

Confira as matérias de promoção à saúde e prevenção de doenças publicadas no portal da Copass Saúde. Para ver o conteúdo completo, é só clicar. Boa leitura!



VOCÊ SABE POR QUE E COMO DESENVOLVEMOS REAÇÕES ALÉRGICAS?

As reações alérgicas podem ser problemas corriqueiros, facilmente tratáveis, mas também podem ser graves e potencialmente fatais. É preciso reconhecer os sintomas e ficar atento às fontes das alergias para prevenir as crises e fazer o tratamento adequado.

[Leia mais](#)

AUTOCUIDADO DEVE SER SINÔNIMO DE BEM-ESTAR E AUTONOMIA

Cuidar de seu bem-estar físico, mental e ter bons hábitos de vida, com informações de qualidade e confiáveis, pode gerar empoderamento para você assumir o protagonismo na promoção da sua saúde.



[Leia mais](#)



“A MELHOR ESCOLHA É NÃO FUMAR”

Livrar-se do tabagismo é um grande desafio, que traz recompensas imediatas e muda completamente a vida de quem o encara. A conscientização quanto aos males causados pelo tabaco é o primeiro passo para transformar muitas histórias de vida.

[Leia mais](#)