



## **CÂMARA MUNICIPAL DE ITAPEVA**

**Palácio Vereador Euclides Modenezi**

Avenida Vaticano, 1135 – Jardim Pilar – Itapeva – São Paulo – 18406-380

Secretaria Administrativa

---

### **REQUERIMENTO 0643/2021**

Requeiro à Mesa, nos termos regimentais, que seja oficiado ao Sr. Prefeito, para que junto ao setor responsável, informe sobre a possibilidade de criar políticas públicas voltadas a atender munícipes com depressão, ansiedade e estresse, tendo em vista pesquisas que apontaram um grande aumento desses casos durante a pandemia causada pelo novo coronavírus.

#### **JUSTIFICATIVA**

Segundo pesquisa da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), os problemas de saúde mental estão aumentando em escala preocupante durante a pandemia do novo coronavírus e o isolamento social. O estudo foi feito através de um questionário on-line durante os dias 20 de março e 20 de abril, que contou com a resposta de 1.460 pessoas de 23 estados.

O levantamento aponta que os casos de depressão quase dobraram e os de ansiedade e estresse tiveram um aumento de 80%. Além disso, a pesquisa revelou que as mulheres são as mais propensas do que os homens a sofrer com ansiedade e estresse durante o período de epidemia.

Outros fatores de riscos apontados para o estresse e a ansiedade são: alimentação desregrada, doenças preexistentes, ausência de acompanhamento psicológico, sedentarismo e necessidade de sair de casa para trabalhar.

Para a depressão, as causas apontadas foram: idade mais avançada, ausência de crianças em casa, baixo nível de escolaridade e a presença de idosos no ambiente doméstico. Os resultados apresentam um agravamento preocupante desde o início da quarentena.

O percentual de pessoas que relataram sintomas de estresse agudo na primeira semana da pesquisa (entre 20 a 25 de março) era de 6,9%, enquanto última semana (entre 15 a 20 de abril) o número subiu para 9,7%.

O crescimento também aconteceu nos casos de depressão, que foi de 4,2% para 8%, e os casos de crise aguda de ansiedade, que apresentaram um salto de 8,7% para 14,9%. Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), os percentuais médios esperados desses problemas na população são de 8,5% para estresse, 7,9% para ansiedade e 3,9% para depressão.

Consoante ao crescimento dos problemas de saúde mental, a procura por tratamentos também cresceu. Segundo Fabiano Carrijo, sócio da Psicologia Viva, plataforma de atendimento psicológico on-lin, apenas em março houve crescimento de 200% no número de consultas em relação ao mês de fevereiro.



## **CÂMARA MUNICIPAL DE ITAPEVA**

**Palácio Vereador Euclides Modenezi**

Avenida Vaticano, 1135 – Jardim Pilar – Itapeva – São Paulo – 18406-380  
Secretaria Administrativa

---

A pesquisa da UERJ sinaliza que quem recorreu à psicoterapia na internet apresentou índices melhores de estresse e ansiedade. Quem praticou exercícios físicos, sobretudo exercícios aeróbicos, também tiveram um desempenho melhor do que as pessoas que não fizeram nenhuma atividade física.

Jaqueline Nunes, cabo da Polícia Militar, conta que estabelecer uma rotina de sono regrado, exercícios físicos e se ocupar com livros e meditação no tempo livre, tem sido a forma como tem lidado com o estresse durante a pandemia. “Estabeleço um horário fixo para acordar e estabeleço coisas para fazer, nem que seja limpar a casa”.

Porém o professor Alberto Filgueiras, da UERJ, também alerta que a pressão social em tempos de isolamento pode acabar impondo ainda mais estresse às pessoas. “Esse período da quarentena não é o momento de mudar seus hábitos radicalmente. Isso pode gerar ainda mais angústia. Respeite seu estilo de vida e seus limites.” (fonte: [https://www.em.com.br/app/noticia/bemviver/2020/05/13/interna\\_bem\\_viver,1146985/casos-de-estresse-ansiedade-e-depressao-disparam-em-meio-a-pandemia.shtml](https://www.em.com.br/app/noticia/bemviver/2020/05/13/interna_bem_viver,1146985/casos-de-estresse-ansiedade-e-depressao-disparam-em-meio-a-pandemia.shtml) )

Pelo exposto, aguardamos resposta e providências sobre o assunto.

Palácio Vereador Euclides Modenezi, 25 de junho de 2021.

MARINHO NISHIYAMA

VEREADOR - PP