



PROJETO DE LEI Nº , DE 2025

Institui o Mês Nacional de Combate ao Sedentarismo e de Prevenção da Obesidade.

O CONGRESSO NACIONAL decreta:

Art. 1º Fica instituído o Mês Nacional de Combate ao Sedentarismo e de Prevenção da Obesidade, a ser celebrado, anualmente, no mês de abril.

Art. 2º Durante o Mês Nacional de Combate ao Sedentarismo e de Prevenção da Obesidade, o poder público promoverá, entre outras, as seguintes ações:

I – elaboração e divulgação de campanhas educativas e de conscientização sobre os malefícios causados pelo sedentarismo na qualidade de vida e na saúde das pessoas;

II – promoção da prática de atividade física voltada para todas as idades, orientada por profissionais devidamente habilitados e focada no combate e prevenção de comorbidades;

III – celebração de parcerias junto aos Conselhos de Educação Física ou outras entidades da sociedade civil regularmente constituídas, com o objetivo de executar programas de atividade física em praças, escolas, parques, postos de saúde e demais locais públicos.

Art. 3º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.



JUSTIFICAÇÃO

A inatividade física e o excesso de peso vêm se consolidando como dois dos mais relevantes problemas de saúde pública no Brasil contemporâneo. Diante desse quadro alarmante, este projeto propõe chamar a atenção da sociedade, do Estado e do setor privado para a necessidade de prevenção do sedentarismo e da obesidade, tendo em vista os impactos profundos dessas condições sobre o bem-estar coletivo.

Não se trata apenas de uma questão de escolha individual ou estilo de vida: o sedentarismo é reconhecido pela Classificação Internacional de Doenças (CID 10 Z72.3) como uma enfermidade. Seus efeitos ultrapassam o corpo e atingem a mente, contribuindo para o desenvolvimento de distúrbios emocionais e psicológicos. Além disso, está associado ao aumento de doenças crônicas como infarto, hipertensão, diabetes tipo II e certos tipos de câncer, o que torna urgente uma abordagem sistêmica e contínua, da infância à velhice.

É importante destacar que o sedentarismo se perpetua em uma teia de fatores socioculturais. Em muitas regiões, especialmente em comunidades periféricas, há escassez de espaços públicos seguros e adequados para a prática de atividades físicas. Falta infraestrutura, incentivo e, muitas vezes, tempo disponível. A responsabilidade pela mudança de hábitos, portanto, não pode recair apenas sobre o indivíduo: requer suporte institucional e políticas públicas coordenadas.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), comportamentos como o sedentarismo, o consumo excessivo de álcool, o tabagismo e uma alimentação inadequada estão entre as principais causas indiretas de mortalidade global, sobretudo por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs). A OMS estima que entre 4 e 5 milhões de mortes poderiam ser evitadas a cada ano se a população fosse mais fisicamente ativa.

Os dados sobre os jovens são particularmente preocupantes. Cerca de 81% dos adolescentes no mundo não atingem os níveis mínimos recomendados de atividade física. Essa tendência, se mantida, pode comprometer gerações futuras, aumentando o número de adultos com doenças precoces, o que gerará menor produtividade e qualidade de vida reduzida. Intervenções nas escolas, com programas de educação física obrigatórios e integrados a uma cultura de movimento, são fundamentais para reverter esse processo.



A América Latina apresenta os maiores índices de inatividade física do planeta. No topo dessa estatística encontra-se o Brasil, onde 47% da população é considerada sedentária, conforme estudo da OMS realizado ao longo de 16 anos. Dados do IBGE (2020) corroboram essa realidade: quase metade dos brasileiros com mais de 18 anos não realiza a quantidade mínima recomendada de atividade física, sendo os maiores de 60 anos os mais afetados.

Embora o panorama seja crítico, há caminhos possíveis. Um investimento consistente em políticas públicas de esporte, lazer e mobilidade ativa pode gerar impactos expressivos. Cidades que priorizam transporte ativo — como caminhadas e uso de bicicletas — tendem a apresentar populações mais saudáveis. A atividade física deve ser pensada não apenas como prática esportiva, mas como elemento integrado ao cotidiano urbano.

As diretrizes da OMS estabelecem metas claras: crianças e adolescentes devem realizar, em média, 60 minutos diários de atividade física com intensidade moderada a vigorosa. Já os adultos devem acumular entre 150 e 300 minutos semanais de atividade aeróbica moderada. Embora simples, essas metas esbarram em barreiras culturais, logísticas e estruturais, que precisam ser enfrentadas por meio de campanhas educativas e da ampliação do acesso a equipamentos públicos.

Os impactos econômicos da inatividade física também merecem destaque. Estudo da Universidade Federal Fluminense (UFF) aponta que os custos com internações hospitalares decorrentes do sedentarismo superam R\$ 300 milhões anuais para o Sistema Único de Saúde (SUS). Esse dado evidencia que promover a saúde por meio da atividade física é também uma estratégia de sustentabilidade econômica do sistema público.

Frente a esse cenário, propõe-se uma campanha nacional voltada à prevenção da obesidade e à redução do sedentarismo. Inspirada em outras ações institucionais de sucesso, essa mobilização visa integrar governo, sociedade civil e setor produtivo em torno de um objetivo comum: transformar a atividade física em um direito garantido, acessível e valorizado em todas as fases da vida.

Em atendimento às exigências da Lei nº 12.345, de 9 de dezembro de 2010, foi realizada na Comissão de Esporte (CEsp), no dia 30 de abril de 2025, audiência pública em que se debateu a instituição da efeméride que se propõe. A audiência contou com a presença de representantes do poder público e do setor privado, que reforçaram a importância da instituição da data.



SENADO FEDERAL
GABINETE DA SENADORA LEILA BARROS

Diante do exposto, pedimos o apoio dos Senadores e Senadoras para a aprovação deste importante projeto, capaz de melhorar a saúde pública e a qualidade de vida da população.

Sala das Sessões,

Senadora LEILA BARROS