Fls: Nº 01
Proc. Nº 2752/2022

INDICAÇÃO Nº **2579/2022** IND

DISPÕE SOBRE A POSSIBILIDADE DE TODOS OS CENTROS COMUNITÁRIOS DISPONIBILIZAREM O SERVIÇO DE INSTRUTOR DE ACADEMIA ESPECIALIZADO EM ATENDIMENTO A IDOSOS.

Senhor Presidente,

Indico ao Sr. Chefe do Executivo, se digne sua excelência interceder junto à secretaria competente, para que estude a possibilidade de todos os centros comunitários disponibilizarem o serviço de instrutor de academia especializado em atendimento a idosos.

Plenário Vereador Wagih Salles Nemer, 22 de Novembro de 2022.

Thiago Rodrigues Alves
Vereador

Câmara Municipal de Barueri
A Secretaria Legislativa para providencias conforme pede a proposição
Em 29/11/2022
Presidente

Justificativa

Justifico a presente propositura considerando que este Vereador foi procurado por moradores idosos do município afirmando que os centros comunitários não tem atividades físicas especializadas para idosos como Tai Chi Chuan, Yoga, Ginástica, musculação, alongamento entre outros.

Acredito que seja ideal um programa de acompanhamento da população de mais idade nos centros comunitários com intuito de realizarem exercícios físicos visto que a maioria dos que me procuraram estão na fila de espera do parque da maturidade e viram que a quantidade de pessoas na fila é tão grande que nem se propuseram a ficar aguardando.

As maiores reivindicações foram:

- Aquecimento
- Caminhada leve para iniciantes, caminhada de média intensidade e caminhada mais vigorosa
- Modo de usar corretamente os aparelhos
- Ginástica com bikes, esteiras e aparelhos no geral

-0171-

Fls: Nº 02
Proc. Nº 2752/2022

- Várias modalidades de exercícios, como as mencionadas no começo da justificativa.

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

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

Caminhada, ginastica, dança e musculação são aconselháveis 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 e 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 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, ao acesso universal e igualitário às ações, serviços para sua promoção, proteção e recuperação."

A contratação desses profissionais deve ser vista como um instrumento de desenvolvimento, 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.