



Câmara Municipal de Santa Bárbara D'Oeste

“Palácio 15 de Junho”



INDICAÇÃO Nº752/2022

Indica ao Poder Executivo Municipal que juntamente com o órgão competente, realize estudos para implantar um programa de atividades físicas para pessoas em tratamento oncológico e outras doenças crônicas em nosso município.

Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal,

Nos termos do Art. 108 do Regimento Interno desta Casa de Leis, dirijo-me a Vossa Excelência para sugerir que juntamente com o órgão competente realize estudos para implantar um programa de atividades físicas para pessoas em tratamento oncológico e outras doenças crônicas em nosso município.

Justificativa:

A prática regular de atividades físicas, ajuda na recuperação e no retorno às atividades do dia a dia. Hoje adotamos uma rotina muito corrida e cheia de muitos compromissos, isso acabou por nos afastar da prática de atividades físicas regulares, mas são elas que nos mantêm longe de quem a gente precisa realmente estar: das doenças crônicas, como hipertensão, diabetes, ansiedade, depressão e dos diversos tipos de cânceres.

O câncer, reforça ainda mais a necessidade e importância do controle do peso corporal, através de uma dieta balanceada e a prática regular de atividade física.



Câmara Municipal de Santa Bárbara D'Oeste "Palácio 15 de Junho"

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), o excesso de peso provoca alterações hormonais e mantém o corpo em um estado inflamatório crônico, que estimula a proliferação celular e inibe a morte programada das células. Por esse motivo, a gordura contribui para o surgimento de diversos tipos de câncer.

Mas para quem já está na luta contra a doença, a atividade física também surge como uma aliada durante todas as fases do tratamento, uma vez que melhora as funções vitais do organismo e a imunidade, sendo essa última fundamental no combate ao câncer.

É muito comum que os pacientes experimentem reações adversas, como a fadiga (o cansaço típico de quem faz quimioterapia e radioterapia), perda de massa muscular, ansiedade e sintomas depressivos, que podem ser amenizados com uma vida mais ativa.

Pesquisas mostram que para a maioria das pessoas o exercício é seguro e útil antes, durante e depois do tratamento. Pode ajudar a melhorar sua qualidade de vida, bem como a energia que você tem para fazer as coisas que você gosta.

Portanto, a atividade física também pode ajudá-lo a lidar com os efeitos colaterais do tratamento e possivelmente diminuir o risco de novos cânceres no futuro.

Plenário "Dr. Tancredo Neves", em 09 de março de 2022.

Eliei Miranda

-vereador-