



Câmara Municipal de Pompeia

Estado de São Paulo

Rua João da Costa Vieira, 584 - Cx. Postal 46 - CEP 17580-970 - Telefax (014) 3452-1405 - Pompeia -SP

www.camarapompeia.sp.gov.br - e-mail: cmpompeia@camarapompeia.sp.gov.br

INDICAÇÃO N.º 401 /2010 Proc. 31.655 Of. 192/2010

AUTOR: ROGÉRIO TEIXEIRA BARBOSA

ASSUNTO: Sugere elaboração de programa específico e
horário exclusivo para idosos na Academia Vida.

Oficie-se.

Pompeia, 30/08/2010


Presidente

Excelentíssimo Senhor Presidente da Câmara Municipal de Pompeia;

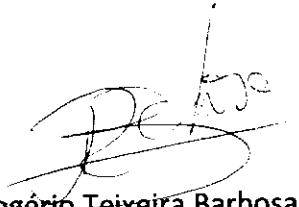
O envelhecimento populacional é uma realidade no nosso país, assim como em todo o mundo. Com o aumento do número de idosos ocorre um aumento das doenças associadas ao envelhecimento, destacando-se as crônico-degenerativas. A atividade física regular pode contribuir muito para evitar as incapacidades associadas ao envelhecimento. Seu enfoque principal deve ser na promoção de saúde, mas em indivíduos com patologias já instaladas a prática de exercícios orientados pode ser muito importante para controlar a doença, evitar sua progressão ou até mesmo reabilitar o paciente. A atividade física bem estruturada e elaborada para os idosos pode recuperar o ritmo e a expressividade do corpo, agilizar os reflexos e adequar os gestos a diferentes situações.

Considerando que o declínio das capacidades físicas e as modificações fisiológicas decorrentes do envelhecimento são aspectos fundamentais para a elaboração de programas de exercícios específicos para idosos e que os objetivos desses programas deverão estar diretamente relacionados com as alterações decorrentes do processo de envelhecimento, assim as metas associadas à prática de exercícios devem ser: melhoria da qualidade de vida, retardamento das alterações fisiológicas, melhoria das capacidades motoras e benefícios sociais, físicos e psicológicos.

INDICO, nos termos regimentais, que esta Casa envie ofício ao Superintendente do Departamento de Higiene e Saúde – DHS solicitando que o mesmo proceda estudos no sentido de elaborar programas de atividades físicas específicos para idosos bem como oferecer horários exclusivos para esta faixa etária na Academia Municipal Vida.

Sala das Sessões,

Pompeia, em 30 de agosto de 2010.


Rogério Teixeira Barbosa
Vereador – PT