



PARECER N° DA COMISSÃO DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES SOBRE O PROJETO DE LEI N° 290/2018.

O presente projeto de lei, de autoria do nobre Vereador Aurélio Nomura, dispõe sobre o estímulo de atividades esportivas para idosos, criando o circuito do idoso no Município de São Paulo, e dá outras providências.

Trata-se de projeto de lei que dispõe sobre medidas de estímulo às atividades esportivas para idosos e criação do "circuito do idoso" no Município, proporcionalmente distribuídas entre as diversas regiões da cidade. De acordo com a proposta, fica assegurada a destinação de áreas de uso comum para a criação, construção e manutenção de pistas para a caminhada de idosos, tanto quanto possível, junto às outras atividades esportivas. A propositura ainda prevê os cuidados necessários com a faixa etária, garantindo acessibilidade, mobilidade e a eliminação das barreiras arquitetônicas e similares, que possam trazer dificuldades e constrangimentos a este público.

A Comissão de Constituição, Justiça e Legislação Participativa emitiu parecer de **legalidade**. Em sua análise informa que, no ordenamento jurídico, o idoso é sujeito a quem se determinada seja dada proteção especial do Estado, da família e da sociedade. Entre outras citações, exemplifica que há no Estatuto do Idoso expressamente "o direito da pessoa idosa à prática de esportes e diversões."

A Comissão de Administração Pública exarou parecer **favorável**. Em seu parecer, informa que: "Algumas horas semanais de atividade física já são suficientes para diminuir o risco de morte em pessoas idosas. Bastam 30 minutos diários de atividade de baixa intensidade para reduzir este risco em 17%. Caso seja possível praticar exercícios moderados ou intensos, a redução é ainda maior: de até 33%."

Há várias publicações que tratam dos benefícios da prática esportiva e da caminhada na vida dos idosos:

A Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) recomenda que a prática de exercícios físicos esteja na rotina de pessoas de qualquer idade, uma vez que os exercícios vão se refletir na qualidade de vida e no envelhecimento ativo. E vale lembrar que os benefícios não são apenas físicos, mas também psicológicos e sociais, uma vez que também podem influenciar na autoestima do idoso.

Fonte: <https://www.unimed.coop.br/web/regiaodacampanha/viver-bem/saude-em-pauta/atividade-fisica-na-terceira-idade>

Ainda na mesma publicação, há a descrição dos benefícios da caminhada:

Descrita por muitos como o exercício perfeito, pela facilidade de executar e seus benefícios, a caminhada ajuda a prevenir problemas como a obesidade, fortalece ossos e articulações, melhora a circulação sanguínea, capacidade cardíaca e pressão arterial. A SBGG recomenda a caminhada (passos rápidos) entre 30 minutos e uma hora por dia

Diante do exposto e dos benefícios que a propositura pode gerar na saúde dos idosos, a Comissão de Educação, Cultura e Esportes, no âmbito de sua competência, entende que a propositura deve prosperar, sendo, portanto, **favorável o parecer**.

Sala da Comissão de Educação, Cultura e Esportes, em