



# Câmara Municipal de Cachoeiro de Itapemirim

---

## PROJETO DE LEI Nº 042/2017

**INSTITUI A SEMANA MUNICIPAL DA  
ATIVIDADE FÍSICA, NO MUNICÍPIO DE  
CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM, E DÁ  
OUTRAS PROVIDÊNCIAS.**

**Art. 1º** – Fica instituída a Semana Municipal da Atividade Física, no Município de Cachoeiro de Itapemirim, na semana que comportar o Dia 06 de Abril de cada ano.

Parágrafo Único: Considera esta semana como destaque para: homenagens, palestras, eventos, todo tipo de mobilizações tanto público como privado para este fim.

**Art. 2º** - Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Cachoeiro de Itapemirim, 05 de Junho de 2017.

SILVIO COELHO NETO

Vereador – PRP



# Câmara Municipal de Cachoeiro de Itapemirim

---

## JUSTIFICATIVA

Na semana, no dia 6 de abril, celebramos o Dia Mundial da Atividade Física de 2017. a necessidade redução do sedentarismo - que tarda em ganhar massa crítica. a **Organização Mundial de Saúde** instituiu esta data para a prevenção do sedentarismo, com incentivos à prática de atividades físicas em locais públicos.

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), a inatividade física é o quarto principal fator de risco de morte no mundo e aproximadamente 3,2 milhões de pessoas morrem a cada ano em decorrência disso. A falta de atividade física é um fator de risco chave para doenças crônicas não-transmissíveis (DCNTs) como as doenças cardiovasculares, câncer e diabetes. No mundo, um em cada três adultos não pratica atividade física suficiente. Nosso corpo foi geneticamente programado para funcionar melhor quando recebe estímulos de movimento físico. Todas as suas funções acontecem com menos desgaste para os órgãos quando se trata de pessoas ativas. A atividade física feita de forma regular previne, ou melhora, uma série de doenças e problemas de saúde. Diabetes, hipertensão, obesidade, alterações em taxas sanguíneas, como colesterol ou triglicérides, problemas osteo-articulares, e até mesmo complicações das funções cognitivas, como o Alzheimer, que conta única e exclusivamente com o exercício aeróbico regular como meio de prevenção.

Por outro lado, o sedentarismo é o mal do século, é o grande motivo pela mudança de perfil da população mundial em número de obesos e pessoas com sobrepeso, além das doenças adquiridas principalmente por maus hábitos de vida. Um corpo sedentário funciona mal, sobrecarrega todos os órgãos, até levá-los a falência parcial ou total, como acontece com o pâncreas, no caso do diabetes. Por fim, pode-se dizer que atualmente o sedentarismo é uma das maiores causas de mortes prematuras no mundo. É uma questão séria e de proporções internacionais.

Por considerar a importância de incentivar a prática de atividades físicas. Trabalhamos neste sentido para criar fatores de motivações. Contamos com apoio dos nobres pares.

SILVIO COELHO NETO.

Vereador- PRP