



ESTADO DO CEARÁ  
PODER LEGISLATIVO  
CÂMARA MUNICIPAL DE CARIRIÁÇU



JUSTIFICATIVA

Senhor Presidente,  
Senhores Vereadores,

O Presente Projeto de Lei que ora submeto à análise dos nobres pares tem por finalidade, a implantação de um Centro de Reabilitação para pessoas vítimas do novo Coronavírus – Covid-19.

Segundo especialista de saúde, pacientes que desenvolvem a forma mais grave da doença e que ficam internados por um longo período nas UTI's, é comum o comprometimento na mobilidade funcional, na qualidade de vida e declínio da independência na realização das atividades de vida diária após a alta.

As sequelas incluem cansaço, redução da capacidade pulmonar, capacidade de realização de exercícios e fraqueza muscular. E conforme estudos todos estes comprometimentos funcionais podem ser minimizados com a reabilitação fisioterapêutica.

Considerando a importância e imprescindível contribuição desses profissionais para com as inúmeras pessoas que se sentem acometidas pelas sequelas, e entendendo que a população, principalmente as mais carentes necessitam do apoio por parte dos gestores municipais, solicito a compreensão por parte dessa conceituada administração para avaliar com especial atenção a questão em pauta, tão essencial para a nossa comunidade.

*Jose Elano Soares da Silva*

JOSE ELANO SOARES DA SILVA

Vereador autor



ESTADO DO CEARÁ  
PODER LEGISLATIVO  
CÂMARA MUNICIPAL DE CARIRIÁÇU



PROJETO DE INDICAÇÃO Nº15

DE 13 DE ABRIL DE 2021.


Sugerindo instituir e estruturar o Centro de Reabilitação para as pessoas vítimas do novo Coronavírus (Covid-19).

O VEREADOR **JOSÉ ELANO SOARES DA SILVA**, no uso de suas atribuições legais e em pleno exercício do cargo, conforme art. 48 da Lei Orgânica do Município, FAZ SABER AO CHEFE DO PODER EXECUTIVO MUNICIPAL, que a CÂMARA MUNICIPAL aprovou e encaminha para o Executivo a seguinte “Indicação”:

**Art. 1º** - Fica o Executivo Municipal autorizado a instituir e estruturar o Centro de Reabilitação para pessoas vítimas da Covid-19 que necessitam de acompanhamento especializado para tratar das sequelas provocadas pela doença.

**Art. 2º** - As despesas decorrentes da presente indicação correram por conta das dotações orçamentárias vigentes, suplementadas se necessários.

Sala das sessões da Câmara Municipal de Caririáçu, estado do Ceará, em 13 de abril de 2021.

  
JOSE ELANO SOARES DA SILVA  
Vereador autor

## PROTOCOLO PARA ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICOS PÓS COVID-19

Tipo de treinamento	Descrição do exercício	Frequência de exercício
(a) Treinamento de resistência	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbico</li> <li>• Exercício contínuo, pelo menos 20 minutos</li> <li>• Intensidade baixa a moderada, 40-80% HRR, RPE = 12</li> </ul>	3-5 vezes por semana
(b) Treinamento intervalado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbico</li> <li>• Série de exercícios de intensidade moderada-alta, intercalado com descanso</li> </ul>	3-5 vezes por semana
(c) Treinamento de alta intensidade (HIIT)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbico-anaeróbico</li> <li>• Série de exercícios de alta intensidade intercalados com recuperação menos intensa</li> <li>• Geralmente dura menos de 30 minutos</li> </ul>	2-3 vezes por semana
(d) Treinamento de resistência	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anaeróbico</li> <li>• Série de 8-12 repetições com 2-3 minutos de descanso (2-4 conjuntos)</li> <li>• Intensidade moderada, 8-12 RM</li> <li>• A resistência é oferecida por uma carga externa (por exemplo uma banda elástica) ou peso corporal</li> </ul>	2-3 vezes por semana



ESTADO DO CEARÁ  
PODER LEGISLATIVO  
CÂMARA MUNICIPAL DE CARIRIÁÇU



JUSTIFICATIVA

Senhor Presidente,  
Senhores Vereadores,

O Presente Projeto de Lei que ora submeto à análise dos nobres pares tem por finalidade, a implantação de um Centro de Reabilitação para pessoas vítimas do novo Coronavírus – Covid-19.

Segundo especialista de saúde, pacientes que desenvolvem a forma mais grave da doença e que ficam internados por um longo período nas UTI's, é comum o comprometimento na mobilidade funcional, na qualidade de vida e declínio da independência na realização das atividades de vida diária após a alta.

As sequelas incluem cansaço, redução da capacidade pulmonar, capacidade de realização de exercícios e fraqueza muscular. E conforme estudos todos estes comprometimentos funcionais podem ser minimizados com a reabilitação fisioterapêutica.

Considerando a importância e imprescindível contribuição desses profissionais para com as inúmeras pessoas que se sentem acometidas pelas sequelas, e entendendo que a população, principalmente as mais carentes necessitam do apoio por parte dos gestores municipais, solicito a compreensão por parte dessa conceituada administração para avaliar com especial atenção a questão em pauta, tão essencial para a nossa comunidade.

JOSÉ ELANO SOARES DA SILVA

Vereador autor



ESTADO DO CEARÁ  
PODER LEGISLATIVO  
CÂMARA MUNICIPAL DE CARIRIÁÇU



PROJETO DE INDICAÇÃO Nº15

DE 13 DE ABRIL DE 2021.


Sugerindo instituir e estruturar o Centro de Reabilitação para as pessoas vítimas do novo Coronavírus (Covid-19).

O VEREADOR **JOSÉ ELANO SOARES DA SILVA**, no uso de suas atribuições legais e em pleno exercício do cargo, conforme art. 48 da Lei Orgânica do Município, FAZ SABER AO CHEFE DO PODER EXECUTIVO MUNICIPAL, que a CÂMARA MUNICIPAL aprovou e encaminha para o Executivo a seguinte “**Indicação**”:

**Art. 1º** - Fica o Executivo Municipal autorizado a instituir e estruturar o Centro de Reabilitação para pessoas vítimas da Covid-19 que necessitam de acompanhamento especializado para tratar das sequelas provocadas pela doença.

**Art. 2º** - As despesas decorrentes da presente indicação correram por conta das dotações orçamentárias vigentes, suplementadas se necessários.

Sala das sessões da Câmara Municipal de Caririáçu, estado do Ceará, em 13 de abril de 2021.

  
JOSE ELANO SOARES DA SILVA  
Vereador autor

## PROTOCOLO PARA ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICOS PÓS COVID-19

Tipo de treinamento	Descrição do exercício	Frequência de exercício
(a) Treinamento de resistência	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbico</li> <li>• Exercício contínuo, pelo menos 20 minutos</li> <li>• Intensidade baixa a moderada, 40-80% HRR, RPE = 12</li> </ul>	3-5 vezes por semana
(b) Treinamento intervalado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbico</li> <li>• Série de exercícios de intensidade moderada-alta, intercalado com descanso</li> </ul>	3-5 vezes por semana
(c) Treinamento de alta intensidade (HIIT)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbico-anaeróbico</li> <li>• Série de exercícios de alta intensidade intercalados com recuperação menos intensa</li> <li>• Geralmente dura menos de 30 minutos</li> </ul>	2-3 vezes por semana
(d) Treinamento de resistência	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anaeróbico</li> <li>• Série de 8-12 repetições com 2-3 minutos de descanso (2-4 conjuntos)</li> <li>• Intensidade moderada, 8-12 RM</li> <li>• A resistência é oferecida por uma carga externa (por exemplo uma banda elástica) ou peso corporal</li> </ul>	2-3 vezes por semana