



Câmara Municipal de Rio Branco
Gabinete Vereador Samir Bestene

PROJETO DE LEI: PROGRAMA MELHOR IDADE ATIVA

Projeto de Lei que institui o Programa Melhor Idade Ativa, que trata da assistência municipal aos idosos de Rio Branco.

Art. 1º Fica instituído o Programa Melhor Idade Ativa, que trata da assistência municipal aos idosos.

Parágrafo único. São consideradas pessoas idosas, nos termos do art. 1º, da Lei 10.741/2003 (Estatuto do Idoso), aquelas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos.

Art. 2º O programa será executado pela Prefeitura de Rio Branco, através dos seguintes órgãos municipais:

- I. Secretaria Municipal de Assistência Social e Direitos Humanos;
- II. Secretaria Municipal de Educação;
- III. Secretaria Municipal de Saúde; e
- IV. Fundação Garibaldi Brasil.

§1º. A Prefeitura de Rio Branco formará uma comissão com representantes dos órgãos dispostos nos incisos anteriores com fito a planejar as ações de que trata esta lei; e

§2º O gestor titular da Secretaria Municipal de Assistência Social e Direitos Humanos será o Presidente da comissão.

Art. 3º O Programa Melhor Idade Ativa tem como objetivo:

- I. Promover a prática de atividades físicas para as pessoas idosas nos espaços públicos do município de Rio Branco, a fim de promover a saúde física e mental, portanto proporcionando uma melhor qualidade de vida a essas pessoas;
- II. Disponibilizar profissionais de Educação Física para acompanhar, monitorar e orientar essas pessoas durante os exercícios, para garantir a execução correta das atividades e evitar lesões;

Endereço: Rua Alvorada, nº 229, Sala 02 – Altos, Bosque – Sítio: <http://www.riobranco.ac.leg.br> -
Endereço eletrônico: samir.bestene@riobranco.ac.leg.br



Câmara Municipal de Rio Branco
Gabinete Vereador Samir Bestene

III. Realizar ações de saúde periodicamente com os participantes do Programa, tais como avaliações físicas e consultas médicas, para monitorar a saúde dos participantes, não excedendo o prazo de 6 (seis) meses.

Art. 4º As atividades serão desenvolvidas nas academias populares, quadras poliesportivas municipais, praças públicas ou em qualquer outro espaço que possa ser usado para a prática esportiva, desde que devidamente conveniado com a Prefeitura de Rio Branco.

Art. 5º Os profissionais de que trata o inciso II do art. 3º serão disponibilizados pela Prefeitura de Rio Branco.

Art. 6º A Prefeitura de Rio Branco fica autorizada a firmar convênios com as universidades locais, para que os discentes do curso de Educação Física realizem estágios nas atividades desenvolvidas por este Programa, os quais poderão auxiliar os profissionais de Educação Física devidamente registrados no Conselho Regional de Educação Física – CREF.

Art. 7º A Prefeitura de Rio Branco fica autorizada a firmar convênio com quaisquer outras entidades públicas ou privadas, objetivando a utilização dos espaços físicos para as atividades do Programa.

Art. 8º A Prefeitura deverá realizar o cadastro de todo o público alvo interessado em participar das atividades do presente Programa, devendo manter um banco de dados com informações das condições físicas e de saúde dessas pessoas.

Art. 9º. A Prefeitura de Rio Branco deverá disponibilizar através de aplicativo, disponível para telefones celulares e computadores, as informações de cada participante, para que os profissionais verifiquem as condições físicas e de saúde, bem como o histórico de cada um.

§1º O profissional de Educação Física também poderá inserir novas informações nos cadastros dos participantes.

§2º O profissional deverá receber as informações físicas e de saúde de cada participante com antecedência, para elaborar seu plano de atividades.

Art. 10. Antes do início das atividades, os participantes cadastrados deverão, obrigatoriamente, submeter-se a consulta médica, para as devidas avaliações, bem como, se necessário, deverão fazer exames conforme prescrição médica.

Parágrafo único. As avaliações de saúde que trata este artigo, têm como objetivo auxiliar o profissional de Educação Física a formular as atividades adequadas para cada participante.

Endereço: Rua Alvorada, nº 229, Sala 02 – Altos, Bosque – Sítio: <http://www.riobranco.ac.leg.br> -
Endereço eletrônico: samir.bestene@riobranco.ac.leg.br



Câmara Municipal de Rio Branco
Gabinete Vereador Samir Bestene

Art. 11. Havendo a necessidade, fica a Prefeitura autorizada a realizar contratações de pessoas físicas ou jurídicas, para a prestação dos serviços profissionais em Educação Física.

Art. 12. As ações deste Programa serão realizadas através de atividades em grupos, os quais deverão ser organizados considerando as seguintes circunstâncias de cada participante:

I. Endereço;

II. Condições físicas;

III. Condições de saúde;

IV. Disponibilidade de horários;

V. Idade.

Art. 13. Cada grupo formado nos termos do artigo 12 deverá, obrigatoriamente, ter um profissional de Educação Física como responsável.

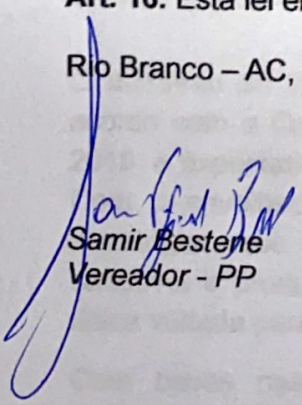
Art. 14. A Prefeitura deverá realizar ampla divulgação deste Programa, em todos os meios de comunicação possíveis, para que o público alvo seja alcançado.

Art. 15. As atividades do Programa Melhor Idade Ativa, deverão observar Decretos vigentes ou demais regulamentações municipais, estaduais ou federais, que regulem a prática de atividades físicas quando houver situações de Pandemias, Estado de Calamidade Pública ou similares.

Art. 16. A comissão disposta no §1º do art. 2º desta lei, deverá iniciar os trabalhos no prazo máximo de até 6 (seis) meses após a entrada em vigor desta lei.

Art. 16. Esta lei entra em vigor na data de sua publicação.

Rio Branco – AC, 25 de maio de 2021.


Samir Bestene
Vereador - PP

Endereço: Rua Alvorada, nº 229, Sala 02 – Altos, Bosque – Sítio: <http://www.riobranco.ac.leg.br> -
Endereço eletrônico: samir.bestene@riobranco.ac.leg.br



Câmara Municipal de Rio Branco
Gabinete Vereador Samir Bestene

JUSTIFICATIVA

A falta de atividades físicas é um dos grandes males da sociedade moderna, no mundo inteiro, e custa muito caro para as redes públicas de saúde quando um indivíduo é acometido de doenças. Com isso, percebe-se os benefícios dos exercícios físicos são inúmeros: prevenção da perda óssea, manutenção do tônus muscular, melhora do sistema cardiorrespiratório, regulação da glicemia, colesterol e triglicerídeos, entre outros.

A população em geral começa a ter perda de massa muscular e óssea a partir dos quarenta anos, podendo ser agravada com a chegada da terceira idade. Problemas ligados à hipertensão, diabetes e obesidade também se agravam nesta faixa etária, afirma Daniel Fagundes Godoy, professor do Parque Esportivo da PUCRS.

Segundo o professor, as doenças que mais acometem os idosos são as ligadas ao sobrepeso e sedentarismo como as cardíacas e o diabetes e algumas degenerativas. "A atividade física estimula a memória e coordenação motora dos idosos e, quando aliada ao convívio social com demais colegas pode levar a uma melhora ou estabilização de certas doenças neurológicas, como Alzheimer e Parkinson", lembra.

A atividade física é essencial para a saúde e para o bom funcionamento do corpo e da mente na terceira idade. Segundo uma pesquisa britânica sobre a importância da atividade física, publicada em 2018, atividades leves e simples, como passear pela vizinhança, cuidar do jardim ou brincar ao ar livre com os netos, podem contribuir mais do que se imagina para a saúde na terceira idade. Segundo os pesquisadores, algumas horas semanais de atividade física já são suficientes para diminuir o risco de morte em pessoas idosas. Cerca de 30 minutos de atividade de baixa ou moderada intensidade são suficientes para diminuir o risco de morte em até 33%.

O aumento da longevidade é uma tendência global, inclusive no Brasil. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), no período de 2000 a 2015, a expectativa de vida aumentou em cerca de 5 anos, em todo o mundo. Com o envelhecimento da população, é cada vez mais necessário traçar estratégias que permitam que essas pessoas vivam a velhice de forma saudável e produtiva. Para isso, a promoção da prática regular de atividade física voltada para idosos é uma das iniciativas mais eficazes.

Com bases nas informações já citadas acima resolvemos apresentar o programa melhor idade ativa.

Endereço: Rua Alvorada, nº 229, Sala 02 – Altos, Bosque – Sítio: <http://www.riobranco.ac.leg.br> -
Endereço eletrônico: samir.bestene@riobranco.ac.leg.br



Câmara Municipal de Rio Branco
Gabinete Vereador Samir Bestene

Objetivo: promover a prática de atividades físicas as pessoas da melhor idade do município de Rio Branco, bem como fazer o acompanhamento das atividades através de profissionais de educação física.

Publico Alvo: Idosos moradores do município de Rio Branco.

Endereço: Rua Alvorada, nº 229, Sala 02 – Altos, Bosque – Sítio: <http://www.riobranco.ac.leg.br> -
Endereço eletrônico: samir.bestene@riobranco.ac.leg.br