



CÂMARA MUNICIPAL DE
FORTALEZA

GABINETE VEREADOR
DANILO LOPES

13 23 / 2023

INDICAÇÃO Nº _____

"Cria o projeto Pilates é vida, na forma que indica".

EXMO. SR. PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE FORTALEZA:

O Vereador abaixo assinado, no uso de suas atribuições legais e na forma regimental, vem, mui respeitosamente, submeter ao Plenário desta Augusta Casa Legislativa, a Indicação em epígrafe.

Certo da ciência de seus pares, peço que, depois de aprovado em Plenário, a Indicação, seja encaminhada ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal de Fortaleza/CE, a fim de que, após sua apreciação, retorne à esta Casa Legislativa em forma de Mensagem.

DEPARTAMENTO LEGISLATIVO DA CÂMARA MUNICIPAL DE FORTALEZA, 23 DE agosto DE 2023.

**DANILO LOPES - VEREADOR
AVANTE**





CÂMARA MUNICIPAL DE
FORTALEZA

GABINETE VEREADOR
DANILO LOPES

A INDICAÇÃO Nº **13 23 / 2023**

PROJETO DE LEI Nº _____

"Cria o projeto Pilates é vida, na forma que indica".

A CÂMARA MUNICIPAL DE FORTALEZA APROVA:

Art. 1º. Fica criado o projeto Pilates é vida na Prefeitura Municipal de Fortaleza.

Parágrafo único: O público alvo deste projeto, preferencialmente, serão os idosos e as gestantes.

Art. 2º. A Secretaria Municipal de Saúde - SMS desenvolverá as diretrizes para e implementar o projeto Pilates é vida.

Parágrafo primeiro: Para a execução e o aprimoramento das ações do projeto, o Poder Executivo, poderá celebrar parcerias com entidades privadas ou públicas, instituições de ensino, organizações não governamentais, entes públicos, dentre outros interessados.

Parágrafo segundo: Para execução do presente projeto as demais secretarias municipais poderão firmar parceria com a SMS.

Art. 3º. Serão objetivos gerais do projeto Pilates é vida, dentre outros a serem delimitados pela Secretaria Municipal de Saúde:

- a) Fomentar, preferencialmente, o uso de pilates para os idosos e as gestantes em todos os demais projetos já em execução por parte do ente municipal.
- b) Divulgar os benefícios da prática de pilates nas mídias sociais da ente municipal.
- c) Realizar capacitação permanente dos profissionais que desenvolvem o projeto.

Art. 4º - As despesas decorrentes da execução do Programa correrão por conta das dotações orçamentárias específicas, suplementadas, se necessário.

Art. 5º. Esta lei entra em vigor na data de sua publicação oficial, ficando revogadas as disposições em contrário.

DEPARTAMENTO LEGISLATIVO DA CÂMARA MUNICIPAL DE FORTALEZA, 23 DE
agosto DE 2023.

DANILO LOPES - VEREADOR
AVANTE



CÂMARA MUNICIPAL DE
FORTALEZA

GABINETE VEREADOR
DANILO LOPES

JUSTIFICATIVA

O presente Projeto de Indicação tem como objetivo desenvolver a prática de atividade física em especial o Pilates Solo e a Hidroterapia com fins de colaborar com a saúde do público idoso e gestantes, preferencialmente.

Nas pessoas com idades mais avançada, as quedas e as fraturas são frequentes, e alguns estudos já provaram que são elas as maiores causadoras de morte. Apesar de graves, essas quedas podem ser evitadas, através da aplicação do Pilates.

A maior contribuição do Pilates para os idosos é o aumento do equilíbrio, embora o método tenha sido criado com o objetivo de preparar fisicamente bailarinos e reabilitar pessoas enfermas na guerra, com a disseminação do exercício. Os idosos foram aos poucos descobrindo que o Pilates seria bastante útil para recuperar alguns movimentos que com o tempo passaram a ser impossível ou quase impossível de ser realizados. Com a prática do método passaram a se beneficiar do aumento da força, do equilíbrio, da mobilidade e da flexibilidade do corpo através do Pilates, evitando assim diversas complicações futuras.

Já a outra forma é a Hidroterapia é uma técnica terapêutica que utiliza as propriedades da água para a reabilitação física, por meio de medidas, profundidades, temperatura e pressões diferentes. A atividade é realizada em uma piscina preparada especificamente para cada tipo de público e tratamento.

A Hidroterapia também é indicada para pacientes com crises algícas crônica em coluna, lesões musculoesqueléticas, como tendinites, osteoartrose, fibromialgia, e doenças reumáticas, pois diminui dores e inflamações, e melhora a mobilidade e a força muscular, além disso a Hidroterapia trás outros benefícios para os praticantes como a diminuição da dor durante a realização dos exercícios, melhora a respiração, melhora do controle postural, controle do sistema cardíaco, melhora da circulação periférica, liberdade de movimentos, melhorando a própria imagem desenvolvendo a auto confiança e independência, reduz o estresse e ansiedade e oferece o relaxamento muscular.

De toda sorte o presente projeto Pilates é vida oferta qualidade de saúde para toda a população, especialmente para os idosos e as gestantes.

Portanto o tema é relevante para a educação e diante do exposto, solicito o apoio dos pares para a aprovação deste Projeto.

DEPARTAMENTO LEGISLATIVO DA CÂMARA MUNICIPAL DE FORTALEZA, 23 DE
agosto **DE 2024.**

DANILO LOPES - VEREADOR
AVANTE