



Diabetes em Movimento® em Vila Real é Programa Único no País



□ Teve início em Vila Real o programa Diabetes em Movimento®, um programa comunitário de exercício para pessoas com diabetes tipo 2, único no país.

Este programa de intervenção comunitária é desenvolvido pelo Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD) da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD) e a sua implementação na cidade de Vila Real resulta de uma parceria entre a UTAD, a Câmara Municipal de Vila Real, o Centro Hospitalar de Trás-os-Montes e Alto Douro e o Agrupamento de Centros de Saúde Douro I – Marão e Douro Norte. A sessão de apresentação pública decorreu a 24 de outubro e contou com a participação de representantes das instituições envolvidas.

Este programa, que tem como objetivos melhorar a saúde de quem tem diabetes e outros problemas associados, como o excesso de peso, hipertensão arterial, colesterol e doenças do coração, conta já com cerca de 50 participantes, divididos em duas turmas, em sessões que decorrem de 2ª a 6ª feira, entre as 16.00 e as 17.30h, no Pavilhão dos Desportos de Vila Real.

Estas sessões são monitorizadas pelos recursos humanos, alunos e docentes do Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde e da Escola Superior de Enfermagem de Vila Real da UTAD. No caso dos alunos trata-se de uma oportunidade para contatar situações reais de apoio à saúde, o que permite adquirir competências essenciais para o exercício das suas atividades profissionais no futuro.

Este programa, reconhecido pela Direção-Geral da Saúde, tem o apoio científico da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, Sociedade Portuguesa de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo, Sociedade Portuguesa de Medicina Interna e da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, e pretende contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população com diabetes, que em Portugal está estimada em cerca de 1 milhão de pessoas.

Esta iniciativa é gratuita e decorrerá, numa 1ª fase, até maio de 2015. Para mais informações consultar www.diabetesemmovimento.com.

NImp