NOTÍCIA

2 outubro 2023
DCIPT

Diversas atividades no Parque de S. Mateus

Rota do Coração sensibiliza para a prevenção de doenças cardiovasculares



O Parque de S. Mateus, em Cantanhede, foi palco este domingo, 1 de outubro, de mais uma ação de sensibilização para a prevenção e tratamento das doenças cardiovasculares. Tratou-se da Rota do Coração, iniciativa integrada no projeto Cantanhede Unida pelo Coração.
Além da avaliação cardiovascular – que incluiu exames como eletrocardiograma, ecocardiograma, ecodoppler vascular -, a Rota do Coração integrou um conjunto de atividades promotoras de um estilo de vida saudável, nomeadamente informação sobre alimentação equilibrada, controlo do consumo de álcool e promoção da atividade física, com aulas de Zumba, Aeróbica, Body &Soul Dance, Body Balance, Hip Hop, Treino Funcional, Ténis, Pilates, Yoga e Chi Kung.
A gestão do stress com promoção do bem-estar emocional, massagem de relaxamento e Reiki, cessação tabágica, fisioterapia cardiorespiratória e Suporte Básico de Vida também fizeram parte desta ação de sensibilização.
Ao longo de todo o dia, estiveram no Parque de S. Mateus cerca de 70 profissionais (médicos, enfermeiros, técnicos superiores de diagnóstico e terapêutica, fisioterapeutas, psicólogos, nutricionistas, assistentes sociais e instrutores), que se dispuseram a colaborar na realização desta atividade, gratuita e acessível a toda a população do concelho.
A vereadora da Saúde do Município de Cantanhede, Célia Simões, esteve no local, por onde passaram muitas pessoas, apesar do calor que se fez sentir.
Este é um projeto da delegação do Centro da Fundação Portuguesa de Cardiologia, em parceria com o núcleo da FPC - Caminheiros de Cantanhede, UCC de Cantanhede/ACeS Baixo Mondego, Hospital Arcebispo João Crisóstomo, Centro de Medicina Reabilitação Região Centro -

Rovisco Pais, Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra, Câmara Municipal de Cantanhede e a União de Freguesias Cantanhede e Pocariça.
A colaborar com a organização nas diferentes atividades estiveram as unidades de saúde USF Marquês de Marialva, USF As Gandras, UCSP Cantanhede, Bombeiros Voluntários de Cantanhede, INEM, Escola Técnico Profissional de Cantanhede, Inova, os ginásios 2You (Covões), LFitness Health Club Cantanhede, WingSStudio, BootCamp, Rosa Oliveira, Susana Oliveira, Associação de Bem Estar da Póvoa da Lomba, Clube Escola Ténis de Cantanhede, Sociedade Columbófila de Cantanhede, as clínicas Fisioandréviegas (Cantanhede) e Espaço a passo (Ançã), e o projeto VirtuALL.
Refira-se que as doenças cardiovasculares são a primeira causa de morte em Portugal e a prevenção é a forma de combater este flagelo. Com este projeto, os promotores pretendem uma articulação entre instituições, unidades de saúde e empresas da região com a missão comum de sensibilizar a comunidade para a adoção de comportamentos saudáveis.