



# CÂMARA MUNICIPAL DE CAMPOMAGRO ESTADO DO PARANÁ

## PROJETO DE LEI N° 008/2021

**Autoriza o Poder Executivo a criar o Programa Incentivo à Prática de Atividade Física por Pessoas Idosas – PIAFI – no Município de Campo Magro/PR.**

O Vereador Infra-assinado no uso de suas atribuições legais submete à aprovação do Plenário o seguinte projeto de lei.

**Art. 1º** Fica o Poder Executivo autorizado a criar o Programa de Incentivo à Prática de Atividade Física por Pessoas Idosas – PIAFI – no Município de Campo Magro.

**Art. 2º São** objetivos do PIAFI:

I – Incentivar a prática de atividade física regular por pessoas idosas;

II – Contribuir para o rompimento do isolamento social e para a melhora da autoestima, da qualidade de vida e do equilíbrio emocional das pessoas idosas;

III – combater o surgimento das doenças crônicas-degenerativas e a diminuição da massa muscular, bem como promover a melhora da massa óssea, da resistência e do condicionamento físico das pessoas idosas, mediante a prescrição de exercícios físicos regulares e preventivos; e

IV – Atender as pessoas idosas em suas regiões de moradia, por meio de ações descentralizadas realizadas nas praças de cada bairro neste Município.



# CÂMARA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

## ESTADO DO PARANÁ

V- Caberá aos integrantes do programa a organização do evento nos locais públicos, dispondo álcool em gel e organizando o distanciamento durante as atividades.

**Art. 3º** Caberá ao Executivo Municipal elaborar e executar as ações desenvolvidas pelo PIAFI, que deverão ser submetidas à aprovação e à fiscalização do Conselho Municipal do Idoso.

**Art. 4º** O Executivo Municipal poderá formar comitê gestor do PIAFI, cujos membros serão convidados pelo prefeito municipal e submetidos à aprovação do Conselho Municipal do Idoso.

**Art. 5º** Para a consecução das ações do PIAFI, o Executivo Municipal poderá realizar convênios e parcerias com instituições públicas ou privadas, bem como com universidades e instituições de ensino.

**Art. 6º** As despesas decorrentes da execução desta Lei correrão por conta de dotação orçamentária. 08.241.1007.2.021 – Manutenção das atividades da terceira idade, podendo ser suplementada se necessário.

**Art. 7º** O Executivo Municipal regulamentará esta Lei no prazo de 90 (noventa) dias, contados da data de sua publicação.

**Art. 8º** Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Campo Magro, 20 de maio de 2021

JOSNEI ROSA  
Presidente



# CÂMARA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

## ESTADO DO PARANÁ

### JUSTIFICATIVA

A atenção à saúde física e mental das pessoas idosas é pauta prioritária em tempos de pandemia do novo coronavírus sobre a necessidade de medidas preventivas, uma rotina de atividades físicas, aliada a outros hábitos saudáveis, em combate à Covid-19.

Vivemos um momento difícil, delicado, devido à guerra contra esse inimigo letal, que é o novo coronavírus. Nossa maior preocupação é com a saúde de todos, com atenção especial aos idosos. É momento de acolhimento e proteção às pessoas da terceira idade e também de levar informação e incentivá-los aos cuidados para se prevenir contra a Covid-19.

Desde a retomada gradual das atividades comerciais em nossa cidade, bem como os cuidados que as pessoas idosas devem observar, para evitar a contaminação pelo novo coronavírus observando orientações são coordenadas pela Secretaria Municipal de Saúde buscando incentivar os idosos a manterem e respeitarem o isolamento social e se proteger do contágio da Covid-19, em casos de atividades externas. Os idosos representam a maior parcela do grupo de risco na pandemia.

Em casos de necessidade de sair de casa, os idosos devem intensificar as ações de prevenção ao vírus. A pandemia não acabou e o vírus está ativo e circulando. Por isso, na hora de sair de casa, é importante que o idoso analise a necessidade da ação. Se a saída for inevitável, ele precisa andar sempre de máscara, fazendo uso do álcool em gel e respeitando o distanciamento social.

Estamos com as atividades do grupo da 3ª Idade suspensas, mas isso não quer dizer que os idosos não possam procurar alguma forma de se exercitar em casa, ter uma alimentação saudável e, principalmente, ter o apoio emocional da família, para enfrentar o isolamento social. Hoje, o sentimento é de esperança em dias melhores.



## CÂMARA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

### ESTADO DO PARANÁ

A realização de exercícios físicos é de suma importância para manutenção da autonomia e da independência do idoso. Durante o processo de envelhecimento se têm algumas perdas, como redução de massa e de força. O exercício vem para prevenir ou diminuir essas questões. É extremamente importante para o idoso o fortalecimento muscular, para evitar o risco de queda, e outros problemas maiores.

E, para realizar essas atividades, não há necessidade sequer de sair de casa, apenas encontrar um espaço adequado sem riscos de se machucar, alimentar-se e tomar remédios necessários corretamente, conhecer e respeitar seus limites, e então começar se exercitar.

Os profissionais de educação física, durante esse período da pandemia, estão realizando atividades físicas com os idosos a equipe realiza treinamentos específicos, como caminhada, alongamento e jogos recreativos, que têm como foco central a mobilidade e o fortalecimento da musculatura, visando, pura e simplesmente, a saúde do idoso atendido.

Durante o confinamento por conta da Covid-19, a prática de atividades físicas é justamente uma das mais recomendadas por especialistas, por proporcionar mobilidade, independência, autonomia e melhora do bem-estar biopsicossocial, além de prevenir de eventos indesejados como as quedas

Campo Magro, 20 de maio de 2021

JOSNEI ROSA  
Presidente