



# Câmara Municipal de Japaraíba

Rua Nossa Senhora do Rosário, 26 - Centro- CEP: 35580-000  
Site: [www.japaraiba.mg.leg.br](http://www.japaraiba.mg.leg.br) / E-mail: [camaramunicipal@japaraiba.mg.leg.br](mailto:camaramunicipal@japaraiba.mg.leg.br)  
Telefax: (37) 3354-1174 - Japaraíba - Estado de Minas Gerais

---

## INDICAÇÃO Nº 42/26

**Sr. Presidente,**

A vereadora signatária, no uso de suas atribuições legais e regimentais que lhe confere o art. 94 do Regimento Interno, INDICA ao Chefe do Poder Executivo Municipal, a necessidade de se avaliar a possibilidade de incluir o Pilates como serviço oferecido à comunidade, neste Município de Japaraíba.

### **JUSTIFICATIVA**

O Pilates é uma prática de exercício físico altamente recomendada por profissionais da saúde, trazendo inúmeros benefícios à população. Entre eles, destacam-se o fortalecimento dos músculos, especialmente da região do abdômen e das costas, melhora da postura, aumento da flexibilidade, alívio de dores musculares e articulares, além de contribuir para o equilíbrio e a coordenação motora.

Além dos benefícios físicos, o Pilates também auxilia na melhora da respiração, na redução do estresse e da ansiedade, promovendo mais qualidade de vida e bem-estar aos praticantes.

Ressalta-se, ainda, que muitas pessoas necessitam dessa atividade, seja por recomendação médica ou para prevenção de problemas de saúde, porém, não conseguem realizá-la por se tratar, na maioria das vezes, de um serviço particular e com custo elevado.

Dessa forma, serve a presente para indicar ao Município que avalie a possibilidade de incluir o Pilates entre os serviços ofertados à população, assim como já ocorre com o atendimento de fisioterapia, criando um espaço para o Pilates, o que irá ampliar o acesso da comunidade a práticas que promovem saúde e qualidade de vida.

Sala de Sessões, 13 de abril de 2026.

**MATILDES FERNANDES PEREIRA DE ANDRADE**  
Vereadora