



# CÂMARA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE EMBU DAS ARTES

## ESTADO DE SÃO PAULO

Gabinete Vereador  
Ricardo Almeida dos Santos  
(Ricardo Almeida)

### PROJETO DE LEI Nº 155/2019

Vereador Ricardo Almeida dos Santos (Ricardo Almeida), no uso das Atribuições que lhe conferem o artigo 133 do regimento interno, apresenta ao Egrégio Plenário e **dispõe sobre o Programa de Educação Nutricional para 3ª idade de Embu das Artes.**

**Art. 1º** Institui o “Programa de Educação Nutricional para 3ª idade de Embu das Artes para contribuir para os idosos tenham hábitos alimentares saudáveis, proporcionando saúde e bem-estar.

**Art. 2º** O programa deverá ser aplicado nas unidades básicas de saúde, polos de atividades físicas da terceira idade situados na cidade de Embu das artes, atendendo pessoas a partir da idade de 50 anos.

**Art. 3º** Os temas de abordagem serão definidos a partir de necessidades diárias da 3ª Idade:

Parágrafo único. São categorias do Programa:

I – Nutrientes: Definição de Proteínas, Carboidratos e Lipídeos com ilustrações e exemplos de alimentos de cada item.

II – Prato Modelo: Definição e desenho com 3 opções de montagem do prato modelo com as quantidades adequadas de todos os grupos de alimentos.

III – Pirâmide Alimentar: Definição e desenho da pirâmide contendo a divisão e quantidade adequadas de porções diárias dos grupos Carboidratos, Proteínas, Lipídeos, Doces e Água

IV – Frutas da Estação: Tabela contendo o mês e as frutas da época, que estão com o preço mais barato, mais acessível.

V – Cálcio e Vitamina D

Quantidade diária de cálcio;

Importância da Vitamina D para a absorção do cálcio;

Definição de osteogenia e osteoporose;

Exemplos de alimentos que contenham cálcio;

Receita de Iogurte Caseiro

VI - Água: Importância da água e a quantidade diária recomendada.

VII - Orientações gerais sobre estratégias nutricionais no cuidado da alimentação do idoso

**Art. 4º** Em data estabelecida de pela secretaria executante do programa será realizada palestras e orientações sobre tema estabelecido pela secretaria executante.

**Art. 5º** Deverá ser feito acompanhamento a pessoas com dificuldade de mobilidade em sua residência através do PSF onde se incluirá esse programa aos idosos maiores de 50 anos.

**Art. 6º** O responsável do programa de educação nutricional para 3 idade de Embu das Artes, deverá ser profissional capacitado tão bem formado em sua respectiva atividade exercida no programa.

**Art. 7º** Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.



# CÂMARA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE EMBU DAS ARTES

## ESTADO DE SÃO PAULO

### JUSTIFICATIVA

**CONSIDERANDO QUE** alimentação é uma das atividades mais importantes do ser humano, tanto por razões biológicas, quanto pelas questões sociais e culturais que envolvem o comer. Assim, o ato de se alimentar engloba vários aspectos que vão desde a produção dos alimentos até a sua transformação em refeições e disponibilização às pessoas.

**CONSIDERANDO QUE** a expectativa é que, em 2060, o Brasil tenha 58,4 milhões de pessoas idosas (26,7% do total), consequência de fatores como a maior expectativa de vida e queda nas taxas de fecundidade, criar políticas públicas que proporcione melhores condições para uma alimentação adequada.

**APRESENTO** ao Egrégio Plenário, o presente Projeto de Lei, para que possa ser indicado ao poder executivo conforme artigo 121 do Regimento Interno em vigor.

Embu das Artes, 26 de novembro de 2019.

---

**Ricardo Almeida dos Santos**  
Vereador

---

RUA MARCELINO PINTO TEIXEIRA, 50 – PQ. INDL. – EMBU – SP – CEP: 06816-000

TEL: 4785-1571

End. Eletrônico: [ricardoalmeida@cmembu.sp.gov.br](mailto:ricardoalmeida@cmembu.sp.gov.br)