



# Câmara Municipal de Maracanaú

GABINETE DO VEREADOR  
JEORGENES CASTRO E SILVA

PROJETO DE INDICAÇÃO Nº 041 2024.

**APROVADO**

"INSTITUI O PROGRAMA DE INDICAÇÃO PARA SAÚDE INTEGRAL DE IDOSOS NO MUNICÍPIO DE MARACANAÚ E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS".

**A CÂMARA MUNICIPAL DE MARACANAÚ INDICA:**

**Art. 1º** - Fica instituído o Programa de Indicação para saúde integral de idosos no município de Maracanaú e dá outras providências.

**Art. 2º** - Promover a saúde física e mental de idosos oferecendo orientações práticas e recursos para melhorar a qualidade de vida. Realização de avaliações de saúde abrangentes para identificar necessidades individuais e criar planos personalizados de cuidados.

**Art. 3º** - Oferta de programas de atividades físicas adaptadas à idade e condições de saúde, como exercícios leves, caminhadas supervisionadas e aulas de ioga para melhorar a mobilidade e a flexibilidade.

**Art. 4º** - Sessões educativas sobre uma dieta equilibrada e adaptada às necessidades nutricionais dos idosos, incluindo informações sobre suplementação, se necessário. Workshops e grupos de apoio para discutir temas relacionados à saúde mental, promovendo a socialização e oferecendo estratégias para lidar com o estresse, a solidão e a ansiedade.

**Art. 5º** - Programas de treinamento para prevenção de quedas, incluindo exercícios de equilíbrio, modificações no ambiente doméstico e educação sobre fatores de risco. Facilitação do acesso a serviços de saúde, incluindo exames preventivos, consultas médicas regulares e vacinação.



Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, 890 – Piratininga  
CEP: 61905-167 – Maracanaú – CE / Telefone: (85) 3381.1257 / fax: 3371.2010



# Câmara Municipal de Maracanaú

**Art. 6º** - Introdução de tecnologias assistivas que podem melhorar a independência dos idosos, como aplicativos de lembrete de medicamentos e dispositivos de monitoramento de saúde.

**Art. 7º** - Oferta de oficinas terapêuticas, como arteterapia, musicoterapia e atividades manuais, para estimular a criatividade e promover o bem-estar emocional. Implementação de avaliações periódicas para medir a melhoria na saúde física e mental dos participantes.

**Art. 8º** - Coleta de depoimentos e feedbacks para entender o impacto subjetivo do programa na qualidade de vida dos idosos. Colaboração com profissionais de saúde, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos e organizações comunitárias para garantir uma abordagem abrangente.

**Art. 9º** - Alocar recursos para profissionais de saúde, materiais educativos, equipamentos adaptados e eventos de promoção da saúde. Estratégias de comunicação para conscientização sobre o programa, utilizando canais locais, como centros de saúde, igrejas, clubes da terceira idade e redes sociais.

**Art. 10º** - Esta lei entra em vigor na data de sua publicação.

Sala das sessões da Câmara Municipal de Maracanaú, em 05 de Fevereiro de 2024.

Atenciosamente,

  
Jeorges Castro e Silva  
VEREADOR  


**APROVADO**





# Câmara Municipal de Maracanaú

## JUSTIFICATIVA

Este projeto de indicação para a saúde de idosos visa não apenas abordar questões específicas de saúde, mas também promover um envelhecimento ativo, saudável e significativo, garantindo que os idosos tenham acesso a recursos e apoio para uma vida plena e equilibrada. Promover a saúde física e mental de idosos oferecendo orientações práticas e recursos para melhorar a qualidade de vida. Realização de avaliações de saúde abrangentes para identificar necessidades individuais e criar planos personalizados de cuidados. A Oferta de programas de atividades físicas adaptadas à idade e condições de saúde, como exercícios leves, caminhadas supervisionadas e aulas de ioga para melhorar a mobilidade e a flexibilidade. Criar Sessões educativas sobre uma dieta equilibrada e adaptada às necessidades nutricionais dos idosos, incluindo informações sobre suplementação, se necessário. Workshops e grupos de apoio para discutir temas relacionados à saúde mental, promovendo a socialização e oferecendo estratégias para lidar com o estresse, a solidão e a ansiedade. Programas de treinamento para prevenção de quedas, incluindo exercícios de equilíbrio, modificações no ambiente doméstico e educação sobre fatores de risco. Facilitação do acesso a serviços de saúde, incluindo exames preventivos, consultas médicas regulares e vacinação.

Sala das sessões da Câmara Municipal de Maracanaú, em 05 de Fevereiro de 2024.

Atenciosamente,



Jeorges Castro e Silva  
VEREADOR  
**MDB**

**APROVADO**



Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, 890 – Piratininga  
CEP: 61905-167 – Maracanaú – CE / Telefone: (85) 3381.1257 / fax: 3371.2010