

# PROJETO DE LEI Nº , DE 2024

(Da Sra. Carmen Zanotto)

Institui a Semana Nacional da Medicina do Estilo de Vida e dá outras providências.

O Congresso Nacional decreta:

**Art. 1º** Fica instituída a Semana Nacional da Medicina do Estilo de Vida, a ser comemorada anualmente na última quinzena de maio.

**Art. 2º** A Semana Nacional da Medicina do Estilo de Vida tem por objetivo:

I - conscientizar a população sobre a importância de hábitos e práticas saudáveis para a prevenção de doenças crônicas e a promoção da saúde e do bem-estar,

II - incentivar a prática de hábitos saudáveis, especialmente por meio dos seis pilares da medicina do estilo de vida (nutrição, exercício, controle de substâncias tóxicas, manejo do estresse, saúde do sono e conexão social)

III - divulgar iniciativas e programas voltados para promover atividades e ações de conscientização como campanhas, palestras, seminários, e oficinas sobre o impacto do estilo de vida e a adoção de hábitos saudáveis na saúde, inclusive aqueles organizados por entidades da sociedade civil organizada;

IV - apoiar estudos e pesquisas sobre os benefícios e impactos da Medicina do Estilo de Vida na saúde pública.

**Art. 3º** Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.



## JUSTIFICAÇÃO

Inspirado pela proposta apresentada pelo nobre colega deputado Estadual Napoleão Bernardes na assembleia de Santa Catarina e também em resposta à sugestão proposta pela Diretoria do Colégio Brasileiro de Medicina do Estilo de Vida e do Colégio Regional em Santa Catarina, apresentamos a presente proposta visa instituir a Semana Estadual da Medicina do Estilo de Vida com o objetivo de conscientizar, sensibilizar e engajar a população sobre a importância de adotar hábitos saudáveis para prevenir doenças crônicas.

Criada há aproximadamente 15 anos, a Medicina de Estilo de Vida aposta em intervenções positivas no estilo de vida saudável para prevenir e também tratar complementarmente algumas doenças. É como se a gente parasse de olhar fixamente e somente à patologia e seus sintomas, para então observar a promoção de hábitos e escolhas mais sustentáveis.

A medicina do estilo de vida se baseia em seis pilares interconectados, que se complementam entre si e, juntos, promovem uma saúde plena e equilibrada. São eles: Alimentação saudável; Atividade física regular; Cessação do tabagismo e controle de substâncias tóxicas; Estratégias para controlar o estresse; Melhoria do sono e Conexões sociais.

A MEV como doutrina surgiu nos Estados Unidos da América. E de acordo com a definição do *American College of Lifestyle Medicine*, a especialidade preconiza “o uso terapêutico de intervenções de estilo de vida baseadas em evidências para tratar e prevenir doenças relacionadas ao estilo de vida em um cenário clínico”. O principal impacto da MEV se dá na redução da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, principalmente as cardiovasculares, diabetes e alguns tipos de câncer.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), por exemplo, enfatiza a importância da prevenção de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e obesidade, que estão fortemente associadas ao estilo de vida e a MEV é vista como um componente fundamental no controle dessas condições. Ainda que seja um campo relativamente novo, a Medicina do estilo de vida já demonstrou seu valor e potencial, trazendo um novo paradigma na relação médico-paciente e na maneira como encaramos a saúde e a prevenção de doenças.

Dados da revista médica *The Lancet*, trazem uma informação preocupante quanto ao tabagismo no mundo. Uma publicação realizada em maio de 2021 informa que o número de fumantes aumentou para 1,1 bilhão e que 89% destes novos fumantes ficaram dependentes aos 25 anos.

Outro dado importante a ser apontado é que, segundo estatísticas da Organização Mundial da Saúde, um em cada quatro adultos e quatro em cada cinco adolescentes não praticam atividade física suficiente. A OMS afirma



que até 5 milhões de mortes poderiam ser evitadas por ano se não fosse o sedentarismo.

Estes dados alarmantes fazem com que a especialidade Medicina e Estilo de Vida seja essencial para o bem-estar social e redução de mortes que podem ser evitadas com simples mudanças de comportamento.

Embora a Medicina do estilo de vida venha ganhando notoriedade e aceitação em diversos países, no Brasil, ainda não é reconhecida como uma especialidade pelo Conselho Federal de Medicina (CFM). No entanto, isso não impede que muitos médicos a incorporem em sua prática clínica, uma vez que os princípios da MEV estão fortemente alinhados com uma visão de cuidado integral e preventivo.

No Brasil, já há iniciativas que promovem as práticas no âmbito da medicina do estilo de vida, como o Colégio Brasileiro de Medicina do Estilo de Vida, o Centro de Medicina do Estilo de Vida da Universidade de São Paulo, o Programa de Mudança de Hábito e Estilo de Vida do Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, dentre outros.

Nesse contexto, a instituição da Semana da Medicina do Estilo de Vida alinha-se com as diretrizes da OMS e reforça o compromisso com a promoção da saúde e a prevenção de doenças, impulsionando a prevenção e o estilo de vida saudável como uma abordagem interdisciplinar que pode ser aplicada por profissionais de diferentes especialidades médicas.

Sala das Sessões, em      de      de 2024.

Deputada Carmen Zanotto

