

2017-05-12 19:24:25

<http://justnews.pt/noticias/gincana-do-coracao-vai-promover-a-saude-cardiovascular-em-coimbra>

«Gincana do Coração» vai promover a saúde cardiovascular em Coimbra

A cidade de Coimbra volta a receber este ano uma iniciativa onde os participantes podem ser informados sobre "o seu estado de saúde, fazer jogos divertidos e ganhar brindes para poder cuidar do seu coração". O evento, que se realiza dentro de dias, é promovido pela delegação Centro da Fundação Portuguesa de Cardiologia, Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC), Escola Superior de Enfermagem de Coimbra e ACES Baixo Mondego.

Deixando o convite para os participantes fazerem "um divertido check up ao seu coração", a organização explica que o objetivo global do evento consiste em "incentivar os cidadãos a modificar os comportamentos que podem causar doenças cardiovasculares e dar a conhecer as instituições que podem fornecer algum apoio na prevenção e tratamento da mesma".

Esta segunda edição do projeto "Coimbra unida pelo Coração" realiza-se dia 20 de maio, sábado, e decorrerá entre as 10h e as 17h. Distribuídos por seis locais distintos da cidade, estarão montados 6 postos, onde os participantes poderão levantar a pulseira "que lhe dará ótimas oportunidades durante esse dia".

Uma vez que esta ação se distingue, nomeadamente, por ser bastante abrangente em termos geográficos, para circular entre os 6 postos, pode ser utilizada a bicicleta ou andar a pé, mas também utilizar gratuitamente o autocarro da "Gincana do Coração", mediante a apresentação de uma pulseira que será atribuída. Os participantes podem ainda viajar gratuitamente em qualquer autocarro dos SMTUC, mediante a apresentação dessa pulseira identificativa.

A partir das 15h00, junto à Ponte Pedonal do Parque do Choupalinho, serão proporcionadas aulas de yoga, zumba e massagens de relaxamento.

Em 2016, a "Gincana do Coração" permitiu a avaliação ao risco cardiovascular de 254 cidadãos, tendo sido "convocados todos os utentes sem vigilância de saúde adequada nos cuidados de saúde primários pelos respetivos médicos de família".



Promover a articulação entre cuidados de saúde

Além de procurar aumentar a literacia sobre a prevenção e tratamento da doença cardiovascular, o evento visa também dar a conhecer as entidades de prestação de cuidados de saúde na prevenção/tratamento do utente com doença cardiovascular.

Por outro lado, com a realização desta iniciativa, pretende-se ainda "aumentar a vigilância de saúde dos cidadãos, segundo o seu risco cardiovascular, promovendo uma boa articulação entre os cuidados de saúde primários e os cuidados de saúde diferenciados".