**INDICAÇÃO**

Indico ao Senhor Prefeito Municipal, na forma regimental, **que seja implantado no município “PROGRAMA MENOS SEDENTARISMO E MAIS SAÚDE”**, consistente em um programa conjunto entre a Secretaria Municipal de Esportes e a Secretaria Municipal de Saúde, para que sejam realizadas avaliações médicas, físicas, orientação nutricional e monitoramento de exercícios físicos.

**JUSTIFICATIVA**

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o sedentarismo, a obesidade e a ausência da pratica regular de exercícios físicos em crianças e adultos nos dias atuais são um dos problemas mais importantes que a saúde pública enfrenta no Brasil e em outros países do mundo.

Inúmeras pesquisas científicas feitas em diferentes épocas apontam que doenças crônico-degenerativas como: Elevados níveis de colesterol sanguíneo, hipertensão, osteoartrite, diabetes, acidente vascular cerebral, vários tipos de câncer, doenças coronarianas, depressão, ansiedade, além dos problemas sociais, estão diretamente relacionadas ao péssimo estilo de vida adotado, vale ressaltar que essas disfunções elevam sensivelmente os índices de mortalidade e morbidade.

Pesquisas evidenciaram claramente que o sedentarismo está relacionado com a obesidade e é um dos fatores de risco mais prevalente na população brasileira (em torno de 70%) de acordo com Sandra Matsudo (1999).

A ausência do exercício físico regular vem acarretando efeitos maléficos na saúde, principalmente pela falta de orientação de multiprofissional, além disso, pelo estilo de vida adotado de comportamentos sedentários: várias horas na frente da televisão, computador, vídeo games, falta de tempo por causa do trabalho entre outros. Estudos mostram que a população atual gasta bem menos calorias por dia, do que gastava há 100 anos, o que explica o aparecimento de diversas doenças, problemas articulares, baixas produtividades na vida diária e o famoso stress que está relacionado a ausência do exercício físico regular.

Considerando que nosso município é privilegiado na questão de locais para práticas esportivas, a implantação desse programa trará enormes benefícios para a saúde da população de todas as idades, o que por consequencia irá diminuir o número de atendimento nos postos de saúde, reduzindo assim a quantidade medicamentos fornecidos, um ciclo virtuoso que também reduzirá os gastos públicos com saúde.

Diante do exposto peço o atendimento da presente indicação.

Sala das Sessões, 02 de fevereiro de 2017.

***JOÃO FERNANDO DE JESUS PEREIRA***

**Vereador**