



## CÂMARA MUNICIPAL DE MONTES CLAROS

Arquivo Público Vereador Ivan José Lopes

### ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA DE MONTES CLAROS

**FLASH**

**10.681**

**Presidente da Mesa Diretora:** Martins Lima Filho

**Espécie:** Projeto de lei

**Categoria:** Não votados e/ou não tramitados, retirados de tramitação

**Autoria:** Elair Augusto Pimentel Dias

**Data:** 23/01/2024

**Descrição Sumária:** PROJETO DE LEI Nº 03/2024. Institui o Mês “MOC em Movimento” para conscientização e combate ao sedentarismo e doenças relacionadas e incentivo ao estilo de vida saudável.

**Controle Interno – Caixa:** 26.12      **Posição:** 02      **Número de folhas:** 06



# Câmara Municipal de Montes Claros

## PROJETO DE LEI Nº 03/2024

### AUTOR:

Ver. Elair Augusto Pimentel Gomes.

### ASSUNTO:

Institui o Mês “ MOC em Movimento” para Concientização e Combate ao Sedentarismo e Doenças Relacionadas e Incentivo ao Estilo de Vida Sadável.

### MOVIMENTO

- 1 -
- 2 - Entrada dia - 23/01/2024
- 3 - Comissão Legislação e Justiça.
- 4 -
- 5 -
- 6 -
- 7 -
- 8 -
- 9 -
- 10 -



# CÂMARA MUNICIPAL DE MONTES CLAROS

PROJETO DE LEI 3/2024



**INSTITUÍ O MÊS “MOC EM MOVIMENTO” PARA CONSCIENTIZAÇÃO E COMBATE AO SEDENTARISMO E DOENÇAS RELACIONADAS E INCENTIVO AO ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL.**

Os cidadãos de Montes Claros - MG, por seus representantes na Câmara Municipal, aprovou e o Prefeito Municipal, em seu nome e no uso de suas atribuições, sanciona a seguinte Lei:

**Art. 1º** Fica instituído no município de Montes Claros o mês “Moc em Movimento”, dedicado às ações de conscientização e combate ao sedentarismo e doenças relacionadas e incentivo ao estilo de vida saudável, a ser comemorado no terceiro domingo do mês de março anualmente.

**Art. 2º** As ações do mês “Moc em Movimento” tem como objetivo estimular e promover atividade física, incentivo à alimentação saudável, combate ao sobrepeso e obesidade, prevenção de doenças relacionadas ao sedentarismo através de campanhas de esclarecimento e direcionamento.

**Art. 3º** Durante estas comemorações do mês “Moc em Movimento” poderão ser realizadas as seguintes atividades:

I – palestras de esclarecimento sobre as consequências do sedentarismo para a saúde, os riscos de não seguir uma alimentação saudável, incentivo à prática de atividades físicas e busca por uma nutrição adequada e a importância da busca pelo auxílio de profissionais capacitados para cuidar da saúde;

II – esclarecimentos sobre os benefícios da atividade física para saúde física e mental;

III – campanhas educativas de conscientização sobre os malefícios causados pela obesidade na qualidade de vida e saúde das pessoas de forma geral;

IV – esclarecimentos sobre a importância da amamentação para promoção da saúde infantil como forma de prevenir a desnutrição;

V – conscientização sobre nutrição infantil e a importância de não oferecer certos alimentos para crianças como forma de combate à obesidade infantil, bem como incentivo à prática de atividades físicas adequadas para crianças de acordo com a faixa etária;

IV – realização de eventos caminhadas, passeios ciclísticos e demais atividades físicas ao ar livre.

**Art. 4º** Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

**Montes Claros, 22 de janeiro de 2024.**

ASSINADO DIGITALMENTE  
ELAIR AUGUSTO PIMENTEL GOMES  
A conformidade com a autorização pode ser verificada em:  
<http://serpro.gov.br/assinadodigital>



CÂMARA MUNICIPAL DE MONTES CLAROS  
A COMISSÃO DE LEGISLAÇÃO  
E REGULAMENTAÇÃO  
EM 23 DE JANEIRO DE 2024  
pme  
PRESIDENTE



## CÂMARA MUNICIPAL DE MONTES CLAROS

### JUSTIFICATIVA

O presente projeto de lei inteta conscientizar a população sobre os riscos que o sedentarismo pode trazer para a saúde.

O sedentarismo é uma ameaça à vida, muitas vezes confundido com preguiça. A falta de atividade física atrapalha a saúde das pessoas ao impedir que tenham um estilo de vida saudável. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é o país mais sedentário da América Latina e ocupa a quinta posição no ranking mundial. Conforme dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), cerca de 47% dos brasileiros são sedentários. Já entre os jovens o número é maior e ainda mais alarmante: 84%.

Por definição, a OMS considera sedentários adultos entre 18 e 60 anos, quando esses não realizam ao menos 150 minutos semanais, ou seja, 30 minutos, cinco vezes por semana, de atividade física de leve a moderada. É considerada sedentária a pessoa que se mantém muito tempo inativa, sem praticar exercícios físicos, e ainda aquelas que, apesar de realizarem algumas atividades durante o dia, como se locomover e trabalhar, não dediquem um período à prática de alguma modalidade esportiva ou treino em geral.

A atividade física é fundamental na vida de todo cidadão, já que o sedentarismo é uma condição que faz com que várias doenças oportunistas apareçam, dentre elas a obesidade, diabetes, problemas cardiovasculares, problemas posturais, dores no corpo (coluna, musculares, articulações e etc.), envelhecimento precoce, problemas respiratórios e até mesmo certos tipos de câncer.

A obesidade e o sedentarismo são duas situações completamente associadas, já que pessoas obesas são, quase sempre, sedentárias. Entretanto, não é necessário sofrer com o excesso de peso para ser considerado alguém sedentário.

A OMS dividiu os níveis de sedentarismo em 4 graus, sendo que o 4º é a maior causa de mortes no mundo:

- Nível 1: Faz eventuais caminhadas no cotidiano, mas fica por isso mesmo. Nenhuma atividade realmente intensa é realizada;
- Nível 2: Dificilmente separa um tempo exclusivamente para movimentar mais o corpo. É um dos tipos de sedentarismo mais comuns, pois se caracteriza pelo fato de a pessoa costuma “evitar” a atividade física.
- Nível 3: Evita qualquer tipo de caminhada e detesta carregar peso;
- Nível 4: Mal se lembra quando foi a última vez que fez um exercício e passa o dia todo sentado ou deitado. Como as tarefas quase não exigem esforço, o gasto metabólico é mínimo, o que prejudica a saúde em geral.



## CÂMARA MUNICIPAL DE MONTES CLAROS

O município de Montes Claros possuí diversos casos de sedentarismo, obesidade e doenças relacionadas, o que o torna fundamental a regularização de políticas públicas que possa haver uma orientação adequada sobre os riscos do sedentarismo. Nesse sentido, pretende-se instituir o mês “Mês em Movimento”, dedicado às ações de conscientização e combate ao sedentarismo e doenças relacionadas e incentivo ao estilo de vida saudável, com realização de campanhas, palestras, eventos e debates entre a sociedade civil organizada, o poder público e associações afins, em razão do exposto, viemos solicitar aos nobres pares a acolhida do presente Projeto de Lei.

ASSINADO DIGITALMENTE  
ELAIR AUGUSTO PIMENTEL GOMES  
A assinatura digitalizada foi realizada em:  
<http://serpro.gov.br/assinador-digital>



Sala das Sessões Câmara Municipal, 22 de janeiro de 2024.

**Elair Augusto Pimentel Gomes**

**Vereador**





## **CÂMARA MUNICIPAL DE MONTES CLAROS**

### **ASSESSORIA LEGISLATIVA**

**PARECER SOBRE PROJETO DE LEI N° 03/2024 que “Institui o Mês “Moc em Movimento” para conscientização e combate ao sedentarismo e doenças relacionadas e incentivo ao estilo de vida saudável.”, de autoria do Vereador Elair Augusto Pimentel Gomes.**

Projeto de Lei enviado à Assessoria Legislativa da Câmara Municipal de Montes Claros –MG, para análise de sua constitucionalidade, legalidade e forma técnica de redação.

O projeto sob comento tem como finalidade instituir o Mês “Moc em Movimento” para conscientização e combate ao sedentarismo e doenças relacionadas e incentivo ao estilo de vida saudável.

Referido projeto trata de assunto de interesse local, não se vislumbrando nenhum vício de legalidade ou mesmo de iniciativa, ressaltando que o dito projeto não cria, salvo melhor juízo, nenhuma despesa ou obrigação para o Poder Executivo.

Em face ao exposto, somos de parecer que o projeto é legal, constitucional e atende à forma técnica de redação.

É o parecer, sob censura.

Montes Claros, 31 de janeiro de 2024.

X  
Luciano Barbosa Braga  
Assessor Legislativo  
OAB/ MG 78.605