

USF Sangalhos promove caminhada

A Unidade de Saúde Familiar (USF) Sangalhos promoveu, no passado dia 22 de maio, a caminhada intitulada “Caminhar pelo coração também previne a obesidade”, em parceria com o Centro de Saúde de Anadia, com a colaboração do Município de Anadia e das Juntas de Freguesia de Sangalhos, de Avelãs de Cima e da UF Amoreira da Gândara, Paredes do Bairro e Ancas, no âmbito das comemorações de “Maio – Mês do coração” e do Dia Nacional da Luta contra a Obesidade.

Esta atividade destinou-se aos utentes inscritos na USF Sangalhos e contou com a participação de 40 pessoas. O percurso ligou o Centro de Saúde de Sangalhos ao Parque da Lagoa do Paúl, em Ancas, onde foi dinamizada uma sessão de educação para a saúde sobre escolhas alimentares saudáveis e principais cuidados na sua confeção, terminando com a distribuição de um lanche saudável e de folhetos informativos.

A organização destaca o sucesso e a relevância desta iniciativa, sublinhando a sua importância na promoção de estilos de vida saudáveis e na aproximação da população aos cuidados de saúde primários.

