Secretaria de Desenvolvimento Social investe na qualidade de vida do servidor

Date : 25-05-2017

Servidores do Cadastro Único recebem orientações nutricionais

O projeto da Secretaria de Desenvolvimento Social oferece aos servidores consultas individuais e em grupo com objetivo de promover a reeducação alimentar, perda de peso saudável e motivação pessoal. “Nós estamos ofertando consulta individual, aulas quinzenais em pequenos grupos, avaliação corporal mensal, prescrição de fitoterápicos mensais e acompanhamento bioquímico. Nosso objetivo é mostrar que é possível ter uma alimentação saudável sem gastar muito”, informou o nutricionista Leonardo Paraguassú.

A entrevistadora do Cadastro Único Luciana Silva, 42, está bem otimista com a consulta e com os encontros em grupo, “nós tivemos uma palestra com o nutricionista sobre o açúcar que me surpreendeu e me despertou para a possibilidade de ter uma alimentação saudável, mas sem exageros”, avaliou Luciana.

Além da consulta nutricional, a Secretaria irá implantar a ginastica laboral, “a maioria dos nossos servidores ficam muito tempo sentados durante sua jornada de trabalho. Então, a ginástica laboral aliada a uma boa alimentação irá possibilitar uma melhor qualidade de vida e prevenir algumas doenças comuns para quem exerce este tipo de função”, ressaltou Ianna Karine Carvalho, coordenadora de Renda e Cidadania e gestora do Bolsa Família.