

2023-06-22 11:37:06

<http://justnews.pt/noticias/viana-do-castelo-recebe-a-edicao-de-2023-da-festa-da-saude>

Viana do Castelo recebe este mês a Festa da Saúde, um evento gratuito organizado por internistas

Viana do Castelo recebe nos dias 30 de junho, 1 e 2 de julho, a 5ª edição da Festa da Saúde. Esta iniciativa da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (SPMI), com a colaboração da Câmara Municipal de Viana do Castelo, e em parceria com os Núcleos de Estudo, visa "contribuir para uma melhor literacia em saúde, promover hábitos de vida saudáveis e a prevenção das doenças crónicas".

Viana do Castelo recebe a edição de 2023 da Festa da Saúde de 30 de junho a 2 de julho. Esta é uma iniciativa promovida pela SPMI - Sociedade Portuguesa de Medicina Interna, com o apoio do Serviço de Medicina da Unidade Local de Saúde do Alto Minho e da Câmara Municipal de Viana do Castelo.



Diana Guerra

"A zona Ribeirinha de Viana do Castelo terá a honra de receber a 5ª edição do único evento gratuito e sem fins lucrativos em Portugal que junta o espetáculo da música, cultura, desporto e alimentação à prevenção da doença e promoção da saúde" afirma Diana Guerra, internista e responsável pela organização do evento.

Doenças crónicas preveníveis

"Segundo um relatório da Organização Mundial da Saúde, diversas doenças crónicas podem ser prevenidas, nomeadamente 80 por cento dos casos de doença coronária, de acidentes vasculares cerebrais e de diabetes no adulto, e 40 por cento dos casos de cancro", recorda Aníbal Marinho, diretor do Serviço de Cuidados Intensivos do CHUdSA.

O médico e coordenador do Núcleo de Nutrição Clínica da SPMI sublinha que a prevenção destas doenças "passa pela adoção de uma alimentação equilibrada, pela prática de exercício físico regular e pela abstinência tabágica"



Aníbal Marinho

De acordo com Diana Guerra, "esta é uma oportunidade única para os visitantes, com três dias com diversos rastreios efetuados pelos Núcleos de Estudo da SPMI, experiências desportivas, culturais, gastronómicas e de bem-estar, desde concertos, aulas de ginásio e desportos aquáticos, showcookings e workshops".

Acrescenta a médica que, através destas várias ações, "a população pode ter um contacto próximo com os profissionais de saúde que lhes prestam cuidados todos os dias, bem como artistas, desportistas e chefs de renome, que prometem fazer da saúde um bem fundamental mais próximo, acessível e inclusivo".

Depois de Lisboa, Porto, Viseu e Aveiro, a Festa da Saúde em 2023 chega a Viana do Castelo, com "dois dias de muita animação", sob o lema "Viver mais, com qualidade de vida".



O Programa da Festa da Saúde pode ser consultado [AQUI](#).