

I SEMANA DA SAÚDE DO COLÉGIO PORTAL **2015**

A prevalência de sobrepeso e obesidade e de suas co-morbidades, como a hipertensão arterial e o diabetes, tem aumentado muito em todo o país. Em virtude disso, em 2014, o Colégio Portal deu início ao Projeto de Avaliação do Estado Nutricional. A fim de dar continuidade a esse projeto, realizaremos a **“I Semana da Saúde do Colégio PORTAL”**, na semana de 3 a 7 de agosto de 2015.

Essa semana tem como objetivo iniciar um trabalho de provocação para a prevenção de doenças causadas pela escassez ou excesso de nutrientes e/ou calorias; o incentivo à prática de atividade física em casa e na escola, visando à manutenção ou melhora do estado de saúde das crianças; o estímulo ao crescimento e ao desenvolvimento adequado em toda sua plenitude e a prevenção de doenças degenerativas do adulto. Para tanto, faremos aferição da pressão arterial, da glicemia, incentivo e orientações quanto à prática de atividade física, aulas de Aerokids, orientações nutricionais aos alunos, pais e colaboradores.

Na realização deste evento, contaremos com os profissionais da saúde que atuam no Colégio Portal: a nutricionista e docente da Universidade de Cuiabá (UNIC), Themis Alves Costa Rezende da Silva, que realizará as orientações nutricionais. Além dela, os professores de Educação Física, Marizelha e Dejair, atuarão com orientações práticas e de incentivo à atividade física, o professor de Educação Física Paulo César, oferecerá aulas de Aerokids e a professora Nathália Prezotto fará uma apresentação de Judô.

Contaremos também com a colaboração da Dra. Alessandra Figueiredo Caldeira, médica e docente da Unic – mãe da aluna Ana Luiza (4º ano) – que auxiliará nas atividades de orientações nutricionais; e com a Dra. Cristina Bardou Pizarro, endocrinologista e docente da Universidade Federal de Mato Grosso e da UNIC - mãe dos alunos Ana Clara (5º ano B) e Tomaz (3º ano B) - que, com auxílio de sua equipe de médicos residentes e alunos, aferirá a pressão arterial das crianças a partir de 7 anos e a glicemia, através de furinho no dedo, com a utilização de instrumento perfurocortante, descartável e com assepsia adequada, **mediante autorização dos pais.**

Contamos com a colaboração e participação de todos!!!

Cuiabá 29 de julho de 2015.

Themis Alves Costa Rezende da Silva
Nutricionista