Indicação Nº 146/2025

Excelentíssimo Senhor Presidente da Câmara Municipal de Varginha.

O vereador subscritor solicita de Vossa Excelência que encaminhe a presente Indicação ao Senhor Prefeito Municipal e ao Secretário Municipal de Saúde **para que sejam implementadas diversas políticas e ações para apoiar mulheres na menopausa, seguem algumas iniciativas viáveis:**

1. Criar um Programa Municipal de Atenção à Menopausa

• Oferecer consultas médicas especializadas em ginecologia, endocrinologia e psicologia para atender as necessidades dessa fase.

• Disponibilizar exames gratuitos para diagnóstico e monitoramento de doenças associadas, como osteoporose e problemas cardiovasculares.

• Garantir acesso a terapias hormonais e alternativas pelo SUS municipal.

2. Criar Grupos de Apoio e Educação em Saúde

• Organizar encontros com especialistas para tirar dúvidas e compartilhar informações sobre sintomas, tratamentos e cuidados.

• Promover palestras e workshops sobre alimentação, exercícios físicos, sexualidade e saúde mental na menopausa.

• Criar grupos de apoio para troca de experiências entre mulheres, ajudando na redução do estigma e no suporte emocional.

3. Incentivar a Prática de Atividades Físicas

• Criar programas gratuitos ou acessíveis de yoga, pilates, dança e caminhadas, que auxiliam no controle dos sintomas.

• Estabelecer parcerias com academias ao ar livre e centros esportivos para incentivar a adesão da população feminina a essas práticas.

4. Ampliar o Acesso a Suplementação e Alimentação Adequada

• Criar programas de distribuição de cálcio, vitamina D e outros suplementos essenciais para a saúde óssea.

• Oferecer orientação nutricional gratuita em unidades de saúde e escolas municipais.

5. Capacitar Profissionais de Saúde e Assistência Social

• Promover treinamentos para médicos, enfermeiros, psicólogos e assistentes sociais sobre menopausa e climatério.

• Criar protocolos de atendimento humanizado e especializado nas Unidades Básicas de Saúde (UBS).

6. Implantar Políticas de Apoio no Ambiente de Trabalho

• Criar programas de conscientização para empregadores sobre a menopausa e seus impactos na produtividade.

• Incentivar políticas de flexibilidade no trabalho e adaptação do ambiente laboral para mulheres nessa fase.

7. Criar Campanhas de Conscientização

• Realizar ações educativas em escolas, centros comunitários e redes sociais para desmistificar a menopausa.

• Estabelecer o "Mês da Conscientização da Menopausa" para reforçar a importância do tema.

JUSTIFICATIVA

É essencial que as instituições públicas e privadas reconheçam as necessidades dessas mulheres, promovendo um ambiente mais acolhedor e informativo.

Essas ações são fundamentais para garantir que as mulheres tenham o suporte necessário durante essa fase da vida, contribuindo para seu bem-estar físico e emocional.

Essas iniciativas podem ser adaptadas à realidade do município e implementadas com apoio de parcerias entre poder público, universidades e entidades sociais.

Solicito que seja analisada com atenção e que sejam tomadas as providências necessárias para viabilizar a implementação dessas políticas.

Sala das Sessões da Câmara Municipal de Varginha, em 2 de abril de 2025.

MARCO ANTÔNIO DE SOUZA
Vereador

Praça Governador Benedito Valadares, 11 - Centro - CEP 37002-020 - Varginha / MG - Telefone: (35) 3219.4757
http://www.varginha.mg.leg.br e-mail: camara@varginha.mg.leg.br / imprensa@varginha.mg.leg.br