

2014-02-05 12:35:30

<http://justnews.pt/noticias/criancas-aprendem-a-conhecer-o-ritmo-do-coracao>

Crianças aprendem a conhecer o ritmo do coração

A Associação Bate, Bate Coração vai promover, dia 17 de fevereiro, mais uma aula de sensibilização para as arritmias cardíacas e compreensão do funcionamento do coração. Esta iniciativa, dirigida a mais de 60 crianças entre os 3 e os 5 anos, decorrerá no Externato Educação Popular, em Lisboa, e tem início marcado para as 9h30, estando inserida no projeto Coração Tic-Tac.

De acordo com o cardiologista Carlos Morais, presidente da Associação Bate, Bate Coração, “consideramos fundamental explicar às crianças como funciona o coração e quais os perigos das arritmias, incentivando-os a adotar comportamentos saudáveis. Sabemos que, ao introduzir precocemente estes conceitos poderemos facilitar, mais tarde na idade adulta, o entendimento da prevenção das arritmias.”

O projeto “Coração Tic-Tac” é uma iniciativa pioneira em Portugal que tem como objetivo sensibilizar as crianças, com idades compreendidas entre os três e os nove anos (pré-escolar e 1º ciclo), para a compreensão do funcionamento do coração e para as arritmias cardíacas.

“É um projeto em que participamos ativamente nas escolas com as crianças e com os educadores, e ao fim de alguns dias de educação e formação com conteúdos adaptados, pretendemos ainda que as crianças, através da realização de trabalhos gráficos nos deem o retorno dos conhecimentos que adquiriram”, explica Sónia Semião, coordenadora do projeto.

As doenças cardiovasculares são uma das principais causas de morte em Portugal e uma parte significativa delas é por arritmias cardíacas. Uma arritmia é uma perturbação do ritmo dos batimentos cardíacos e pode ter consequências fatais, quando não tratada. Como muitas vezes as arritmias não provocam sintomas, grande parte da população desconhece os seus riscos. A falta de informação é um dos principais fatores que pode levar à morte inesperada, repentina e não acidental, conhecida como morte súbita.

A Associação Bate, Bate Coração, uma instituição sem fins lucrativos, tem como objetivo clarificar mitos e verdades sobre as arritmias cardíacas. Para mais informações consulte: www.batebatecoracao.pt