



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

PALÁCIO VOTURA

GABINETE DO VEREADOR DU TONIN

Rua Humaitá, 1167 Centro – PABX: (19) 3885-7700.
CEP: 13.339-140 – Indaiatuba - SP

INDICAÇÃO 2023

Indica ao Prefeito Municipal providências junto à Secretaria de Esportes para implementar ações de promoção de atividade física na Vila dos Idosos.

Excelentíssimo Senhor Presidente,

Apresento a V. Ex.^a, nos termos do artigo 163 do Regimento Interno desta egrégia Casa Legislativa, a presente indicação, sugerindo ao Ex.^{mo} Senhor Prefeito Municipal ***providências junto à Secretaria de Esportes para implementar ações de promoção de atividade física na Vila dos Idosos.***

Solicito, após leitura em Plenário, que se oficie à autoridade competente.

Justificação

Há poucos dias (dia 18 p.p.) Indaiatuba entregou 40 chaves para idosos sorteados no programa habitacional “Vila dos Idosos *Residencial Luiz Carolini*” e esta sugestão tem como objetivo enriquecer esse projeto, indicando oferecer ações de promoção de atividade física para os moradores, atraindo-os para participarem, com esse fator de atração: a proximidade de casa, praticamente ‘no quintal’.



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

PALÁCIO VOTURA

GABINETE DO VEREADOR DU TONIN

**Rua Humaitá, 1167 Centro – PABX: (19) 3885-7700.
CEP: 13.339-140 – Indaiatuba - SP**

Em anexo, acrescento informações para enriquecer esta Indicação, que pode qualificar - e muito - a vida dos idosos moradores do Residencial.

Sala das Sessões, em 27 de março de 2023.

Eng. Eduardo Tonin
Vereador

ANEXO

“ATIVIDADE FÍSICA PARA TERCEIRA IDADE¹”

Tendo em vista a análise do desenvolvimento e do envelhecimento populacional e da importância da melhoria da qualidade de vida dessa parcela da população, um projeto de atividade física para a terceira idade na Vila dos Idosos volta-se para realização de atividade de promoção à saúde, focando especialmente a atividade física, contribuindo dessa forma para melhora da qualidade de vida. Além de beneficiar a população idosa, este projeto tem como objetivo reduzir os custos na área da saúde do município, promovendo longevidade de forma saudável.

¹ Com informações dadas pelo Educador Físico Icaro Guimarães de Oliveira, CREF 066166/G-SP



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

PALÁCIO VOTURA

GABINETE DO VEREADOR DU TONIN

***Rua Humaitá, 1167 Centro – PABX: (19) 3885-7700.
CEP: 13.339-140 – Indaiatuba - SP***

O projeto deve ser realizado por profissionais de educação física com a finalidade de desenvolver programas de atividade física, buscando a promoção da saúde dos participantes, bem como contribuir para construção por parte dos envolvidos, do conhecimento teórico e prático sobre o processo de envelhecimento, melhores formas e práticas destinadas ao público alvo, aprendendo como lidar com o idoso e assisti-lo em suas necessidades.

O envelhecimento populacional é um dos maiores desafios da saúde pública contemporânea. Esse fenômeno ocorreu inicialmente em países desenvolvidos, contudo, mais recentemente é nos países em desenvolvimento que o envelhecimento da população tem ocorrido de forma mais acentuada.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, são considerados idosos os indivíduos com 60 anos ou mais. Dentre o processo de envelhecimento é acompanhado de diversas modificações, embora a adversidade mais presente seja o despojamento social. Ser idoso, na nossa sociedade, muitas vezes é sobreviver sem perspectivas e submeter-se a burocracias das instituições.

É preciso que o indivíduo tenha projetos que não envelheçam, é preciso sedimentar uma cultura positiva de velhice com interesses, trabalhos, responsabilidades, que tornem sua sobrevivência digna.

O conceito de qualidade de vida é entendido enquanto o fenômeno que se interrelaciona com as diversas dimensões do ser humano. Acrescentando, qualidade de vida é uma noção eminentemente humana que se aproxima do grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental.

Devido à escassez na área de desenvolvimento de ações que criem ambientes de apoio, como prática de atividade física, lazer e opções saudáveis de divertimento aos idosos, a Educação Física pode fazer a diferença. Como bem sabemos, a Educação Física é reconhecida como capaz de facilitar e



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

PALÁCIO VOTURA

GABINETE DO VEREADOR DU TONIN

***Rua Humaitá, 1167 Centro – PABX: (19) 3885-7700.
CEP: 13.339-140 – Indaiatuba - SP***

orientar a promoção da saúde. Tendo em vista esta análise do desenvolvimento populacional, convém a criação de um projeto voltado para realização de atividades que proporcione aos idosos promoção de saúde, focando especialmente na melhoria da qualidade de vida e integração social o que pode gerar sensação de prazer e alegria, liberdade e autonomia para cada morador da Vila dos Idosos.

O projeto “Atividade Física na Vila dos Idosos”, deve ser desenvolvido no espaço comunitário, sempre por um profissional de Educação Física. As atividades podem ser desenvolvidas com periodicidade pré-definida e em cada encontro pode ser proposto uma série de atividades, onde deverá ser respeitado os limites de cada idoso. Previamente os participantes terão que passar por uma avaliação médica, testando capacidade para prática de atividade física. Poderá, ainda, ser realizado ao longo do projeto palestras com diversos temas relacionados aos benefícios da atividade física.