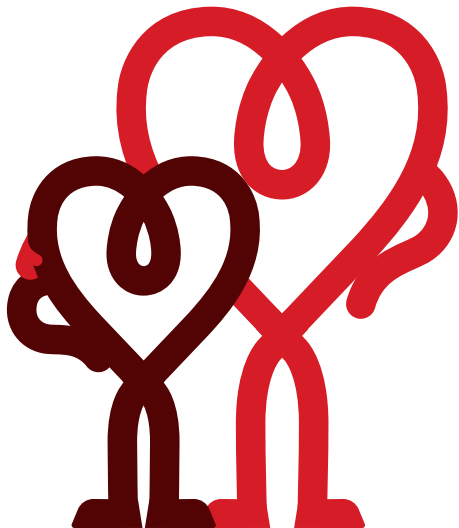




**DIA
MUNDIAL
DO CORAÇÃO**
29 DE SET

**MANTENHA
O RITMO.**



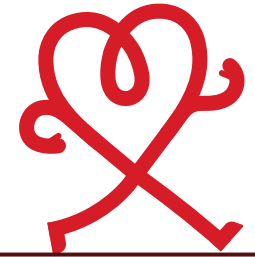
Todos os anos no dia Mundial do Coração (29 Setembro), a Federação Mundial do Coração reúne a sua network para dar a conhecer a doença cardiovascular (DCV).

O nosso objectivo é prevenir milhões de mortes prematuras e pedir aos governos que deem prioridade à saúde cardíaca.

Este ano vamos celebrar o 25º aniversário do Dia Mundial do Coração e a nossa missão mantém-se tão urgente como no primeiro dia.

A DOENÇA CARDIACA É A PRIMEIRA CAUSA DE MORTE NO MUNDO. NUMA DÉCADA AS MORTES POR DCV QUASE DUPLICARAM.

Assine e partilhe a nossa petição para alertar os governos de todo o mundo para ajudarem mais pessoas a terem acesso ao tratamento que precisam salvando vidas.



PESSOAS QUERIDAS EM TODO O MUNDO ESTÃO A PERDER O TEMPO QUE DEVERIAM PASSAR JUNTOS.

Mais de 6,5 milhões de pessoas sofrem uma morte precoce por doenças cardíacas todos os anos, e muitos milhões ficam para trás, a recuperar dos estragos.

AS PESSOAS EM TODO O LADO ESTÃO A NEGLIGENCIAR A SUA SAÚDE E OS BENEFÍCIOS DE ESTAR EM MOVIMENTO.

Somente 30 minutos de exercício pode ajudar a prevenir até 80 % de casos de DCV, mas 1 em cada 3 adultos não se exercitam.

AS CIDADES ESTÃO A PERDER A OPORTUNIDADE PARA MELHORAR A SAÚDE E REDUZIR A CARGA DE DOENÇAS.

Hoje em dia 1 em 5 pessoas são tratadas para hipertensão arterial, aumentando para 1 em cada 2 pessoas podemos prevenir 130 milhões de mortes precoces.

NÃO PRECISA DE SER ASSIM. ESTE ANO NO DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO, MANTENHA O RITMO!

Junte-se à nossa missão para que cada batimento conte, com uma saúde cardíaca melhorada e um melhor acesso aos cuidados de saúde.

PARTICIPE. AJUDE-NOS A SALVAR VIDAS.

01 Mantenha o ritmo:
Mexe-se pelo menos 25 minutos por dia durante 25 dias em Setembro- ande, corra, pedale ou dance- para celebrar o 25º Aniversário do Dia Mundial Do Coração.

02 Partilhe histórias:
Histórias pessoas inspiram mudança. Use a nossa moldura do Dia Mundial do Coração e partilhe uma foto, tributo ou reflexão na sua rede social.

03 Assine a petição:
O seu apoio é vital. Assine a nossa petição para garantir que toda a gente tem acesso a tratamento e medidas preventivas para lutar contra a doença cardíaca.

Você é essencial ao nosso sucesso.

Vamos fazer o Dia Mundial do Coração o maior de sempre. Partilhe as suas fotos e vídeos com estes hashtags:

#DontMissABeat
#WorldHeartDay

   @worldheartfederation
 @worldheart
 @worldheartfed