

revista da associação de termas de portugal

termas de portugal

Seminário
ATP debate
Turismo Termal

Internacional
Termalismo
à italiana

TERMAS DE MONFORTINHO

Convite ao bem-estar

NOTÍCIAS

Legionella debatida em Coimbra



A Casa da Cultura de Coimbra vai receber, no próximo dia 7 de Novembro, um seminário sobre a Legionella, uma bactéria comum que pode ser encontrada em ecossistemas aquáticos naturais, como rios, lagos ou reservatórios naturais.

Esta bactéria entra nos sistemas de distribuição de água e, inalada pelo homem, pode causar a doença do legionário, uma forma pouco comum de pneumonia.

As áreas de maior risco de infecção são aquelas onde se podem formar aerossóis, como chuveiros e torneiras, fontes, repuxos, banhos turcos e saunas, humidificadores e sistemas de ar condicionado.

Os organismos públicos devem por isso desenvolver um programa de controlo efectivo do crescimento da Legionella para minimizar o risco de contracção, razão pela qual este seminário abordará temas como a caracterização da bactéria e sua repercussão para a saúde, a colonização e persistência das estirpes, a prevenção e higienização e as metodologias para a sua detecção.

Nisa saudável



Em 2003, a TERNISA lançou o programa "TER NISA ACTIVA", que pretende promover a saúde através da motivação para a prática de actividade física. Esta acção visa que os utentes que passem pelas Termas de Nisa também tenham acesso a momentos de reflexão sobre a saúde. Por isso, foi criada informação específica, que é transmitida por duas técnicas de animação e apoiada por brochuras, por forma a cativar os utentes, independentemente da sua idade ou sexo.

Este programa contempla também informação específica para os diabéticos em tratamento termal, encontrando-se em fase de estudo e preparação, informação relativa a outros grupos de risco. Ambos os programas tiveram a preciosa colaboração do Instituto Nacional de Cardiologia Preventiva Dr. Fernando Pádua, da Fundação Professor Fernando Pádua e da APDP - Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal.

A TERNISA, tem procurado envolver a população do Concelho, em parceria com Centros de Saúde, Misericórdias e Juntas de Freguesia, facultando aos idosos carenciados a possibilidade de realizarem tratamentos termais gratuitamente por forma a proporcionar-lhes não só melhorias ao nível físico mas também psíquico, já que tal representa uma quebra na rotina do seu dia-a-dia.

Ensinar a não fumar

"Querer é Poder" é o apelativo título de um Manual elaborado pelo Conselho de Prevenção do Tabagismo que tem como finalidade apoiar os professores no seu trabalho de prevenção ao flagelo do tabagismo.

Esta publicação propõe aos professores a realização de actividades que visam implicar os alunos de forma activa na identificação das motivações para fumar, ou não fumar, e para a promoção de competências que os ajudem a lidar com as influências sociais neste domínio.

De acordo com os responsáveis pelo Manual, trata-se de um instrumento de trabalho que pretende constituir um termo de referência e um estímulo para a multiplicação de iniciativas que visem contribuir para que as crianças e os jovens aprendam a considerar a saúde individual e colectiva como um valor que é importante promover e saibam resistir às múltiplas pressões para a adopção de comportamentos potencialmente lesivos para a saúde, com particular destaque para o consumo de tabaco.

MANUAL DO PROFESSOR



Conselho
de Prevenção
do Tabagismo