



CÂMARA MUNICIPAL DE ITATIAIUÇU

Estado de Minas Gerais

CNPJ 07.181.590/0001-45

INDICAÇÃO Nº 116/2022

Excelentíssimo Senhor Presidente da Egrégia Câmara Municipal de Itatiaiuçu/MG.

O Vereador que a presente subscreve, vem com o mais elevado respeito e acatamento na forma do artigo 275, do Regimento Interno, indicar ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, que se digne a determinar ao setor competente da prefeitura que estude a possibilidade de construir ou ceder um local que contenha banheiros e um barzinho, onde as pessoas da terceira idade possam dançar forró com tranquilidade e segurança, pois atualmente o forró vem sendo realizado na casa paroquial de nosso Município.

JUSTIFICATIVA

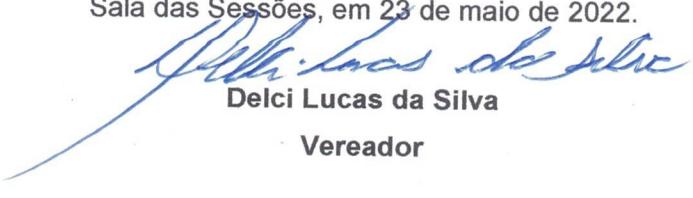
Muitas pessoas que atingem a terceira idade acabam levando uma vida sedentária, o que é muito prejudicial à saúde. Sendo assim, cabe ao Poder Público fornecer meios que estimulem a saída do sedentarismo, como um espaço para a dança, que é uma atividade física que não terá um grande impacto no corpo de quem pratica, sendo uma atividade mais equilibrada. A prática da dança possui inúmeros benefícios para a saúde do coração, além de aumentar a capacidade respiratória e, claro, melhorar a qualidade de vida do praticante.

O controle do peso é mais um proveito tirado por quem costuma dançar. Afinal, na terceira idade é muito comum ocorrer o aumento do peso, já que a diminuição dos níveis de estrógeno, testosterona e de hormônio do crescimento no organismo colaboraram para a perda de massa muscular agravando numa queima menor de calorias.

Todavia, essas não são as únicas vantagens encontradas por quem costuma movimentar-se ao ritmo de alguma canção. Dançar na terceira idade contribui para um melhor condicionamento físico e mental. Além disso, ajuda a elevar a autoestima e afastar os sintomas da depressão. A razão para isso é que através da atividade o cérebro libera serotonina, uma substância que traz a sensação de alívio, melhorando o humor e o sono.

Dante do exposto, contamos com a aquiescência do Chefe do Poder Executivo.

Sala das Sessões, em 23 de maio de 2022.


Delci Lucas da Silva

Vereador