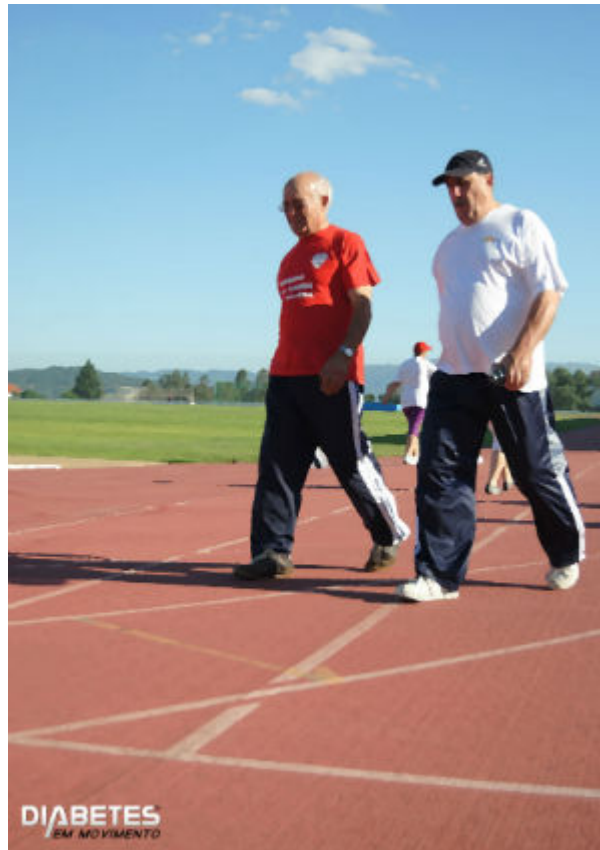




**UTAD desenvolve plataforma de apoio à prescrição de exercício físico a doentes com diabetes**



Um grupo de investigadores da UTAD divulgou uma plataforma eletrónica que desenvolveu para apoio à prescrição de exercício físico para doentes com diabetes tipo 2. Este projeto, coordenado pelo investigador Romeu Mendes, docente do Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde da UTAD, foi apresentado no 12º Congresso Português de Diabetes, que decorreu entre 17 a 20 de março, em Vilamoura.

Segundo este investigador “apesar de a atividade física fazer parte de todos os algoritmos internacionais de abordagem e tratamento da diabetes tipo 2, a maioria desta população não pratica exercício físico de forma regular”, sendo que, refere também, “o perfil etário e antropométrico típico destes indivíduos, assim como as comorbidades da diabetes, tornam o aconselhamento e a prescrição de exercício físico uma tarefa que muitas vezes se revela complexa e difícil”.

Foi neste quadro, que os investigadores da UTAD, no âmbito do programa Diabetes em Movimento em parceria com a empresa Tecnimede, desenvolveram uma plataforma eletrónica que responda às necessidades clínicas destes doentes, a qual pretende auxiliar os profissionais de saúde, especialmente dos Cuidados de Saúde Primários, na “promoção de estratégias de exercício físico de baixo custo e elevada aplicabilidade, adaptadas às principais características e comorbidades desta

população”.

Romeu Mendes refere que na primeira versão desta plataforma estão disponíveis três estratégias de exercício aeróbio (baseadas na marcha), 32 exercícios resistidos (realizados apenas com recurso a uma cadeira, dois pesos livres e uma bola de ginástica), nove exercícios de flexibilidade, e várias recomendações que podem ser selecionadas de acordo com as comorbidades da diabetes presentes.

Plataforma está disponível em [www.diabetesemmovimento.com](http://www.diabetesemmovimento.com).

Para mais informações contactar:

Rosa Rebelo | Assessoria de Comunicação | UTAD

259 350 160 | 932 148 809 | [rorebelo@utad.pt](mailto:rorebelo@utad.pt)