

Comemoração do "Dia Mundial da Diabetes"

Assinalou-se no dia 14 de novembro, o “Dia Mundial da Diabetes”. Este dia foi instituído pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em 1991, em resposta à preocupação crescente com o aumento do número de doentes diabéticos, em todo o Mundo.

A equipa do Projeto de Educação para a Saúde (PES) da Escola Secundária Lima de Faria lembrou esta data e, em parceria com Centro de Saúde de Cantanhede, “construiu” a “Mesa dos Açúcares”.

Esta iniciativa teve como objetivo alertar os alunos para os perigos associados a uma alimentação rica em açúcar e registou um forte impacto nestes, pois, ao analisarem o teor de açúcar dos alimentos que consomem diariamente, assim como toda a informação disponibilizada, rapidamente se iam apercebendo que facilmente excedem, em muito, a dose diária recomendada pela OMS.

Desta forma, a Equipa PES pretendeu que os alunos concluam sobre a necessidade de mudarem radicalmente os seus hábitos alimentares reduzindo o consumo de alimentos ricos em açúcar e optando pelas melhores fontes deste. Espera, assim, ter dado o seu contributo para que, no futuro, sejam cidadãos conscientes, saudáveis e felizes. A equipa PES da Escola Secundária Lima de Faria, assim o deseja.

A Equipa do Projeto de Educação para a Saúde agradece a todos aqueles que, direta ou indiretamente, participaram na concretização desta atividade. Bem hajam.

A equipa PES da Escola Secundária Lima de Faria