

## Exercício físico

O exercício físico regular constitui medida auxiliar para o controle das dislipidemias e tratamento da doença arterial coronariana. A prática de exercícios físicos promove redução dos níveis plasmáticos de triglicédeos, colesterol “ruim” e aumento do HDL - Colesterol (“colesterol bom”). Os indivíduos com risco ou em tratamento da dislipidemia devem procurar um profissional apto para orientá-lo na prática de exercício físico adequado ao quadro clínico.



“Nunca é cedo demais para falarmos de saúde. São as atitudes e os hábitos adquiridos na infância, os maiores responsáveis pela formação de adultos saudáveis.

“Assim, desenvolvemos este folder para orientar os pais e ajudar na alimentação saudável da criança com dislipidemias”

Coordenadoria de Nutrição e  
Segurança Alimentar - 2018



Prefeitura Municipal de Montes Claros  
Secretaria Municipal de Educação



ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS

“Dislipidemia”

