

ESALD e Jumbo comemoram Dia Mundial da Diabetes

Dia Mundial da Diabetes

14 de Novembro – 4ª feira



Conheça melhor a Diabetes e coloque a sua saúde em boas mãos: as suas!

A Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias (ESALD) de Castelo Branco e o Jumbo de Castelo Branco promovem esta quarta-feira, 14 de novembro, nas instalações do Jumbo, um conjunto de iniciativas, que têm como objetivo alertar a população Albicastrense e os clientes do espaço comercial para a diabetes e as suas formas de prevenção.

Assim, no âmbito das comemorações do Dia Mundial da Diabetes, subordinada ao tema *Conheça melhor a Diabetes e coloque a sua saúde em boas mãos: as suas!* Entre as nove e as 12 horas realiza-se uma degustação de alimentos sem adição de açúcar, junto ao local de alimentação dietética. A degustação repete-se entre as 15 e as 18 horas.

À tarde, das 14 às 20 horas,

no espaço Saúde e Bem-Estar do Jumbo, decorre o Rastreio de Avaliação do Risco Cardiovascular, com a avaliação da pressão arterial, da glicémia capilar, do índice de massa gorda, da gordura visceral. Esta atividade é realizada por alunos e docentes da ESALD.

Ainda no período tarde, mas das 14 às 17 horas, também no espaço Saúde e Bem-Estar, a nutricionista Daniela Pires realiza, a todos os interessados, uma consulta de avaliação nutricional.

As comemorações do Dia Mundial da Diabetes terminam com duas atividades dinamizadoras para a população. Às 18 horas, no Corredor Central, a Academia de Judo leciona uma aula de ginástica e às 18h30, junto à Padaria, começa um *showcooking*.