



ESTADO DA BAHIA

CÂMARA MUNICIPAL DE JEQUIÉ

"Casa de Zenildo Tourinho"

45
INDICAÇÃO Nº /2026

Indicamos ao Prefeito Municipal **Zenildo Brandão**, extensivo ao Secretário de Infraestrutura **Lucindo Tomaz Vasconcelos Menezes** e ao Secretário de Esportes e Lazer **San David Pereira Aragão**, a **implantação de Academia Pública Municipal com equipamentos de musculação com pesos reais e progressivos, em espaços públicos estratégicos do Município de Jequié.**

JUSTIFICATIVA

A presente indicação tem como finalidade promover saúde pública de forma efetiva, por meio da oferta de equipamentos adequados para treinamento de força e condicionamento físico, superando o modelo tradicional de academias ao ar livre que utilizam apenas o peso corporal ou equipamentos de baixa resistência. É amplamente reconhecido que o treinamento resistido com **cargas progressivas (pesos reais)** é fundamental para:

- Prevenção e controle da hipertensão e diabetes;
- Combate à obesidade;
- Fortalecimento muscular e ósseo (prevenção da osteoporose);
- Reabilitação física supervisionada;
- Melhoria da qualidade de vida da população idosa;
- Redução de gastos futuros com saúde pública.

Sugestão de Equipamentos com Pesos Reais

- Leg press com placas de peso;
- Supino articulado com anilhas;
- Puxada alta (lat pulldown) com torre de pesos;
- Remada baixa com carga ajustável;
- Desenvolvimento de ombros com sistema de anilhas;
- Hack machine ou agachamento guiado;

- Estação de cabos com regulagem de carga;
- Conjunto de halteres e barras olímpicas com anilhas;
- Kettlebells de diferentes cargas.

Recomenda-se que os equipamentos sejam:

- Fabricados em aço reforçado e tratados contra corrosão;
- Instalados em área coberta ou semicoberta;
- Com piso emborrachado de alta densidade;
- Com controle de acesso ou monitoramento;
- Com acompanhamento periódico de profissional de Educação Física.

Impacto Social

A implantação de uma academia pública com pesos reais democratiza o acesso ao treinamento de qualidade, beneficiando especialmente a população de baixa renda que não possui condições de arcar com mensalidades em academias privadas. Além disso, a iniciativa fortalece políticas públicas de prevenção em saúde, esporte e inclusão social, transformando espaços públicos em centros de promoção de qualidade de vida. Cientes de que esta nossa propositura receberá a devida atenção por parte do Executivo Municipal, reiteramos nossos votos de consideração.

Sala das Sessões, 27 de fevereiro de 2026

Documento assinado digitalmente
gov.br MATHEUS ROBERTO OLIVEIRA MACEDO
 Data: 28/02/2026 21:02:09-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Matheus Roberto Oliveira Macedo
(Matheus Budega)
 Vereador

ATENDIDO Of. n.º <u>04/2026</u> Em: <u>05/03/26</u> <u>Matheus Budega</u>
--

ATENDA-SE ☒ ARQUIVE-SE ☐ Sala das Sessões em: <u>03/03/26</u> <u>Matheus Budega</u>
