



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

GABINETE DO VEREADOR JORGE BORGES

JUSTIFICATIVA PL 0565/07

O presente projeto de lei visa possibilitar que os cidadãos e cidadãs participem de atividades da saúde através das medicinas tradicionais e práticas corporais.

A razão desse atendimento a ser realizado pelo Poder Público através deste programa justifica-se pelo fato de atualmente, diversas pesquisas comprovarem que o estresse é o principal responsável pelo desequilíbrio da nossa saúde, causando inúmeras doenças crônicas como hipertensão, ansiedade, depressão, diabetes, alergia, insônia, quadros de dor, dentre outras.

Para evitar e combater este “mal urbano”, em decorrência do estilo de vida atual, é necessário que o ser humano faça uma revolução em sua própria vida, refletindo sobre os seus hábitos e comportamentos e não apenas pratique exercícios físicos, mas obtenha equilíbrio através de práticas integrativas e meditativas das Medicinas Tradicionais. A integração de práticas corporais é comprovadamente uma das atividades físicas mais recomendadas, pois valoriza e contribui para a melhoria da qualidade de vida.

Dentre as práticas de medicinas tradicionais temos o Tai Chi Chuan, que se baseia na natureza e é composto por movimentos que relaxam a mente, assim como o corpo. Efetivamente, auxilia na digestão, acalma o sistema nervoso, é benéfico para o coração e à circulação sanguínea e torna flexíveis as articulações. Como os seus movimentos são flexíveis e não exigem esforço físico, pode ser praticado por pessoas de qualquer idade, inclusive, e principalmente, pessoas na terceira idade.

Assim sendo, diante dos argumentos acima expostos, face ao inequívoco interesse social da propositura, voltada para a saúde da sociedade, peço aos Nobres Vereadores a aprovação deste projeto de lei.