

EXPOSIÇÃO DE MOTIVOS

O envelhecimento do ser humano se refere a um fenômeno fisiológico de comportamento social ou cronológico, que se expressa na perda da capacidade ao longo da vida, devido à influência de diferentes fatores, como a genética, danos acumulados, estilo de vida e alterações psicoemocionais.

Segundo o Estatuto do Idoso, entende-se por idoso o indivíduo com 60 anos ou mais de idade. Em vários países as populações estão envelhecendo. No Brasil, esse crescimento tem sido sistemático e consistente, gerando necessidades de mudanças na estrutura social, para que essa população tenha um espaço social, com atividade, capacidade física, independência e consequentemente uma melhor qualidade de vida.

Segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios – PNAD 2009 –, o Brasil contava com uma população de 21 milhões de pessoas com 60 anos ou mais de idade, sendo que, no período de 1999 a 2009, o número de idosos passou de 9,1% para 11,3%. No Estado do Rio Grande do Sul, 13,7% da população tem 60 anos ou mais de idade. Entre as capitais, Rio de Janeiro (12,8%) e Porto Alegre (11,8%) se destacam com as maiores proporções de idosos.

Com o envelhecimento, há uma diminuição no nível de atividade física, por isso tem que se dar ênfase aos seus benefícios, quais sejam: quanto mais ativa é uma pessoa, menos limitações físicas ela tem; e, um dos principais, que a prática de exercícios físicos é a proteção da capacidade funcional.

Outros aspectos importantes que a atividade física pode influenciar são a melhora na pressão arterial, a melhor autonomia física e mental, a manutenção óssea e muscular e o melhor controle do diabetes. Dentre as práticas de exercícios a caminhada é a mais prevalente.

De acordo com Luiz Eugênio Leme, que coordenou uma pesquisa realizada com idosos pelo Hospital de Clínicas de São Paulo, quem corre tem um coração melhor e sente menos as dores da idade nos joelhos, tornozelos e quadril, além de que a qualidade de vida, a vontade de viver e o ânimo são melhorados, diminuindo, consequentemente, a incidência de depressão.

O Instituto de Geriatria e Gerontologia (IGG) da PUCRS tem promovido iniciativas no sentido de sensibilizar a comunidade e os governantes para os problemas enfrentados pelas pessoas com 60 anos ou mais de idade, estimulando a prática regular de exercícios físicos (Jornal Zero Hora, 19-12-2010).

Portanto, há a necessidade de se incrementar a prática de atividade física dessa população, e cabe aos gestores públicos engajarem-se de maneira efetiva na mobilização para a viabilidade de projetos que visem a atingir a meta de uma população idosa cada vez mais ativa e consequentemente com maior qualidade de vida.

Nesse sentido, rogamos aos nobres pares pela aprovação deste Projeto de Lei.

Sala das Sessões, 17 de março de 2011.

PROJETO DE LEI

Inclui a efeméride Dia da Corrida pelo Idoso no Anexo à Lei nº 10.904, de 31 de maio de 2010 – que institui o Calendário de Datas Comemorativas e de Conscientização do Município de Porto Alegre e organiza e revoga legislação sobre o tema –, e alterações posteriores, no primeiro domingo de outubro.

Art. 1º Fica incluída no Anexo à Lei nº 10.904, de 31 de maio de 2010, e alterações posteriores, a efeméride a seguir descrita:

OUTUBRO	
No primeiro domingo	Dia da Corrida pelo Idoso

Art. 2º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.