



# CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

## INDICAÇÃO Nº 3864/2023

Indica a realização de estudos e análises acerca da criação da Plataforma Municipal de Prevenção à Depressão, Ansiedade e Angústia – “Plataforma Você é Especial”

Apresentamos, muito respeitosamente, ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, a presente Indicação para que, em consonância aos demais órgãos desta Preclara Administração Pública, Secretarias, Coordenadorias e Gerências, merecedoras do nosso mais profundo respeito, se dignem na realização de estudos e análises acerca da criação da Plataforma Municipal de Prevenção à Depressão, Ansiedade e Angústia.

À guisa de justificativas, objetivando:

- a) promover ações de prevenção à depressão;
- b) realizar campanhas educativas, permanentes e especiais na Semana Nacional de Conscientização sobre a Depressão para esclarecer sobre os diversos aspectos envolvidos, voltadas principalmente para crianças e adolescentes;
- c) promover a educação continuada dos profissionais de saúde no cuidado da pessoa com depressão e outros distúrbios mentais;
- d) garantir informação e acesso aos serviços especializados de saúde aos portadores de transtornos depressivos;
- e) apoiar familiares e pessoas próximas do portador de depressão;
- f) celebrar acordos e convênios para a pesquisa e o desenvolvimento de estratégias terapêuticas no combate à depressão e para o diagnóstico precoce.

Fonte: Agência Câmara de Notícias. <https://www.camara.leg.br/noticias/960412-CAMARA-APROVA-PROJETO-QUE-CRIA-O-PROGRAMA-NACIONAL-DE-PREVENCAO-DA-DEPRESSAO>

Paradigma: <http://cecanpiracicaba.com.br/2020/12/03/depressao-ansiedade-e-angustia-como-diferenciar-esses-sentimentos/>

*Depressão, ansiedade e angústia: como diferenciar esses sentimentos?*

Devido ao estresse da vida moderna, já considerado o mal do século, cada vez mais pessoas desenvolvem sinais e sintomas da ansiedade e da depressão em pelo menos algum momento de suas vidas.



## CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

“São fatores que atingem a todos de maneira geral, mas que ocorrem com mais frequência no paciente com câncer, devido à série de sentimentos associados à doença”, disse a psicóloga do CECAN – Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba, Pedrilha de Goes Baggi, durante palestra ministrada a pacientes e acompanhantes.

Segundo ela, estudos revelam que o diagnóstico do câncer pode afetar a saúde mental dos pacientes oncológicos e que 25% deles apresentam sintomas de ansiedade e/ou depressão. “Entender melhor esses sintomas e iniciar o tratamento o quanto antes fazem a diferença e ajudam a evitar que o paciente perca a esperança em relação a sua cura”.

Um dos sintomas que a depressão costuma provocar é uma tristeza intensa, não existindo necessariamente motivo aparente para isso. “É diferente da tristeza que a pessoa sente quando ela perde o seu cachorro ou quando vai mal na prova”, exemplifica.

Ela lembra que na depressão, a tristeza é muito persistente e a pessoa deixa de sentir prazer no que costumava gostar de fazer, como viajar, ir ao clube ou ao cinema. “Nesta fase, a pessoa sofre uma ausência de vitalidade, de energia e não uma ausência de felicidade”, explicou.

A psicóloga revela que a ansiedade, por sua vez, se manifesta através de preocupações constantes, acompanhadas normalmente por uma sensação de que “algo ruim irá acontecer”, de irritabilidade, medos exagerados e dificuldade para relaxar.

Pedrilha abordou também aspectos relacionados à angústia, que difere da ansiedade. “A angústia vem acompanhada por um sofrimento que causa uma sensação de vazio, sufocamento e descontentamento, tornando-se uma manifestação emocional perturbadora e incômoda, que pode ser confundida com ansiedade, pânico, depressão e problemas cardíacos, entre outros”, observou.

Para a psicóloga, conhecer melhor esses sinais e sintomas, certificando-se que suas ocorrências podem ser prevenidas e tratadas com apoio de profissionais preparados, amparo familiar e dos amigos, ajudam a enfrentar e superar a doença.

Ela frisou também a importância do autocuidado. “Na prática, isso significa estar em sintonia consigo mesmo, reconhecer as coisas que gosta de fazer e cuidar da saúde em todos os aspectos, fazendo escolhas saudáveis com relação à alimentação, ao lazer, ao descanso e às emoções”, finalizou.

Protocola-se a Indicação em cotejo, pugnando que, Vossas Excelências se dignem na realização de estudos e análises acerca da criação da Plataforma Municipal de Prevenção à Depressão, Ansiedade e Angústia, o que se roga sempre muito respeitosamente, “Plataforma Você é Especial”.

“PALACETE VEREADOR CARLOS ALBERTO MANÇO”, 28 de julho de 2023.



# CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

JOÃO CLEMENTE