



CÂMARA MUNICIPAL DE ANCHIETA
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

GABINETE DO VEREADOR RICHARD COSTA

PROJETO DE LEI Nº ____/2018.

“Dispõe sobre a realização da Campanha Continuada Sobre a Síndrome do Pensamento Acelerado no Âmbito Municipal e dá outras providências”.

A Câmara Municipal de Anchieta, Estado do Espírito Santo, usando as atribuições que lhe são conferidas, aprova, e o Chefe do Poder Executivo sanciona a Presente Lei:

Art. 1º O Município promoverá campanha continuada para alertar sobre a Síndrome do Pensamento Acelerado, que será destinada a diminuir, no âmbito Municipal, a prevalência da mesma.

Art. 2º A Campanha será realizada em órgãos públicos municipais, prioritariamente em escolas, hospitais, ambulatórios e centros de saúde, e em associações de bairros.

Art. 3º A Campanha será desenvolvida pela Secretária Municipal de Saúde por meio das seguintes ações:

I - Divulgação dos principais fatores que ensejam o surgimento da síndrome e formas de minimizá-los;

II - Conscientização da população visando minimizar o surgimento de novos casos;

III - divulgação dos índices e males causados pela síndrome e o ônus aos cofres públicos.

Art. 4º A Campanha será realizada por um período não inferior a noventa dias, distribuído entre os meses do ano.

Art. 5º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.



CÂMARA MUNICIPAL DE ANCHIETA

ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

JUSTIFICATIVA

A presente proposta visa realizar no âmbito municipal, campanhas quanto à síndrome do pensamento acelerado.

Dentre os principais sintomas da síndrome do pensamento acelerado estão a dificuldade em relaxar a mente e acalmar os pensamentos, estando sempre em busca de estímulos, precisando de cada vez mais informações.

A síndrome do pensamento acelerado é uma condição moderna que tem origem com o ritmo alucinante das grandes cidades, com overdoses diárias de informações e obrigações que afetam a saúde emocional de uma boa quantidade de pessoas.

Depressão, estresse, síndrome do pânico e monofobia (medo de ficar sem celular) são outros exemplos de situações que ocorrem com muito mais frequência nas últimas décadas.

Especialistas dizem que a síndrome do pensamento acelerado não é uma doença, mas sim um sintoma vinculado a um quadro de transtorno de ansiedade.

As pessoas mais vulneráveis geralmente são aquelas que são avaliadas constantemente por conta das suas obrigações profissionais, não podendo desligar um minuto sequer, caso contrário o trabalho é comprometido. Bons exemplos são executivos, jornalistas, escritores, publicitários, professores e profissionais da saúde.

As possíveis causas são, além dessa ansiedade devido à pressão profissional, o excesso de informações às quais somos submetidos durante o dia, condição considerada normal nos dias de hoje.

É comum entre quem tem a síndrome do pensamento acelerado ter a sensação de estar sendo esmagado pela rotina, com aquela impressão de que 24 horas são insuficientes para cumprir tudo o que você tem planejado para o dia. Há o sentimento persistente de apreensão, falta de memória, déficit de



CÂMARA MUNICIPAL DE ANCHIETA

ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

atenção, irritabilidade e sono alterado. O humor flutuante é outra característica bem comum.

O esgotamento mental da pessoa que não consegue desacelerar o seu pensamento normalmente se converte em cansaço físico também. Isso porque o córtex cerebral, a camada mais evoluída do cérebro, "rouba" energia que deveria ser utilizada em músculos e outros órgãos.

Um componente que colabora muito para o aumento nos casos de síndrome do pensamento acelerado e para a piora no quadro é a tecnologia. Primeiro, com a popularização da televisão, há décadas, as crianças começaram a ter menos atenção na escola e os educadores mais dificuldade para influenciar o universo psíquico dos jovens. Depois, vieram os computadores e videogames.

Hoje, as redes sociais são um mundo que oferece um excesso de estímulos e informações. Passar o dia diante do computador e da Internet faz indivíduo adquirir característica de pessoa "hiperpensante", armazenando uma quantidade absurda de informações e textos (lidos e escritos) e imagens passando pelo nosso cérebro em um tempo curto.

Além disso, ser usuário de uma rede social colabora para a ansiedade - cria-se o costume de consultá-las o tempo todo para checar se há novas mensagens.

Desacelerar é a palavra-chave, tanto na infância quanto na fase adulta, de forma que a organização dos compromissos diários possa proporcionar um estilo de vida mais feliz e saudável.

Assim, visando proteção de nossas crianças e adolescentes, contamos com o apoio dos Nobres Edis para aprovação do presente projeto de lei.

É a justificativa.

Plenário Urias Simões dos Santos, 30 de outubro de 2018.

RICHARD OTONI COSTA
Vereador