

INDICAÇÃO Nº **153/2014**

O vereador, WAGNER ANTONIO PEREIRA LOPES, no uso de suas prerrogativas parlamentares, etc;

Indica ao Prefeito ARMANDO ROSSAFA GARCIA, as providências que se fizerem necessárias, para a implantação do “Programa de Ginástica Laboral” nos órgãos públicos do município.

JUSTIFICATIVA:

A Ginástica Laboral analisa a importância da reeducação postural, alívio do estresse e tem como finalidade a de valorizar a prática da atividade física como instrumento de promoção de saúde e prevenção de lesões como LER (Lesões por Esforços Repetitivos) e DORT (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho).

O programa de ginástica laboral é realizado por profissional habilitado e consiste em práticas diárias de alongamentos, respiração, reeducação postural, controle corporal, percepção corporal e fortalecimento de grupos musculares, respeitando sempre o limite de cada indivíduo. São realizadas no próprio posto de trabalho com duração de 10 a 20 minutos, e como é um exercício de baixa intensidade, não altera em nada a produção de quem a pratica.

Assim sendo a implantação da Ginástica Laboral no ambiente de trabalho dos órgãos públicos, é uma das formas de promover a saúde, a interatividade entre os servidores e de minimizar os riscos de lesões de esforços repetitivos e doenças ocupacionais, evitando assim o afastamento do trabalho.

Daí a razão da presente sugestão que está a merecer a atenção da Administração Municipal.

Sala das Sessões Dr. João Alfredo do Amaral Ribeiro,
06 de junho de 2014


WAGNER ANTONIO PEREIRA LOPES
Vereador PMDB

