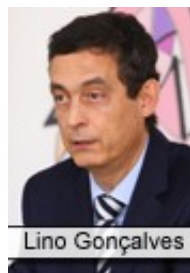


2016-11-03 18:53:42

<http://justnews.pt/noticias/atividade-fisica-diminui-o-risco-de-mortalidade-cardiovascular-em-2030>

Atividade física diminui o risco de mortalidade cardiovascular em 20-30%

Segundo o cardiologista Lino Gonçalves, “a prática regular de atividade física é uma ferramenta muito importante na redução do risco de mortalidade por doença cardiovascular, conseguindo uma diminuição na ordem dos 20 a 30%”.

O especialista falava na sessão de abertura da 2.ª edição das Jornadas Científicas da Juventude, organizadas pela Delegação Centro da Fundação Portuguesa de Cardiologia (FPC) e que decorreram sob o lema "STOP - Se tás na onda, previne!". Presidido por Polybio Serra e Silva, o evento teve lugar no final de outubro, na Faculdade de Ciências e Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC).



Em representação do diretor da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra (FMUC), Duarte Nuno Vieira, Lino Gonçalves sublinhou a importância da juventude e da temática da prevenção cardiovascular para a FMUC.

“A FMUC não pode estar fora da prevenção cardiovascular porque não há qualquer tratamento medicamentoso, cirurgia ou intervenção que, por mais sofisticada que seja, consiga neste momento reduzir o risco de mortalidade cardiovascular entre 50 a 55% na nossa população. Portanto, se queremos diminuir essa mortalidade, temos de investir na prevenção cardiovascular”, advertiu.

Dirigindo-se a uma plateia composta por elementos de núcleos de estudantes das faculdades da Universidade de Coimbra, em especial da FCDEF-UC, Lino Gonçalves afirmou: “Têm nas vossas mãos uma ferramenta extremamente poderosa de reduzir a mortalidade em Portugal. E cada vez mais temos de trabalhar em conjunto no sentido de atingir esse objetivo.”



Citando o provérbio “Mais vale prevenir do que remediar”, Polybio Serra e Silva frisou que, “se a doença for evitada, estamos não só a ganhar sob o ponto de vista económico como a proporcionar bem-estar e uma saúde melhor”.

O presidente da Delegação Centro da FPC admitiu que sempre foi um “fã” da prevenção, tendo estado envolvido, ao longo da sua vida, na organização de diversos eventos, não só em Coimbra como a nível nacional, lamentando, contudo, que, muitas vezes, a adesão não seja tão grande quanto gostaria.



“A prevenção tira ao doente, pelo menos, o malefício de uma doença instaurada. E não há dinheiro nenhum que pague a saúde que o doente vai ter se fizer a prevenção”, referiu.



Lino Gonçalves, António Figueiredo, Luís Filipe Menezes, Catarina Durão, Polybio Serra e Silva e Maria Aurora Branquinho.

Estiveram também presentes na sessão de abertura António Figueiredo, diretor da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra; Luiz Filipe Menezes, vice-reitor da Universidade de Coimbra; Catarina Durão, diretora regional do Instituto Português do Desporto e da Juventude e Maria Aurora Branquinho, vice-presidente da Delegação Centro da FPC.



Manuel Teixeira Veríssimo foi um dos oradores convidados para as II Jornadas Científicas da Juventude. O professor da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra (FMUC) e internista do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC) proferiu a conferência de abertura, intitulada: "O coração e a atividade física".

