



Ação teve como objetivo mobilizar e conscientizar o público para os cuidados de prevenção à doença. Foto: Gessyca Wanderley/Secom Olinda

Por Gessyca Wanderley

O Dia Nacional de Prevenção e Combate a Hipertensão, nesta sexta-feira (26.04), foi marcado por uma ação da Coordenação de Nutrição e Promoção à Saúde de Olinda. Palestras, avaliação e orientação nutricional foram oferecidas aos banhistas, frequentadores e moradores da Praia de Bairro Novo.

A hipertensão, mais conhecida como “pressão alta”, é caracterizada pelos

níveis elevados da pressão do sangue nas artérias. Além dos medicamentos necessários, é importante a pessoa adotar um hábito de vida saudável, como evitar o consumo excessivo de açúcares, sal, bebidas alcoólicas, alimentos gordurosos e outros.

“A ação teve como objetivo mobilizar e conscientizar o público para os cuidados de prevenção à doença”, ressaltou a coordenadora de Nutrição, Thayane Lima.