



Câmara Municipal de São Paulo

Folha n.º 460 de 76

165

PROJETO DE LEI

01-0460/1996

LIDO HOJE
 ÀS COMISSÕES DE 21 MAI 1996
 COMISSÃO DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
 E SAÚDE E BEM-ESTAR

PR. DEN. E

Dispõe sobre a instituição da "CAMINHADA DO CORAÇÃO" no âmbito do município de São Paulo, e dá outras providências.

A CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO PAULO, decreta:

21 MAI 16 10 SR 00002

CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO PAULO
D. 1.º PLEN. 1.º

Art. 1º - Fica instituída a "CAMINHADA DO CORAÇÃO" no âmbito do Município de São Paulo, a ser realizada, anualmente, no segundo domingo do mês de setembro.

2º - O evento instituído pelo artigo 1º (primeiro) fica incluído no Calendário Oficial do Município de São Paulo.

3º - Fica criado o "CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO DA CAMINHADA DO CORAÇÃO" a ser conferido a todos os participantes da caminhada.

Art. 2º - O Poder Executivo, através de seus órgãos competentes, será responsável pelo planejamento e expedição da regulamentação competente relativa ao evento.

Parágrafo único - O Poder Público Municipal poderá aceitar o patrocínio de Empresas Privadas na realização da "CAMINHADA DO CORAÇÃO", podendo, também, ser beneficiadas através de propaganda institucional.

SEÇÃO DE REVISÃO

21 MAI 1996

-DT. 10-



Folha n.º 2
n.º 46 do 19 96

Câmara Municipal de São Paulo

Art. 3º - A caminhada será realizada de acordo com o circuito determinado pelo Poder Executivo.

Art. 4º - O Executivo regulamentará a presente Lei no prazo de 30 (trinta) dias, a partir da data de sua publicação no D.O.M..

Art. 5º - As despesas decorrente da execução desta Lei correrão por conta de, dotações orçamentarias próprias, suplementadas, se necessário.

Art. 6º - Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação revogadas as dispões em contrário.

Sala da Sessões, 21 de maio de 1996.


JOSÉ ÍNDIO FERREIRA DO NASCIMENTO
Vereador



Câmara Municipal de



JUSTIFICATIVA

Atualmente é reconhecido que a inatividade ou sedentarismo podem ser prejudiciais à saúde.

Queremos destacar que a falta de costume decorre ou por inabilidade física ou por hábitos psicossociais históricos que consideravam o exercício regular físico ou o esporte um elemento de desgaste do organismo, principalmente do coração. Portanto, recomendaram evitá-lo após os 40 (quarenta) anos de idade pelos supostos riscos decorrentes desse espaço.

No entanto, é importante esclarecer que o envelhecimento natural determina alterações estruturais e histológicas no coração sem doença, ou seja, diminuição do débito cardíaco quando comparado com o de jovens; diminuição da saturação do oxigênio por década; eliminação mais lenta de CO₂ e diminuição da complacência do ventrículo esquerdo causando dispnéia no exercício.

Diante deste quadro só o treinamento físico pode prevenir em até 50% o declínio da funções.

Verifica-se que as pessoas mais bem preparada fisicamente, que fazem exercícios regulares, tem menos chance de apresentar problemas do coração.

Entretanto, não são quaisquer exercício que servirão de ajuda para o coração. O tipo de exercício mais adequado para prevenir qualquer acidente funcional do coração se chama exercício aeróbico.

Os exercícios aeróbicos incluem andar, correr, andar de bicicleta, nadar e outros. Entre todos, o melhor é andar.

Por este motivo estamos apresentando o presente Projeto de Lei que institui a caminhada, isto porque é prática: Pode ser feito em qualquer rua, época ou lugar, dentro ou fora de casa. É barata, pois você só precisa de um par de tênis e disposição. É super segura, isto porque todas as pessoas independente de idade e de todos os níveis de condicionamento físico podem praticá-la e se beneficiar.



Câmara Municipal de São Paulo

Folha n.º 2 de proc.
n.º 460 de 19 96

Assim sendo, um cidade como São Paulo necessita constantemente de Campanhas de Esclarecimento Público e Legislação própria, com o propósito de ampliar a conscientização de seus habitantes possibilitando minimizar os efeitos do stress, poluição e outros, favorecendo a longevidade de seu povo com melhor qualidade de vida.

O presente Projeto de Lei é iminentemente educativo e tem por objetivo conscientizar a população de São Paulo sobre como cultivar uma vida mais saudável, criando o hábito da caminhada, que é o esporte mais recomendado pela medicina preventiva, não só para as pessoas que tenham problemas do coração, como também todas aquelas que queiram estar de bem com a vida mantendo um coração saudável.

O presente Projeto de Lei visa atingir médicos, paciente cardiopatas, esportistas, cidadãos comuns e jovens, ou seja, a população da cidade de São Paulo como um todo.

O evento terá como palco a cidade de São Paulo e será realizado no segundo domingo de setembro anualmente, e deverá servir como um exemplo para o Brasil e para o Mundo.

Com este Projeto de Lei que, também, é voltado para o social cria este mega evento. Isto porque, o conceito da campanha é de esclarecimento e conscientização e tem como objetivo tornar a CAMINHADA DO CORAÇÃO um evento que faça parte do Calendário Anual de Eventos de São Paulo (como por exemplo a São silvestre).

Temos a certeza de que um Projeto desta natureza sem duvida, muito contribuirá na conscientização dos habitantes de São Paulo quanto aspecto saúde e reforçará a imagem da Câmara Municipal, como pioneira nas tomadas de decisões voltadas para o social.

Por todas as razões levantadas esperamos que o presente Projeto de Lei prospere e os senhores vereadores em plenário o transforme em Lei municipal.