



Câmara Municipal de Cajamar

Estado de São Paulo

GABINETE DO VEREADOR

REQUERIMENTO Nº 263 / 2022

CAMARA MUNICIPAL DE CAJAMAR

Senhor Presidente,

PROTOCOLO
2708/2022

DATA / HORA
07/10/2022 16:04:09

USUÁRIO
martha

Senhores Vereadores,

Requeiro dentro das normas regimentais desta Casa de Leis e após deliberação do plenário, a fim de o Exmo. Prefeito Danilo Barbosa Machado e aos departamentos competentes, informe a esta Casa de Leis, se existe algum projeto de **reeducação alimentar**, tendo em vista, que a importância de modificar hábitos alimentares e comportamentos com relação à alimentação, a pessoa soluciona doenças, emagrecer ou faz manutenção da saúde. Além de compreender melhor o efeito da alimentação na vida diária. Portanto, entender suas consequências para a mente e para o corpo, aproveitando o prazer de se alimentar ao mesmo tempo em que traz mais saúde em todos os aspectos da vida.

JUSTIFICATIVA

Justifico o presente Requerimento, explanando a importância de buscar promover e executar ações na área da saúde, melhorando a qualidade da alimentação e da vida, nas fases adulta, escolar e da adolescência, daqueles que se encontram em situação de risco e outros.

Fazer uma reeducação alimentar não significa necessariamente restringir alimentos, mas organizar melhor a ingestão das porções desses alimentos de forma mais saudável. As mudanças no estilo de alimentação podem ser difíceis no início, mas quando se transformam em hábitos ficam mais fáceis.

A melhor maneira de garantir uma boa forma e saúde não é a partir de dietas, mas sim da adoção de bons hábitos a partir da reeducação alimentar. E isso não se limita somente a seleção de ingredientes melhores, mas também a mastigar corretamente e estabelecer horários para as refeições, dando continuidade nas práticas até se tornarem hábitos.

Estudos na área de nutrição humana demonstram que um indivíduo equilibrado nutricionalmente, tem menos chances de desenvolver doenças mentais e físicas.

A reposição dos nutrientes, bem como o uso de dietas ricas em substâncias como vitaminas, antioxidantes, oligoelementos, minerais, micro e macro nutrientes, que participam e controlam ativamente todas as reações químicas do organismo, são imprescindíveis para a manutenção da vida e da saúde.



Câmara Municipal de Cajamar

Estado de São Paulo

GABINETE DO VEREADOR

Existem inúmeras formas de reeducação alimentar, sempre com a orientação de um nutricionista, cada uma adaptada para as condições do paciente e seus objetivos para a melhoria de saúde. A mudança de hábitos alimentares pode servir para reduzir o apetite, acelerar o metabolismo, eliminar alimentos danosos, reduzir a ingestão calórica, acompanhar alguma restrição ligada a doenças, aumentar a energia para a execução de exercícios específicos, entre outros.

Portanto, coma a reeducação alimentar, a pessoa evitará várias doenças, dentre elas, as cardiovasculares, hipertensão, diabetes, câncer, osteoporose, além da obesidade. O consumo exagerado de alguns alimentos e bebidas podem gerar diversos problemas e até matar aos poucos.

Plenário Ver. Waldomiro dos Santos, 06 de outubro de 2.022.


MARCELO DO GAZ
Vereador


Tarcisio Moreira de Carvalho
Vereador


Saulo Anderson Rodrigues

CÂMARA MUNICIPAL DE CAJAMAR
APROVADO em discussão e votação única
na 15ª sessão Ordinária
com 12 (Doze) votos favoráveis,
0 (Zero) votos contrários e
3 (Três) abstenção
em 13 / 10 / 2022
Saulo Anderson Rodrigues
Presidente
Procedente


José Adriano da Conceição
Vereador



Câmara Municipal de Cajamar

Estado de São Paulo

Ofício nº 194 – GP

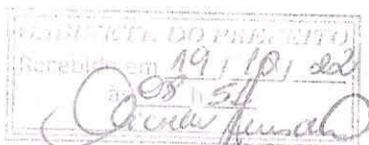
Cajamar, 14 de outubro de 2022.

Senhor Prefeito,

Encaminhamos à Vossa Excelência cópias autênticas dos Requerimentos de nº 158/2022; 190/2022; 208/2022; 248/2022; 251/2022; 253/2022; 254/2022; 255/2022; 256/2022; 259/2022; 260/2022; 261/2022; 262/2022; 263/2022; 264/2022 e 265/2022, de autoria dos nobres Vereadores: Adilson Aparecido Pinto; Alexandro Dias Martins; Cleber Candido Silva; Diogo de Carvalho Utsunomiya; Eder da Silva Domingues; Flavio Alves Ribeiro; Izelda Gonçalves Carnaúba Cintra; Jefferson Rodrigo Oliveira Silva; Jose Adriano da Conceição; Luiz Fabiano Cordeiro Galvão; Manoel Pereira Filho; Marcelo da Rocha Santiago; Saulo Anderson Rodrigues e Tarcísio Moreira de Carvalho, apresentados e aprovados na 15ª Sessão Ordinária, realizada no dia 13 de outubro de 2022.

Solicitamos que os requerimentos mencionados acima, atendam o art. 248 incisos XXVII, do regimento interno desta Casa de Leis e Resolução nº 213, de 14 de dezembro de 2006 conjugado com art. 86 incisos XXVII da Lei Orgânica do Município de Cajamar

Aproveitamos a oportunidade para renovar nossos protestos de elevada estima e distinta consideração.



SAULO ANDERSON RODRIGUES
Presidente

Excelentíssimo Senhor,
DANILO BARBOSA MACHADO
Prefeito Municipal
Praça José Rodrigues do Nascimento, nº 30
Centro – Cajamar/SP