

COMISSÃO DE SAÚDE

PROJETO DE LEI Nº 2.885, DE 2024

Institui o Dia Nacional do Sono e dá outras providências.

Autor: Deputado LINCOLN PORTELA

Relator: Deputado CÉLIO SILVEIRA

I - RELATÓRIO

O Projeto de Lei nº 2.885, de 2024, de autoria do Deputado Lincoln Portela, institui o “Dia Nacional do Sono”, a ser comemorado, anualmente, no dia 6 de abril.

Nos termos da proposição, a data terá como finalidade conscientizar a população brasileira sobre a importância do sono para a saúde física e mental e para a qualidade de vida. O texto também prevê que órgãos federais, estaduais e municipais de saúde pública promovam debates, palestras, publicações e outros eventos educativos com vistas à difusão de informações sobre os benefícios do sono.

Em sua justificção, o autor destaca evidências científicas que relacionam a qualidade do sono à saúde cardiovascular, imunológica e mental, bem como dados da Polícia Rodoviária Federal que apontam o impacto da sonolência ao volante na ocorrência de acidentes graves e fatais.

O PL, que tramita em regime ordinário e se sujeita à apreciação conclusiva, foi distribuído às Comissões de Saúde, para análise do seu mérito, e de Constituição e Justiça e de Cidadania, para apreciação da sua constitucionalidade, da sua juridicidade e da sua técnica legislativa. No prazo regimental, não foram apresentadas emendas.

É o Relatório.



II - VOTO DO RELATOR

O Projeto de Lei nº 2.885, de 2024, trata de tema de elevada relevância sanitária e social ao instituir o “Dia Nacional do Sono”, a ser comemorado, anualmente, no dia 6 de abril.

O sono não é apenas um estado fisiológico passivo, mas um processo biológico essencial à manutenção da saúde. Durante o sono, ocorrem importantes mecanismos de regulação hormonal, consolidação da memória, recuperação tecidual e equilíbrio metabólico. A privação crônica de sono está associada ao aumento do risco de doenças cardiovasculares, diabetes, transtornos de ansiedade e depressão, além de prejuízos cognitivos e redução da produtividade.

No âmbito da saúde pública, os distúrbios do sono, como insônia, apneia obstrutiva do sono e síndrome das pernas inquietas, constituem condições prevalentes e frequentemente subdiagnosticadas. A criação de uma data nacional voltada à conscientização pode contribuir para estimular o diagnóstico precoce, promover hábitos saudáveis de higiene do sono, reduzir fatores de risco associados a doenças crônicas e fomentar campanhas educativas em ambientes escolares e laborais.

Além disso, a proposição dialoga com a política de prevenção de acidentes de trânsito, considerando que a sonolência ao volante figura entre as principais causas de acidentes nas rodovias federais, com registros expressivos de mortes e feridos graves.

Importante registrar que a iniciativa não cria obrigações financeiras específicas ou estruturas administrativas complexas, limitando-se a instituir data comemorativa com caráter educativo, alinhada a esforços internacionais de conscientização.

No mérito, a proposição revela-se oportuna, adequada e alinhada às diretrizes de promoção da saúde e prevenção de doenças preconizadas pelo Sistema Único de Saúde.

Diante do exposto, nosso voto é pela APROVAÇÃO do Projeto de Lei nº 2.885, de 2024.



Sala da Comissão, em de de 2026.

Deputado CÉLIO SILVEIRA
Relator

