



CÂMARA DOS DEPUTADOS

PROJETO DE LEI N.º 236-A, DE 2026

(Do Sr. Ricardo Abrão)

Institui o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+), cria a Semana Nacional do Atleta Idoso e estabelece diretrizes para ações de promoção da atividade física, do esporte e do envelhecimento ativo no âmbito das políticas públicas, e dá outras providências; tendo parecer da Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa, pela aprovação (relator: DEP. WELITON PRADO).

DESPACHO:

ÀS COMISSÕES DE
DEFESA DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA;
FINANÇAS E TRIBUTAÇÃO (ART. 54, RICD) E
CONSTITUIÇÃO E JUSTIÇA E DE CIDADANIA (ART. 54, RICD).

APRECIÇÃO:

Proposição Sujeita à Apreciação Conclusiva pelas Comissões - Art. 24 II

S U M Á R I O

I - Projeto inicial

II - Na Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa:

- Parecer do relator
- Parecer da Comissão



CÂMARA DOS DEPUTADOS
DEPUTADO FEDERAL RICARDO ABRÃO

PROJETO DE LEI Nº , DE DE 2026
(Do Senhor Ricardo Abrão)

Institui o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+), cria a Semana Nacional do Atleta Idoso e estabelece diretrizes para ações de promoção da atividade física, do esporte e do envelhecimento ativo no âmbito das políticas públicas, e dá outras providências.

O CONGRESSO NACIONAL decreta:

Art. 1º Fica instituído o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+), a ser celebrado, anualmente, em 1º de outubro.

Art. 2º Fica instituída a Semana Nacional do Atleta Idoso, a ser realizada, anualmente, na semana que compreender o dia 1º de outubro, com a finalidade de promover ações de incentivo à prática esportiva e de atividades físicas por pessoas idosas, de forma segura, inclusiva e acessível.

Art. 3º Para os fins desta Lei, considera-se atleta idoso a pessoa com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos que pratique atividade física ou esporte, de forma recreativa, amadora, comunitária, escolar, associativa ou competitiva, observadas as orientações de saúde e segurança pertinentes.

Art. 4º São objetivos do Dia Nacional e da Semana Nacional do Atleta Idoso:

I – valorizar o envelhecimento ativo e saudável, com estímulo à autonomia, à funcionalidade e à participação social da pessoa idosa;

II – incentivar a prática regular de atividade física e de esportes por pessoas idosas, com ênfase em prevenção de quedas, fortalecimento muscular, equilíbrio, mobilidade e saúde mental;

III – ampliar o acesso a espaços, programas e eventos esportivos e de lazer para pessoas idosas, inclusive com medidas de acessibilidade;

IV – fomentar a integração intergeracional por meio do esporte e de atividades físicas em comunidades, escolas, centros de convivência e equipamentos públicos;





CÂMARA DOS DEPUTADOS
DEPUTADO FEDERAL RICARDO ABRÃO

Apresentação: 03/02/2026 19:13:05.647 - Mesa

PL n.236/2026

V – estimular a realização de campanhas educativas sobre prevenção de golpes e fraudes relacionadas a falsas ofertas de “tratamentos” e “programas milagrosos” de performance física, quando direcionados a pessoas idosas, em articulação com políticas de proteção ao consumidor e educação digital, no que couber.

Art. 5º No âmbito do Poder Executivo federal, os órgãos competentes poderão, durante a Semana Nacional do Atleta Idoso, promover, apoiar ou articular, em cooperação com Estados, Distrito Federal e Municípios, ações como:

I – campanhas de conscientização sobre a importância da atividade física para pessoas idosas, com linguagem simples, acessível e inclusiva;

II – realização de eventos comunitários, festivais, torneios, caminhadas, circuitos de bem-estar, aulas abertas e práticas orientadas;

III – incentivo à oferta de avaliação funcional e orientação para prática segura, em articulação com a rede de saúde, quando disponível;

IV – estímulo à criação e à expansão de programas esportivos e de atividade física voltados ao público idoso em equipamentos públicos;

V – promoção de parcerias com universidades, entidades esportivas, organizações da sociedade civil e instituições públicas ou privadas, observada a legislação aplicável.

Art. 6º A instituição do Dia Nacional do Atleta Idoso (60+) e da Semana Nacional do Atleta Idoso não implica criação de despesa obrigatória de caráter continuado, devendo as ações previstas observar a disponibilidade orçamentária e financeira e a execução por meio de programas e dotações existentes, quando cabível.

Art. 7º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

JUSTIFICATIVA

O presente Projeto de Lei institui o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+) e a Semana Nacional do Atleta Idoso, com o propósito de fortalecer a cultura do envelhecimento ativo, valorizar a pessoa idosa e estimular políticas públicas





CÂMARA DOS DEPUTADOS
DEPUTADO FEDERAL RICARDO ABRÃO

Apresentação: 03/02/2026 19:13:05.647 - Mesa

PL n.236/2026

integradas de promoção de atividade física e esporte ao longo da vida. Trata-se de medida de relevante interesse público, alinhada à evolução demográfica brasileira e aos objetivos constitucionais de promoção da saúde, do bem-estar e da dignidade humana, sem impor obrigações automáticas de despesa continuada.

O Brasil atravessa acelerado processo de envelhecimento populacional. Segundo o Censo Demográfico 2022, a população com 60 anos ou mais alcançou 32.113.490 pessoas, equivalente a 15,6% da população, representando aumento expressivo em relação a 2010, quando esse contingente correspondia a 10,8%. Esse cenário impõe ao Estado e à sociedade a adoção de estratégias contemporâneas de prevenção de agravos, manutenção de capacidade funcional e promoção de autonomia, em especial por meio de políticas intersetoriais que envolvam esporte, saúde e assistência.

A prática regular de atividade física em pessoas idosas é reconhecida internacionalmente como medida eficaz para melhoria de saúde e funcionalidade. A Organização Mundial da Saúde recomenda, para adultos com 65 anos ou mais, ao menos 150 minutos semanais de atividade física aeróbica moderada (ou equivalente), com inclusão de atividades que aprimorem equilíbrio e previnam quedas em pessoas com mobilidade reduzida. A existência de data nacional específica contribui para orientar campanhas públicas, fortalecer adesão social e estimular iniciativas comunitárias e governamentais de promoção de hábitos saudáveis.

A escolha do dia 1º de outubro harmoniza-se com o calendário de valorização da pessoa idosa no Brasil, considerando que a legislação nacional já reconhece esta data como marco de referência para ações de valorização e promoção de eventos voltados à pessoa idosa. Ao instituir o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+) na mesma data, o Projeto agrega foco temático e amplia a capacidade de mobilização social, direcionando o debate público para esporte, atividade física e prevenção.

Além do simbolismo, a proposta tem caráter prático e orientador. Ao criar a Semana Nacional do Atleta Idoso, o projeto fomenta ações que podem ser executadas por programas já existentes, em cooperação federativa, com entidades esportivas, universidades, organizações sociais e redes locais,





CÂMARA DOS DEPUTADOS
DEPUTADO FEDERAL RICARDO ABRÃO

promovendo inclusão, acessibilidade e integração intergeracional. O texto também preserva o pacto federativo e a autonomia administrativa, estabelecendo diretrizes gerais e facultando ao Poder Executivo a articulação das ações conforme disponibilidade orçamentária e capacidade operacional.

Por fim, a instituição do Dia e da Semana reforça a centralidade do esporte como política pública preventiva e de proteção social, estimulando a construção de ambientes comunitários mais saudáveis, reduzindo isolamento social e incentivando práticas seguras e orientadas para o público idoso. Diante disso, a proposição apresenta-se como medida atual, inovadora, de grande alcance social e plenamente compatível com a ordem constitucional, razão pela qual se submete à apreciação do Congresso Nacional.

Sala das Sessões, em de de 2026.

RICARDO ABRÃO
Deputado Federal
UNIAO -RJ

Apresentação: 03/02/2026 19:13:05.647 - Mesa

PL n.236/2026





CÂMARA DOS DEPUTADOS

Deputado Federal WELITON PRADO

Presidente fundador da 1ª CECÂNCER do Brasil, AVC e Doenças do Coração

Presidente da Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa

Apresentação: 12/06/2026 16:41:49.817 - CIDOSO
PRL 1 CIDOSO => PL 236/2026

PRL n.1

COMISSÃO DE DEFESA DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA

PROJETO DE LEI Nº 236, DE 2026

Institui o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+), cria a Semana Nacional do Atleta Idoso e estabelece diretrizes para ações de promoção da atividade física, do esporte e do envelhecimento ativo no âmbito das políticas públicas, e dá outras providências.

Autor: Deputado RICARDO ABRÃO.

Relator: Deputado WELITON PRADO.

I - RELATÓRIO

O Projeto de Lei 236/2026, de autoria do Deputado Ricardo Abrão (PSDB-RJ), institui o Dia Nacional do Atleta Idoso (60+), cria a Semana Nacional do Atleta Idoso e estabelece diretrizes para ações de promoção da atividade física, do esporte e do envelhecimento ativo no âmbito das políticas públicas, e dá outras providências.

Apresentado em 03/02/2026, o Projeto de Lei em tela foi distribuído para a Comissão Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa, para a Comissão de Finanças e Tributação e Constituição e Justiça e de Cidadania.

Como argumenta o autor da matéria, na justificção da iniciativa legislativa apresentada, “a prática regular de atividade física em pessoas idosas é reconhecida internacionalmente como medida eficaz para melhoria de saúde e funcionalidade. A Organização Mundial da Saúde recomenda, para adultos com 65 anos ou mais, ao menos 150 minutos semanais de atividade física aeróbica moderada (ou equivalente), com inclusão de atividades que aprimorem equilíbrio e previnam quedas em pessoas com mobilidade reduzida. A existência de data nacional específica contribui para



Gabinete Brasília: Praça dos Três Poderes, Câmara dos Deputados, Gab. 250, Anexo IV, CEP 70160-900
E-mail: dep.welitonprado@camara.leg.br, Fone: (61) 3215 5250

Para verificar a assinatura, acesse <https://infoleg-autenticidade-assinatura.camara.leg.br/CD266269456200>
Assinado eletronicamente pelo(a) Dep. Weliton Prado



CÂMARA DOS DEPUTADOS

Deputado Federal WELITON PRADO

Presidente fundador da 1ª CECÂNCER do Brasil, AVC e Doenças do Coração

Presidente da Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa

Apresentação: 12/06/2026 16:41:49.817 - CÍDOSO
PRL 1 CÍDOSO => PL 236/2026

PRL n.1

orientar campanhas públicas, fortalecer adesão social e estimular iniciativas comunitárias e governamentais de promoção de hábitos saudáveis”.

Na Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa, em 14/04/2026, fiz questão de assumir a relatoria do Projeto de Lei 236/2026.

A matéria sujeita-se a regime de tramitação ordinário e à apreciação conclusiva pelas Comissões.

Não foram apensadas outras proposições ao Projeto original.

Ao fim do prazo regimental, não foram apresentadas, nesta Comissão, emendas ao Projeto original.

É o relatório.

II - VOTO DO RELATOR

A prática esportiva regular é reconhecida internacionalmente como sendo uma das maneiras mais eficazes de manter a saúde física e mental das pessoas com mais de 60 anos. Nesse sentido, a instituição do Dia Nacional do Atleta Idoso é uma data comemorativa importante que reforça a compreensão social de que a atividade física é fundamental na produção de inúmeros benefícios para a saúde da pessoa idosa.

Entre os objetivos do Dia e da Semana Nacional do Atleta Idoso estão a valorização do envelhecimento ativo e saudável, com estímulo à autonomia, à funcionalidade e à participação social da pessoa idosa, assim como o incentivo à prática regular da atividade física e dos esportes, com ênfase na prevenção das quedas, no fortalecimento muscular, no equilíbrio, na mobilidade e na saúde mental.

Também são objetivos da Semana Nacional do Atleta Idoso a ampliação do acesso aos espaços públicos, aos programas e eventos esportivos e de lazer para pessoas idosas, inclusive com medidas de acessibilidade, assim como o fomento da integração entre as gerações por meio do esporte e das atividades físicas em comunidades, escolas, centros de convivência e equipamentos públicos.



Gabinete Brasília: Praça dos Três Poderes, Câmara dos Deputados, Gab. 250, Anexo IV, CEP 70160-900
E-mail: dep.welitonprado@camara.leg.br, Fone: (61) 3215 5250

Para verificar a assinatura, acesse <https://infoleg-autenticidade-assinatura.camara.leg.br/CD266269456200>
Assinado eletronicamente pelo(a) Dep. Weliton Prado



CÂMARA DOS DEPUTADOS

Deputado Federal WELITON PRADO

Presidente fundador da 1ª CECÂNCER do Brasil, AVC e Doenças do Coração

Presidente da Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa

Apresentação: 12/06/2026 16:41:49.817 - CIDOSO
PRL 1 CIDOSO => PL 236/2026

PRL n.1

Além disso, durante a Semana Nacional da Pessoa Idosa os órgãos competentes do Poder Executivo Federal poderão organizar campanhas de conscientização voltadas para a ampliação da consciência social sobre os benefícios concretos da atividade física da pessoa idosa. Entre os pontos principais a serem abordados por esta campanha estão a realização dos eventos comunitários, festivais, torneios, caminhadas, circuitos de bem-estar, aulas abertas e práticas orientadas, assim como o incentivo à oferta da avaliação funcional e da orientação para prática segura, em articulação com a rede de saúde.

A semana também promoverá o estímulo à criação e à expansão dos programas esportivos e das atividades físicas voltadas ao público idoso, sobretudo em equipamentos públicos, assim como estimulará a realização de parcerias com universidades, entidades esportivas, organizações da sociedade civil e instituições públicas ou privadas.

Finalmente, a escolha da data do dia 1º de outubro entra em sintonia com o calendário de valorização da pessoa idosa no Brasil, considerando-se que a data já é reconhecida como sendo uma referência no conjunto das ações voltadas para a valorização e a realização das atividades de interesse da pessoa idosa.

Ao instituir o Dia Nacional do Atleta Idoso na mesma data a iniciativa que estamos analisando nesta Comissão concentra interesses coletivos e capacidade de mobilização social, estando consciente de que o debate público sobre o esporte para o idoso fortalece a prática da atividade física saudável, capaz de propiciar saúde e prevenir doenças.

Em face do exposto, nosso voto é pela aprovação do Projeto de Lei 236/2026.

Sala da Comissão, em junho de 2026.

Deputado WELITON PRADO - (PSD/MG)
Relator



Gabinete Brasília: Praça dos Três Poderes, Câmara dos Deputados, Gab. 250, Anexo IV, CEP 70160-900
E-mail: dep.welitonprado@camara.leg.br, Fone: (61) 3215 5250

Para verificar a assinatura, acesse <https://infoleg-autenticidade-assinatura.camara.leg.br/CD266269456200>
Assinado eletronicamente pelo(a) Dep. Weliton Prado



Câmara dos Deputados

COMISSÃO DE DEFESA DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA

PROJETO DE LEI Nº 236, DE 2026

III - PARECER DA COMISSÃO

A Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa, em reunião extraordinária realizada hoje, mediante votação ocorrida por processo simbólico, concluiu pela aprovação do Projeto de Lei nº 236/2026, nos termos do Parecer do Relator, Deputado Weliton Prado.

Registraram presença à reunião os seguintes membros:

Weliton Prado - Presidente, Alexandre Lindenmeyer, Daniel Agrobom, Daniela do Waguinho, Duda Ramos, Geraldo Resende, Glaycon Franco, Itamar Paim, Miguel Lombardi, Reimont, Flávia Moraes, Lincoln Portela, Nely Aquino, Ricardo Abrão e Valdir Trindade.

Sala da Comissão, em 01 de julho de 2026.

Deputado WELITON PRADO
Presidente

