

2014-06-08 20:49:39

<http://justnews.pt/noticias/dia-mundial-do-coracao-2014-viver-trabalhar-brincar>

Dia Mundial do Coração 2014: "Viver. Trabalhar. Brincar."

Dia 29 de setembro de 2014 comemora-se o Dia Mundial do Coração, promovido, a nível global, pela Federação Mundial do Coração (World Heart Federation - WHF), com o propósito de informar as pessoas sobre as doenças cardiovasculares. A campanha deste ano salienta a necessidade de serem criados ambientes saudáveis para o coração.

Através do folheto informativo do Dia Mundial do Coração 2014, que será amplamente divulgado, a Federação Mundial do Coração alerta: "frequentemente, a sociedade ´culpa` o indivíduo por ter doenças cardiovasculares, - você fuma, come e bebe demasiado, não faz exercício! Mas os ambientes onde nós vivemos, trabalhamos e brincamos podem ter um enorme peso na nossa capacidade de tomar as melhores decisões para a saúde do nosso coração - especialmente em ambientes cada vez mais urbanos, que têm mudado os nossos estilos de vida e dietas".

Desta forma, a campanha salienta que muitas pessoas estão "encurraladas em ambientes" onde têm de lidar com a falta de acesso a espaços verdes, onde estão sujeitas a refeições escolares muito pouco saudáveis, onde são alvo de uma exposição desmesurada ao tabaco, álcool e fast food, e onde são forçadas a serem fumadores passivos.

"Todas as pessoas têm o direito a fazer escolhas saudáveis para o seu coração, independentemente do local onde vivem, trabalham e brincam. Mas todos necessitamos de agir de forma a que tal seja uma realidade nas nossas casas, nas nossas comunidades e nas nossas nações." Este é o apelo da Federação Mundial do Coração, que deixa ainda o convite a todos os cidadãos: "Junte-se ao movimento global para melhores escolhas para um coração saudável... independentemente de onde vive, trabalha e brinca".



World Heart Day

AT THE HEART OF HEALTH

29 September 2014



On World Heart Day join the global movement for better heart-healthy choices wherever you live, work and play #heartchoices

Creating heart-healthy environments enables people to make positive changes that can reduce their risk of heart disease and stroke. Find out more: www.worldheartday.org

Financially supported by:

