CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

PALÁCIO VOTURA

Rua Humaitá n. º 1167 Centro – Fone/Fax: (19)3885-7700
CEP: 13.339-140 - Indaiatuba – SP

0035078
PROC. CMI 4860/2025
08/10/2025 16:05
IND 2508/2025

DESPACHADA
28ª Sessão Ordinária - 13/10/2025
Presidente: TÚLIO JOSÉ TOMASS DO CARMO

INDICAÇÃO

Indica ao Prefeito Municipal a reserva de vagas e melhoria da acessibilidade nos programas de esportes adaptados para 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 **a reserva de vagas e melhoria da acessibilidade nos programas de esportes adaptados para idosos**. Solicito, após leitura em Plenário, que se oficie à autoridade competente.

Assunto: Esporte

JUSTIFICATIVA:

A presente sugestão solicita à Secretaria Municipal de Esportes e Lazer que sejam adotadas medidas para reservar um número mínimo de vagas específicas nos programas de esportes adaptados para a população idosa, bem como adequar os canais de inscrição e acesso, garantindo a plena participação dessa parcela da população nas atividades esportivas do município.

Essa solicitação tem como fundamento o crescente envelhecimento da população brasileira e a consequente necessidade de políticas públicas inclusivas e intersetoriais voltadas à saúde, mobilidade, autonomia e bem-estar das pessoas idosas. Os programas de atividade física e esporte adaptado são instrumentos comprovadamente eficazes na promoção da saúde física, mental e social da população idosa, com impactos diretos na prevenção de doenças, na diminuição do uso de medicamentos, na redução de quedas, no estímulo à socialização e na ampliação da autonomia funcional.

Do ponto de vista da saúde pública, há ampla produção científica que sustenta a importância das práticas esportivas regulares na velhice. O Ministério da Saúde, em parceria com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), aponta que a prática regular de atividade física entre idosos reduz significativamente o risco de doenças cardiovasculares, osteoporose, diabetes

tipo 2, demências e depressão. Um estudo publicado no periódico científico *The Lancet* (Lee et al., 2012) concluiu que o sedentarismo é um dos principais fatores de risco para morte prematura, sendo comparável ao tabagismo. A Organização Mundial da Saúde (OMS), por sua vez, em suas diretrizes atualizadas em 2020, recomenda que pessoas com 65 anos ou mais pratiquem entre 150 e 300 minutos semanais de atividade física aeróbica de intensidade moderada (ou 75 a 150 minutos em intensidade vigorosa), exercícios de força muscular pelo menos duas vezes por semana, e atividades de equilíbrio em três ou mais dias da semana para prevenção de quedas e manutenção da funcionalidade.

Essas práticas estão diretamente associadas à redução de mortalidade por causas crônicas não transmissíveis, como hipertensão, doenças cardiovasculares, AVC, diabetes tipo 2 e alguns tipos de câncer. Além disso, há evidências robustas de que a atividade física regular auxilia na preservação da cognição, na prevenção de demências e na diminuição de sintomas depressivos e ansiosos, promovendo mais autonomia e qualidade de vida. A própria OMS reforça que mesmo idosos com mobilidade reduzida ou doenças crônicas devem ser incentivados a se manterem fisicamente ativos dentro de suas capacidades.

Contudo, observa-se que o atual modelo de oferta esportiva e de acesso às vagas no município, especialmente quando as inscrições são disponibilizadas de forma majoritariamente online, acaba por excluir ou limitar o acesso efetivo de muitos idosos, que enfrentam barreiras tecnológicas, cognitivas e físicas. Isso gera um desequilíbrio de oportunidades e compromete o princípio da equidade, uma vez que a simples existência das vagas não garante, por si só, o acesso pleno e justo à população idosa.

O Estatuto da Pessoa Idosa (Lei nº 10.741/2003) em seu artigo 3º estabelece que é obrigação da família, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação dos seus direitos à vida, à saúde, à cultura, ao esporte, ao lazer e à dignidade. O artigo 10 reforça que é dever do Estado zelar pela dignidade da pessoa idosa, garantindo-lhe o direito à cidadania e à participação plena na sociedade. O artigo 24, por sua vez, determina que os idosos devem ter acesso preferencial às atividades esportivas e de lazer, adaptadas às suas condições. Ademais, a Constituição Federal, no artigo 230, determina que a família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar.

Neste contexto, é urgente que o Município adote medidas que tornem seus programas esportivos não apenas abertos à população idosa, mas efetivamente acessíveis, com garantia de reserva de vagas destinadas a essa faixa etária, abertura de canais presenciais ou telefônicos de inscrição e acompanhamento, apoio de facilitadores ou monitores para orientação, e inclusão de atividades adaptadas às limitações funcionais mais comuns na terceira idade.

A efetiva inclusão de idosos em programas esportivos não deve depender exclusivamente da agilidade digital ou do conhecimento tecnológico, mas sim de mecanismos proativos do poder público que reconheçam e enfrentem as barreiras específicas dessa população. Ao implementar essas medidas, o município não apenas cumpre sua obrigação legal e constitucional, como também investe em saúde preventiva, reduz custos futuros com tratamentos médicos e fortalece o envelhecimento ativo e saudável como política pública estratégica.

Assim, esta Indicação busca promover o fortalecimento das políticas de envelhecimento ativo, garantindo o direito ao esporte e ao lazer de forma acessível, segura e continuada, como instrumento de cidadania, prevenção em saúde e promoção da qualidade de vida.

Sala das Sessões, em 8 de outubro de 2025.

Clélia Santos
Dados:
2025.10.08
15:42:58 -03'00'

CLÉLIA SANTOS
Vereadora