Fls:Nº 01
Proc.Nº 635/2022

INDICAÇÃO Nº **595/2022** IND

DISPÕE SOBRE CONTRATAÇÃO DE INSTRUTOR DE GINÁSTICA PARA TRABALHAR NOS PARQUES E PISTAS ONDE TEM EQUIPAMENTOS DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NESTE MUNICÍPIO.

Senhor Presidente,

Indico ao Sr. Chefe do Executivo, se digne sua excelência interceder junto a secretaria competente, para que estude a possibilidade de contratar instrutores de ginástica para trabalhar nos parques e pistas onde tem equipamentos de exercícios físicos neste Município.

Plenário Vereador Wagih Salles Nemer, 14 de Março de 2022.

Thiago Rodrigues Alves
Vereador

Câmara Municipal de Barueri
A Secretaria Legislativa para providenciar conforme pede a Propositura
Em 29 / 03 /2022
Presidente

Justificativa

Justifico a presente propositura considerando que este Vereador foi procurado por moradores do município afirmando que o **Parque Municipal Dom José oferece** atividades físicas para adultos como Tai Chi Chuan, Yoga e Ginástica e que o mesmo poderia ser expandido em modalidades para outras áreas do município como a praça de lazer Jardim Audir, Parque Linear, Parque ecológico e outras áreas que abrigam equipamentos de exercícios e pistas de caminhadas indica-se a implantação de um programa de acompanhamento da população que se utiliza destes equipamentos nos seguintes itens:

- Aquecimento
- Caminha leve para iniciantes, caminhada de média intensidade e caminhada vigorosa
- Caminhada para idosos
- Modo de usar corretamente o aparelho
- Ginástica móvel com bikes
- Várias modalidades de exercícios, Yoga, Tai Chi Chuan e caminhadas no Parque municipal e Parque ecológico do Tietê, inclusive aos sábados e domingos.

Fls:Nº 02
Proc.Nº 635/2022

Considerando que exercícios errados podem levar a lesões a curto, médio e longo prazo, e caminhadas indevidas pode oferecer risco a saúde impactando o sistema de saúde em atendimentos imediatos e outros crônicos que também prejudica o bem estar do munícipe;

Lembrando que uma vida mais saudável através de exercícios pode trazer benefícios a saúde do munícipe e diminuir o atendimento no sistema de saúde do município;

A caminhada é aconselhada a idosos, portadores de doenças cardíacas, diabetes, osteoporose, obesidade e colesterol alto. Auxilia também no tratamento de depressão;

Cada faixa etária de idade tem demandas de exercícios completamente diferentes, portanto é necessário um instrutor para orientação;

Caminhar ajuda a perder peso, melhora o condicionamento físico, fortalece os músculos das pernas, trabalha a função cardiovascular.

Exercícios promovem a saúde que é um direito fundamental e deve ser de acesso à todos, a Constituição Federal de 1988, diz que a saúde é um direito universal e a reconhece como direito fundamental conforme descrito na Seção II, Art. 196:

"A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação."

A contratação desses profissionais deve ser vista como um instrumento de desenvolvimento e de qualidade de vida e saúde a todos que necessitam.

Assim, a execução desta solicitação é de vital importância em nosso município.

Certo de poder contar com a sua valiosa colaboração, desde já agradeço a atenção.