



# CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL

Gabinete do Vereador Elias Vargas de Oliveira  
Poder Legislativo

Página 1 de 4

## PROJETO DE LEI N.

**AUTOR: ELIAS VARGAS DE OLIVEIRA (Elias Vargas)**

**EMENTA: “INSTITUI O PROGRAMA DE PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS POR GUARDAS MUNICIPAIS E MEMBROS DA DEFESA CIVIL MUNICIPAL E DETERMINA A SUA INCORPORAÇÃO NAS ROTINAS DESSAS CORPORAÇÕES, DE FORMA FACULTATIVA A CADA SERVIDOR”.**

**FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, APROVOU E EU, PREFEITO MUNICIPAL, SANCIONO A SEGUINTE LEI:**

**Art. 1º.** Fica instituído o programa de prática de atividades físicas e desportivas por Guardas Municipais e membros da Defesa Civil de Porto Real e determina a sua incorporação nas rotinas dessas corporações, de forma facultativa a cada servidor.

**Art. 2º.** A prática das atividades físicas e desportivas deverá incorporar a rotina dos Guardas Municipais e membros da Defesa Civil de Porto Real que assim desejarem.

**Art. 3º.** As atividades que se referem ao caput do art. 1º, só poderão ser executadas após avaliação física, social e psíquica de cada servidor, observando-se a compatibilidade de sua idade e condição cardiorrespiratória com as atividades desenvolvidas.

**Art. 4º.** As atividades físicas e desportivas em questão deverão contar sempre com a supervisão de profissionais de educação física, tecnicamente aptos e devidamente habilitados.

**Art. 5º.** As atividades físicas e desportivas deverão ser realizadas nas próprias corporações da prestação de serviço.

**Art. 6º.** Incorrerá em falta disciplinar grave a autoridade que concorrer para a inobservância de seus ditames.

Av. Dom Pedro II, 1550 – Centro – Porto Real – CEP 27570-000  
Tel/Fax: (024) 3353-2600/3353-2668 – [cmportoreal.rj.gov.br](http://cmportoreal.rj.gov.br)



Autenticar documento em /autenticidade  
com o identificador 37003000350036003A005000, Documento assinado digitalmente  
conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira -  
ICP - Brasil.





# CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL

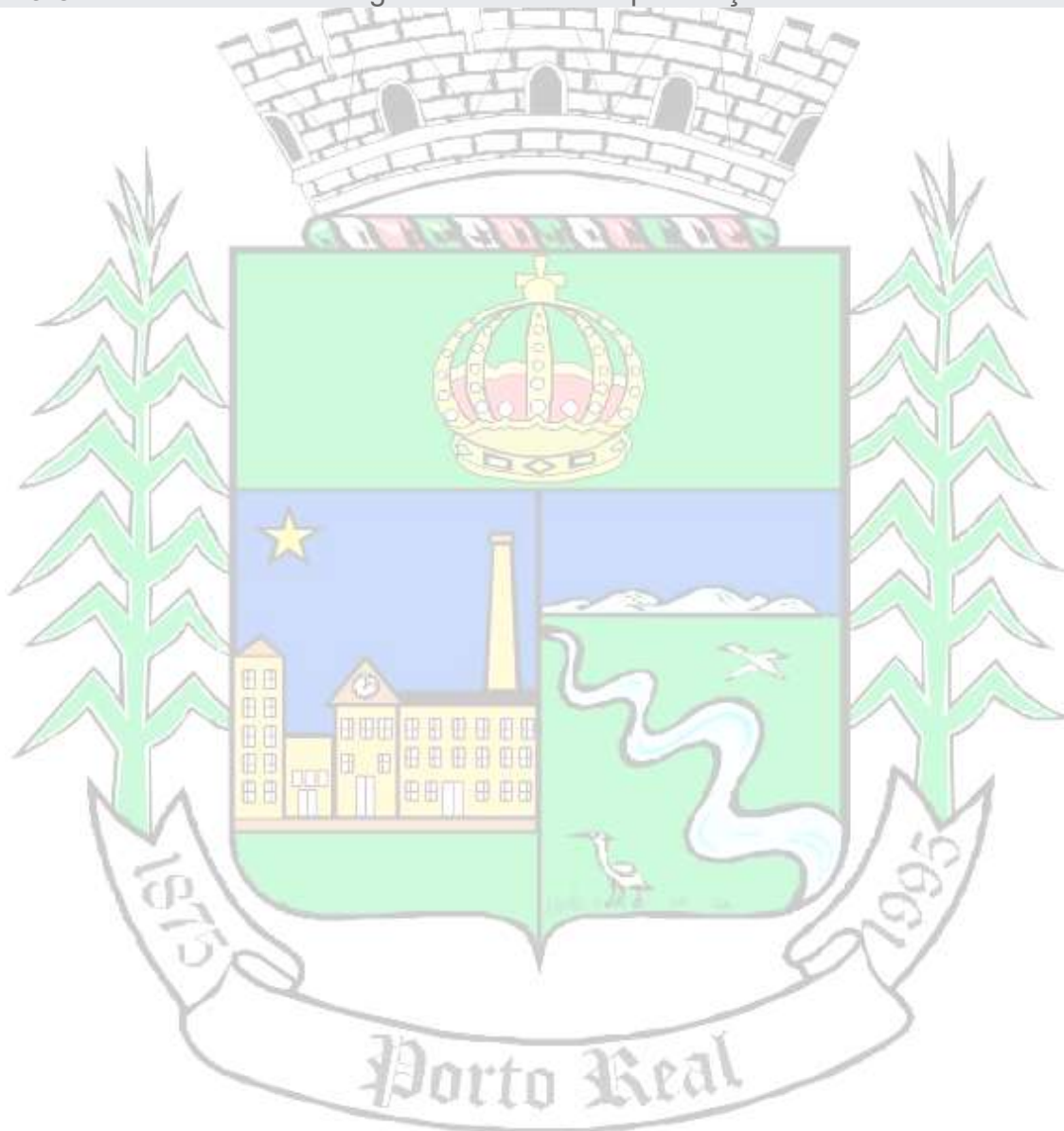
Gabinete do Vereador Elias Vargas de Oliveira  
Poder Legislativo

Página 2 de 4

**Art. 7º.** Caberá ao Poder Executivo regulamentar a presente Lei em todos os aspectos necessários para sua efetiva aplicação.

**Art. 8º.** As despesas decorrentes com a execução desta Lei correrão por conta de dotação orçamentária própria, suplementadas se necessário.

**Art. 9º.** Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.



Av. Dom Pedro II, 1550 – Centro – Porto Real – CEP 27570-000  
Tel/Fax: (024) 3353-2600/3353-2668 – [cmportoreal.rj.gov.br](http://cmportoreal.rj.gov.br)



Autenticar documento em /autenticidade  
com o identificador 37003000350036003A005000, Documento assinado digitalmente  
conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira -  
ICP - Brasil.





# CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL

Gabinete do Vereador Elias Vargas de Oliveira  
Poder Legislativo

Página 3 de 4

## JUSTIFICATIVA:

O presente Projeto de Lei visa instituir o programa de prática de atividades físicas e desportivas por Guardas Municipais e membros da Defesa Civil de Porto Real e determina a sua incorporação nas rotinas dessas corporações, de forma facultativa a cada servidor.

O objetivo desta Lei é promover o tratamento *humanizado* desses trabalhadores, utilizando à prática de atividade física de forma facultativa em suas corporações, de modo a auxiliar a redução do nível de estresses.

Neste sentido, é de se ressaltar que o presente projeto tem como finalidade elaborar um programa de intervenção para estimular a prática de atividade física com qualidade como uma das principais ferramentas de prevenção ou tratamento do estresse profissionais de segurança pública.

Inúmeros estudos apontam os servidores da área de segurança pública, dentre os diferentes profissionais, que mais sofrem de estresse uma vez que estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente intervir em situações de conflito e tensão, portanto viu-se uma fundamental importância em buscar métodos que possam contribuir para a contenção desse mal entre os profissionais dessa categoria. O estresse, dentre outras definições, é apontado como uma reação fisiológica do organismo quando esse se vê submetido a certas pressões de cunho psicológico que lhe causem risco ou ameaça podendo ser real ou não desde que tenha consequência direta em sua vida. Diante dessa condição, esses profissionais estão expostos a uma rotina diferente de muitas outras profissões o que interfere diretamente em seu estado físico e mental uma vez que essa profissão é reconhecida como uma atividade com alto risco de dano à saúde.

Tal situação pode levar ao estresse que tem como uma de suas variáveis o transtorno do estresse pós-traumático (TEPT) o qual pode ser definido como um distúrbio da ansiedade caracterizado por um conjunto de sinais e sintomas físicos, psíquicos e emocionais.

Nesse contexto a educação permanente faz-se necessária, pois profissionais responsáveis por assegurar a execução da política de segurança pública encontram-se bastante vulneráveis às constantes situações de tensão e perigo vivenciadas durante a realização de suas funções rotineiras.

A atividade física, entendida como uma característica inerente ao ser humano, com dimensões biológica e cultural, representa um tema interdisciplinar e complexo que tem atraído à atenção de pesquisadores, da mídia e da saúde pública em todo o mundo nas últimas décadas (NAHAS, 2010). A prática regular de atividade física é hoje uma das maneiras mais eficazes e divulgadas de combater o estresse. Diversos estudos científicos comprovam os benefícios para o organismo proporcionados pela prática rotineira de exercícios. Entre muitos benefícios a atividade física auxilia a reduzir os níveis de ansiedade e de depressão, melhora o estado de humor, aumenta a sensação de bem-estar e eleva a auto-estima (CORAÇÃO, 2015).

Av. Dom Pedro II, 1550 – Centro – Porto Real – CEP 27570-000  
Tel/Fax: (024) 3353-2600/3353-2668 – [cmportoreal.rj.gov.br](http://cmportoreal.rj.gov.br)



Autenticar documento em /autenticidade  
com o identificador 37003000350036003A005000, Documento assinado digitalmente  
conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira -  
ICP - Brasil.



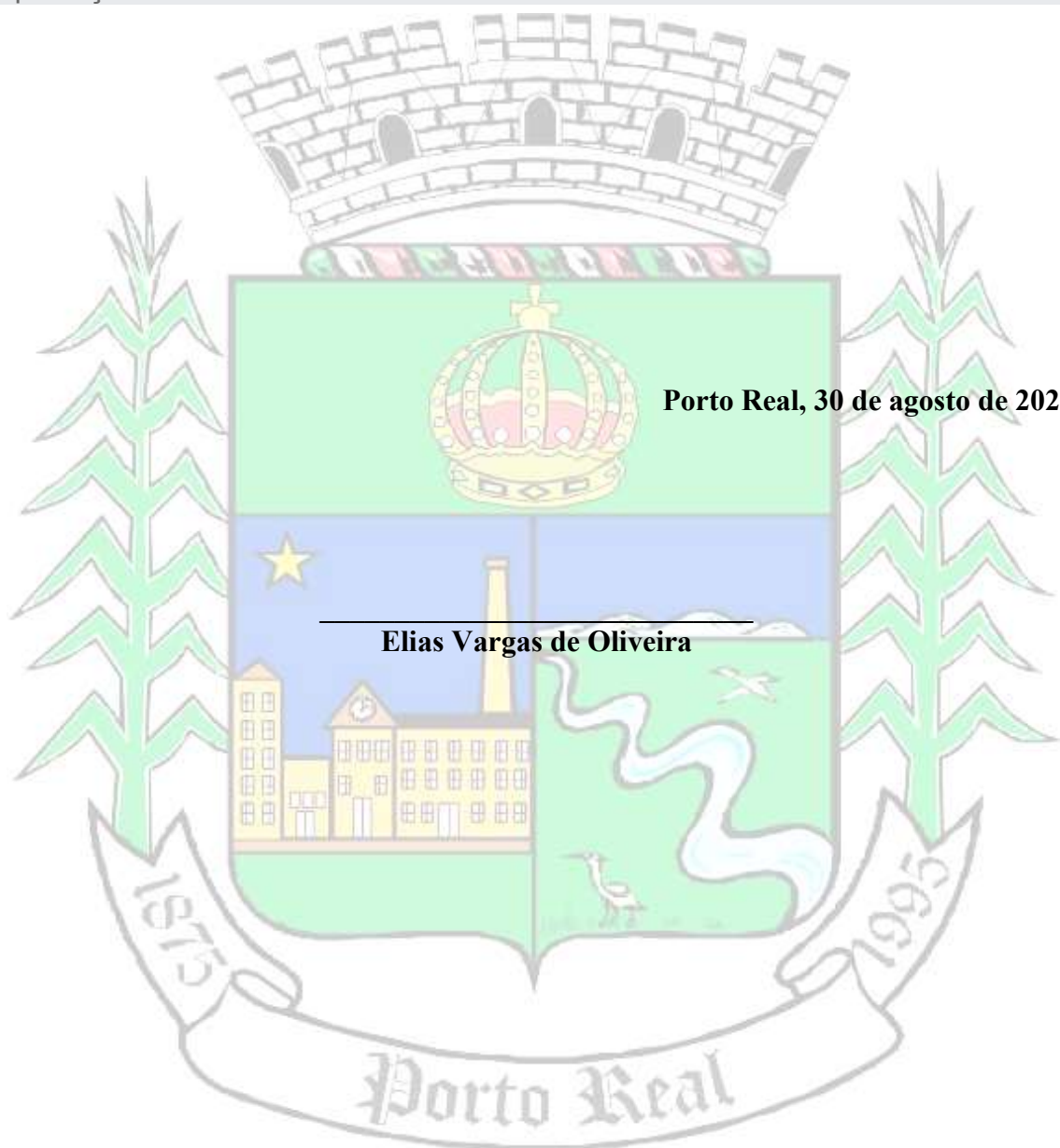


# CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL

Gabinete do Vereador Elias Vargas de Oliveira  
Poder Legislativo

Página 4 de 4

Em face dos argumentos supramencionados e por entender que a medida se releva justa e oportuna, e que sua aprovação trará benefícios para a saúde dos Guardas Municipais e membros da Defesa Civil de Porto Real, apresento o presente projeto, contando desde já, com o apoio dos nobres pares para sua aprovação.



Av. Dom Pedro II, 1550 – Centro – Porto Real – CEP 27570-000  
Tel/Fax: (024) 3353-2600/3353-2668 – [cmportoreal.rj.gov.br](http://cmportoreal.rj.gov.br)



Autenticar documento em /autenticidade  
com o identificador 37003000350036003A005000, Documento assinado digitalmente  
conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira -  
ICP - Brasil.

