



Câmara Municipal de São Caetano do Sul

Senhor Presidente,

INDICAMOS AO EXMO. SENHOR PREFEITO MUNICIPAL, nos termos regimentais, que se digne determinar à SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE, LAZER E JUVENTUDE - SELJ, que realize estudos de viabilidade da criação de Campanha Institucional em locais públicos de grande circulação, estimulando a prática de atividades físicas e o risco do sedentarismo para crianças, adultos e idosos.

A presente indicação se justifica em virtude de que, conforme matéria divulgada pela página BemParaná no dia 07/03/2023 ([https:// www.bemparana. com.br/ bem-estar/ brasil-e-o-pais-mais-sedentario-da-america-latina/](https://www.bemparana.com.br/bem-estar/brasil-e-o-pais-mais-sedentario-da-america-latina/)), o Brasil é considerado pela OMS o país com índices de sedentarismo mais altos da América Latina. Continua a matéria dizendo que a média de horas semanais dedicadas à atividade física no mundo é de 6,1 horas, no entanto em nosso país não passa de 3 horas semanais. As principais justificativas são a falta de tempo e de dinheiro e as consequências são que o número de brasileiros obesos aumentou 72% nos últimos 13 anos.

No universo infantil, as projeções também



Câmara Municipal de São Caetano do Sul

preocupam. O relatório World Obesity Atlas 2022 revela que, até 2030, 7,7 milhões de crianças brasileiras serão obesas. As causas são multifatoriais, incluindo o sedentarismo.

Especialista em Psicomotricidade, o fisioterapeuta Cristoph Enns diz que a atividade física é essencial desde a infância. "Antes mesmo de completar um ano a criança já deve receber estímulos para o seu desenvolvimento motor, equilíbrio e movimento. As habilidades físicas estão intimamente relacionadas a essa estimulação."

O que as crianças e adolescentes não podem, porém, é fazer treinos pesados. "Mais do que desenvolver habilidades de atleta, as crianças precisam de atividades prazerosas e lúdicas. Até a adolescência, nada de treinos intensos, repetições excessivas de movimentos, muita carga nas articulações, joelho e coluna. Isso é desaconselhável durante a fase de crescimento, mas o hábito de se movimentar, este sim deve ser estimulado desde cedo", ensina Cristoph.

Ante a relevância da matéria, esperamos aprovação e providências.

Plenário dos Autonomistas, 09 de março de 2023.

RODNEI CLAUDIO ALEXANDRE
(PROFESSOR RÓDNEI)
VEREADOR