vida vinha criando um exército universal e crescente de dependentes químico-psicológicos de fármacos e drogas médicas vendidas em farmácias, padarias, supermercados, postos de gasolina, shoppings e internet.

A humanidade está se transformando em um exército de dependentes químicos, de drogas lícitas e ilícitas, além de um exército de pessoas que não estão satisfeitas consigo mesmas, com as suas vidas pessoais, profissionais e relacionais. **Estes são problemas que, indistintamente, têm afetado crianças, jovens, adultos e idosos em todos os cantos do planeta submetidos ao modelo ocidental de sociabilidade voltada à coisificação da vida.**

Suicídios, depressão, ansiedade, bipolaridade, esquizofrenias, distímias, transtornos de humor, transtornos alimentares, comportamentos compulsivos e obsessivos, transtornos do sono, comportamentos adictos etc. têm caracterizado e empobrecido a experiência humana no início do tão desejado terceiro milênio – e, como se isso não fosse suficiente, a *falta de sentidos humanísticos de vida*, assim como a substituição dos valores humanitários (e até espirituais) de existência por valores exclusivamente materialistas, também têm agredido, comprometido e inviabilizado o desenvolvimento de histórias de vidas humanas com mais saúde mental, harmonia de relacionamentos, equilíbrio emocional, paz de espírito e, também, mais sentimentos perenes e legítimos de genuína felicidade.

OBJETIVOS

- Fazer do mês de Janeiro o marco atemporal estratégico para que todas as pessoas de nossa cidade (assim como está sendo feito em outros municípios, estados e países)



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

reflitam, debatam e planejem ações em prol da Saúde Mental em suas vidas ao longo de todo o ano;

- Chamar a atenção de todo mundo para o tema da Saúde Mental nas vidas das pessoas;
- Aproveitar o início de todo ano para incentivar as pessoas a pensarem a respeito das suas vidas, dos seus relacionamentos e do que andam fazendo para serem verdadeiramente felizes;
- Chamar a atenção das pessoas para pensarem a respeito do que precisam mudar em suas vidas para serem, realmente, felizes;
- Mostrar às pessoas que sempre é possível o fechamento e a abertura de novos ciclos em busca da felicidade em suas vidas – *afinal, ano novo, vida nova, mente nova!*

Segundo a OMS – Organização Mundial da Saúde – *Saúde Mental é o estado de bem estar no qual um indivíduo desempenha suas habilidades, pode lidar com as inquietudes comuns da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de contribuir à sua comunidade, faz-se necessária a promoção da Saúde Mental por meio de ações que possibilitem às pessoas adquirir e manter estilos de vida saudáveis.*

Atualmente vivemos um aumento expressivo nos casos de violência no trânsito, drogadição, consumismo desenfreado, suicídio, intolerância ao outro e/ou às situações – o que pode levar a um desequilíbrio emocional que resulta em transtornos de humor, estresse elevado, abuso de drogas e psicofármacos, bem como outros transtornos psíquicos.

Diante dessa realidade **precisamos repensar o cuidado em Saúde Mental com foco não somente nas práticas curativas, mas também na prevenção e promoção do bem estar emocional.** Diversas áreas do saber já produziram conhecimentos e práticas que favorecem a Saúde Mental, porém precisamos integrá-las para alcançar um equilíbrio emocional global. Diante de tais reflexões o foco do presente projeto, ao qual eu peço a aprovação dos meus pares, é despertar toda a sociedade para a importância da Saúde Mental desde seus aspectos individuais aos coletivos.



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
L 285/2017

O objetivo geral Janeiro Branco é despertar a sociedade, os indivíduos e as instituições a respeito da importância, significado, extensão e impactos da Saúde Mental na vida de todos os seres humanos.

Dentre os objetivos específicos destacam-se:

- a) Inserir a temática “Saúde Mental” na comunidade como um todo;
- b) Promover entre as pessoas ações em Saúde Mental que levem à ideia de que esta refere-se à qualidade de vida pessoal e relacional dos indivíduos considerando os seguintes critérios em especial: atitudes positivas em relação a si próprio, crescimento pessoal, desenvolvimento e auto realização, integração e resposta emocional, autonomia e autodeterminação, percepção apurada da realidade, domínio ambiental e competência social;
- c) Despertar os variados profissionais existentes na sociedade para o fato de que seus diferentes conhecimentos podem contribuir para a promoção e prevenção em Saúde Mental;
- d) Evidenciar a Saúde Mental na mídia;
- e) Provocar nas pessoas a reflexão de que inúmeras situações cotidianas vividas – das individuais às coletivas – possuem íntima relação com a condição psicológica e emocional dos indivíduos e que, portanto, é de responsabilidade de todos;
- f) Difundir um conceito ampliado de Saúde Mental como um estado de equilíbrio emocional, combatendo a ideia equivocada de que a mesma está relacionada à ausência de transtorno mental.

Diante do exposto, acredito ser muito importante e válida a aprovação de uma lei que oficialize o mês de Janeiro - o 1º mês do ano - como o marco simbólico da luta da humanidade por mais saúde mental nas vidas de todos os indivíduos, uma vez que janeiro possui um perfil simbolicamente terapêutico, por ser o 1º mês do ano, e a cor branca possui a simbologia da



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

"união de todas as cores, de todos os projetos de vida, de todas as possibilidades", e, por isso, a Campanha Janeiro Branco justifica-se como uma valiosa oportunidade de os seres humanos serem inspirados a pensarem na qualidade Mental e emocional das suas vidas e dos seus relacionamentos aonde quer que eles aconteçam. Essa é a importância da lei, oficializando a Campanha do Janeiro Branco.

CONCEITO DE SAÚDE MENTAL

A saúde mental em uma visão transdisciplinar, humanista e moderna, engloba, não só a ausência de transtornos mentais (ou doenças mentais) como, por exemplo, a depressão, a ansiedade generalizada, a esquizofrenia ou a bipolaridade, como, também, a capacidade de o indivíduo reagir, equilibrada e adequadamente, às circunstâncias, condições e vicissitudes da vida, como, por exemplo, a pressão no trabalho, os desencontros amorosos, as cobranças da sociedade, as oportunidades da infância, as responsabilidades da vida adulta, as questões da senilidade etc.

A Saúde Mental é a capacidade do ser humano administrar a própria vida e suas emoções dentro das variações sociais, sem contudo perder o seu valor real, a vida. Importante dizer ainda que, se levarmos em consideração que o ser humano é um ser biopsicossocioespiritual – conforme as mais modernas discussões científicas colocam -, falar em “Saúde Mental” também significa falarmos em indivíduos com capacidade de desenvolver e colocar em prática sentidos e propósitos próprios de vida, coerentes com os seus valores existenciais e necessidades espirituais, é buscar viver a vida em sua plenitude máxima, sempre respeitando a si mesmo e os outros com quem convive.

METODOLOGIA INDICADA

Público Alvo



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP

População de Indaiatuba

Instrumentos

Banners, cartazes, panfletos, palestras, minicurso, encontros, reuniões, congressos, intervenções artísticas.

Procedimentos

Palestras-relâmpago em espaços públicos ou privados com fluxo de pessoas (salas de espera de hospitais, clínicas médicas, terminais de ônibus, filas de casas lotéricas, pátios de escola, restaurantes populares etc), rodas de conversa, breves dinâmicas interativas, plantões psicológicos, distribuição de poesias em ampolas em praças públicas, caminhadas em parques e avenidas, exposição de arte e oficinas artísticas em comunidades terapêuticas, CAPS e hospitais-dias.

RESULTADOS ESPERADOS

Fazer do mês de janeiro o marco temporal estratégico para que todas as pessoas reflitam sobre sua saúde mental e sua felicidade ao longo de todo o ano. Atrair a atenção do maior número possível de pessoas para o tema da saúde mental nas suas vidas. Aproveitar o início de todo ano para incentivar as pessoas a pensarem a respeito das suas vidas, dos seus relacionamentos para serem verdadeiramente felizes. Chamar a atenção das pessoas para pensarem a respeito do que precisam mudar em suas vidas para serem, realmente, felizes.

Para finalizar, em razão da relevância do tema tratado no presente projeto de lei, somada à mudança de paradigma da questão relativa à saúde mental, em virtude de seu protagonismo dentre as "novas doenças do século XXI", **a discussão do presente projeto de lei e sua posterior aprovação é medida de resgate da dignidade da população acometida pela doença, além de dever indeclinável do Poder Público na sua constitucional função de**



PROT-CMI 1074/2017
01/12/2017 - 16:39
285/2017

CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Palácio Votura

GABINETE DO VEREADOR ENG. ALEXANDRE PERES

Rua Humaitá 1167 – Centro – PABX (19) 3885-7700

CEP. 13339-140 – Indaiatuba - SP

promoção da saúde e bem estar da população, pelo quê, a participação e aprovação pelos pares desta Casa de Leis é medida de salutar importância.

Plenário Joab Pucinelli, ao 1º de dezembro de 2017.

Vereador Eng. Alexandre Peres