

## ANEXO I

### QUESTIONÁRIO DE PRONTIDÃO PARA ATIVIDADE FÍSICA

Este Questionário tem por objetivo identificar a necessidade de avaliação por um médico antes do início ou do aumento de nível da atividade física. Por favor, assinale "sim" ou "não" às seguintes perguntas:

1) Algum médico já disse que você possui algum problema de coração ou pressão arterial, e que somente deveria realizar atividade física supervisionado por profissionais de saúde?

Sim  Não

2) Você sente dores no peito quando pratica atividade física?

Sim  Não

3) No último mês, você sentiu dores no peito ao praticar atividade física?

Sim  Não

4) Você apresenta algum desequilíbrio devido à tontura e/ou perda momentânea da consciência?

Sim  Não

5) Você possui algum problema ósseo ou articular, que pode ser afetado ou agravado pela atividade física?

Sim  Não

6) Você toma atualmente algum tipo de medicação de uso contínuo?

Sim  Não

7) Você realiza algum tipo de tratamento médico para pressão arterial ou problemas cardíacos?

Sim  Não

8) Você realiza algum tratamento médico contínuo, que possa ser

afetado ou prejudicado com a atividade física?

Sim  Não

9) Você já se submeteu a algum tipo de cirurgia, que comprometa de alguma forma a atividade física?

Sim  Não

10) Sabe de alguma outra razão pela qual a atividade física possa eventualmente comprometer sua saúde?

Sim  Não

## ANEXO II

### TERMO DE RESPONSABILIDADE PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

Declaro que estou ciente de que é recomendável conversar com um médico, antes de iniciar ou aumentar o nível de atividade física pretendido, assumindo plena responsabilidade pela realização de qualquer atividade física sem o atendimento desta recomendação.

(Local e data)

---

(Nome Completo e assinatura)

**\* Republicada por haver saído com incorreções**

## ▼ Ficha Técnica

<b>Projeto de Lei nº</b>	2557-A/2013	<b>Mensagem nº</b>	
<b>Autoria</b>	ÁTILA NUNES		
<b>Data de publicação</b>	08/07/2014	<b>Data Publ. partes vetadas</b>	

### **OBS:**

Publicada no DO I 06/05/2014 e Republicada DO I 08/07/2014

<b>Tipo de Revogação</b>	Em Vigor
--------------------------	----------