

CÂMARA DE VEREADORES DE PETROLINA
Casa Vereador Plínio Amorim
GABINETE DO VEREADOR CAPITÃO ALENCAR

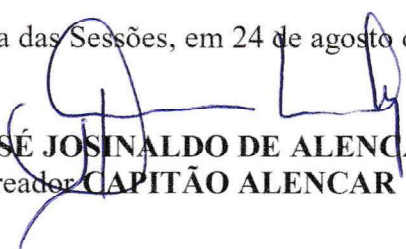
REQUERIMENTO Nº 429/2023

O Vereador **CAPITÃO ALENCAR**, que abaixo subscreve, **REQUER** a Mesa Diretora, após cumpridas as formalidades regimentais e ouvido o Plenário, que seja solicitado ao Excelentíssimo Senhor Deputado Federal **FERNANDO BEZERRA DE SOUSA COELHO FILHO**, bem como ao Excelentíssimo Senhor Deputado Estadual **ANTÔNIO DE SOUZA LEÃO COELHO**, a fim de que possam disponibilizar recursos, através de **EMENDA PARLAMENTAR**, destinados à **CONSTRUÇÃO DE ACADEMIAS EXCLUSIVAS PARA TERCEIRA IDADE (ACADEMIA PARA IDOSO)** em diversos locais estratégicos desta cidade, pelas razões expostas na justificativa.

JUSTIFICATIVA

Senhor Presidente, senhores pares, a proposição se justifica em função de que a academia ao ar livre atende a todas as faixas etárias e tem se mostrado uma proposta vantajosa para aqueles que se encontram na terceira idade e desejam se exercitar, dado os benefícios oferecidos — melhoria no condicionamento físico, no equilíbrio e na mobilidade e na ampliação do contato social, entre outros, a academia para terceira idade passou a ser uma estratégia adotada em ambientes públicos que se preocupam com o bem-estar e lazer das pessoas que estão nessa faixa etária. O aumento da expectativa de vida do brasileiro coloca em voga a importância de envelhecer com saúde e qualidade, e para garantir a presença de ambos se faz necessário a prática de exercícios físicos recorrentes. As vantagens de quem já entrou na terceira idade fazendo exercícios ou daqueles que eram sedentários e resolveram movimentar o corpo são notórias tanto para eles quanto para familiares e amigos que percebem uma transformação positiva. Assim, uma **academia específica para esse público** é primordial para que os mesmos possam assegurar a saúde física e mental. e o aspecto emocional é o mais visado, porque pessoas mais velhas tendem a desenvolver problemas emocionais, psicológicos e até quadros mais graves, como demência, por exemplo. Com a idade, as habilidades funcionais e o desempenho do corpo diminuem. A massa muscular diminui à custa do aumento da massa gorda, da flexibilidade das articulações e do declínio da resistência, bem como da densidade óssea. O volume máximo de oxigênio que o corpo pode utilizar para realizar o esforço, já começa a diminuir a partir dos 20 anos. Não se trata, portanto, de estigmatizar os maiores de 65 anos porque a prática de atividade física regular, mesmo moderada, tem virtudes significativas no corpo e na mente, seja qual for a idade. A chave para o bem-estar está na adaptação. A diversidade de esportes e exercícios físicos oferecidos é tão ampla que cada pessoa pode aprofundar sua prática em seu próprio ritmo e melhorar significativamente sua qualidade de vida. Face ao exposto, rogamos aos nobres pares no sentido de aprovarem justa e oportuna reivindicação que ora trazemos a esse colendo Plenário.

Sala das Sessões, em 24 de agosto de 2023.


JOSÉ JOSINALDO DE ALENCAR LIMA
Vereador **CAPITÃO ALENCAR**
cas

