

Saúde e autoestima: São Caetano promove manhã especial para mulheres da terceira idade

By ABC AGORA



Saúde e autoestima: São Caetano promove manhã especial para mulheres da terceira idade - Foto: Eric Romero / PMSCS

Celebrar o Mês da Mulher vai muito além de homenagens; é sobre cuidado prático e acolhimento. Foi com esse espírito que a Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade) e a Secretaria de Saúde (Sesaud) transformaram o CISE Guimarães Magarotto, no Bairro Mauá, em um verdadeiro centro de bem-estar nesta quarta-feira (11).

O encontro reuniu frequentadoras dos Centros Integrados de Saúde e Educação (CISEs) e pacientes da UBS Darcy Vargas para uma jornada de serviços gratuitos que uniu medicina tradicional e práticas integrativas.

Um cardápio completo de cuidados

Quem passou pelo local não ficou parado. A manhã começou com uma animada aula de dança, garantindo o movimento e a alegria das participantes. Logo depois, o foco voltou-se para o relaxamento e a prevenção, com atendimentos que incluíram:

- Práticas Integrativas: Sessões de auriculoterapia e atendimento com florais de Bach;
- Check-up Rápido: Aferição de pressão arterial e testes de glicemia (dextro);
- Prevenção: Orientações detalhadas sobre a prevenção do câncer de cólon e reto.

Para garantir que ninguém ficasse com dúvidas, uma equipe de “peso” esteve presente. Profissionais da Equipe de Saúde da Família (ESF) e da eMulti (Equipe Multiprofissional), contando com psicóloga, assistente social, fonoaudióloga, fisioterapeuta e educadora física, deram todo o suporte necessário.

O foco é o autocuidado

A coordenadora da Comtid, Lucila Lorenzini, reforçou que o objetivo central é fazer com que a mulher idosa se sinta vista e valorizada. “Essa ação teve como objetivo incentivar o autocuidado, ampliar o acesso aos serviços de saúde e promover informação, acolhimento e qualidade de vida”, destacou.

A integração entre os CISEs e as Unidades Básicas de Saúde (UBSs) mostra que São Caetano segue pavimentando o caminho para um envelhecimento ativo e, acima de tudo, saudável. É a cidade cuidando de quem tanto já cuidou das nossas famílias.

<https://abcagora.com.br/sao-caetano-saude-mulher-terceira-idade-cise/>

Veículo: Online -> Site -> Site ABC Agora

Seção: São Caetano