

IND 7259/2009

**INDICAÇÃO Nº**  
**(Deputado RAIMUNDO RIBEIRO – PSL)**

Assessoria de Plenário e Distribuição

Ao Setor de Protocolo Legislativo para registro e em seguida, à Assessoria de Plenário para análise de admissão e distribuição, observado o art. 132 do RI.

Em, 06 / 08 / 09

Ramar Pinheiro Lima  
Chefe da Assessoria de Plenário

**Sugere ao Poder Executivo, por intermédio da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal, a aquisição de equipamentos de condicionamento físico para idosos utilizarem nos hospitais públicos e centros de saúde do DF.**

**A CÂMARA LEGISLATIVA DO DISTRITO FEDERAL**, nos termos do art. 143 do seu Regimento Interno, sugere ao Poder executivo, por intermédio da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal, a aquisição de equipamentos de condicionamento físico para idosos utilizarem nos hospitais públicos e centros de saúde do DF.

Setor Protocolo Legislativo

ind Nº 7259 / 2009

**JUSTIFICAÇÃO**

Folha Nº 01

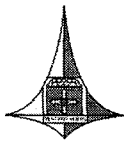
A aquisição de equipamentos de ginástica para os hospitais públicos do DF visa atender e oferecer aos idosos que estão sob tratamento de saúde ou não, atividade física adequada e segura. Os equipamentos seriam colocados nas áreas livres dos hospitais, internas ou externamente, dependendo da disponibilidade do local e melhor acessibilidade da comunidade.

Os idosos encontram dificuldade de acesso aos parques, praças e espaços públicos para realizar sua atividade física com segurança e quando conseguem esse acesso encontram outra dificuldade que é o corre-corre das crianças, causando insegurança para transitar e permanecer no local.

Por isso, os equipamentos de condicionamento físico nas áreas livres dos hospitais, seriam de grande valia para a comunidade que se beneficiará desse serviço.

Um programa regular de exercícios traz benefícios em qualquer idade. Mas para idosos, eles se multiplicam. O simples fato de se praticar algum tipo de atividade física já melhora e muito a qualidade de vida de pessoas da terceira idade, aumentando a resistência e força muscular necessárias para realização de tarefas comuns, como pegar um neto no

ASSESSORIA DE PLENÁRIO PROT. 05-460-2009 15/04



colo ou ir ao supermercado. De forma geral, a atividade física pode trazer resposta muscular rápida e eficiente. Tanto é verdade que centros especializados reumatologia estão investindo em espaços destinados ao condicionamento físico na terceira idade, onde desenvolvem um programa elaborado sob medida para cada necessidade e oferecem orientação adequada de profissionais da área.

As principais mudanças decorrentes do envelhecimento são aumento na quantidade de gordura no organismo, diminuição da força muscular, osteoporose (diminuição da massa óssea), ligamentos e tendões mais fracos, diminuição dos reflexos de ação e reação, diminuição da coordenação e habilidade motora e da aptidão física. Com isso, as pessoas apresentam menos equilíbrio e assim ficam sujeitas a quedas, que constituem a primeira causa de acidentes em pessoas acima de 60 anos. Dependendo do caso, essa queda pode resultar em uma fratura normalmente grave, devido a diminuição da massa óssea, conhecida como osteoporose.

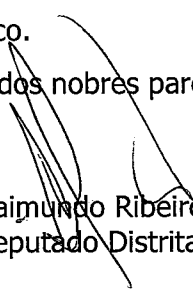
As conseqüências de quedas são muito mais desfavoráveis em indivíduos mais velhos, que mesmo quando não se machucam sofrem um grande trauma psicológico, ficando sempre com medo de cair. Segundo dados da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, aproximadamente 5 % das quedas levam a fraturas, sendo que as mulheres fraturam mais que os homens, mas os homens morrem mais de fraturas. Quando não ocorre fratura, a dor e a redução dos movimentos pode causar isolamento pela diminuição da auto-estima, tanto pela queda quanto pelo aumento da dependência. Para os fraturados, os problemas - e os gastos - são ainda maiores, já que uma prótese de quadril, que tem mais incidência de fratura, custa em média R\$ 9.000,00, além dos custos de implantação, recuperação etc.

Com exercícios, além de combater-se a obesidade, o que evita e retarda o surgimento de diabetes, e melhorar-se a capacidade aeróbica (respiração) também é possível reduzir-se a perda da massa óssea - osteoporose - e, em alguns casos, recuperá-la.

Outra vantagem importante de se praticar exercícios após os sessenta anos é a elevação da auto-estima e melhora da depressão, problemas freqüentes nesta idade. Além disso, existem hoje diversos tratamentos alternativos que podem ajudar a melhorar a dor quando aliados ao condicionamento físico.

Pelo exposto, conclamo o apoio dos nobres pares a acolhida da presente proposição.

Sala das Sessões, em

  
Raimundo Ribeiro  
Deputado Distrital

Setor Protocolo Legislativo

ind Nº 7259/2009

Folha Nº 02 *ell.*