



(Carla Basilio)

Institui e inclui no Calendário Municipal de Eventos o “**DIA DA NATAÇÃO**” (2 de agosto).

Art. 1º. É instituído e incluído no Calendário Municipal de Eventos, criado pela Lei nº. 2.376, de 21 de novembro de 1979, o “**DIA DA NATAÇÃO**”, a ser comemorado anualmente no dia 2 de agosto.

Parágrafo único. O Dia da Natação possui o objetivo de incentivar a prática de atividades físicas por meio da promoção de eventos relacionados a este esporte.

Art. 2º. Esta lei entra em vigor na data de sua publicação.

Justificativa

O esporte possui várias funções e atribuições, dentre elas pode ser festa, conagração, superação de limites, desenvolvimento, educação, aprimoramento, aprendizagem de regras e técnica. O mesmo ainda tem o poder de viabilizar a liberdade, a vitória, a beleza, a solidariedade, a inclusão e a universalização. Ele é um meio riquíssimo de inclusão social, de oportunidades múltiplas de aprendizagens e desenvolvimento humano. É uma linguagem da cultura corporal que pode interagir na vida das comunidades e promover vivências de relações ricas e solidárias.

A partir da Constituição de 1988, o lazer passou a ser direito social de todos os cidadãos brasileiros. Isso é assegurado também, praticamente, em todas as constituições estaduais e leis orgânicas de municípios de nosso país. Assim, podemos dizer que o esporte e lazer são direitos fundamentais para a garantia do desenvolvimento social.

A escolha de 02 de agosto para o Dia Nacional da Natação foi sugerida por três entidades ligadas ao esporte: a Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos (CBDA), o Comitê Olímpico do Brasil (COB) e o Conselho Federal de Educação Física (Confef).

Com isso em mente, o presente Projeto de Lei, tem o objetivo de instituir no Calendário Oficial de Eventos Municipal o dia 02 de agosto como: “Dia Municipal da Natação”, visando a promoção da prática esportiva com foco em melhorias na saúde e interação social.

A prática da natação traz muitos benefícios à saúde: a musculatura é mais exigida e como consequência há enrijecimento dos músculos, definição da silhueta do corpo e maior flexibilidade nas articulações, além de propiciar relaxamento e melhora na autoestima de seus



praticantes. Trata-se de atividade que deve ser incentivada e, para tanto, a instituição de um dia nacional pode muito contribuir.

Alergia e doenças como bronquite e asma podem obter melhoras significativas com a natação. É muito comum asmáticos receberem indicação médica para natação como forma de tratamento, conseguindo diminuição das crises e até a cura.

Isso acontece pela união de importantes fatores: as propriedades da água, os movimentos realizados nos nados e a umidade do ambiente.

As propriedades da água como o empuxo e a pressão hidrostática influenciam positivamente o processo de inspiração e a expiração ao estimular o fortalecimento muscular e impulsionar a expiração.

Enquanto isso, os movimentos realizados na natação ampliam e fortalecem a musculatura da caixa torácica, potencializando o trabalho dos pulmões, como também fortalecem a região abdominal, melhorando a respiração diafragmática. Por fim, o ar quente e úmido do ambiente aquático tem efeitos semelhantes a uma vaporização, combatendo a secura das vias nasais e ajudando a evitar crises asmáticas e alergias respiratórias.

A natação promove o alongamento e relaxamento da musculatura, aliviando as dores musculares. Ela também auxilia no fortalecimento muscular sem forçar as articulações, por ser um exercício de baixo impacto. Isso ajuda a tratar problemas osteoarticulares ao fortalecer a estrutura do corpo e evitar novos desgastes, como também atua na correção postural, resultando na diminuição das dores.

Por todo o exposto, peço o apoio dos nobres Pares na aprovação da presente proposta.

VEREADORA CARLA BASILIO

Agora é ela



Presidência da República
Secretaria-Geral
Subchefia para Assuntos Jurídicos

LEI Nº 14.389, DE 30 DE JUNHO DE 2022

Institui o Dia Nacional da Natação.

O PRESIDENTE DA REPÚBLICA Faço saber que o Congresso Nacional decreta e eu sanciono a seguinte Lei:

Art. 1º Fica instituído o Dia Nacional da Natação, a ser celebrado, anualmente, no dia 2 de agosto.

Art. 2º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Brasília, 30 de junho de 2022; 201º da Independência e 134º da República.

JAIR MESSIAS BOLSONARO
Ronaldo Vieira Bento

Este texto não substitui o publicado no DOU de 1º.7.2022

*