Com coordenação do Departamento de Atenção Básica (DAB) da Secretaria Municipal de Saúde, a população pôde participar na manhã de ontem (11), na praça XV de Novembro, de uma série de exercícios e 18 terapias de Lian Gong. Essa técnica une a medicina terapêutica chinesa e a atividade física em duas ações: tratamento e prevenção dos desequilíbrios e dores no corpo, além da prevenção e tratamento dos tendões, disfunções dos órgãos internos e dores nas articulações.

Foram desenvolvidos 40 minutos de atividades coordenadas por funcionários da Secretaria Mu

nicipal de Saúde e da Fundação Educacional São Carlos (FESC) com aulas do professor de Lion Gong, Ricardo Luis da Silva, presidente da
Sociedade Paulista de Lion Gong e Filosofia Oriental .

Marilda Siriani de Oliveira, diretora do DAB, destaca que entre os principais benefícios da técnica está "a melhoria da qualidade de vida com técnicas e exercicíos como o alongamento, por exemplo, que melhoram as atividades funcionais da vida cotidiana do paciente".

A meta do Grupo Técnico de Atividades Físicas é disponibilizar a técnica para todas as unidades de saúde do município. Hoje a prática de Lion Gong já é oferecida nas UBSs dos bairros Redenção, Vila Isabel, Cruzeiro do Sul, Azulville e Santa Felícia, nas USFs do Santa Angelina e Jardim Gonzaga e nos Centros Comunitários do Antenor Garcia e Vera Lúcia Pilla. Participaram ao todo 220 praticantes, entre funcionários e usuários do Sistema Municipal de Saúde. Outros 30 profissionais estão em período de capacitação da técnica.

(11/12/08)