

# **Academia no Centro do Idoso é instalada após aprovação de indicação da vereadora Fabiana Gomes**

Na última quarta-feira, 09, a vereadora Fabiana Gomes (PSD) esteve visitando o Centro Municipal de Convivência do Idoso Dr. João Marcos Moura, no bairro Continental, em Campina Grande/PB. A parlamentar foi conferir de perto a instalação da academia para os idosos. A implementação das máquinas para prática esportiva é fruto de uma das solicitações que a parlamentar fez no início de seu mandato.

“A instalação da academia é fruto da indicação 028/2021 de minha autoria, que foi prontamente atendida pelo prefeito Bruno Cunha Lima. Ele entendeu a necessidade e a importância da instalação do equipamento no local, para a promoção de saúde e prevenção de doenças da população como um todo, em especial, os idosos”, disse Fabiana Gomes.

A prática de exercícios físicos se enquadra na política da medicina preventiva. É uma técnica utilizada por povos do Oriente há muitos anos. A academia ao ar livre ganhou espaço em todos os países do mundo e hoje pode ser facilmente encontrada pelos bairros das cidades, principalmente aqui na Rainha da Borborema.

O hábito de se exercitar pode diminuir, significativamente, os riscos de doenças cardiovasculares, lesões e aumentar a disposição física e psicológica. A prática pode ser feita por pessoas acima de 12 anos. No caso da academia ao ar livre, os usuários se exercitam com o peso do próprio corpo, criando resistência e benefícios para a saúde.

Durante a visita ao Centro de Convivência do Idoso, Fabiana

Gomes recebeu novas demandas e se comprometeu em ajudar. “A partir da visita de hoje surgiram outras demandas que já estamos protocolando na casa do povo e vamos trabalhar para que possa ser executada”, concluiu a vereadora.

**\*\*\*Conteúdo de responsabilidade da Assessoria**