



# RASTREIO DE SAÚDE

Dia 14 de Maio, das 9h às 13h  
EB1 / JI QUINTA DOS MORGADOS



Rastreio

**Colesterol • Glicemia • Peso**

**Índice de massa corporal • Índice de massa gorda**

**Índice de massa muscular • Tensão arterial**



Prestifarma



Jacqueline



**Rastreios comunidade escolar das Escolas EB1JI Fernão Ferro e Quinta dos Morgados em  
Fernão Ferro MAI/2010**

<b>Género</b>	<b>Idade</b>	<b>Glicemia (mg/dl)</b>	<b>Colesterol total (mg/dl)</b>	<b>Massa gorda (%)</b>	<b>Massa gorda (Kg)</b>	<b>Tensão arterial sistólica</b>	<b>Tensão arterial diastólica</b>	<b>Pulsações</b>
F	52	89	150	33	*	11	8	76
F	46	119	150	38.3	*	14	9	79
F	43	99	150	33	*	12	8	82
F	48	71	150	27.2	*	12	8	72
F	52	108	150	30.4	*	13	8	59
F	62	99	150	35.5	*	15	12	72
M	75	115	150	*	*	13	7	64
F	37	100	158	25.8	*	10	6	59
F	65	120	208	38	24.4	12	8	80
F	65	91	150	45.2	*	13	8	88
F	34	127	150	34.9	22.7	12	9	72
M	30	81	150	*	*	11	8	64
F	54	112	150	42.4	27.4	14	9	102
M	38	67	150	23.6	22.2	12	8	62
F	31	85	150	13.6	6.7	12	9	89
M	60	84	150	*	*	18	10	84
M	58	167	218	*	*	14	9	64
F	29	147	150	23.5	15	12	8	84
F	45	138	150	23.6	13.7	11	7	75
F	33	125	214	28.7	21.8	11	7	101
F	33	130	192	32.5	24.1	12	7	73
F	32	133	150	22.1	12.8	12	9	67
F	37	133	152	33	20.5	12	9	93
F	6	--	--	*	*	9	6	78
F	32	74	150	Amamentar	Amamentar	10	7	92
F	36	114	150	31	19.2	12	8	69
F	71	104	150	48.4	36.8	13	10	83
F	8	106	178	*	*	9	7	101
F	41	150	150	29.4	18.2	10	7	75
F	45	134	150	31.5	18.9	12	8	78
F	61	127	152	39.2	27.4	13	8	60
F	29	128	150	Grávida	Grávida	16	8	71
F	42	154	150	35.5	23.8	13	9	94
F	35	107	177	3.5	23.1	13	8	68
F	41	121	150	27.7	13.6	15	9	54
F	6	119	150	*	*	9	7	111
M	9	118	150	*	*	12	7	84
F	34	93	156	29.6	18.9	11	7	80
F	35	114	150	27.8	18.1	11	8	72
F	42	122	183	28.4	17.6	13	10	76
F	53	116	150	32.7	24.2	12	8	62
F	56	100	150	42.4	36	14	9	76
F	59	279	150	42.6	30.7	16	10	95
F	29	130	181	29.4	19.1	13	8	80

F	43	85	150	42.8	31.7	12	8	81
---	----	----	-----	------	------	----	---	----

1. Ao todo 45 rastreios entre as duas escolas, é de salientar a vontade em participar das pessoas;
2. – Teve medo;
3. \* Impossibilidade devido à idade ou falta de tempo;
4. Tensão arterial acima de 14-9 é considerada elevado. ALGUNS VALORES PREOCUPANTES NOMEADAMENTE AS PULSAÇÕES;
5. Glicemia após refeição acima de 146 mg/dl é elevado e em jejum não deverá ultrapassar os 110mg/dl de sangue;
6. Massa gorda em % - para os homens acima de 25% é elevado e para as mulheres acima de 28% elevado. VALORES PREOCUPANTES.

Agradeço o convite feito pela Exma. Dr.<sup>a</sup> Maria Mercês - Directora da Escola EB1 JI Quinta dos Morgados em Fernão Ferro, que apoiou-me incondicionalmente desde sempre nestas iniciativas, de certeza poderá contar com o meu trabalho para outras acções.

**Rastreios realizados por: Jacqueline Dias Fernandes – Nutricionista.**