



Actividade física vai mexer o Mês de Maio

Lisboa, 24 de Abril de 2015 – Maio é o Mês do Coração e a Fundação Portuguesa de Cardiologia organiza no decorrer do mês diversas actividades. A sessão solene de abertura do mês do Coração irá decorrer no Palácio Foz, em Lisboa, no dia 28 de Abril.

“A actividade física, se é das primeiras coisas que uma criança quer fazer, é também uma das últimas coisas que cada um de nós quer deixar de fazer.” afirma o Dr. Luís Negrão, assessor médico de Fundação Portuguesa de Cardiologia.

A principal preocupação da Fundação Portuguesa de Cardiologia para este mês de Maio é incentivar a comunidade para adoptar estilos de vida saudáveis, aliando a alimentação saudável a prática de actividade física regular. Na sessão solene será apresentada a campanha do Mês do Coração, assim como o programa de actividades que irão decorrer ao longo do mês. Paralelamente, serão conhecidos os resultados do estudo realizado pela empresa GfK Metris sobre o tema “Os Portugueses e a Actividade Física”.

“Em criança é só espernear, gatinhar, mexer e não ficar parado. É esta vontade de não estar parado nestas idades que contrasta com a pouca vontade de sair de frente da consola, do monitor do computador e do telemóvel, que torna os nossos jovens cada vez mais sedentários, cada vez mais parados e por isso cada vez mais obesos.” segundo o Dr. Luís Negrão.

A Fundação Portuguesa de Cardiologia é uma instituição de utilidade pública que tem como objectivo geral a prevenção das doenças cardiovasculares, que constituem a principal causa de doenças e morte da população portuguesa.

Para mais informações, pf contacte:

Weber Shandwick|D&E - 218 410 010

Raquel Silva | raquel.silva@dne.pt