



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

Vereadora Sandra Santana

PROJETO DE LEI Nº /2026

Altera a Lei nº 14.485, de 9 de julho de 2007, para incluir no Calendário Oficial de Eventos da Cidade de São Paulo o "Dia Municipal de Conscientização sobre a Sarcopenia no Idoso", e dá outras providências.

A Câmara Municipal de São Paulo DECRETA:

Art. 1º Fica inserida alínea "e" ao inciso CXXXII do art. 7º da Lei nº 14.485, de 9 de julho de 2007, com a seguinte redação:

"Art. 7º.....

CXXXII.....

.....

- 04 de julho

.....

"e" – Dia Municipal de Conscientização sobre a Sarcopenia no Idoso."

(NR)

Art.2º Esta lei entra em vigor na data da sua publicação.

Sala das Sessões,

SANDRA SANTANA

Vereadora



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

Vereadora Sandra Santana

Justificativa

A presente proposição tem como finalidade incluir, no Calendário Oficial de Eventos e Datas Comemorativas do Município de São Paulo, consolidado pela Lei nº 14.485, de 9 de julho de 2007, o Dia Municipal de Conscientização sobre a Sarcopenia no Idoso, a ser celebrado anualmente no dia 4 de julho, como forma de ampliar a informação, a prevenção e a conscientização sobre uma condição que afeta diretamente a saúde, a autonomia e a qualidade de vida da população idosa.

A sarcopenia é caracterizada pela perda progressiva de massa, força e desempenho muscular, especialmente associada ao processo de envelhecimento. Embora possa se desenvolver de maneira silenciosa, essa condição está relacionada ao aumento do risco de quedas, fraturas, limitações de mobilidade, dependência funcional, hospitalizações e perda da independência para a realização das atividades da vida diária. Sob a ótica da gerontologia e da saúde pública, a literatura médica destaca que a prevenção precoce por meio de intervenções nutricionais e atividade física resistida é o principal mecanismo para mitigar os impactos da perda muscular na longevidade.

Diante do crescimento demográfico da população idosa e do aumento contínuo da expectativa de vida nas grandes metrópoles, torna-se cada vez mais imperativo promover ações de conscientização que contribuam para um envelhecimento ativo, saudável e com maior autonomia. A informação adequada permite que idosos, familiares e cuidadores reconheçam sinais de alerta e busquem orientação e acompanhamento profissional de forma precoce.

A instituição da data no Calendário oficial do Município de São Paulo possui caráter educativo e preventivo, podendo contribuir para a divulgação de informações sobre os fatores de risco, sinais, prevenção e possibilidades de tratamento da sarcopenia, além de incentivar hábitos de vida saudáveis, como a prática regular de atividades físicas, alimentação equilibrada e acompanhamento por profissionais de saúde. A escolha do dia 4 de julho busca acompanhar a data utilizada internacionalmente para ações de conscientização sobre a sarcopenia,



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

Vereadora Sandra Santana

permitindo que a capital paulista se associe a esse movimento global de promoção da saúde.

No âmbito do planejamento estratégico municipal, a proposta está em plena consonância com as diretrizes do Plano de Metas de São Paulo no tocante à atenção integral à saúde da pessoa idosa e à ampliação de políticas públicas preventivas na rede de atenção básica. Do mesmo modo, a iniciativa dialoga diretamente com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU, em especial com o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), que visa a assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todas e todos, em todas as idades.

Em termos de benchmarking legislativo e de políticas voltadas à longevidade, as principais metrópoles mundiais e nacionais vêm adotando agendas ativas de conscientização sobre condições degenerativas associadas à idade, integrando a sociedade civil e os equipamentos públicos de saúde em campanhas de esclarecimento.

A sinergia entre o tema e a cidade de São Paulo é profunda: como o município com maior contingente populacional idoso do país, São Paulo abriga redes complexas de atendimento geriátrico e demanda políticas preventivas de grande escala. Conscientizar a população paulistana sobre a sarcopenia significa reduzir a sobrecarga nos hospitais públicos municipais decorrente de quedas e fraturas em idosos, preservando a dignidade e a independência dos cidadãos que construíram a história da nossa metrópole.

Diante da inegável relevância social e do caráter educativo e preventivo da matéria, contamos com o apoio dos nobres pares para a aprovação da presente proposição.