



EXPOSIÇÃO DE MOTIVOS AO PROJETO DE LEI Nº 38/2022-L, DE 16 DE MARÇO DE 2022, DE AUTORIA DOS VEREADORES DIEGO GOUVEIA DA COSTA E NEWTON DIAS BASTOS

O crossfit adaptado é uma prática esportiva voltada ao auxílio de pessoas com deficiência. Envolve a execução de programas de treinamento de força e condicionamento físico para qualquer tipo de pessoa, independente de idade ou nível físico. Ajudando a aperfeiçoar o uso das aptidões físicas de cada indivíduo de uma maneira segura, descontraída e divertida, pode ser praticado por todas as pessoas com deficiência física e/ou intelectual (sem caráter substitutivo à fisioterapia) como um recurso para a promoção do desenvolvimento pessoal, da autoestima e do condicionamento físico, conforme expõe a profissional de educação física Karina Meneguini, também presidente da Associação Movimento Esporte Adaptado e Superação – AMEAS, associação sem fins lucrativos que veio a formalizar e ampliar a já robusta atuação da profissional no sentido de levar essa modalidade acessível às pessoas com deficiência.

Entre os efeitos positivos da prática do crossfit adaptado podemos citar também o aumento da resistência cardiorrespiratória, da resistência muscular, da força, da flexibilidade, da potência, da velocidade, da coordenação, da agilidade, do equilíbrio e da precisão objetivando a educação do corpo e da mente. No artigo “Qualidade de vida na deficiência: o crossfit adaptado para usuários de cadeiras de rodas e amputados”, de autoria de Danielle Wellichan (UNESP) e Marcella Santos (INSS) encontramos também informações de suma relevância para a compreensão dessa prática que, embora em fase de crescimento, ainda é desconhecida da maior parte das pessoas:

“Diferentemente das academias convencionais, o principal equipamento do participante é o próprio corpo, utilizando-se de anilhas olímpicas e barras, além de pesos, cordas, caixas, bolas, pneus, argolas, elásticos, correntes, etc. [...] [O crossfit adaptado] trabalha os mesmos movimentos funcionais da modalidade comum e divide o mesmo ambiente de treino, a diferença está na estratégia utilizada e na adaptação do exercício para cada necessidade específica, ou seja, os espaços, os exercícios e os equipamentos são adaptados caso a caso, para isso o coach precisa usar a criatividade, conhecer a biomecânica e muitas vezes conta com o auxílio de um fisioterapeuta.”

O estudo em tela apresenta robustas evidências favoráveis ao crossfit adaptado: os participantes relataram melhora notável na qualidade de vida, aumento da mobilidade, maior disposição, conjunto de fatores que colaboram para um fortalecimento da noção de autodeterminação. Nesse sentido, a implementação de um programa de crossfit adaptado é uma maneira de oferecer aos munícipes são-roquenses a

Câmara Municipal da Estância Turística de São Roque



Rua São Paulo, 355 - Jd. Renê - CEP 18135-125 - Caixa Postal 80 - CEP 18130-970

CNPJ/MF: 50.804.079/0001-81 - **Fone:** (11) 4784-8444 - **Fax:** (11) 4784-8447

Site: www.camarasaoroque.sp.gov.br | **E-mail:** camarasaoroque@camarasaoroque.sp.gov.br
São Roque - 'A Terra do Vinho e Bonita por Natureza'

possibilidade de contar com mais um recurso para o fomento à qualidade de vida, nos termos da Organização Mundial de Saúde, que a define como “uma percepção do indivíduo sobre sua posição diante da vida, contexto cultural e valores nos quais ele vive, considerando seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”, efetivando em sentido concreto o postulado da inclusão social, bandeira desde sempre empunhada por este Vereador.

Isso posto, DIEGO GOUVEIA DA COSTA E NEWON DIAS BASTOS, por intermédio do Protocolo nº CETSR 16/03/2022 – 15:01 3690/2022, de 16 de março de 2022, apresentam ao Egrégio Plenário o seguinte Projeto de Lei:

PROTOCOLO Nº CETSR 16/03/2022 - 15:01 3690/2022/AO

Câmara Municipal da Estância Turística de São Roque



Rua São Paulo, 355 - Jd. Renê - CEP 18135-125 - Caixa Postal 80 - CEP 18130-970

CNPJ/MF: 50.804.079/0001-81 - **Fone:** (11) 4784-8444 - **Fax:** (11) 4784-8447

Site: www.camarasaoroque.sp.gov.br | **E-mail:** camarasaoroque@camarasaoroque.sp.gov.br
São Roque - 'A Terra do Vinho e Bonita por Natureza'

PROJETO DE LEI Nº 38/2022-L

De 16 de março de 2022.

Cria o Programa Municipal de Crossfit Adaptado.

O Prefeito Municipal da Estância Turística de São Roque,

Faço saber que a Câmara Municipal da Estância Turística de São Roque decreta e eu promulgo a seguinte Lei:

Art. 1º Fica instituído o Programa Municipal de Crossfit Adaptado para as pessoas carentes do Município de São Roque.

Parágrafo único. A condição de "carente" prevista no *caput* deste artigo será avaliada por órgão competente do Poder Executivo.

Art. 2º O Programa de que trata esta Lei visa atender pessoas com deficiências físicas e/ou mentais, sob o aval de profissional competente.

Art. 3º O Poder Público dará ampla publicidade ao programa a fim de universalizar o seu alcance.

Art. 4º As despesas decorrentes com a execução desta Lei correrão por conta de dotação própria do orçamento vigente, suplementada se necessário.

Art. 5º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Sala das Sessões "Dr. Júlio Arantes de Freitas", 16 de março de 2022.

DIEGO GOUVEIA DA COSTA
(DIEGO COSTA)

Vereador

NEWTON DIAS BASTOS
(NILTINHO BASTOS)

Vereador