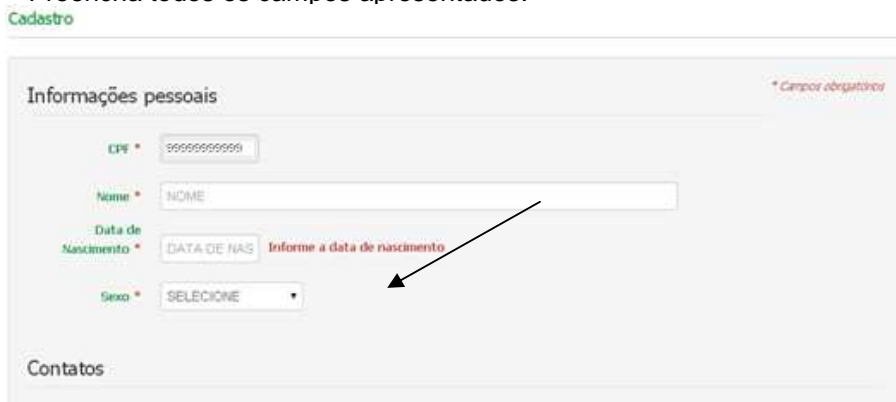


Siga o passo a passo para se cadastrar no programa Peso Saudável:

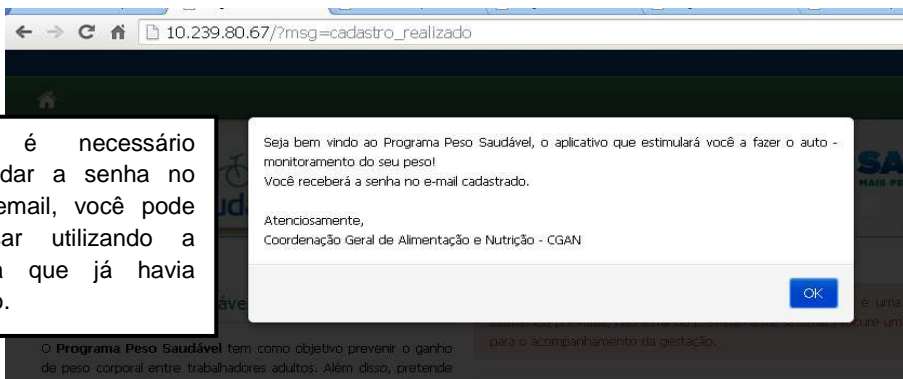
1. Acesse o link: <http://10.239.80.67/> em um computador da SUVISA
2. Digite o seu CPF no campo indicado



3. Preencha todos os campos apresentados.



4. Ao finalizar o preenchimento dos campos, clique em **AVANÇAR**. Então aparecerá a seguinte tela:

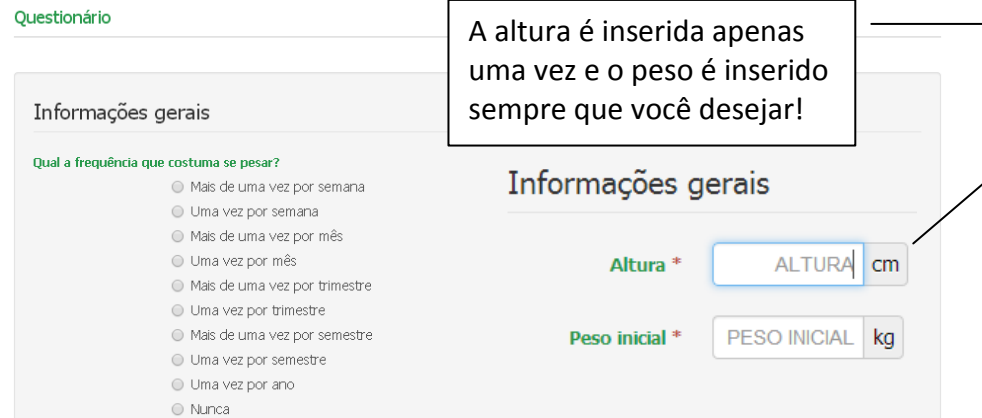


Não é necessário aguardar a senha no seu email, você pode acessar utilizando a senha que já havia criado.

Seja bem vindo ao Programa Peso Saudável, o aplicativo que estimulará você a fazer o auto-monitoramento do seu peso!
Você receberá a senha no e-mail cadastrado.

Atenciosamente,
Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição - CGAN

5. Após realizar o cadastro é necessário entrar no sistema e responder a um questionário sobre alimentação e outros hábitos.



MONITORAMENTO



Na tela de monitoramento do peso e altura o participante deverá inserir seu peso pelo menos uma vez por mês. A partir dos resultados serão postadas mensagens de alerta sobre o seu estado nutricional de acordo com a sua evolução, além disso, serão fornecidas também dicas de alimentação saudável e atividade física para você ficar dentro do peso saudável.

OBS: Para a implantação do programa foram disponibilizadas balanças eletrônicas no térreo e 5° andar.

Cuide da sua saúde, controle seu peso através da alimentação e exercício físico!!!

Realização:



SECRETARIA
DE ESTADO DA SAÚDE

GOVERNO DE
GOIÁS

Superintendência de Vigilância em Saúde
Gerencia de Vigilância Epidemiológica de Doenças
Não Transmissíveis
Coordenação de Vigilância Nutricional

Cibele Souto de Paiva
Lorena Elza Eterno de Moura e Silva
Fernanda Rodrigues Silva Resende
Maria Janaína Cavalcante Nunes

Apoio:

Faculdade de Nutrição FANUT/UFG



CADASTRO NO PROGRAMA PESO SAUDÁVEL



O aplicativo é gratuito e visa estimular hábitos saudáveis nos locais de trabalho. Receba orientações de alimentação, atividade física e como controlar o seu peso de forma saudável.

PARTICIPE VOCÊ TAMBÉM!