

INDICAÇÃO Nº 199/25

Do edil: Maicon Fernando Ribeiro

O Vereador que esta subscreve, nos termos regimentais, após ouvido o Plenário, indica a Chefe do Poder Executivo Municipal, a renovação dos contratos firmados entre a Prefeitura Municipal e as Academias da cidade, para o desenvolvimento de atividades físicas destinadas ao pessoal da 3ª Idade.

Justificativa

Justifica-se a presente indicação, considerando que a prática de atividades físicas pelos idosos é especialmente benéfica porque proporciona o melhoramento da flexibilidade, coordenação, força e velocidade, elevando o nível de resistência e auxiliando no desenvolvimento das atividades cotidianas. Entre os principais benefícios de um programa de musculação para idosos, podemos destacar:

- Aumento da mobilidade articular;
- Melhora da coordenação motora;
- Diminui o risco de lesões;
- Aumenta a autoestima;
- Aumento da força muscular;
- Aumento da densidade óssea;
- Redução da gordura corporal;
- Melhora da função pulmonar e cardiovascular;
- Aumento da flexibilidade e resistência;
- Diminuição das dores musculares;
- Maior facilidade na execução das atividades cotidianas;
- Promove a inclusão social;
- Aumento da longevidade, entre outros benefícios.

Diante do exposto e considerando que a parceria entre a Prefeitura e as Academias para o desenvolvimento dessas atividades físicas para o pessoal da 3ª idade já vem sendo realizado há vários anos e tendo conhecimento que este benefício aos idosos foi descontinuado recentemente, venho encarecidamente encaminhar esta indicação para que a Prefeita Municipal reveja a decisão e promova a renovação dos contratos para a prestação desse serviço tão importante para a população idosa de nosso município, tão carente de atividades físicas e de lazer.

Sala das Sessões, 16 de setembro de 2025.

Maicon Fernando Ribeiro

Vereador