

Sabemos que esse cenário de pandemia pelo novo Coronavírus suscita uma série de preocupações. Nesse momento de angústia, preocupação e incertezas, muitas vezes é difícil perceber comportamentos que prejudicam a saúde. Naturalmente, excessos em alimentos e bebidas se tornam frequentes nessas circunstâncias.

Sabemos, também, que se precaver e cuidar da própria saúde e daqueles ao nosso redor é fundamental para manter o bem-estar, o bom funcionamento do organismo e evitar o aparecimento de doenças crônicas.

Pensando nisso, seguimos com nossa série de webinars com o tema “Promoção da saúde e qualidade de vida - A importância de hábitos saudáveis” que acontece logo mais, a partir das 16h.

Com mediação de José Cechin, nosso superintendente executivo, o encontro reúne, ainda, renomados especialistas com diferentes experiências no assunto:

Alberto Gonzalez, médico autor dos livros “Lugar de Médico é na cozinha” e “Cirurgia Verde”

Almir Neto, presidente da Associação Brasileira para a Promoção da Alimentação Saudável e Sustentável (ABPASS)

Marcos Freire, médico do Centro de Referência em Práticas Integrativas de Saúde da Secretaria da Saúde do DF.

Você pode fazer sua inscrição gratuitamente em <https://iess.org.br/eventos>. Ou ainda acompanhar ao vivo no [YouTube](#).

Já se inscreveu? Então mande suas dúvidas em nosso WhatsApp que incluiremos no debate: (11) 93352-3355.

Fonte: IESS, em 02.07.2020