



Fundação
Portuguesa de
Cardiologia

COMUNICADO DE IMPRENSA

“O Meu Coração, O Seu Coração”

Campanha nacional pede promessas por um coração saudável

No âmbito do Dia Mundial do Coração, que se assinala a 29 de setembro, a Fundação Portuguesa de Cardiologia (FPC) está a pedir aos portugueses que se comprometam e ajudem a reduzir o número de mortes por doença cardiovascular. Sob o mote “O Meu Coração, o Seu Coração – Faça a sua Promessa”, esta nova campanha reforça a importância da adoção de hábitos de vida saudável.

Todos os anos, mais de 17 milhões de pessoas morrem prematuramente de doenças cardiovasculares, sendo a principal causa de morte e invalidez em todo o mundo. Estima-se que, em 2030, este número ascenda aos 23 milhões. Em Portugal, cerca de 35 mil pessoas morrem devido a este grupo de patologias e mais de metade da população, entre os 18 e os 79 anos, apresenta pelo menos dois fatores de risco cardiovascular.

“Os números referentes às doenças cardíacas em Portugal e no mundo são assustadores, mas este cenário pode ser alterado se cada um de nós fizer pequenas mudanças no seu dia-a-dia. Este é o grande desafio da Fundação Portuguesa de Cardiologia para a população. Queremos que façam pequenas promessas que permitam viver mais tempo, com melhor qualidade de vida e com um coração mais saudável”, afirma Manuel Carrageta, presidente da FPC.

Cozinhar e comer de forma equilibrada, praticar mais atividade física, não fumar e incentivar amigos e família a seguirem estes mesmos exemplos são algumas das promessas que a FPC deseja ver cumpridas com o lançamento desta campanha.

No âmbito do Dia Mundial do Coração e como membro da World Heart Federation, a FPC vai promover ainda diversas iniciativas em todo o país, nomeadamente rastreios cardiovasculares, eventos desportivos e *workshops* de alimentação saudável (informação mais detalhada em www.fpcardiologia.pt). Em 2018, a cidade de Gondomar surge em destaque, tendo sido o município escolhido para ser palco das comemorações da efeméride.

Informações adicionais: **LPM Comunicação**

Sofia Aguiar :: Tel. 21 850 81 10/962 116 033:: sofiaaguiar@lpmcom.pt

Ana Saleiro:: Tel. 21 850 81 10/927 413 017:: anasaleiro@lpmcom.pt

Ed. Lisboa Oriente, Av. Infante D. Henrique, 333 H – Escritório 49, 1800-282 Lisboa

www.lpmcom.pt