

2016-04-08 13:56:39

<http://justnews.pt/noticias/centro-hospitalar-do-porto-assinala-dia-europeu-da-insuficiencia-cardiaca>

Centro Hospitalar do Porto assinala Dia Europeu da Insuficiência Cardíaca

O Dia Europeu de Sensibilização para a Insuficiência Cardíaca vai ser assinalado, dia 6 de maio, no Hospital Santo António. A iniciativa, sob o lema "Siga o seu coração", é promovida pelo projecto GEstIC - Grupo de Estudo da Insuficiência Cardíaca, que representa a Clínica de Insuficiência Cardíaca do Centro Hospitalar do Porto (CHP).

"Estará o seu coração cansado?", "Sente falta de ar?", "Tem pernas inchadas?". Estas são algumas das questões e dúvidas que os especialistas irão procurar esclarecer entre as 9h00 e as 14h00m, no Auditório Prof. Alexandre Moreira.



De acordo com o CHP, a ação estará organizada em três "salas temáticas". No espaço dedicado à nutrição saudável, haverá sessões sobre culinária saudável, com "receitas saborosas sem sal", a diribuição de livros de receitas e serão prestados conselhos para uma alimentação saudável.

No âmbito do exercício físico, estarão presentes profissionais do ginásio Holmes Place, que demonstrarão exercícios saudáveis. Por outro lado, irão realizar-se rastreios, nomeadamente, à diabetes, pressão arterial e anemia.

A terceira "sala temática" está focada na educação para a insuficiência cardíaca, com atividades interativas, que incluem, por exemplo, o Jogo da Glória em formato gigante (3x2 metros), com atribuição de prémios aos vencedores. Serão também distribuídos folhetos informativos e promovida a partilha de experiências.

"Pretendemos ainda oferecer alimentos saudáveis e pequenas ofertas com o tema 'Siga o seu coração', acrescenta o CHP.

Estará o seu CORAÇÃO cansado?



Sente **falta de ar**? Tem **pernas inchadas**?

Venha descobrir connosco no dia **6 de Maio**, das 9h00m às 14h00m, no **Auditório Prof. Alexandre Moreira Hospital Santo António, Porto**

**Siga o seu
CORAÇÃO**



EUROPEAN HEART FAILURE AWARENESS DAY
DIA EUROPEU da INSUFICIÊNCIA CARDIACA

