



Estado do Rio de Janeiro  
**Câmara Municipal de Cordeiro**  
**Gabinete do Vereador Elielson Elias Mendes**

<b>Câmara Municipal de Cordeiro</b>
Protocolo nº <u>1077</u>
Horário <u>15:46</u>
25 SET. 2017
 Assinatura

**INDICAÇÃO Nº 494/2017.**

***Indico a Mesa Diretora, alicerçada no Regimento Interno desta Colenda Casa Legislativa, que seja solicitado ao Exmo. Srº. Prefeito de Cordeiro, Dr. Luciano Ramos Pinto, que envie a esta Casa Legislativa Projeto de Lei nos termos do anteprojeto que segue:***

***Elielson Elias Mendes***  
***Vereador Proponente***

### **EXPOSIÇÃO DE MOTIVOS**

**Todos nós já ouvimos falar que praticar exercícios trás muitos benefícios ao nosso corpo, pois o mantém saudável e em equilíbrio. Atividade física é uma das coisas importantes que podemos fazer para a saúde e cada vez mais as pessoas estão se conscientizando e mudando seus hábitos, incluindo os exercícios em sua rotina.**

**O que nem todo mundo sabe ou atribui a devida relevância é que para praticar exercícios é importante, antes de tudo, fazer uma avaliação médica para descartar possíveis condições que possam limitá-la ou até restringi-la. Não são raras as notícias de pessoas**

que sofreram desde lesões osteo-musculares até morte súbita ao praticarem exercícios sem avaliação e orientação adequadas.

Estas situações trazem à tona a importância do auxílio de um médico especializado.


Para alertar a população com relação à necessidade da avaliação realizada por um médico do esporte antes de inserir o exercício físico em sua rotina, é necessário que todos os cidadãos sejam devidamente conscientizados da importância da saúde do sportista. Desejamos que o nosso município fosse pioneiro na questão da conscientização de sua população, divulgando informações sobre os benefícios alcançados com hábitos mais saudáveis e a importância do acompanhamento médico na vida do praticante da atividade física.

Essa campanha visa colocar em pauta para a sociedade o tema da saúde sportiva, estimulando a participação da população, empresas, governos e entidades.



**ANTEPROJETO DE LEI**

**INSTITUI O MÊS "JANEIRO  
DOURADO" DEDICADO A  
AÇÕES EDUCATIVAS DE  
CONSCIENTIZAÇÃO DA  
IMPORTÂNCIA DO  
ACOMPANHAMENTO MÉDICO  
PARA A PRÁTICA DE  
EXERCÍCIOS FÍSICOS.**



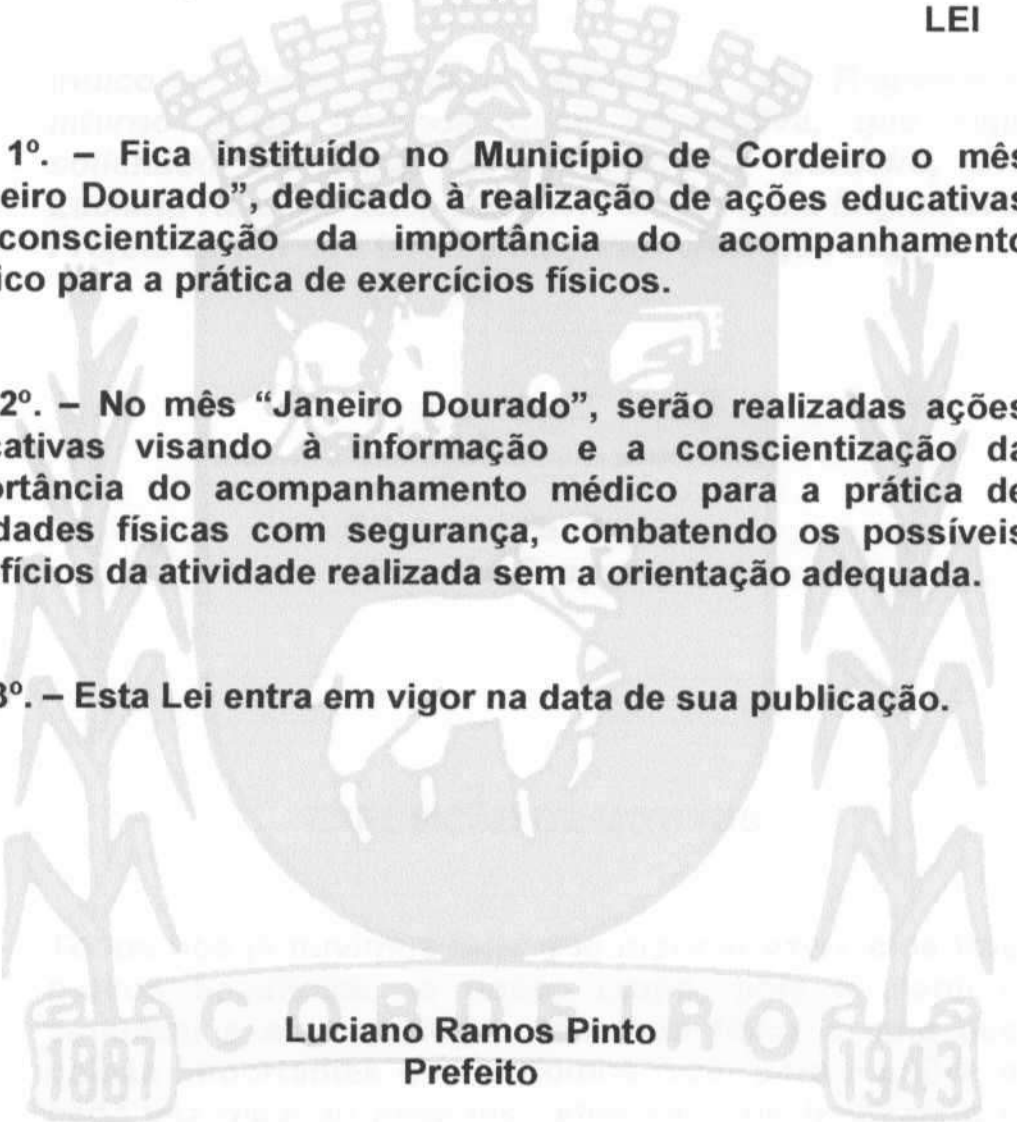
**A CÂMARA MUNICIPAL DE CORDEIRO aprova, e o  
Prefeito Municipal sanciona a seguinte**

**LEI**

**Art. 1º. – Fica instituído no Município de Cordeiro o mês “Janeiro Dourado”, dedicado à realização de ações educativas de conscientização da importância do acompanhamento médico para a prática de exercícios físicos.**

**Art. 2º. – No mês “Janeiro Dourado”, serão realizadas ações educativas visando à informação e a conscientização da importância do acompanhamento médico para a prática de atividades físicas com segurança, combatendo os possíveis malefícios da atividade realizada sem a orientação adequada.**

**Art. 3º. – Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.**



**Luciano Ramos Pinto  
Prefeito**