



Poder Judiciário do Amapá
Tribunal de Justiça
Diretoria Geral
DEGESP
Serviço Médico

INFORME **Saúde**

Dia Mundial da Saúde



07 de abril de 2015

Quão segura é a sua comida?



**Do campo ao prato,
tornar os alimentos seguros**

Todos os anos, a Organização Mundial da Saúde (OMS) seleciona uma área de saúde pública como tema para o Dia Mundial da Saúde, que se assinala a 7 de abril, dia de aniversário da Organização.

O tema para 2015 é "Segurança alimentar", um tema de alta relevância e uma oportunidade para alertar governos e toda a cadeia de produção alimentar (agricultores, fabricantes, fornecedores e consumidores) para a importância do controle de perigos e riscos microbiológicos, garantindo que os alimentos que chegam aos pratos da população são seguros.

A segurança alimentar é uma área da saúde pública que protege os consumidores contra os riscos de intoxicação alimentar e é uma responsabilidade partilhada.

Alimentos estragados podem levar a uma variedade de problemas de saúde: diarreias, doenças virais (os primeiros casos de Ébola foram ligados a carne contaminada), problemas de desenvolvimento, reprodutivos e cânceros.

A Organização Mundial da Saúde ajuda os países a prevenir, detetar e responder a surtos de doenças transmitidas por alimentos com o Codex Alimentarius, uma coleção de padrões internacionais de alimentos, diretrizes e códigos de práticas, abrangendo todos os alimentos principais e processos.

Segurança alimentar

Por Segurança Alimentar e Nutricional - SAN entende-se a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.

World Health Day 2015

Dicas de saúde

Algumas medidas simples ajudam a manter a saúde:

- Valorize os momentos de se alimentar;
- Enriqueça sua alimentação com cores variadas;
- Pratique exercícios físicos regularmente;
- Modere o consumo de gorduras e açúcares;
- Descubra o lazer;
- Faça exercícios para a mente;
- Beba pelo menos 8 copos de água por dia;
- Dê atenção às coisas simples;
- Participe de trabalhos voluntários;
- Mantenha-se sempre positivo.
- SORRIA!

Prevenção é o melhor Remédio

