

## MINUTA DE PROJETO DE LEI DO LEGISLATIVO

**Inclui a efeméride Dia e Semana do Climatério e da Menopausa, no Anexo da Lei nº 10.904 de 31 de maio de 2010 e alterações posteriores – Calendário de Datas Comemorativas e de Conscientização do Município de Porto Alegre, no dia 18 de outubro e Semana compreendida do dia 18 a 25 de outubro de cada ano.**

**Art. 1º** - Inclui a efeméride Dia e Semana do Climatério e da Menopausa, no Anexo da Lei nº 10.904 de 31 de maio de 2010 e alterações posteriores – Calendário de Datas Comemorativas e de Conscientização do Município de Porto Alegre, a ser comemorado anualmente, no dia 18 de outubro e Semana compreendida do dia 18 a 25 de outubro de cada ano.

**Art. 2º** - Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

### EXPOSIÇÃO DE MOTIVOS

Este Projeto de Lei tem por objetivo acrescentar no Anexo da Lei nº 10.904 de 31 de maio de 2010 e alterações posteriores, para instituir no Calendário de Datas Comemorativas e de Conscientização do Município de Porto Alegre o **Dia e Semana do Climatério e da Menopausa**, que compreende o dia 18 de outubro o dia da menopausa e a semana subsequente incluída para ações e trabalhos com a temática.

A transição menopáusicas é o período de vida da mulher caracterizado por transformações físicas e emocionais, decorrentes do desequilíbrio da produção hormonal. É um momento de mudança, cujos sintomas variam de pessoa a pessoa e podem impactar negativamente a qualidade de vida da mulher.

As ondas de calor, também conhecidas como fogachos, são um dos sintomas mais típicos da menopausa. Resultam de alterações no centro de regulação da temperatura corporal e acontecem predominantemente à noite, interferindo de forma importante na qualidade do sono. Podem ocorrer também ao longo do dia, gerando em muitas mulheres, constrangimento e ansiedade.

Entretanto, além dessas características, os fogachos e suores noturnos vêm se constituindo marcadores de risco cardiovascular. Mulheres com esses sintomas mais intensos têm maior incidência de infarto do miocárdio (coração) e acidente vascular cerebral (derrame).

Hábitos alimentares saudáveis, cuidados com o sono, exercício físico e controle do estresse podem melhorar essa sintomatologia. Mas, sem dúvida, a terapia hormonal da menopausa é o tratamento mais eficaz para ajudar as mulheres a não sofrerem com os desagradáveis efeitos dessas ondas.

Informações de conscientização não só para as mulheres, mas também para familiares e sociedade em geral são essenciais para ajudá-las a atravessar esse mar revolto de pluralidade de sensações.

Por meio deste projeto de lei buscamos a conscientização para a saúde da mulher, seja ela também compreendida nos meios públicos, incluídas com palestras, seminários, projetos, ou demais meios cabíveis com intuito desta cidade elucidar que os tabus sejam sempre esclarecidos.

Aos colegas vereadores, peço a aprovação deste projeto.



Documento assinado eletronicamente por **Claudia Araújo, Vereador(a)**, em 17/07/2023, às 15:45, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no Art. 10, § 2º da Medida Provisória nº 2200-2/2001 e nas Resoluções de Mesa nºs 491/15, 495/15 e 504/15 da Câmara Municipal de Porto Alegre.



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://sei.camarapoa.rs.gov.br>, informando o código verificador **0590414** e o código CRC **56DC9DA8**.