



MUNICÍPIO DE IÚNA-ES

PREFEITURA MUNICIPAL

## ATIVIDADE FÍSICA, SEMANALMENTE, PARA IDOSOS, HIPERTENSOS E DIABÉTICOS NA PRAÇA GUANABARA

ANOTE AÍ: TODA TERÇA E QUINTA-FEIRA, PRAÇA GUANABARA, A PARTIR DAS 9H30. LEVE SUA GARRAFA DE ÁGUA E MOVIMENTE-SE!

**ATIVIDADE FÍSICA PARA**  
*idosos, hipertensos e diabéticos*

- Reduz riscos de queda;
- Fortalece os ossos;
- Fortalece os músculos;
- Ajuda no controle da pressão arterial.

*Venha participar!*

**Toda Terça e Quinta, às 9h30, na Praça do Guanabara.**

PREFEITURA MUNICIPAL DE IÚNA/ES SECRETARIA DE SAÚDE

Publicado em 27/05/2022 às 15:00 (Atualizado em 24/04/2024 às 21:27), postado por Assessoria de Comunicação, Fonte: Prefeitura de Iúna

A Secretaria Municipal de Saúde, por meio do Programa Saúde da Família, realiza semanalmente, a partir das 9h30, na praça Guanabara, uma ação em prol da Saúde dos pacientes que fazem controle de saúde. Idosos, hipertensos, diabéticos podem participar da ação.

A Estratégia Saúde da Família (ESF) visa à reorganização da atenção básica de acordo com os preceitos do Sistema Único de Saúde, e é tida pelo Ministério da Saúde e gestores municipais como estratégia de expansão, qualificação e consolidação da atenção básica. Assim, ações em prol da qualidade de vida dos pacientes fazem parte das atividades do setor em promover o bem estar.

As atividades ajudam a reduzir riscos de queda, fortalece os ossos, músculos e ajuda a controlar a pressão arterial. É fundamental que a Saúde da Família ofereça essas oportunidades para que os cidadãos possam cuidar da saúde e conquistar qualidade de vida.

Anote aí: toda terça e quinta-feira, Praça Guanabara, a partir das 9h30. Leve sua garrafa de água e movimente-se!

Participe desta ação!

David P. Florenço



MUNICÍPIO DE IÚNA-ES

---

Assessoria de Comunicação

Email.: comunicacao@iuna.es.gov.br

Tel.: (28) 3545-4750 Ramal 2001



AUTENTICAÇÃO

ca29a503bc3a273591a49c75a0c4ef84

<https://iuna.es.gov.br/noticia/2022/05/atividade-fisica-semanalmente-para-idosos-hipertensos-e-diabeticos-na-praca-guanabara.html>