

# **Rastreios de tensão arterial realizados no dia da caminhada**

No passado dia 22 de Abril foi organizada, a nível escolar, uma caminhada promovida pelo Projecto Educação para a Saúde e o Departamento de Educação Física e Desporto. Os organizadores desta actividade solicitaram a colaboração a um grupo de alunas do 12.º D para efectuar medições de tensão arterial antes e depois da caminhada, com o objectivo final de comparar esses dados. Para isso, as alunas arranjaram um conjunto de 13 voluntários da escola. Os dados foram posteriormente analisados e tratados pelo grupo de alunas.

Esta iniciativa enquadra-se no projecto desenvolvido pelas mesmas alunas que se intitula “Como prevenir a obesidade nas diferentes faixas etárias?”

## **O grupo**

Margarida Almeida

Marlene Lages

Joana Duarte

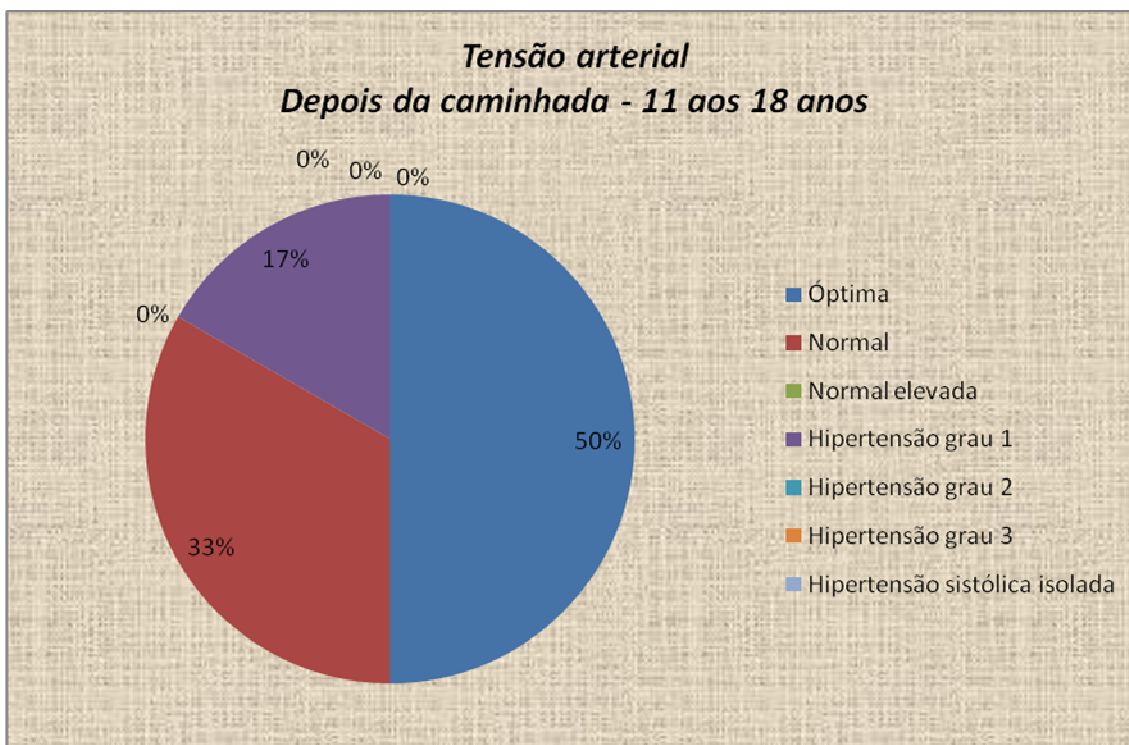
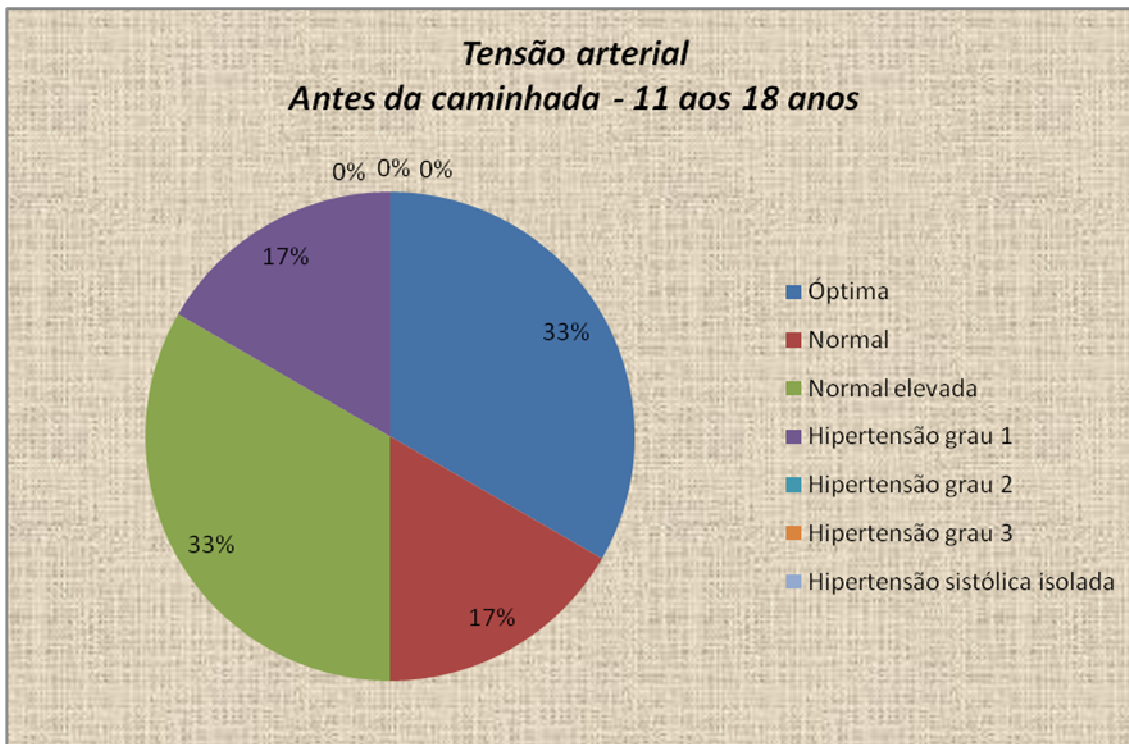
Filipa Marques

Carolina Marques

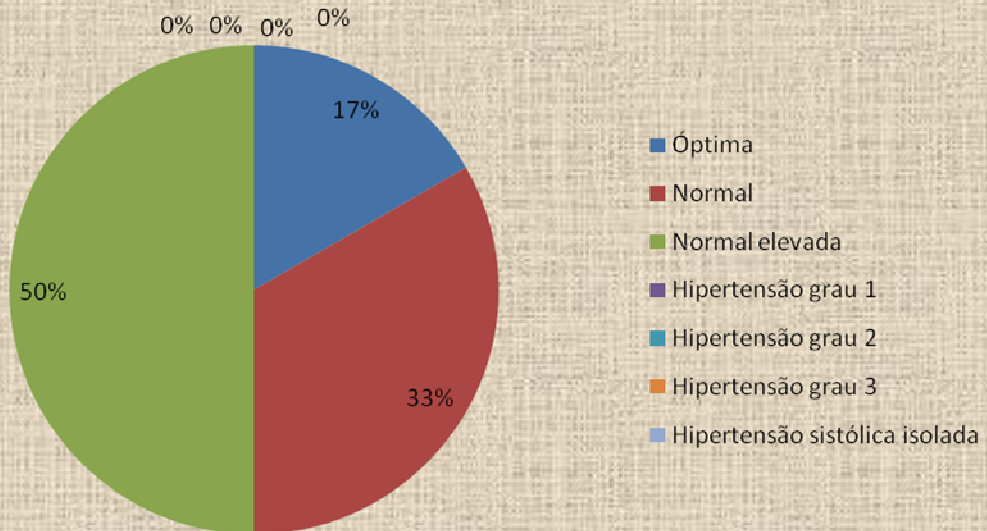
## **Nota 1**

Todos os voluntários tomaram o pequeno-almoço antes de efectuar as medições. Os parâmetros usados no tratamento dos dados foram fornecidos pelo Centro de Saúde de Tondela.

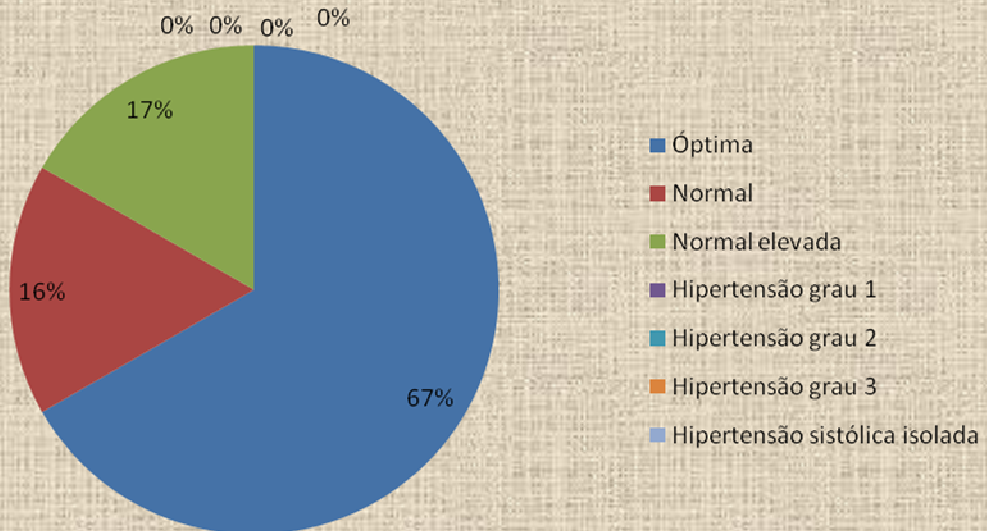
## Apresentação dos dados

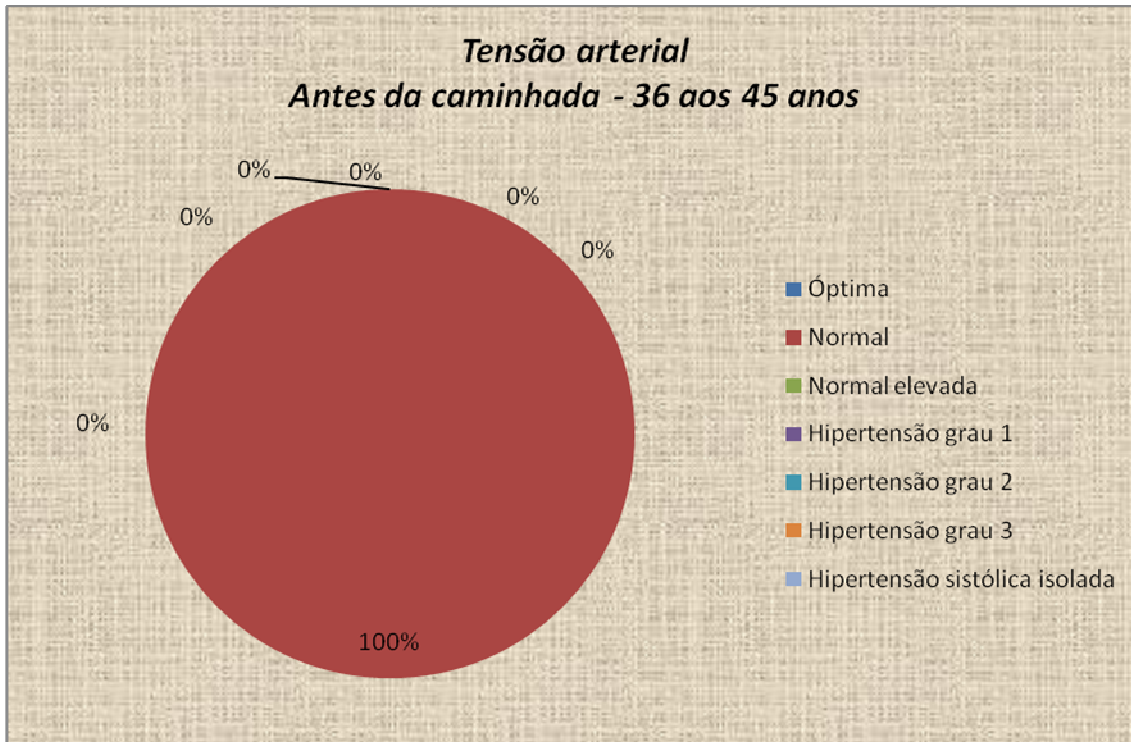


**Tensão arterial**  
**Antes da caminhada - 19 aos 25 anos**



**Tensão arterial**  
**Depois da caminhada - 19 aos 25 anos**





**Nota 2**

Na faixa etária dos 36 aos 45 anos havia apenas um voluntário.