



Autor: EDIVALDO JÚNIOR

Req. nº 019/22

Fls. nº 018

Dest.: PODER EXECUTIVO MUNICIPAL

APROVADO	
<input checked="" type="checkbox"/> Unanimidade	<input type="checkbox"/> Maioria
A Secretária p/ providências	
Em 15/02/22	

Senhor Presidente,

O Vereador que o presente subscreve vem, com o devido respeito e acatamento, Requerer de V. Exa., após manifestação do Plenário, o envio de expediente ao Chefe do Poder Executivo Municipal, solicitando do mesmo que *envie* a esta Casa, ~~Projeto de Lei~~ *Projeto de Lei* versando sobre a "Criação do Programa Yoga nas Escolas – FUTURO CONSCIENTE".

Segue "cópia" do objeto do presente requerimento, para que o Executivo, se assim entender, apenas reproduza o teor do mesmo, e envie para este Legislativo, considerando a justificativa que se segue.

N. Termos,
Pede Deferimento.

SALA DAS SESSÕES DA CÂMARA MUNICIPAL DE INHUMAS, AOS 14 DIAS DO MÊS DE FEVEREIRO DE 2022.


Edivaldo Júnior
Vereador/PSL

JUSTIFICATIVA

Popularmente conhecida como uma atividade física que promove o equilíbrio entre o corpo e a mente, a prática de yoga na escola tem sido cada vez mais comum. Isso porque, além de aliviar dores e estresse, o exercício ajuda crianças e jovens a aprimorarem aspectos importantes na sua formação, como a concentração e a disciplina.

O Reino Unido foi um dos pioneiros na implementação da yoga nas instituições de ensino. Desde 2007, os países desse grupo adicionaram a meditação mindfulness nos planos escolares. No Brasil, mais de 58 mil crianças e adolescentes já praticam a atividade nas escolas, de acordo com a ONG *Mente Viva*. Esse crescimento se dá pelos inúmeros benefícios que ela oferece desde para o processo cognitivo até para as emoções dos estudantes.

Alguns artigos científicos comprovam a eficácia do Yoga no tratamento de sintomas de transtorno mental. Vorkapic e Rangé (2011) fizeram uma ampla busca em bases de dados científicos por pesquisas que estudaram os benefícios do Yoga nos transtornos de ansiedade. Das sete pesquisas realizadas entre 1995 e 2009, seis mostraram um índice de correlação significativa entre a prática do Yoga e a diminuição do estresse ou ansiedade. Sendo que, na única pesquisa em que não houve diferença nos níveis de ansiedade, pôde-se notar um aumento de vitalidade, energia, melhora da dor física e interação social.

O Município de Inhumas oferta esse trabalho em atendimento no Caps (Centro de atendimento psicossocial), para adultos como estratégia de atendimento e tratamento humanizado para casos específicos, e sabe-se que há resultados positivos na qualidade de vida dessas pessoas, através dessas ações.

Exp. Of. nº

117/22

Em

17, 02, 2022