



CÂMARA MUNICIPAL DE JACAREÍ - SP

PALÁCIO DA LIBERDADE

Deliberação:

PLL Nº 52/2026

PROJETO DE LEI DO LEGISLATIVO

DATA DE PROTOCOLO: 26/06/2026

Cód. 03.00.02.06 · VC · P

Data: ____/____/____

Norma:

Assinatura

Ementa (assunto):

Dispõe sobre a instituição da Política Pública da Melhor Idade por meio do Programa "Academia Municipal da Terceira Idade" no município de Jacareí e dá outras providências.

Autoria:

Vereador Siufarne do Cidade Salvador.

Distribuído em:

26/06/2026

Para as Comissões:

Prazo das Comissões:

Prazo fatal:

Turnos de votação:

Observações:

Anotações:

26/06/2026 - Projeto protocolado, distribuído e encaminhado ao Jurídico. (Prazo: 07/08/2026)

Recebido: 26/06/2026
Rosa



PROJETO DE LEI Nº ____/2026

Dispõe sobre a instituição da Política Pública da Melhor Idade por meio do Programa "Academia Municipal da Terceira Idade" no município de Jacareí e dá outras providências.

Art. 1º Fica instituída, no âmbito do Município de Jacareí, a Política Pública da Melhor Idade através do Programa "Academia Municipal da Terceira Idade", destinada à promoção da saúde, do bem-estar físico e da integração social da população idosa.

Art. 2º São objetivos fundamentais da Política Pública ora instituída:

I – Fomentar a prática de atividades físicas monitoradas para cidadãos com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos;

II – Prevenir o surgimento de doenças crônicas e comorbidades associadas ao sedentarismo;

III – Reduzir o risco de quedas e acidentes domésticos por meio do fortalecimento muscular e melhora do equilíbrio;

IV – Combater o isolamento social, promovendo a ocupação de espaços públicos como polos de convivência comunitária voltadas para idosos.

Art. 3º A implementação da Academia Municipal da Terceira Idade dar-se-á mediante a instalação de polos dotados de

equipamentos de musculação de baixo, médio e alto impacto, especificamente projetados para a biomecânica da pessoa idosa.

Art. 4º O Poder Executivo poderá designar profissionais das áreas de Educação Física e Saúde para o acompanhamento técnico dos usuários nos polos do programa, visando à orientação correta dos exercícios e à segurança dos participantes.

Art. 5º Para a consecução dos objetivos desta Lei, o Município poderá estabelecer parcerias com a iniciativa privada, entidades filantrópicas e órgãos dos Governos Estadual e Federal.

Parágrafo único. Preferencialmente serão utilizados os espaços públicos já existentes, equipando-os com equipamentos específicos para a execução da política pública.

Art. 6º A participação no programa será precedida, preferencialmente, de indicação médica, que ateste a necessidade de atividades físicas para promoção em saúde. Demais indicações deverão ser regulamentadas por decreto municipal.

Art. 7º As despesas com a execução desta Lei correrão por conta das dotações orçamentárias próprias, suplementadas se necessário.

Art. 8º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Câmara Municipal de Jacareí, 26 de junho de 2026



SIUFARNE DO CIDADE SALVADOR

Vereador – PL

JUSTIFICATIVA DO PROJETO

O presente Projeto de Lei visa instituir em Jacareí a Política Pública da Melhor Idade, consolidada por meio do Programa Academia Municipal da Terceira Idade.

A proposta surge da necessidade de modernizar as estratégias de saúde preventiva do município, superando modelos que se provaram ineficazes e evoluindo para um sistema que entrega resultados clínicos reais e mensuráveis para a população idosa.

1. A Ineficiência das Academias ao Ar Livre e o Patrimônio Público

Ao longo dos últimos anos, as chamadas "Academias ao Ar Livre" proliferaram-se como uma tentativa de lazer. No entanto, a realidade técnica demonstra que tais estruturas, em sua maioria, não oferecem resistência mecânica suficiente para promover o ganho de massa muscular ou densidade óssea.

- **Subaproveitamento e Depredação:** Sem monitoramento profissional, esses espaços tornaram-se vulneráveis ao vandalismo e ao desgaste precoce pela exposição ao tempo. Muitas vezes, tornam-se equipamentos subutilizados que não cumprem o papel de promoção da saúde, gerando custos de manutenção sem o devido retorno social.
- **A Falácia do Exercício sem Carga:** Para o idoso, o "movimento pelo movimento" não é suficiente. Sem a resistência adequada (musculação), o processo de sarcopenia — perda degenerativa de massa muscular — continua avançando, mantendo o indivíduo em estado de fragilidade.

2. O Diferencial Técnico: Musculação Assistida e Biomecânica

Diferente das estruturas convencionais, a ACADEMIA DE TERCEIRA IDADE propõe a instalação de polos equipados com aparelhos de musculação profissionais.

- **Equipamentos de Alto Impacto Clínico:** O projeto prevê máquinas com sistemas de carga ajustáveis (baixo, médio e alto impacto), desenhados

especificamente para a biomecânica do corpo Humano, favorecendo e claro à terceira idade. Isso permite o fortalecimento efetivo do "core", dos membros inferiores (essenciais para o equilíbrio) e superiores.

- **Presença Profissional de 12 Horas:** O grande pilar deste projeto é o capital humano. A presença de educadores físicos e profissionais de saúde durante todo o período de funcionamento (12 horas diárias) garante que o idoso não esteja apenas "passando o tempo", mas seguindo um protocolo de treinamento seguro, corrigindo posturas e evitando lesões.

3. Impacto Orçamentário e Redução de Filas no SUS

A instituição desta política pública é, acima de tudo, uma medida de economia inteligente.

- **Prevenção de Quedas e Fraturas:** As quedas são a principal causa de morte acidental e hospitalização de idosos. Um idoso que pratica musculação assistida desenvolve reflexos e força para evitar quedas. A redução de uma única internação por fratura de fêmur já compensa o investimento em manutenção de um polo de academia.
- **Desoneração da Rede de Saúde:** O exercício resistido auxilia no controle da glicemia, da pressão arterial e do colesterol. Ao promover saúde ativa, o Programa reduz a demanda por consultas de urgência nas UBSs e a necessidade de distribuição massiva de medicamentos para doenças crônicas.

4. Promoção Social e Dignidade a pessoa Humana.

O Programa terá como foco a ocupação de espaços públicos já existentes, dotando-os de infraestrutura de excelência. Ao levar este serviço para regiões periféricas o Vereador atende a uma demanda histórica por equipamentos públicos que funcionem de verdade.

- **O fim do isolamento:** O ambiente monitorado e assistido cria um centro de convivência seguro, onde o idoso sente-se valorizado e motivado a manter uma rotina saudável.

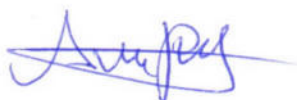
5. Conclusão

Não podemos mais aceitar que políticas para idosos sejam tratadas como "atividades recreativas". O envelhecimento da população de Jacareí exige seriedade e rigor técnico. O Sucesso Regional como Referência as cidade de Jambuí e Tremembé que realizaram a implementação de academias municipais com foco em musculação assistida e infraestrutura profissional não é apenas uma ideia teórica, mas uma medida de gestão pública que já demonstra sucesso em municípios vizinhos. Estas cidades já avançaram na criação de espaços públicos de musculação que superam as limitações das academias ao ar livre convencionais.

Jacareí, ao adotar este programa, alinha-se às melhores práticas de gestão do Vale do Paraíba, garantindo que nossos idosos tenham acesso a um padrão de atendimento que já é realidade em cidades de nossa região.

A Academia Municipal da Terceira Idade é o instrumento que garantirá que o idoso de Jacareí não apenas viva mais, mas viva com autonomia, força e dignidade, reduzindo custos para o erário e elevando o padrão de vida de nossa comunidade.

Câmara Municipal de Jacareí, 26 de junho de 2026



SIUFARNE DO CIDADE SALVADOR

Vereador – PL