

**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO****30º GV – Gabinete da Vereadora Rute Costa****PROJETO DE LEI Nº ____/2026**

“Institui a Política Municipal de Atenção e Prevenção à Nomofobia Relacionada ao Uso Excessivo de Telefones Celulares no Município de São Paulo, e dá outras providências.”

À Câmara Municipal de São Paulo Decreta:

Art. 1º Fica instituída, no âmbito do Município de São Paulo, a Política Municipal de Atenção e Prevenção à Nomofobia Relacionada ao uso excessivo de telefones celulares, voltada ao acolhimento, orientação e cuidado do munícipe que apresente sofrimento psíquico associado ao uso excessivo ou compulsivo de telefone celular.

Parágrafo Único: Para os fins desta lei, considera-se nomofobia o medo ou ansiedade excessiva decorrente da impossibilidade de acesso ou uso de telefones celulares e dispositivos móveis, quando tal condição impactar negativamente a saúde, a convivência familiar, o desempenho escolar, profissional ou a vida social do indivíduo.

Art. 2º São objetivos da Política Municipal de Atenção à Nomofobia:

- I - assegurar acolhimento humanizado em saúde mental ao munícipe com sintomas de nomofobia;
- II - evitar a progressão do sofrimento psíquico relacionado ao uso do telefone celular;
- III - fortalecer a família como núcleo essencial de apoio, orientação e equilíbrio;
- IV - promover o uso responsável do telefone celular.

Art. 3º O Poder Executivo fica autorizado a ofertar atendimento específico à nomofobia, no âmbito da rede municipal de saúde mental.



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

30º GV – Gabinete da Vereadora Rute Costa

Art. 4º O atendimento poderá incluir, conforme avaliação profissional:

I - acolhimento psicológico individual;

II - acompanhamento terapêutico breve e focal;

III - orientação clínica sobre limites saudáveis de uso do telefone celular;

IV - orientação familiar, com participação de responsáveis ou familiares, sempre que recomendado;

V - encaminhamento para outros serviços da rede pública de saúde mental, quando necessário.

Art. 5º As despesas decorrentes da execução desta lei correrão por conta de dotações orçamentárias próprias, suplementadas se necessário.

Art. 6º O Poder Executivo poderá regulamentar a presente lei no que couber.

Art. 7º Esta lei entra em vigor na data de sua publicação.

Sala das sessões, em 19 de fevereiro de 2026.

VEREADORA RUTE COSTA
Partido Liberal - PL



CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO PAULO

30º GV – Gabinete da Vereadora Rute Costa

JUSTIFICATIVA

O presente Projeto de Lei tem por finalidade instituir a Política Municipal de Atenção e Prevenção à Nomofobia Relacionada ao uso excessivo de telefones celulares no município de São Paulo, com foco na promoção da saúde mental e no fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários.

A crescente presença das tecnologias digitais no cotidiano da população trouxe inegáveis avanços sociais, educacionais e econômicos. Contudo, estudos científicos recentes apontam que o uso excessivo e desregulado de telefones celulares pode ocasionar impactos negativos na saúde mental, especialmente entre crianças, adolescentes e jovens, manifestando-se por meio de ansiedade, irritabilidade, prejuízo ao sono, dificuldades de concentração e comprometimento das relações interpessoais, fenômenos associados à chamada nomofobia.

Há diversos sintomas que caracterizam a nomofobia. Entre os principais sinais, estão:

- Hábito de olhar continuamente para a tela do celular;
- Falsa percepção de toques ou vibrações no dispositivo;
- Necessidade crescente de tempo de uso para sentir o mesmo prazer;
- Tremores, falta de ar e excesso de suor causados pela ausência do celular;
- Dificuldade de concentração;
- Uso do dispositivo em situações perigosas, como ao dirigir ou ao atravessar a rua;
- Irritabilidade porque esqueceu o celular em casa;
- Gasto de horas rolando o *feed* das redes sociais.

O Município de São Paulo, por sua dimensão populacional, enfrenta desafios significativos relacionados à saúde mental e à convivência familiar e comunitária. Nesse contexto, a presente propositura busca promover ações preventivas, educativas e intersetoriais, sem caráter punitivo ou restritivo de direitos, priorizando a orientação, a informação e o fortalecimento das redes de cuidado.



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

30º GV – Gabinete da Vereadora Rute Costa

Diante do exposto, conto com o apoio dos nobres Pares para a aprovação deste importante projeto de lei.

Sala das sessões, em 19 de fevereiro de 2026.

A handwritten signature in blue ink, reading "Rute Costa".

VEREADORA RUTE COSTA
Partido Liberal - PL