



Câmara Municipal

da Estância Turística

- Capital Nacional

Camara Municipal de Ibitinga
Protocolo Geral nº 550/2019
Data: 15/02/2019 Horário: 10:31
Legislativo - IND 142/2019

INDICAÇÃO

ASSUNTO: Solicita implantação de pontos de hidratação nos locais onde se encontram instaladas as Academias ao Ar Livre de propriedade do município.

Autoria: Vereador Marco Antônio da Fonseca.

Destinatários: Cristina Maria Kalil Arantes – Prefeita da Estância Turística de Ibitinga.

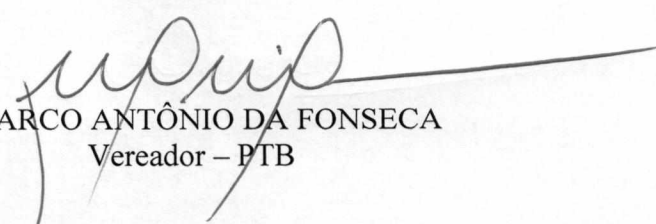
Excelentíssimo Senhor Presidente,

O Vereador que subscreve solicita, após os trâmites regimentais, que seja oficiado ao destinatário esta indicação, conforme abaixo justificada para as providências necessárias.

JUSTIFICATIVA: A hidratação é de extrema importância para todos os seres humanos, independente da faixa etária, sexo e biotipo físico. Esta importância no nosso organismo é mais evidente quando praticamos atividades físicas, uma vez que nosso corpo elimina grande quantidade desse líquido por meio do suor. A hidratação correta, principalmente durante os exercícios, é essencial para um bom desempenho, mantendo o corpo saudável, evitando lesões e doenças mais graves. Caso a pessoa não tenha uma hidratação adequada, acontece a desidratação, que é classificada com a perda dinâmica de água pelo corpo. Diversos fatores podem contribuir para isso, como a intensidade e a duração dos exercícios físicos, o clima e até o tipo de roupa utilizada durante a prática. A perda excessiva de água faz com que o ritmo cardíaco aumente por conta da diminuição do volume sanguíneo. Uma perda de 10% da água corpórea pode levar a distúrbios graves, como tonturas, dificuldades de concentração, espasmos musculares e problemas renais. E se a perda for superior a 20%, pode ser fatal.

Por isso se faz tão importante a implantação dos pontos de hidratação.

Sala das Sessões “Dejanir Storniolo”, 14 de fevereiro de 2019.


MARCO ANTÔNIO DA FONSECA
Vereador – PTB

A Sua Excelência o Senhor
JOSÉ APARECIDO DA ROCHA
Presidente da Câmara Municipal da Estância Turística de Ibitinga – SP

