ESTADO DO RIO DE JANEIRO
CÂMARA MUNICIPAL DE MACAÉ
Macaé Capital do Petróleo
Lei Estadual nº 6081 de 21.11.2011

INDICAÇÃO ___ 2025

A Vereadora que a presente subscreve, depois de observar as normas regimentais **INDICA** ao Excelentíssimo Senhor Chefe do Poder Executivo Municipal que, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, em parceria com A Secretaria de Desenvolvimento Social, institua o **Programa Saúde Mental em Movimento**.

O programa tem como objetivo a descentralização do cuidado em saúde mental, levando equipes multidisciplinares (psicólogos, assistentes sociais e educadores físicos) para as praças, parques e polos da Estratégia de Saúde da Família (ESF), utilizando a atividade física e a integração comunitária como ferramentas terapêuticas.

Justificativa:

A presente Indicação fundamenta-se na necessidade urgente de ampliar as estratégias de cuidado com a saúde mental da população de Macaé. O aumento global nos índices de ansiedade, depressão e estresse exige que o Poder Público adote medidas que vão além dos consultórios tradicionais, alcançando o cidadão em seu território de convivência.

O Programa **"Saúde Mental em Movimento"** propõe uma abordagem inovadora e eficaz, para levar o atendimento para as praças e bairros, o programa remove barreiras geográficas e o estigma muitas vezes associado à busca por centros especializados, como os CAPS, facilitando o acolhimento precoce.

Diversos estudos científicos comprovam que o exercício físico regular auxilia no controle de transtornos mentais, reduzindo a necessidade de intervenções farmacológicas e melhorando a qualidade do sono e o humor.

Através de grupos de caminhada orientada, ginástica adaptada e oficinas terapêuticas ao ar livre, o programa promove o convívio social, essencial para prevenir quadros de depressão, especialmente entre idosos e jovens.

A presença das equipes nos bairros permite identificar casos que necessitam de acompanhamento especializado antes que se tornem crises agudas, desafogando o sistema de emergência e as internações.

Sala das Sessões, 01 de Janeiro de 2025.

LIOMAR QUEIROZ DOS SANTOS
Vereadora

Elaborado Por: R.O

Palácio do Legislativo Natálio Salvador Antunes
Rodovia Christino José da Silva Júnior, s/n. Virgem Santa
Macaé-RJ. CEP: 27.948-010
Telefone/Fax (022) 2772-4681
E-mail: secretaria@cmmace.rj.gov.br