

# Enfermeiros foram à escola

A **Unidade Local** de Saúde de Castelo Branco (ULSCB) assinalou o Dia Internacional do Enfermeiro, com atividades na Escola João Roiz, em Castelo Branco. As iniciativas de educação para a saúde incluíram temas como a alimentação saudável, monitorização da glicemia capilar, monitorização da tensão arterial e distribuição de folhetos com temas como a alimentação saudável, exercício físico e a alimentação na prevenção da diabetes.

A Unidade de Cuidados na Comunidade de Castelo Branco (UCCCB), pertencente à ULSCB, escolheu como tema deste dia as



Os enfermeiros foram à João Roiz

doenças crónicas, com destaque para a diabetes, as doenças cardiovasculares e respiratórias ou a depressão. A UCCCB é visita habitual nas escolas da cidade, onde

desenvolve a sua atividade no âmbito do Programa Nacional de Saúde Escolar. De um modo geral "os jovens estão dentro dos parâmetros normais mas

já há muitas crianças com problemas de hipertensão elevada e glicémia", explica a enfermeira Odete Vicente, da UCCCB. O consumo de comida pouco saudável e a rejeição de alimentos como a sopa é uma das causas "mas está a mudar um pouco o paradigma e a educação para a saúde vai modificar comportamentos". Quanto ao pequeno-almoço, Odete Vicente nota que os jovens comem em casa mas nos lanches a meio da manhã a sandes é muitas vezes substituída pelos bolos, mais ricos em açúcar e gordura.

JF