

INDICAÇÃO Nº 02/2025

A Vereadora que esta subscreve, indica, com amparo no art. 174 do Regimento Interno, requerendo a leitura e discussão em plenário e posterior encaminhamento ao Executivo Municipal, sugerindo: QUE SEJA CRIADO E OFERECIDO UM PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS PARA OS IDOSOS, COM ACOMPANHAMENTO DE PROFISSIONAL DA ÁREA E AVALIAÇÃO COM EQUIPE MULTIPROFISSIONAL.

Considerando o crescente número de pessoas na terceira idade em nosso município, torna-se importante destacar a enorme contribuição no desenvolvimento local que essas pessoas deram e continuam dando ao longo dos anos, seja por meio de seu trabalho, suas ações comunitárias e construção da história local.

É, portanto, mais do que justo que o município busque oferecer mais alternativas de cuidado com a saúde e qualidade de vida para essa parcela importante da população, para que possam desfrutar sempre mais com saúde, alegria e vitalidade essa fase da vida.

Considerando que a atividade física é uma recomendação unânime dos profissionais de saúde, e que ela interfere de forma significativa na saúde física, mental e social, podemos afirmar que se trata de uma ação preventiva extremamente eficaz, uma vez que diversos estudos científicos comprovam que a prática regular de exercícios físicos tem um impacto positivo na prevenção de uma ampla gama de doenças, reduzindo, inclusive, os custos com medicina curativa.

O objetivo com a oferta do programa é oferecer instrução e oportunidade de atividades físicas de forma segura, simples e prática, sob orientação e acompanhamento de profissional da área, garantindo que todas as instruções sejam específicas considerando as condições dos participantes, e caso necessário, avaliação médica ou equipe multiprofissional, para um acompanhamento integral.

O programa proposto pode ser implementado de maneira eficaz através dos grupos de idosos, e/ou grupos específicos, incluindo momentos de orientação com atividades físicas, utilizando objetos comuns do dia a dia, com um profissional demonstrando as técnicas corretas e a postura adequada para realizar os exercícios com segurança, permitindo que possam fazer as atividades de forma independente também em suas casas.

Diante do exposto, SUGIRO a implantação do programa, que poderá ser denominado 'Viva Ativo + Vida e Saúde', considerando o benefício para o público em questão.

Tunápolis, 16 de janeiro de 2025.

LIANE JACINTA FINGER HECK

Vereadora Proponente