

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL

OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS



ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS

DEPUTADO ESTADUAL
**CHARLES
SANTOS**
Juntos pelos mineiros!

FRENTE PARLAMENTAR EM DEFESA DA FAMÍLIA E DA VIDA

Coordenação:
Deputado Estadual Charles Santos

DEPUTADO ESTADUAL
**CHARLES
SANTOS**
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

**ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS**

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

**Qual o impacto
(negativo/positivo)
das redes sociais na saúde mental?**

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

1º ponto:

Os problemas de saúde mental são multicausais. Surgem de um conjunto complexo de fatores.

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

2º ponto:

As redes sociais podem criar padrões ideais e inalcançáveis. Por lá, as pessoas postam fotos e compartilham momentos marcantes que geralmente são bons.

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

3º ponto:

Estudos comprovam que o uso excessivo de telas é responsável pelo “fenômeno de dependência”, provocando estímulos constantes e reforços positivos, como comentários, validações e curtidas.

Fonte: Portal UNIMED

DEPUTADO ESTADUAL
CHARLES SANTOS
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

4º ponto:

Outro fenômeno atual é o conhecido como "cyberbullying", momento no qual pessoas com dificuldade de interação interpessoal encontra amigos e até mesmo relações afetivas.

Fonte: Portal UNIMED

DEPUTADO ESTADUAL
CHARLES SANTOS
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

5º ponto:

Por serem grandes geradoras de dopamina, acessar as redes sociais rapidamente torna-se um hábito. Uma rápida consulta ao Instagram, por exemplo, antes de dormir pode virar minutos de rolagem de tela, reduzindo a produção de melatonina, um dos hormônios responsáveis pela indução e manutenção do sono.

Fonte: Portal UNIMED

DEPUTADO ESTADUAL
CHARLES SANTOS
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

6º ponto:

Os pontos até aqui elencados elevam o risco de um transtorno de ansiedade pelo excesso de estímulos, como pela comparação com outras pessoas e até mesmo pelos prejuízos no ciclo de sono.

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

Como lidar com isso?

- ✓ **Faça uma seleção de conteúdo.**
 - ✓ **Desative notificações.**
- ✓ **Estabeleça uma meta de uso.**

AUDIÊNCIA PÚBLICA

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

Como lidar com isso?

- ✓ **Tenha outros passatempos.**
- ✓ **Foque na sua vida presencial.**
- ✓ **Tenha senso crítico.**

INICIATIVAS PARLAMENTARES

- **Institui a política estadual de valorização da vida na rede estadual de ensino.** Lei 23.764 de 2021, originada do projeto de lei 1.214 de 2019
- **Determina a veiculação de propagandas educativas contra a violência autoprovocada em eventos culturais e esportivos realizados no Estado.** Lei 24.499 de 2023, originada do projeto de lei 3.008 de 2021
- **Dispõe sobre a comunicação pelos condomínios residenciais aos órgãos de segurança pública de ocorrência ou de indícios de violência doméstica e familiar.** Lei 23.643 de 2020, originada do projeto de lei 1.054 de 2019

INICIATIVAS PARLAMENTARES

- **Dispõe sobre a contratação de psiquiatras, psicólogos, assistentes sociais e terapeutas ocupacionais, na estrutura da Secretaria de Estado de Saúde, para oferecer atendimento às vítimas de depressão e tendências suicidas.** Projeto de lei 371 de 2023 **(aprovado em 2º turno no Plenário dia 10 de setembro, aguardando sanção)**
- **Outros projetos de lei em tramitação:** 1.925/2020; 2.036/2020; 3.247/2021; 26/2023; 37/2023; 344/2023; 633/2023; 701/2023; 926/2023; 959/2023; 1473/2023; 2511/2024



AUDIÊNCIAS

DEPUTADO ESTADUAL
CHARLES SANTOS
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS





AUDIÊNCIAS

DEPUTADO ESTADUAL
CHARLES SANTOS
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS



EU TE OUÇO, RESPEITO & ACOLHO

DEPUTADO ESTADUAL
**CHARLES
SANTOS**
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS



PARTICIPE

 **@charlessantosmg**

 **assembleiamg**

#SaúdeMentalALMG

DEPUTADO ESTADUAL
CHARLES SANTOS
Juntos pelos mineiros!

AUDIÊNCIA PÚBLICA
SAÚDE MENTAL
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS

 **ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS**