



**CÂMARA MUNICIPAL DE CARIACICA**  
**ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**GABINETE DO VEREADOR JOCEMIR DA ENFERMAGEM**

**PROJETO DE LEI N° \_\_\_\_/2026.**

**“INSTITUI O DIA MUNICIPAL DA CAPOTERAPIA, E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS.**

A **Câmara Municipal de Cariacica**, Estado do Espírito Santo, no uso de suas atribuições legais.

**APROVA:**

**Art. 1º** - Fica instituído o Dia Municipal da Capoterapia, a ser celebrado, anualmente, na primeira sexta-feira do mês de outubro.

**Parágrafo único.** O Dia Municipal da Capoterapia passa a integrar o Calendário Oficial de Eventos do Município.

**Art. 2º** : A instituição do Dia Municipal da Capoterapia tem como objetivo divulgar e promover os benefícios dessa prática terapêutica, que utiliza elementos adaptados da capoeira, especialmente junto aos grupos da melhor idade, bem como a todos os demais praticantes.

**Art. 3º** : A programação das atividades alusivas à data poderá ser realizada pelos capoterapeutas, com o apoio das secretarias municipais competentes, bem como por meio de parcerias com a iniciativa privada e/ou entidades sociais representativas da categoria.

**Art. 4º** - O Poder Executivo Municipal regulamentará a presente Lei no que couber e for necessário, para sua aplicação.

**Art. 5º** - O Poder Executivo Municipal publicará a presente lei no que couber.

**Art. 6º** - Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação, revogando-se as demais disposições em contrário.





**CÂMARA MUNICIPAL DE CARIACICA**  
**ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**GABINETE DO VEREADOR JOCEMIR DA ENFERMAGEM**

**JUSTIFICATIVA**

A capoterapia pode ser definida como uma vertente da capoeira utilizada como terapia alternativa, direcionada a pessoas sem o hábito da prática regular de atividades físicas ou esportivas. Sua metodologia respeita a condição física, as potencialidades, os limites e as características psicológicas individuais de cada praticante, razão pela qual tem sido amplamente indicada para o público idoso.

Tal prática contribui de forma significativa para a ressocialização da pessoa idosa, que, não raras vezes, encontra-se em situação de isolamento social. Além disso, a capoterapia apresenta resultados positivos no desenvolvimento da coordenação motora, no fortalecimento muscular, na elevação da autoestima e na redução de quadros depressivos, promovendo bem-estar físico e emocional.

As sessões de capoterapia são realizadas em ambiente lúdico, participativo e descontraído, utilizando músicas, palmas e movimentos ritmados, o que favorece a adesão dos praticantes e torna a atividade prazerosa e inclusiva.

Os benefícios observados decorrem, entre outros fatores, do estímulo à produção de endorfina, do aumento da flexibilidade, do alongamento da musculatura e da melhora da mobilidade corporal, refletindo diretamente na qualidade de vida dos participantes.

A melhoria do estado geral de saúde e da qualidade de vida do idoso praticante tende, ainda, a colaborar com o sistema público de saúde, com possíveis impactos positivos na redução da demanda por atendimentos em hospitais e unidades de saúde, bem como na diminuição do consumo de medicamentos.

Diante do exposto, propõe-se a instituição do Dia Municipal da Capoterapia, a ser celebrado anualmente na primeira sexta-feira do mês de outubro, como forma de valorizar essa prática terapêutica, ampliar sua divulgação e incentivar políticas públicas voltadas à promoção da saúde e do envelhecimento ativo.

Diante do exposto, peço o apoio dos nobres pares para a aprovação deste Projeto de Lei.

Plenário Vicente Santório Fantini, em 09 de janeiro de 2026.

**JOCEMIR DA ENFERMAGEM**  
**Vereador**



Autenticar documento em <https://cariacica.camara.mg.apel.com.br/autenticidade>  
com o identificador 3100330030003600360084003A005000. Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira - ICP-Brasil.

