



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

PL 539/10

JUSTIFICATIVA

O presente projeto de lei visa estimular e orientar a prática desportiva nos parques públicos municipais através da disponibilização de professores de educação física do Município para acompanhar a prática política dos interessados e, assim, combater o sedentarismo nas diferentes faixas etárias da população.

Pelo projeto, cada parque municipal, dependendo do tamanho, terá de 2 a 6 professores de educação física, praticamente durante todo o dia. O projeto será aberto a todos, mas dará uma especial atenção aos idosos. Sempre que possível, o Município atuará de forma combinada com os clubes existentes na proximidade dos parques.

A atividade física é quase sempre saudável, mas é mais saudável quando acompanhada por especialistas, principalmente no caso dos idosos. A importância da atividade física para os idosos é assim descrita no site www.sitemedico.com.br: "De acordo com muitos estudiosos e pesquisadores, um ingrediente fundamental para o envelhecimento saudável é atividade física regular. De todos os grupos etários, as pessoas idosas são as mais beneficiadas pela atividade física. (...) Em geral, o exercício físico pode melhorar a capacidade cardiorrespiratória e neuromuscular em todas as idades. Em se tratando de atividade física para idosos, deve-se cercar de cuidados especiais, o acompanhamento deve ser de maneira integral. A atividade regular e sistemática aumenta ou mantém a aptidão física da população idosa e tem o condão de melhorar o bem-estar funcional e, conseqüentemente, diminuir a taxa de morbidade e de mortalidade entre essa população."

Creemos estar plenamente justificada a iniciativa de através da atividade física orientada se obter um salto de qualidade na saúde das pessoas, sobretudo, que buscam nos parques públicos mais que diversão, mas prazer com saúde.

Assim sendo, justificado o interesse social desta propositura, pedimos apoio para sua aprovação.