



JUSTIFICATIVA

O presente visa justificar o certame que tem como objeto: **AQUISIÇÃO E INSTALAÇÃO DE EQUIPAMENTOS PARA ACADEMIAS AO AR LIVRE NO MUNICÍPIO DE BELTERRA/PA**

As academias ao ar livre, presentes em praticamente todos os estados brasileiros, têm como objetivo principal incentivar a população a fazer atividade física. A intenção é clara e podendo intercalar de diferentes maneiras e observar o ambiente a sua volta. Quando tratamos de uma academia ao ar livre, automaticamente todas as pessoas que possuem acesso a ela, poderão desfrutar dos aparelhos e se beneficiar dos resultados de uma rotina longe do sedentarismo de forma igualitária.

As academias ao ar livre são ótimas opções para quem quer começar a fazer atividade física, principalmente na terceira idade.

Com a vantagem de ter um ambiente agradável, essas academias têm aparelhos que ajudam a trabalhar a força muscular e a ativar as articulações.

Academias são uma excelente ferramenta para manter seu corpo ativo, mas elas têm custo: algumas com preços mais populares, mas outras com valores bem expressivos. Assim, sempre é necessário separar um dinheiro mensal para frequentá-las.

Dessa maneira, as academias instaladas em praças alcançam todos os públicos sem que eles tenham que se preocupar em colocar a mão no bolso, já que são de graça. Os equipamentos são eficientes e com diversas modalidades, além de possuírem manual de orientação.

As academias ao ar livre se localizam próximas de parquinhos, quadras, ciclovias, bancos, árvores e demais áreas verdes. Assim, dá para tirar as crianças de frente da televisão e do computador, permitindo que elas explorem novos cenários e corram soltas, enquanto os outros membros da família e amigos podem se envolver em nas atividades físicas.

Essas diferentes possibilidades atraem as pessoas, afinal elas podem ir ao mesmo local e não necessariamente fazer as mesmas atividades – é um programa que agrada a todos! Essa reunião das pessoas dos arredores promove a integração da comunidade.

Com a vantagem de uma área verde em local aberto, a academia montada na praça traz uma série de benefícios aos idosos, como, por exemplo, melhoria nas limitações da idade. Os aparelhos instalados são grandes aliados para ativar as articulações e a força muscular, deixando os idosos com o corpo mais resistente. Isso ameniza o impacto de uma queda e evita dores na coluna, nos ombros e nas articulações.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BELTERRA.
SECRETARIA MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO, FINANÇAS E PLANEJAMENTO.
CNPJ:29.578.965/0001-48

Além de o corpo ficar mais flexível, outros benefícios são apontados por fisioterapeutas, como agir na inflamação e ajudar no tratamento de quem sofre de tendinite e bursite. Sem contar que quando os idosos se exercitam ao ar livre, eles produzem vitamina D, jogam conversa fora e fazem novas amizades.

Os aparelhos são indicados para maiores de 12 anos e geralmente simulam movimentos de barco a remo, esqui, surfe, cavalgada e caminhada. Esses equipamentos às vezes parecem uma grande brincadeira, embora os exercícios praticados neles sejam muito eficazes, tornando muito divertido fazê-los em grupo.

Com várias pessoas circulando entre um aparelho e outro fica fácil se conectar com as pessoas que têm o mesmo interesse que você para alcançar objetivos em comum. Com isso, a famosa troca de figurinhas acontece, agregando conhecimentos de um para o outro e gerando motivação para manter o ritmo.

Como dá para perceber, uma academia ao ar livre só traz benefícios. Seus visitantes podem usufruir dos espaços da praça para o lazer, se enturmar e descansar. Ela contribui para a integração social, o bom condicionamento físico e ajuda a ter hábitos mais saudáveis.

Seja qual for o intuito, a faixa etária ou as atividades que cada pessoa complementa na sua rotina, colocar-se em movimento e frequentar esses locais são atitudes sempre bem-vindas ao longo de toda a vida. Sendo assim, a construção de espaços públicos voltados para tal objetivo viabiliza o acesso aos bons hábitos, reduzindo as doenças relacionadas ao sedentarismo, estresse, excesso de peso e demais.

Belterra-Pá, 07 de Dezembro de 2021.


Amárico Rodrigues dos Santos
Secretário Municipal de Administração,
Finanças e Planejamento
Decreto nº 02/2021

AMÁRICO RODRIGUES DOS SANTOS
Secretário Municipal de Administração Finanças e Planejamento - SEMAF
Decreto nº 02/2021