INDICAÇÃO Nº 184/2021

O vereador **José Rollemberg Araújo Castro,** no uso de suas prerrogativas parlamentares, etc.;

Indica ao Excelentíssimo **Prefeito EVANDRO FARIAS MURA,** as providências que se fizerem necessárias, junto ao **Presidente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul (UNIFUNEC), Senhor FERNANDO CAMARGO BENITEZ, bem como a Coordenadora do Curso de Educação Física da UNIFUNEC, Profª.Me. JANAÍNA MONTEIRO MARQUES DE AQUINO, e ao Secretário Municipal de Esportes, Senhor MATEUS MESSAROS, no sentido de realizar estudos visando instituir no município o Projeto Vida de Saúde.**

JUSTIFICATIVA:

A presente propositura tem por objetivo oferecer a nossa população uma oportunidade a mais para que todos pratiquem exercícios de forma correta com acompanhamento especializados através dos alunos do curso de Educação Física da UNIFUNEC, onde os mesmos possam através do projeto promover a melhoria na qualidade de vida da população e consequentemente reduzir o índice de sedentarismo, a exemplo da cidade de Jaguariúna/SP, onde o projeto vem sendo desenvolvido pelo profissional de Educação Física Márcio Atalla, conforme matéria em anexo.

Somos conhecedores que atividade física é de suma importância para um desenvolvimento mais saudável, tanto físico como psíquico, onde a falta da prática de esportes, segundo os especialistas, aumenta os riscos de doenças, provocada pelo sedentarismo.

Ante o exposto, solicito a atenção de V. Ex.ª no atendimento da propositura tendo em vista que, a UNIFUNEC apoia, incentiva e reconhece a importância que têm na formação dos discentes esse tipo de ação, visto as experiências que se podem adquirir e as possibilidades de aprendizado.

Sala das Sessões Dr. João Alfredo do Amaral Ribeiro
23 de abril de 2021

JOSÉ ROLLEMBERG ARAÚJO CASTRO
Vereador - MDB

CÂMARA MUNICIPAL
SANTA FÉ DO SUL
Estado de São Paulo
ENCAMINHADA
em Sessão de
27/04/21

CÂMARA MUNICIPAL
SANTA FÉ DO SUL
Estado de São Paulo
23 ABR. 2021
PROT. Nº 274
PROTOCOLO

Clique e Assine a partir de R$ 8,90/mês

Alimentação, Fitness

Marcio Atalla deixa uma cidade inteira mais saudável. Saiba como

Projeto Vida de Saúde, criado por esse especialista, traz benefícios para boa parte da população de Jaguariúna. Conheça os segredos e os próximos passos

Por **Theo Ruprecht** 20 Maio 2017, 15h36

Um dos focos de Atalla durante os nove meses de projeto foram as crianças Foto: Vida de Saúde/Divulgação

O famoso profissional de educação física **Márcio Atalla** iniciou no ano passado um projeto — batizado de Vida de Saúde — que mudaria Jaguariúna, no interior de São Paulo. Por meio de uma série de ações, ele e sua equipe conseguiram, em nove meses, reduzir o índice de sedentarismo e melhorar a qualidade de alimentação dos moradores, o que não aconteceu no resto do país.

Este site utiliza cookies e tecnologias semelhantes para personalizar publicidade e recomendar conteúdo de seu interesse. Ao navegar em nosso serviço você aceita tal monitoramento. Para mais informações leia nossa Política de Privacidade

Ok, entendi

mais equilibrado", completa.

O time formado por Atalla ainda visitou escolas, centros de idosos, empresas e outras instituições para dar dicas de como tornar o dia a dia mais ativo — e sugerir mudanças no ambiente que poderiam contribuir para isso e para uma melhor alimentação das pessoas. "Ainda fizemos todo um trabalho de divulgação para dar conhecimento à população de Jaguariúna", arremata.

RELACIONADAS

Alimentação
Marcio Atalla dá dicas para fazer compras mais saudáveis

Fitness
As Olimpíadas deixaram os brasileiros menos sedentários?

O resultado de tanto suor

Em conjunto com pesquisadores da Universidade de São Paulo, Márcio Atalla avaliou se a iniciativa trouxe benefícios. E os dados, recentemente divulgados, chamam a atenção.

CONTINUA APÓS A PUBLICIDADE

Por meio de entrevistas por telefone com mais de mil jaguariunenses, a equipe calculou que 39,4% da população local mudou seus hábitos para melhor em decorrência das ações do **Vida de Saúde**. Para ter ideia, uma intervenção dessa magnitude já é considerada efetiva quando atinge positivamente 5% de uma população.

O consumo de frutas e hortaliças subiu, em média, 12%. No resto do Brasil, ele caiu ligeiramente com relação à 2015, segundo o estudo Vigitel (Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Telefone). Aliás, vale notar que essas comparações são relativamente confiáveis justamente porque o estudo relativo à Jaguariúna simulou os mesmos métodos do tal Vigitel.

A prática de atividade física no lazer aumentou 19% em Jaguariúna. E até as crianças se beneficiaram: o índice de massa corporal das mais cheinhas caiu até 14%, em média.

O futuro de Jaguariúna

São dois desafios que surgem naturalmente quando um projeto como esse oferece dados positivos. O primeiro é sua continuidade. Atual prefeito de Jaguariúna, Gustavo Reis garantiu a sequência do Vida de Saúde e ainda prometeu mais ações, principalmente nas escolas. "O jaguariunense tem orgulho dessa iniciativa e de seus resultados", afirma.

Este site utiliza cookies e tecnologias semelhantes para personalizar publicidade e recomendar conteúdo de seu interesse. Ao navegar em nosso serviço você aceita tal monitoramento. Para mais informações leia nossa Política de Privacidade

Ok, entendi

foram feitos com vítimas de doenças crônicas, como diabete e **hipertensão**. Ou seja, estamos falando de gente que se beneficiaria demais ao equilibrar o cardápio e se exercitar camisa com frequência.

Por outro lado, Atalla defende que seu projeto promoveu uma mudança de raciocínio que, aí sim, traria resultados prolongados. Ao treinar agentes de saúde e professores para conversar sobre um estilo de vida balanceado, por exemplo, milhares de jaguariunenses são impactados ano após ano. É esperar — e torcer! — pra ver.

MAIS LIDAS

Medicina
Campanha de vacinação da gripe em 2021: quem deve tomar as doses

Medicina
Covid-19: como interpretar casos de morte depois da aplicação da vacina

Medicina
Síndrome pós-Covid: como detectar e tratar os sintomas mais persistentes

Medicina
Vacinas contra a Covid-19: o que esperar dos efeitos colaterais

LEIA MAIS

Fitness
Exercício no tratamento e na prevenção da doença renal crônica

Fitness
Os 8 investimentos para termos uma população mais ativa

Fitness
O ciclo menstrual influi no ânimo para se exercitar

Este site utiliza cookies e tecnologias semelhantes para personalizar publicidade e recomendar conteúdo de seu interesse. Ao navegar em nosso serviço você aceita tal monitoramento. Para mais informações leia nossa Política de Privacidade

Ok, entendi