



[www.fpg.pt](http://www.fpg.pt)

Lisboa, 17 de Abril de 2020

M.I. Secretária de Estado do Turismo

M.I. Secretário de Estado do Desporto

O golfe é uma modalidade desportiva caracterizada pela abrangência geracional, sendo praticada por pessoas de qualquer idade, pois as suas características permitem praticar atividade física moderada e adequada à idade do jogador.

25% da estrutura associativa em Portugal refere-se a praticantes com mais de 70 anos de idade, ou seja, são quase 4.000 praticantes.

O golfe tem sido referenciado como uma importante forma de prática da atividade física para os cidadãos seniores, sendo os seus benefícios cientificamente comprovados, quer ao nível físico, quer psíquico.

Ao nível mental, o golfe propicia, através da atividade física praticada, efetivos benefícios no tratamento de depressões ligeiras, contribui para a redução de ansiedade, melhora a confiança e autoestima, e leva a um bem-estar psíquico generalizado.

Por outro lado, é uma modalidade que, praticada moderadamente, mitiga os riscos de várias doenças, como sejam as cardiovasculares, a diabetes, o cancro e as alterações dos lípidos (colesterol e triglicéridos).

Em geral, está comprovado que os jogadores de golfe têm uma expectativa de vida 5 anos superior à de não praticantes de golfe ou de outra atividade física.

Tem sido feito um enorme esforço no sentido de incentivar os cidadãos seniores a praticar atividade física e desporto pelos motivos acima enunciados, sendo que o momento particular que vivemos reforça ainda mais essa necessidade.

Muitos destes praticantes vêm-se privados de praticar atividade física, por um lado e, por outro, estão em verdadeiro isolamento, o que conduz a que em muitos casos se comecem a verificar estados de ansiedade ou de agravamento do estado de saúde.



[www.fpg.pt](http://www.fpg.pt)

A verificar-se a obrigatoriedade de confinamento para cidadãos com mais de 70 anos, solicitamos ao Governo que atente à especificidade do golfe e permita que os cidadãos que o têm como modalidade desportiva, possam retomá-la, sempre de acordo com as medidas que vierem a ser implementadas para assegurar a redução de risco de contágio da Covid-19 nos campos de golfe nacionais.

Com os melhores cumprimentos,



Miguel Franco de Sousa



António Costa



Francisco Sousa

CC: Presidente do Turismo de Portugal  
Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude