

# I Feira da Saúde da Cáritas de Coimbra

**Author :** brunomnbrito

A Cáritas Diocesana de Coimbra realizou, no passado dia 3 de junho de 2015, a I Feira da Saúde sob o mote: Como está a tua Saúde? O certame decorreu no Centro Social e Comunitário Nossa Senhora dos Milagres, equipamento da Cáritas sito em Cernache.

O projeto visa incentivar, reconhecer e valorizar um conjunto de atividades a desenvolver, na tentativa de alertar a população em geral e as comunidades para a problemática das doenças cardiovasculares, obesidade, sedentarismo, diabetes, etc. Propõe-se ainda a sensibilizar o público para a adoção de estilos de vida adequados e por sua vez a ajudar na irradicação dos fatores de risco.

O evento contou com a colaboração da Fundação Portuguesa de Cardiologia; Saúde 24; Acústica Medica (rasteio auditivo); Escola Superior de Enfermagem, representada pelos estagiários de enfermagem; Escola Superior de Saúde de Leiria e Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra, representada pelos estagiários de Dietética e Nutrição; Nestlé Health Science que demonstrou suplementos nutricionais de apoio à Geriatria; alunos do Colégio da Imaculada Conceição, do Curso de Cozinha, Serviço de Mesa e Bar; Clínica Dentária Pôr-do-Sol; entre outras.

Durante a tarde foram realizados vários rastreios: pressão arterial, glicémia, peso, índice de massa corporal (IMC), perímetro abdominal, aconselhamento nutricional, rastreio oral, auditivo e outros.

Do programa da Feira constou também uma mostra de alimentos alusiva à alimentação mediterrânica. Foram preparadas receitas saudáveis, snacks, bebidas e batidos refrescantes de acordo com os princípios da referida dieta.

A Feira contou com a participação de utentes, familiares e colaboradores do Centro anfitrião, bem como grande afluência da comunidade da vila de Cernache.

O resultado da iniciativa superou as expectativas, desenvolvendo o desejo de dar continuidade a este projeto no futuro.

O Centro Social e Comunitário Nossa Senhora dos Milagres agradece todo o apoio prestado a todos os intervenientes que trabalharam direta ou indiretamente para a realização da I Feira da Saúde.

## Partilhar

- [Clique para partilhar no Facebook \(Opens in new window\)](#)
- [Clique para partilhar no LinkedIn \(Opens in new window\)](#)
- [Carregue aqui para imprimir \(Opens in new window\)](#)
- [Carregue aqui para partilhar por email com um amigo \(Opens in new window\)](#)
-

