RD
REPÓRTER DIÁRIO
Publicado em 06/12/2022 - 12:22

São Caetano certifica alunos que concluíram curso Nutre&Ação Sênior

Da Redação

Alunos receberam certificado de conclusão do curso (Foto: Letícia Teixeira/PMSCS)

São Caetano realizou na segunda-feira (05/12), no CISE Moacyr Rodrigues, cerimônia de encerramento e certificação de 112 alunos da Terceira Idade que fizeram curso 'As quatro doenças mais comuns na Terceira Idade x Alimentação', do Programa Nutre&Ação Sênior.

Estiveram presentes no evento a secretária de Saúde, Regina Maura Zetone, que representou o prefeito José Auricchio Júnior; a assessora do Fundo Social de Solidariedade, Cida Rós, que representou a primeira-dama, Denise Auricchio;

vereadores e os alunos que foram certificados pelo curso.

“Além de aprenderem sobre alimentação saudável, eles estudam sobre a importância de aliar atividade física e qualidade de vida, alimentação relacionada a doenças, entre outros temas bastante relevantes. Precisamos sempre ter em mente, que somos aquilo que comemos e os hábitos que tivemos durante toda a vida vão refletir em nossa saúde, com o passar dos anos”, explicou Regina Maura.

Curso

O curso teve duração de três meses e os temas trabalhados com os alunos foram: As quatro doenças mais comuns na Terceira Idade; Alimentação, Doença de Parkinson e Alzheimer; Alimentação e Hipertensão; Alimentação e Diabetes; Exercícios físicos para combater as quatro doenças mais comuns na Terceira Idade; Mini-curso de congelados, marmitas, geleia saudável e kefir; Depressão; Próteses – cuidados e higiene com os dentes; Gastronomia na Terceira Idade; Uso de medicamentos e insônia na Terceira Idade.

O Nutre&Ação Sênior foi lançado no dia 14 de outubro de 2019 e é realizado em todos os CISEs. Na Educação, para as crianças, o programa Nutre&Ação visa o combate à obesidade e alimentação saudável. Já na Terceira Idade, no Nutre & Ação Sênior, os focos são nutrição, prática de atividades físicas e encontro com profissionais da saúde. O curso é sempre ministrado por profissionais palestrantes da Saúde, como nutricionistas, geriatras, dentistas, psicólogos e psiquiatras.

Coordenadora da Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade), Lucila Lorenzini, falou sobre a concretização de mais um curso do Nutre&Ação Sênior. “O programa veio para ficar, afinal já estamos na 4ª turma de formandos e a procura sempre é intensa. O principal objetivo do programa é promover e prevenir doenças ligadas à má alimentação. É importante reforçar que não basta ter conhecimento, mas sim colocá-los em prática, pois queremos que nossa população idosa aumente ainda mais sua expectativa de vida, mas com muita saúde e independência”, ressaltou Lucila.

https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3191400/sao-caetano-certifica-alunos-que-concluiram-curso-nutreacao-senior/

Veículo: Online -> Site -> Site Repórter Diário - Santo André/SP

Seção: Cidades

Copyright © Clipclap 2025.