

Importância das Relações Públicas para a promoção da literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*: Análise da comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD

Cláudia Patrícia Fernandes Gualdino

DISSERTAÇÃO SUBMETIDA COMO REQUISITO PARCIAL PARA
OBTENÇÃO DO GRAU DE MESTRE EM GESTÃO ESTRATÉGICA DAS
RELAÇÕES PÚBLICAS

Orientação:

Professora Doutora Andreia Garcia

Escola Superior de Comunicação Social – Instituto Politécnico de Lisboa

Outubro de 2024

Declaração Anti-Plágio

Declaro ser autora da presente dissertação, que contém todas as condições exigidas para a obtenção do grau de Mestre em Gestão Estratégica das Relações Públicas. Declaro ainda ser este um trabalho original que nunca foi submetido (no seu todo ou qualquer das suas partes) a qualquer outra instituição de ensino superior para obtenção de um grau académico ou outra habilitação. Todas as citações presentes nesta dissertação encontram-se devidamente identificadas. Acrescento por fim, que tenho a plena consciência que o plágio é crime e que poderá resultar na anulação do presente trabalho.

Lisboa, Outubro de 2024

A candidata

Cláudia Patrícia Fernandes Gonçalves

Dedico esta dissertação ao meu querido pai, Norberto Gualdino (*in memoriam*),

o maior incentivador da realização dos meus sonhos, fossem eles quais fossem.

“Amo-te Berto!”

Agradecimentos

Existem muitas pessoas que me apoiaram, confortaram e incentivaram ao longo deste caminho, que foi marcado por momentos muito difíceis e desafiadores. Guardo todas elas com carinho na minha memória. No entanto, há algumas que não posso deixar de ressaltar, pela sua especial dedicação para comigo.

Em primeiro lugar, um agradecimento muito especial à minha orientadora, a Professora Doutora Ana Andreia Garcia, pelo seu incentivo constante, disponibilidade e empenho, tendo sido para mim, fundamentalmente, com a sua compreensão, um grande impulso para a realização deste trabalho, numa das piores fases da minha vida.

Registo também o meu agradecimento à Professora Doutora Sandra Pereira, pela sua sabedoria, que me orientou, e a sua disponibilidade enorme ao longo de todo o meu percurso no mestrado de GERP.

À minha querida família, gostaria de expressar o meu profundo amor e gratidão. Vocês foram, e sempre serão, o meu maior suporte e inspiração.

À mulher da minha vida, a minha mãe, Lucília Gualdino, agradeço por todo o carinho, educação e valores que me transmitiu ao longo da vida. Sem o seu apoio incondicional, os conselhos sábios e a sua paciência eu jamais teria chegado até aqui.

Um enorme obrigado à minha querida Tia, Helena Barrosa que, com o seu carinho e positividade, sempre soube dizer as palavras certas no momento certo. O seu apoio foi crucial, mesmo quando tudo parecia desmoronar.

Ao meu Tio, Mário Santos (*in memoriam*), pelo seu carinho, pela sua dedicação e por me ter ensinado a importância de acreditar em mim mesma e a importância do amor pelo conhecimento.

Expresso também a minha profunda gratidão aos meus amigos: em especial à Raquel Martins, Bárbara Xavier, Catarina Santos, Adriana Alves, Patrícia Nunes e Joana Candeias, agradeço por estarem sempre presentes, seja para partilhar uma risada, para me ouvir desabafar ou para celebrar as pequenas e grandes conquistas ao longo deste caminho. Cada encontro, conversa e gesto de carinho foi um alicerce que me ajudou a seguir em frente, mesmo nos momentos mais desafiadores.

A todos vocês, o meu mais sincero agradecimento. Que a vida vos retribua em dobro todo o carinho, apoio e dedicação que me ofereceram.

Resumo

Estima-se que os casos de diabetes *mellitus* em todo o mundo ultrapassem os 1,310 milhões até ao ano de 2050, mais do dobro face a 2021, caso não sejam adotadas medidas rápidas e mais eficazes para incentivar a sua prevenção, alerta artigo publicado pelo The Lancet (Vinicor et al., 2003).

Em Portugal existem duas organizações dedicadas em exclusivo à área da diabetes *mellitus*: Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) e a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD). Ambas apostam na melhoria da literacia em saúde da população para que possam cumprir a sua missão de assegurar o tratamento e incentivar a prevenção desta doença que marca o século XXI.

Esta dissertação de mestrado centra-se na análise da comunicação realizada por estas duas organizações, e consequentemente se esta comunicação contribui ou não, para a literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*, entre os jovens portugueses. O estudo foi realizado tendo em consideração os conteúdos publicados sobre o tema da diabetes *mellitus* e a sua prevenção, tanto nos *websites* como nas redes sociais Facebook e Instagram destas organizações. Na primeira parte a atenção emerge sobre o conceito de Relações Públicas, de diabetes *mellitus*, e da apresentação das duas organizações. Na segunda parte, a partir de uma metodologia mista, realizou-se a análise, apresentação e interpretação dos dados recolhidos, para o desenvolvimento do presente trabalho.

Palavras-chave: Relações Públicas; Comunicação para a Saúde; Diabetes *Mellitus*; Literacia em Saúde; Comunicação Estratégica.

Abstract

It is estimated that cases of diabetes mellitus worldwide will exceed 1.31 billion by the year 2050, more than double the number in 2021, unless swift and more effective measures are adopted to promote its prevention, according to an article published in *The Lancet* (Vinicor et al., 2003).

In Portugal, there are two organizations exclusively dedicated to diabetes mellitus: the Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) and the Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD). Both focus on improving the population's health literacy to fulfill their mission of ensuring treatment and promoting the prevention of this disease, which has become a defining issue of the 21st century.

This master's thesis focuses on analyzing the communication strategies employed by these two organizations and examines whether their efforts contribute to improving health literacy regarding diabetes mellitus among Portuguese youth. The study analyzed the content published on the organizations' websites and their social media platforms, Facebook and Instagram, related to diabetes mellitus and its prevention.

The first part addresses the concept of public relations, diabetes mellitus, and an introduction to the two organizations. The second part, based on a mixed-methods approach, involves the analysis, presentation, and interpretation of the collected data, supporting the development of this work.

Keywords: Public Relations; Health Communication; Diabetes Mellitus; Health Literacy; Strategic Communication.

Índice de Figuras

Figura 1.1. Palavras que descrevem Relações Públicas	8
Figura 1.2. Processo de Relações Públicas em quatro etapas	16
Figura 2.1. Evolução do número de amputações por pé diabético 2017-2021	30
Figura 2.2. Processo da diabetes <i>mellitus</i> no corpo humano	32
Figura 3.1. Distribuição das unidades por NUTS III	44
Figura 3.2. Distribuição dos principais indicadores por grupos de organizações (2016)	46
Figura 3.3. Organizações do Terceiro Setor por atividade (2016)	47
Figura 4.1. Faixa etária dos participantes	70
Figura 4.2. “Tem familiares com diabetes?”	71
Figura 5.1. Primeiros Boletins APDP (números 1,2 e 3)	90
Figura 5.2. “Mora com esses familiares?”	94
Figura 5.2.1. “Tem diabetes?”	94
Figura 5.2.2. “Costuma pesquisar na internet informação relativamente a problemas de saúde?”	95
Figura 5.2.3. “Procuro esclarecer as minhas dúvidas nas páginas de associações ou institutos da especialidade”	95
Figura 5.2.4. Usa as redes sociais para se informar sobre problemas de saúde?	96
Figura 5.2.5. “Já ouviu falar da APDP/ Já ouviu falar da SPD?”	96
Figura 5.2.6. “Qual o nível de conhecimento que considera ter acerca da diabetes <i>mellitus</i> ?”	97
Figura 5.2.7. Média de respostas corretas sobre a diabetes <i>mellitus</i> por grupo	98
Figura 5.3. Vitrine da Sala de espera da APDP	100
Figura 5.4. Infografia sobre a vida de Ernesto Roma	100
Figura 5.5. Balcão de apoio com palavras-chave sobre a diabetes	101
Figura 5.6. Página inicial do website da APDP	102
Figura 5.7. Página inicial do website da SPD	105
Figura 5.8. Folheto Informativo sobre a Diabetes Tipo I	107

Figura 5.9. Página da APDP no Facebook	112
Figura 5.9.1 Temas das publicações efetuadas pela APDP no Facebook em 2023	113
Figura 5.9.2. Página da SPD no Facebook	114
Figura 5.9.3. Temas das publicações efetuadas pela SPD no Facebook em 2023	115
Figura 5.9.4. Página da APDP no Instagram	116
Figura 5.9.5. Página da SPD no Instagram	118

Índice de Quadros

Quadro 1.1. Palavras-chave usadas nas definições que enquadram as Relações Públicas	8
Quadro 1.2. As principais áreas de atuação das Relações Públicas	12
Quadro 1.3. Dimensões da literacia em saúde aplicadas aos três domínios da saúde	28
Quadro 2.1. Categorias gerais de classificação da diabetes	34
Quadro 2.2. Parâmetros e valores de diagnóstico da diabetes	38
Quadro 3.1. Classificação Internacional das Organizações do Terceiro Setor	44
Quadro 3.2. Termos utilizados nos documentos legais em Portugal	47
Quadro 3.3. Associações ativas do Terceiro Setor na área da diabetes em Portugal	50
Quadro 3.4. Cursos disponíveis na APDP destinados aos profissionais de saúde	54
Quadro 3.5. Cursos disponíveis na APDP destinados a pessoas com diabetes	56
Quadro 3.6. Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia	62
Quadro 4.1. Websites das organizações estudadas	75
Quadro 4.2. Páginas de Facebook das organizações estudadas	77
Quadro 4.3. Páginas de Instagram das organizações estudadas	80
Quadro 5.1. Acessibilidade dos websites da APDP e da SPD	109

Índice

Agradecimentos.....	III
Resumo.....	IV
Abstract.....	V
Índice de Figuras.....	VI
Índice de Quadros.....	VIII
Glossário de Siglas	XIII
Introdução	1
Capítulo I - As Relações Públicas.....	6
1.1. Definição do conceito de Relações Públicas.....	6
1.1.1. Existem sinónimos para o conceito de Relações Públicas?.....	10
1.2. Áreas de atuação das Relações Públicas.....	12
1.3. As Relações Públicas e a Comunicação para a Saúde	15
1.3.1. Relações Públicas enquanto função estratégica.....	15
1.3.2. Conceito de Comunicação para a Saúde.....	16
1.3.3. Conceito de Literacia em Saúde.....	20
Capítulo II: Diabetes <i>Mellitus</i> - A Epidemia do Século XXI.....	29
2.1. Introdução ao conceito de diabetes <i>mellitus</i>	29
2.2. Os diferentes tipos de diabetes <i>mellitus</i>	31
2.3. Diagnóstico da diabetes <i>mellitus</i>	35
2.4. Tratamento da diabetes <i>mellitus</i>	36
2.5. Gestão da diabetes <i>mellitus</i>	37
2.6. Prevenção da diabetes <i>mellitus</i>	39
Capítulo III - Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal Sociedade Portuguesa de Diabetologia.....	41
3.1. Caracterização do Terceiro Setor	41

3.2. Terceiro setor em Portugal.....	43
3.2.1. As Organizações do Terceiro Setor em Portugal.....	44
3.2.2. As Organizações do Terceiro Setor na área da diabetes <i>mellitus</i> em Portugal.....	47
3.3. Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal.....	50
3.3.1. Visão, Missão e Valores.....	51
3.3.2. Serviços.....	51
3.3.3. Atividade Educativa e Formativa.....	53
3.3.4. Projetos de Investigação.....	54
3.3.5. Parcerias e Colaborações.....	54
3.3.6. Comunicação.....	55
3.4. Sociedade Portuguesa de Diabetologia.....	55
3.4.1. Objetivos e Atividades Propostas.....	56
3.4.2. Áreas de atuação da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.....	57
3.4.2.1. Observatório Nacional da Diabetes.....	57
3.4.2.2. Relação com os Organismos Governamentais.....	58
3.2.2.3. Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.....	58
3.2.2.4. Prémios e Bolsas de Investigação.....	59
3.2.2.5. Escola - Sociedade Portuguesa de Diabetologia.....	59
3.4.3. Comunicação.....	60
Capítulo IV - Investigação Empírica - Metodologia de Pesquisa.....	61
4.1. Desenho da Investigação Empírica.....	61
4.2. Pergunta de Partida e Objetivos de Estudo.....	62
4.3. Procedimentos de Recolha de Dados.....	64
4.3.1. Entrevistas.....	65
4.3.2. Questionário aos Jovens Portugueses.....	68
4.3.3. Observação de Documentos Públicos.....	71

4.3.3.1. Materiais Informativos.....	72
4.3.3.2. <i>Websites</i> das Associações	72
4.3.3.3. Análise das Páginas da APDP e da SPD no Facebook e Instagram.....	74
4.3.3.4. Páginas da APDP e da SPDP no Facebook.....	75
4.3.3.5. Páginas da APDP e da SPDP no Instagram.....	78
Capítulo V - Apresentação, análise e interpretação dos resultados.....	82
5.1. Apresentação e Análise dos Resultados.....	82
5.1.1. Entrevista.....	82
5.1.1.1. Diabetes <i>mellitus</i> em Portugal.....	82
5.1.1.2. Serviço Nacional de Saúde.....	84
5.1.1.3. Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal.....	85
5.1.1.3.1. Marcos Históricos.....	85
5.1.1.3.2. Eixos de Ação da APDP.....	86
5.1.1.3.3. Objetivos Futuros da APDP.....	87
5.1.1.3.4. Papel na promoção da saúde e na prevenção da doença.....	88
5.1.1.4. Comunicação.....	90
5.1.1.4.1. Meios de Comunicação e Intervenção.....	90
5.1.1.4.2. Ações e Campanhas.....	91
5.1.1.5. Recursos Humanos.....	93
5.1.1.5.1. Profissionais de Comunicação.....	93
5.1.2. Questionário aos Jovens Portugueses.....	93
5.1.3. Documentos Públicos.....	99
5.1.3.1. Materiais Informativos.....	99
5.1.3.1.1. Visita ao Museu da Diabetes.....	101
5.1.4. <i>Websites</i> das Associações.....	102
5.1.4.1. Análise do <i>website</i> da APDP.....	102

5.1.4.2. Análise do <i>website</i> da SPD.....	104
5.1.5. Critérios De Qualidade Dos Conteúdos Das Páginas <i>Online</i>	106
5.2. Análise das páginas da APDP e da SPD no Facebook e no Instagram.....	111
5.2.1. Páginas da APDP e da SPDP no Facebook.....	111
5.2.2. Páginas da APDP e da SPDP no Instagram.....	115
5.3. Interpretação dos Resultados.....	119
Conclusão.....	124
Referências Bibliográficas.....	129
ANEXOS.....	144
Anexo A- Avaliação de Risco de Diabetes tipo 2 (SPD, s.d).....	144
Anexo B- Email de Solicitação de entrevista aos Presidentes da APDP e SPD.....	146
Anexo C- Guião semiestruturado da Entrevista efetuada ao Presidente da APDP.....	147
Anexo D- Consentimento Informado - Dr. José Manuel Boavida.....	148
Anexo E - Transcrição da Entrevista.....	149
Anexo F - Quadro de Codificação da Entrevista.....	161
Anexo G - Modelo de Questionário aos Jovens Portugueses.....	172
Anexo H - Email enviado para a MSD - Doutora Sílvia Alão.....	183
Anexo I - Instrumento de recolha de dados dos <i>websites</i> da APDP e SPD.....	184
Anexo J - Tabela com os indicadores fornecidos pelo <i>AccessMonitor Plus</i>	185
Anexo K- Quadro de Análise da atividade da APDP no Facebook.....	186
Anexo L- Quadro de Análise da atividade da SPD no Facebook.....	250
Anexo M- Quadro de Análise da atividade da APDP no Instagram.....	267
Anexo N- Quadro de Análise da atividade da SPD no Instagram	290
Anexo O- Registo fotográfico da visita ao Museu de Diabetes - APDP	299
Anexo P- Relatórios de Práticas de acessibilidade <i>Web</i>	302
Anexo Q- Atividade da APDP e SPD no Facebook.....	303
Anexo R- Atividade da APDP e SPD no Instagram.....	305

Glossário de Siglas

ADA - *American Diabetes Association*

APDP - Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal

AVC - Acidente Vascular Cerebral

CEO - *Chief Executive Officer*

DGS - Direção-Geral de Saúde

DM - *Diabetes Mellitus*

EAM - Enfarte Agudo Miocárdio

HbA1c - Hemoglobina A1c ou Hemoglobina Glicada

IMC - Índice de Massa Corporal

IRS- Imposto sobre o Rendimento das Pessoas Singulares

NIDDK - *National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases*

NUTS III - Nomenclatura das Unidades Territoriais para Fins Estatísticos - Unidades Municipais

OMS - Organização Mundial de Saúde

ONG - Organizações Não Governamentais

PRSA - *Public Relations Society of America*

RP - Relações Públicas

RSC - Responsabilidade Social Corporativa

SNS - Serviço Nacional de Saúde

SNS 24 - Centro de Contacto do Serviço Nacional de Saúde

SPD- Sociedade Portuguesa de Diabetologia

SPEDP - Sociedade Portuguesa de Endocrinologia e Diabetologia Pediátrica

WHO- *World Health Organization*

Introdução

Em 2024, a diabetes continua a ser uma preocupação significativa em Portugal e no mundo, afetando uma parte considerável da população adulta. Atualmente, estima-se que existam 537 milhões de adultos com diabetes em todo o mundo, o que equivale a 1 em cada 10 adultos. As projeções indicam que esse número aumentará para 643 milhões (1 em cada 9 adultos) até 2030 e 784 milhões (1 em cada 8 adultos) até 2045 (SPD, 2023). Em 2021, a diabetes foi responsável por 11,5% dos gastos globais em saúde. Além disso, existem cerca de 240 milhões de pessoas que não sabem que têm a doença, representando aproximadamente metade das pessoas com diabetes. Este desconhecimento é alarmante, pois a nível mundial a diabetes foi responsável por 6,7 milhões de mortes em 2021 (SPD, 2023).

A nível nacional, de acordo com dados recentes, estima-se que cerca de 10,3% dos adultos portugueses vivam com diabetes, com uma prevalência projetada de 11,0% até 2030 (IDF, s.d). Segundo o Relatório Anual do Observatório Nacional da Diabetes (2023), em 2021, a prevalência estimada de diabetes entre a população portuguesa do 20 aos 79 anos (totalizando 7,8 milhões de pessoas) foi de 14,1%. Isto significa que aproximadamente 1,1 milhão de portugueses nesta faixa etária teriam diabetes. O envelhecimento da população entre 2009 e 2021 contribuiu para um aumento de 2,4 pontos percentuais na taxa de prevalência da doença, representando um crescimento de cerca de 20,5% neste período. Além disso, 56% dos casos de diabetes já teriam sido diagnosticados, enquanto 44% permaneciam sem diagnóstico.

Embora a diabetes tipo II seja a mais comum, a diabetes tipo I afeta cerca de 1,2 milhão de crianças e jovens em todo o mundo. Durante 2021, 1 em cada 6 nascimentos foi afetado por hiperglicemia materna, demonstrando o impacto significativo da diabetes na saúde materna e infantil (SPD, 2023). Estes dados destacam a necessidade urgente de melhorias no diagnóstico, no tratamento e principalmente na prevenção da diabetes globalmente. Os especialistas destacam a necessidade de uma maior ênfase na prevenção e no diagnóstico precoce, bem como na promoção de estilos de vida saudáveis. A obesidade, é um exemplo, que está fortemente ligada ao diabetes tipo II, sendo uma das principais áreas de foco, na prevenção da diabetes tipo II. Assim, é de destacar a importância evidente da existência de um nível satisfatório de literacia em saúde na área da diabetes *mellitus* na comunidade.

A literacia em saúde desempenha um papel crucial no combate às doenças crónicas, incluindo a diabetes *mellitus*. A literacia em saúde refere-se à capacidade dos indivíduos de obter, processar e compreender informações básicas de saúde para tomar decisões informadas. Indivíduos com um nível maior de literacia em saúde têm mais conhecimento sobre a prevenção e

o controlo de doenças crónicas, o que resulta em melhores práticas de autocuidado e adesão aos tratamentos prescritos (Berkman et al., 2011). Uma revisão sistemática realizada por Berkman e os seus colegas (2011) concluiu que a literacia em saúde está associada a melhores resultados de saúde, incluindo maior adesão ao tratamento, menores taxas de hospitalização e menor utilização de serviços de saúde. Além disso, indivíduos com baixa literacia em saúde têm maior probabilidade de desenvolver doenças crónicas e de ter resultados de saúde adversos.

Portanto, é fundamental investir na promoção da literacia em saúde como parte integrante do combate às doenças crónicas. Campanhas educacionais, materiais de informação acessíveis e estratégias de comunicação eficazes são essenciais para capacitar os indivíduos a adotar comportamentos saudáveis, aderir aos tratamentos médicos e a gerir as suas condições de saúde de forma eficaz (Nutbeam, 2008).

Neste trabalho, pretendemos salientar a importância da comunicação e do papel ativo de um profissional de Relações Públicas (RP) para o aumento da literacia em saúde, mais especificamente na área da diabetes *mellitus*. A comunicação desempenha um papel fundamental na promoção da literacia em saúde, pois é através dela que as informações sobre cuidados de saúde são transmitidas de forma clara, acessível e compreensível para o público em geral (Lopes et al., 2017). Neste sentido, o profissional de Relações Públicas tem um papel importante na disseminação de informações precisas e confiáveis sobre saúde, garantindo que o público tenha acesso a conhecimento que possa ajudá-lo a tomar decisões informadas sobre a sua saúde (Nutbeam, 2000). Os profissionais de Relações Públicas desenvolvem e implementam campanhas de educação em saúde que aumentam a consciencialização sobre doenças crónicas. Estas campanhas podem incluir uma variedade de meios de comunicação, como redes sociais, imprensa, eventos comunitários e materiais educativos, para alcançar um público amplo e diversificado.

Estes profissionais trabalham para construir relações com diferentes *stakeholders*, incluindo organizações de saúde, governos, ONGs e os média (Lopes et al., 2017). Essas parcerias são essenciais para ampliar o alcance das mensagens de saúde e garantir que informações precisas e úteis sejam disseminadas amplamente. Segundo Lopes e colegas (2017), a comunicação é uma ferramenta essencial para promover a literacia em saúde e melhorar os resultados em saúde da população. Os autores destacam a importância da comunicação clara e eficaz na promoção de comportamentos saudáveis e na prevenção de doenças. A nível nacional, a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) e a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD), desempenham um papel crucial no que diz respeito à diabetes *mellitus* em Portugal. A APDP presta cuidados de saúde a mais de 100.000 pessoas com diabetes, além de colaborar com o governo português em programas de prevenção e tratamento da doença (APDP, 2023). Sendo uma organização sem fins lucrativos que foi fundada em 1926, tem o objetivo de promover a prevenção,

o tratamento e os cuidados com a diabetes em Portugal. Esta associação oferece apoio e acompanhamento a pessoas com diabetes e também às suas famílias, promove a investigação científica nesta área e realiza atividades de sensibilização e educação sobre a doença.

A SPD é uma associação científica sem fins lucrativos que tem como objetivo promover o estudo, a investigação e a divulgação da diabetes em Portugal. Fundada em 1984, a SPD é composta por profissionais de saúde, tais como médicos, enfermeiros e nutricionistas, que estão envolvidos no cuidado e no tratamento de pessoas com diabetes. Esta sociedade realiza congressos, cursos, workshops e outras atividades científicas para promover a educação e formação contínua dos seus membros e da comunidade em geral. Contudo, esta também se dedica a ações de sensibilização e divulgação pública sobre a importância da prevenção e controlo da diabetes. A Sociedade Portuguesa de Diabetologia tem ainda parcerias com outras organizações nacionais e internacionais na área da diabetes, com o objetivo de promover a investigação e a partilha de conhecimento sobre esta doença crónica que afeta milhões de pessoas em todo o mundo.

A produção académica sobre o papel do profissional de Relações Públicas, especificamente, na literacia em saúde na área da diabetes *mellitus* é escassa, tanto em Portugal, como nos restantes países. Até à data desta investigação, nada se sabe, sobre o papel desempenhado por estes profissionais ou sobre a relevância da comunicação, das associações ou das sociedades, que representam um ponto de contacto fundamental com os indivíduos, com a família e com a comunidade na prevenção informada da doença, na prestação de informações credíveis, e no caso destas associações, na defesa também dos direitos das pessoas com diabetes. Neste sentido, no presente trabalho, pretendemos compreender de que forma a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD está a contribuir para a prevenção da doença, entre os jovens portugueses. Visto que especialistas destacam a necessidade de um maior ênfase na prevenção e no diagnóstico precoce, bem como na promoção de estilos de vida saudáveis na população desde cedo (APDP, s.d).

Espera-se, assim, perceber se a comunicação está ou não orientada para uma visão estratégica que permita alcançar os jovens portugueses, cumprindo a missão de contribuir para a literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*, e assim prevenir a diabetes e dar a conhecer os riscos desta doença. Esta investigação, realizada no âmbito do Mestrado em Gestão Estratégica de Relações Públicas, da Escola Superior de Comunicação Social – Instituto Politécnico de Lisboa (ESCS-IPL), pretende dar resposta à seguinte pergunta de partida:

De que forma a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD está a contribuir para a promoção da literacia em saúde na área dos diabetes mellitus junto dos jovens portugueses?

Para responder à pergunta de partida, este trabalho procura analisar a comunicação que tem vindo a ser desenvolvida pela APDP e pela SPD, mais especificamente, nos meios digitais, como por exemplo, os *websites* e as redes sociais.

Sintetizando, os objetivos deste trabalho são:

- Analisar os conhecimentos dos jovens portugueses sobre a diabetes *mellitus*;
- Analisar a comunicação que tem vindo a ser realizada pela Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal;
- Analisar a comunicação que tem vindo a ser realizada pela Sociedade Portuguesa de Diabetologia;
- Analisar o conhecimento que os jovens portugueses têm sobre estas associações;
- Refletir sobre a importância da comunicação estratégica para a promoção da literacia em saúde, e consequentemente para a prevenção e o autocuidado da diabetes *mellitus*.

Para responder à questão central que orienta este estudo, bem como aos objetivos definidos, adotamos uma abordagem convergente de métodos mistos. Este método combina, de forma simultânea, técnicas quantitativas e qualitativas, permitindo-nos aproveitar os pontos fortes de ambas as abordagens enquanto minimizamos as suas limitações (Creswell & Clark, 2018).

Nesta perspetiva, esta metodologia viabiliza a recolha de diversas informações e a sua análise de um modo concomitante. Assim, existiu uma recolha de dados provenientes de diversas fontes: entrevistas, questionários direcionados à população jovem de nacionalidade portuguesa e uma análise documental de materiais da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal e da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (como folhetos, *websites* e redes sociais). Este trabalho de mestrado encontra-se dividido em duas partes distintas.

A primeira parte deste trabalho é dedicada ao “Enquadramento Teórico” é constituída por três capítulos. No primeiro capítulo, é abordado o conceito de Relações Públicas, a sua importância e função nas organizações. Refletindo sobre algumas definições e autores como: Harlow, Grunig, Hunt, Trench, Yeomans, Cutlip, Broom, entre outros. Para além de analisarmos a evolução que o conceito tem sofrido, será dada ênfase às áreas de atuação das RP. O primeiro capítulo descreve também o conceito da comunicação para a saúde, relacionando as Relações Públicas enquanto função estratégica.

No segundo capítulo, exploramos o conceito de diabetes *mellitus*, a sua etimologia e definição científica, os vários tipos de diabetes, bem como, a teoria essencial para compreender a sua origem e as suas variantes. Este capítulo contém várias partes tais como, os sintomas associados, o que implica a gestão e o tratamento da doença e as graves implicações que esta doença tem no corpo

humano. Por fim, destacamos a importância da prevenção da diabetes *mellitus* tipo II que se centra na mudança de hábitos e de estilo de vida, onde sublinhamos as medidas de prevenção recomendadas pela APDP (s.d) e o NIDDK (2016).

O capítulo número três deste trabalho apresenta aprofundadamente a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal desde a sua história como a primeira associação de diabetes do mundo, passando pela apresentação da sua missão, valores e visão, até aos seus serviços clínicos e formações que disponibilizam para profissionais de saúde, pessoas com diabetes e familiares. É também neste capítulo que podemos encontrar uma apresentação mais sucinta, mas objetiva, da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, realizada com base numa análise das suas páginas digitais. Considerámos essencial incluir este capítulo para realizar uma boa contextualização das associações que fazem parte da investigação deste trabalho, com o intuito de ter uma base sólida para uma melhor compreensão nos capítulos seguintes.

A segunda parte deste trabalho é dedicada à “Investigação Empírica” é constituída por dois capítulos.

O quarto capítulo apresenta o desenho da investigação, onde começamos por explicar o processo da investigação em etapas, assim como a metodologia escolhida. Damos a conhecer a pergunta de partida que orienta todo o trabalho, bem como os objetivos de pesquisa e os métodos de recolha de dados por fontes.

O último capítulo (o capítulo V) é destinado à apresentação, análise e interpretação dos resultados obtidos pela investigação, que também se encontra subdividida conforme as fontes de recolha de dados. Neste capítulo é possível encontrar algumas reflexões juntamente com a análise e interpretação dos resultados.

Este trabalho de mestrado termina com uma conclusão sobre os resultados obtidos e breves sugestões de melhoria.

Capítulo I - As Relações Públicas

1.1. Definição do conceito de Relações Públicas

A missão de descobrir uma definição ímpar para o conceito de Relações Públicas na sua essência, foi particularmente dificultada pelo facto desta disciplina reunir um conjunto amplo de áreas, dificultando a delimitação do seu alcance e da área de atuação (White & Mazur, 1996).

É em 1906 que Yvy Lee, um dos pioneiros das Relações Públicas, publica a Declaração de Princípios para as Relações com a Imprensa, resultante da gestão de crise de uma greve de operadores de uma mina de carvão nos Estados Unidos da América (Broom & Sha, 2013). Esta declaração influenciou profundamente o surgimento do comunicado de imprensa ou *Press Realease* e a evolução das Relações Públicas: “Em resumo, o nosso plano é, franca e abertamente, em nome de empresas e instituições públicas, fornecer à imprensa e ao público dos Estados Unidos informações rápidas e precisas sobre assuntos que são de valor e de interesse para o público saber” (Lee, 1906).

Os princípios das Relações Públicas foram claros desde cedo: a veracidade do que é comunicado, o rigor, a transparência e o preservar o interesse do público, garantindo assim uma mediação entre as empresas ou instituições públicas e os seus públicos (Broom & Sha, 2013).

Rex Harlow encontrou 472 definições diferentes entre 1900 e 1976, partindo destas definições concebeu a sua própria definição de Relações Públicas: “As relações públicas são uma distinta função de gestão que ajudam a estabelecer e a manter linhas mútuas de comunicação e compreensão, aceitação e cooperação entre uma organização e o seu público (...)” (Harlow, 1976, p.36).

Esta função envolve a gestão de problemas, crises ou questões, ajudando os gestores de topo a manterem-se informados e sensíveis à opinião pública. As Relações Públicas definem e enfatizam a importância e a responsabilidade da administração servir o interesse público; ajuda a gestão a acompanhar e a utilizar eficazmente a mudança, sendo como um sistema de alerta precoce para ajudar a antecipar tendências e possíveis crises, utilizando como principais ferramentas a pesquisa e técnicas de comunicação ética (Harlow, 1976).

Antagonicamente a Harlow (1976), Grunig e Hunt (1984, p.6) definem as Relações Públicas como “A gestão da comunicação entre uma empresa e os seus públicos”. Na sua perspectiva existem

vários públicos que afetam e são afetados pela organização e não apenas por um único público. Esta definição promove diferenças na prática das RP consoante as características de cada um dos públicos, sendo necessária uma gestão cuidada da comunicação efetuada com cada um (Grunig, 1992). Na mesma linha de pensamento, Kitchen (1997) enumera cinco pontos chave, que fazem parte da definição deste conceito e que complementam a anterior: 1) As Relações Públicas encontram-se perto da gestão de topo e tratam da gestão da comunicação; 2) Fomentam relações mutuamente benéficas entre as empresas ou organizações e os seus públicos; 3) A comunicação tem um carácter bidirecional, onde existe uma resposta e um diálogo; 4) Existem vários públicos e não apenas um; 5) As relações e os seus efeitos são de efeito a longo prazo, dando prioridade à fomentação e gestão de relações longas e duradouras.

Na sua essência, as Relações Públicas influenciam, envolvem e constroem um relacionamento com as principais partes interessadas (*Stakeholders*)¹, através de vários meios e plataformas com o objetivo de moldar a perceção que estas têm de uma organização (Public Relations Society of America, s.d.). Todas estas definições contêm objetivos gerais, processos e tarefas que as RP desempenham numa organização, assumindo firmemente o papel de gestão. Para desempenhar este papel é necessário o profissional de RP desenvolver competências como, por exemplo, o pensamento estratégico e a capacidade de resolução de problemas (PRSA, s.d).

A definição mais atual de Relações Públicas é nos dada em 2012 pela *Public Relations Society of America*: “Relações públicas é um processo de comunicação estratégica que constrói relações mutuamente benéficas entre uma organização e os seus públicos.”

¹ Segundo Freeman (1984), é considerado *Stakeholder* qualquer individuo ou grupo que é afetado ou pode afetar a realização dos objetivos de uma organização. Dewey (1927) considera que Público é um conceito distinto, mas que está intrinsecamente relacionado com os *stakeholders*: trata-se de um grupo de indivíduos que enfrentam um problema em comum, reconhecem o problema e organizam-se para fazer algo a respeito. Portanto, os públicos são *stakeholders* ativos numa organização quando se organizam para solucionar o problema que têm em comum.

Quadro 1.1. Palavras-chave usadas nas definições que enquadram as relações públicas

Palavra-Chave	
Intencionalidade	Têm a intenção de influenciar, obter compreensão, fornecer informações e alcançar o <i>feedback</i> daqueles que são afetados pela ação. (Wilcox, Cameron & Reber, 2014)
Planeamento	A atividade de Relações Públicas é organizada e sistemática exigindo pesquisa e pensamento estratégico consoante a ação e o objetivo pretendido. (Wilcox, Cameron & Reber, 2014) Gestão e planeamento da comunicação consoante os vários públicos da organização (Grunig, 1992)
Interesse público	Apesar de haver um interesse e um objetivo por parte da organização, os interesses e as preocupações dos públicos são tidos em consideração nas tomadas de decisões da organização. (Wilcox, Cameron & Reber, 2014, p. 35)
Performance	As Relações Públicas eficazes baseiam-se em políticas e desempenho reais. As Relações Públicas não conseguirão conceber boa vontade e apoio se a organização tiver más políticas e não responder às preocupações do público. (Wilcox, Cameron & Reber, 2014)
Comunicação Bidirecional	As Relações Públicas comunicam a informação, mas também ouvem e dialogam com os diversos públicos. (Kitchen, 1997)
Função de Gestão	As Relações Públicas são mais eficazes quando são parte estratégica e integrante da tomada de decisões da administração de topo. As Relações Públicas prestam aconselhamento, soluções e gerem competições e conflitos. (Wilcox, Cameron & Reber, 2014)
Longo Prazo	As relações e os seus efeitos são de efeito a longo prazo, dando prioridade à fomentação e gestão de relações longas e duradouras. Fomentando a confiança e a boa perceção que têm da organização. (Kitchen, 1997)
Relações <i>win-win</i>	A atividade de Relações Públicas deve ser mediadora; centrando-se no alinhamento dos interesses próprios da organização com as preocupações e interesses dos públicos. Tem como objetivo uma

	relação em que ambas as partes são beneficiadas. (Wilcox, Cameron & Reber, 2014)
--	---

Fonte: Quadro adaptado de Wilcox, Cameron e Reber (2014, p. 35)

Ao observarmos as mutações que este conceito tem sofrido, conseguimos identificar que a maioria das definições referem o relacionamento entre os públicos e a organização, mas que em definições mais completas e recentes, considera-se as Relações Públicas um instrumento de gestão estratégica que fomenta relações benéficas, tanto para a organização, como para os públicos. É fundamental definir a atividade e função das RP de forma precisa e clara. Sousa (2003) mostra-nos que muitos confundem as RP com as táticas e atividades que estas empregam no exercer das suas funções. Por exemplo, confundir publicidade com relações públicas, apesar de a publicidade ser uma estratégia para atingir um fim, é apenas uma ferramenta e não significa o mesmo que relações públicas. Assim, sendo as RP multifacetadas, existe a necessidade de delimitarmos a atividade, especialmente perante o senso comum e as organizações para que não haja equívocos.

1.1.1. Existem sinónimos para o conceito de Relações Públicas?

Existem conceitos - como o conceito de Comunicação Organizacional, de Comunicação Institucional e de Comunicação Corporativa - que são frequentemente usados de forma análoga ao conceito de RP para referir uma mesma atividade profissional ou área disciplinar. Neste sentido, torna-se pertinente para este trabalho, que façamos a distinção de RP em relação a estas caracterizações.

Como nos mostram Tench e Yeomans (2006), não existe diferença teórica entre o conceito de Comunicação Institucional/ Corporativa e o conceito de Relações Públicas. À medida que o termo Relações Públicas se torna sinónimo de conceitos de 'spin', propaganda e mentira corporativa, alguns praticantes e académicos sentiram a necessidade de se colocarem em concordância com uma abordagem mais estratégica às RP (Grunig & Hunt, 1984). Portanto, os profissionais começaram a utilizar termos como “gestão de reputação e relacionamento”, “comunicação com os *stakeholders*” e “comunicação corporativa” para se desassociar do *spin doctor*². Tench e Yeomans (2006) consideram as RP como uma visão estratégica, conferindo a esta

² Consultores de Relações Públicas, investigadores e consultores de media que desenvolvem mensagens enganosas, na base de uma propaganda manipuladora, podem ser referidos como "*spin doctors*".

função o poder de contribuir para o cumprimento da missão da organização e principalmente influenciar o processo de tomada de decisão da mesma.

Com a mesma linha de pensamento, Wilcox, Cameron e Reber (2014) defendem que:

O uso de comunicação corporativa é baseado, em parte, na crença de que o termo é mais abrangente do que relações públicas, que muitas vezes é erroneamente percebido como apenas relações com os media. A comunicação corporativa, (...)abrange todas as comunicações da empresa, incluindo a publicidade, as comunicações de marketing, *public affairs*, as relações com a comunidade e a comunicação com os funcionários (p. 35).

Contrariamente a este sinónimo de RP, encontra-se o conceito de Comunicação Organizacional que tem vindo a ser definido na literatura como a comunicação que ocorre no seio da organização:

A definição mais simples de comunicação organizacional é a de que se trata da comunicação que ocorre dentro das organizações, mas esta definição não é muito esclarecedora. A comunicação é geralmente definida como um processo pelo qual as pessoas, agindo juntas, criam, sustentam e gerem significados por meio do uso de sinais e símbolos verbais e não verbais dentro de um contexto particular. (Conrad & Poole, 2012, p. 5).

Também Jablin e Putnam (2004) defendem que é possível a existência de três focos para conceptualizar a Comunicação Organizacional: 1) O desenvolvimento da comunicação organizacional pode ser considerada uma especialidade em departamentos de comunicação e associações de comunicação; 2) O destaque da comunicação como um fenómeno que existe dentro das organizações; 3) Pensar a comunicação no seu seio como uma forma de descrever e explicar as organizações.

De uma forma genérica, a Comunicação Institucional caracteriza-se por efetuar a gestão dos interesses e necessidades dos diversos *stakeholders* e da própria instituição, e a Comunicação Organizacional foca-se nos assuntos e na comunicação da organização.

Eiró-Gomes e Nunes (2013), discutem as diferentes denominações e abordagens utilizadas para descrever as Relações Públicas, como "Comunicação Organizacional", "Comunicação

Uma tática padrão usada é reformular ou modificar a perceção de um problema ou evento para reduzir qualquer impacto negativo que possa ter na opinião pública (Valentini, 2016).

Institucional" e "Comunicação Corporativa". As autoras defendem que, apesar das variações terminológicas, todas as designações convergem para uma mesma realidade: a gestão estratégica da comunicação entre uma organização e os seus diversos públicos (Eiró-Gomes & Nunes, 2013). Esta perspetiva coloca o foco na relevância do diálogo contínuo e transparente, essencial para a construção de confiança, prevenção de crises e o fortalecimento da reputação das instituições (Eiró-Gomes & Nunes, 2013). Eiró-Gomes (2013) e a sua colega destacam que, embora as Relações Públicas envolvam a promoção e a defesa de uma imagem e reputação, o seu objetivo intrínseco é criar e manter relações sustentáveis e benéficas para todas as partes envolvidas

Prout (1997) sustenta que, os profissionais de Relações Públicas têm de estar preparados para trabalhar em cinco grandes campos: o aconselhamento aos gestores de topo; o serviço de comunicar; a investigação e a análise de assuntos públicos; os programas de ação de Relações Públicas; e a integração de todas as funções de comunicação. Só assim é possível atingirem os objetivos da organização e cumprirem a sua função estratégica.

1.2. Áreas de atuação das Relações Públicas

Os profissionais de RP atuam conforme as áreas de intervenção em que estão inseridos, que vão ao encontro das políticas definidas pela organização, com o propósito de atingir os seus objetivos (Sousa, 2003). São muitos os autores que enumeram as principais responsabilidades de um departamento de RP de uma organização.

Quadro 1.2. As principais áreas de atuação das Relações Públicas

Autores	Áreas de atuação das Relações Públicas
(White J., & Mazur, L.,1996)	<ul style="list-style-type: none"> ● Comunicação Corporativa ● Gestão de Problemas ● Publicidade do produto ● Relações com Investidores ● Comunicação Financeira ● <i>Lobbying</i> ● <i>Public Affairs</i> ● Relações com os media ● Assuntos Comunitários ● Gestão de crise ● Gestão de eventos

	<ul style="list-style-type: none"> ● Patrocínios ● Uma gama de funções que alimentam todas estas
(Tench, R., & Yeomans, L., 2006).	<ul style="list-style-type: none"> ● Publicidade ● Propaganda ● Assessoria de Imprensa ● <i>Public Affairs</i> ● Gestão de Problemas ● <i>Lobbying</i> ● Relações com Investidores ● Desenvolvimento
(Public Relations Society of America, s.d.)	<ul style="list-style-type: none"> ● Comunicação Corporativa ● Comunicações de Crise ● Comunicações Executivas ● Comunicações Internas ● Comunicações de Relações com Investidores ● Comunicações de Marketing ● Marketing Integrado/Comunicações Integradas de Marketing ● Relações com os Media ● Criação de Conteúdo ● Eventos ● Redes Sociais ● Multimédia ● Gestão de Reputação ● Redação de discursos ● Jornalismo de Marca
(Wilcox, Cameron, & Reber, 2014)	<ul style="list-style-type: none"> ● Comunicação de Marketing ● Investigação ● Comunicação de crise ● Relações com os Media ● Relações com a comunidade

	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestão de Eventos ● Comunicação Corporativa ● Relações financeiras
<p>(Eiró-Gomes, 2017)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Comunicação Institucional ● Comunicação Interna / Relações com os colaboradores ● Gestão de Assuntos ● Gestão de crises ● Relações com as comunidades ● Relações com os Investidores ● Relações com o governo e assuntos públicos (lobbying) ● Relações com os meios de comunicação social ● Relações com os consumidores ● Responsabilidade social corporativa ● Patrocínios ● Advocacy ● Comunicação para a Mudança social / comunicação no interesse público / desenvolvimento.

Fonte: Quadro elaborado por autoria própria com base na compilação de Nunes (2011, p.43).

O quadro 1.2 contém a síntese daquelas que são consideradas as principais áreas de atuação das Relações Públicas, que abrangem diversas atividades estratégicas fundamentais para o desenvolvimento das organizações. Entre estas áreas, destacam-se a assessoria de imprensa, a gestão de crises, a comunicação interna e externa, a gestão da reputação e a promoção de eventos institucionais (Kunsch, 2003). Além disso, as Relações Públicas desempenham um papel central na construção de relações benéficas e duradouras com os *stakeholders*, promovendo o diálogo e a confiança entre todas as partes (Eiró-Gomes, 2013). As áreas de atuação, apresentados neste quadro, reforçam a importância das Relações Públicas como um elo crucial entre uma organização, o ambiente envolvente e todos os seus *stakeholders*.

1.3. As Relações Públicas e a Comunicação para a Saúde

1.3.1. Relações Públicas enquanto função estratégica

As Relações Públicas, enquanto função estratégica, podem ser implementadas e desenvolvidas em todas as organizações, independentemente do setor em que se inserem. A importância da gestão das relações com os públicos-alvo, da análise e tomada de decisão estratégica encontra-se explícita numa organização pública, numa organização que visa o lucro ou numa organização do Terceiro Setor (Nunes, 2016).

As RP são um elemento fulcral nos processos de tomada de decisão dentro de uma organização, sendo responsáveis por: assinalar e analisar situações que afetam ou podem vir a afetar a organização, desenhar, planear e gerir a melhor estratégia de ação. O profissional de RP é, por isso, mais do que um mero técnico, é um gestor e um estratega (Broom & Sha, 2013; Dozier et al., 2001; Tench & Yeomans, 2006; White & Mazur, 1996).

Quando falamos em “estratégia de ação”, os autores referem-se a planos de ação e comunicação estratégicos que ajudarão a alcançar os objetivos propostos pelos gestores e administradores de topo da organização.

Anne Gregory (2010) defende que o planeamento é algo fulcral na função de gestão estratégica desenvolvida pelas RP. É necessário planear, projetar e implementar os programas e atividades de comunicação para cumprir as prioridades organizacionais; é importante aconselhar a gestão de topo e desenvolver diferentes tipos de campanhas consoante as características do grupo de *stakeholders* envolvidos, como por exemplo, “(...) programas de marketing social para mudança de comportamento (por exemplo, obesidade infantil), campanhas de comunicação de massa para disseminação de informações (por exemplo, mudanças na data em que as declarações fiscais devem ser feitas), fomentar o envolvimento de forma personalizada e individual (por exemplo, com reguladores ou principais parceiros) (...)” (Gregory, 2010, p.15); gerir os interesses dos públicos e da organização, garantindo o cumprimento das responsabilidades para com cada público e com a sociedade; desenvolver a pesquisa, implementação e avaliação contínua de programas de ação e comunicação, procurando a compreensão e compromisso de cada *stakeholder* (Public Relations Society of America, s.d.).

Figura 1.2. Processo de Relações Públicas em quatro etapas



Fonte: Broom e Sha (2013, p. 264), redesenhado e traduzido por Garcia (2020, p.74).

Gregory (2010) vai de encontro aos quatro passos que Broom e Sha (2013) (Figura 1.2) apresentam para um planeamento estratégico: 1) analisar a situação/ definir o problema; 2) planear e programar; 3) agir/ comunicar; 4) avaliar o programa. Este processo é algo imprescindível e trata-se de um processo cíclico que encontra-se em constante mudança, o plano pode sofrer alterações e melhorias para que os objetivos sejam atingidos com sucesso. Conhecendo as funções estratégicas de um profissional de RP e as etapas de um planeamento estratégico, podemos verificar que o papel das RP na gestão estratégica de uma organização é fundamental. Estas são um contributo para a sociedade, sobretudo por terem o poder de construir estratégias que estimulem a mudança de conhecimentos, atitudes e comportamentos dos públicos-alvo e consequentemente da sociedade no geral (Eiró-Gomes, 2017).

1.3.2. Conceito de Comunicação para a Saúde

Antes de uma análise do conceito de “Comunicação para a Saúde”, é importante refletirmos, mesmo que de forma sucinta, no significado literal das palavras Comunicação e Saúde, estando consciente de que possa ser uma abordagem, de certa forma redutora, pelo facto de existirem inúmeras definições, em particular para o termo Comunicação.

A palavra Comunicação deriva do latim *communicare*, que significa «dividir alguma coisa com alguém», no dicionário português *online* da Porto Editora (s.d.) a palavra Comunicação é assim definida:

1)” ato ou efeito de comunicar”; 2) “troca de informação entre indivíduos através da fala, da escrita, de um código comum ou do próprio comportamento”; 3) “o facto de comunicar e de estabelecer uma relação com algo ou alguém; relação; correspondência” (...).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) (1986), a saúde é “um estado de completo bem-estar físico, social e mental, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”. A OMS (1986) explica que no contexto da promoção da saúde, esta tem sido considerada mais como um meio para um fim, ou seja, um recurso que permite aos indivíduos desenvolverem uma vida individual, social e economicamente produtiva- “É um conceito positivo que enfatiza os recursos sociais e pessoais, bem como as capacidades físicas” (WHO, 1986).

A comunicação, neste sentido, desempenha um papel completo na prestação de cuidados de saúde e na promoção da saúde (Thomas, 2005).

Hoje, a saúde é considerada pela OMS como um direito humano fundamental e, naturalmente, “todas as pessoas devem ter acesso a recursos básicos para a saúde” (1998, p.1). Um entendimento abrangente de saúde implica que todos os sistemas e estruturas que interferem nas condições sociais e económicas, bem como no ambiente físico, devem ser levados em consideração em relação ao impacto que têm na saúde e no bem-estar individual e coletivo (WHO, 1998, p.1)

Neste sentido, tratando-se de uma comunicação que é para a saúde, a informação que é transmitida é fulcral na adoção de comportamentos saudáveis, bem como, na proteção do ambiente social em que o indivíduo está inserido (Ruão et al., 2012). Estando perante o conceito de comunicação para a saúde, estamos perante um processo de desenvolvimento e disseminação de mensagens para públicos específicos, com o objetivo de afetar e influenciar os seus conhecimentos, as suas atitudes e crenças (Hornik et al., 1999) em prol da melhoria do estado de saúde individual e das populações (WHO, 1998). Schiavo (2014) entende o conceito de Comunicação para a Saúde como:

A comunicação para a saúde é um campo multifacetado e multidisciplinar de pesquisa, teoria e prática. Preocupa-se em alcançar diferentes populações e grupos para trocar informações, ideias e métodos relacionados à saúde, a fim de influenciar, envolver, capacitar e apoiar indivíduos, comunidades, profissionais de saúde, pacientes, formuladores de políticas, organizações, grupos especiais e o público, para que eles defendam, introduzam, adotem ou sustentem um comportamento, prática ou política de saúde ou social que, em última análise, melhorará os resultados individuais, comunitários e de saúde pública (Schiavo, 2014, p.9).

Segundo Thomas (2005), a comunicação para a saúde abrange o estudo e o uso de estratégias de comunicação para informar e influenciar conhecimentos, atitudes e práticas individuais e comunitárias em relação à saúde e aos cuidados de saúde a ter. Esta comunicação pode ocorrer em diferentes níveis: individual, grupal ou organizacional; comunitário e social (Thomas, 2005).

Os progressos nos meios de comunicação, particularmente nos meios multimédia e nas novas tecnologias de informação, contribuem para a missão de aperfeiçoar o acesso à informação sobre saúde e de a fazer chegar ao maior número de pessoas possível (WHO, 1998). Com as tecnologias digitais é possível atingir os públicos-alvo, personalizar mensagens e envolver as pessoas em trocas interativas e contínuas sobre saúde. À medida que as abordagens sobre a saúde, com base na população, se tornaram mais comuns, o papel da comunicação para a saúde cresceu. Esta comunicação está implícita em diversas atividades, como interações médico-paciente, aulas, aulas de autoajuda, grupos, correspondências, linhas diretas, campanhas em meios de comunicação de massa e eventos (Health Communication Unit, 2006, citado por Schiavo, 2014, p.8).

Não só as novas tecnologias, os media e as comunicações de massa assumem o vínculo de comunicar para a saúde, também os meios tradicionais e específicos de cada cultura podem ser utilizados para comunicar para a saúde, como por exemplo: contar histórias, peças de teatro, espetáculos e canções (WHO,1998). Ratzan et al. (1994) definem comunicação para a saúde:

A arte e a técnica de informar, influenciar e motivar audiências individuais, institucionais e públicas sobre importantes questões de saúde. O seu objetivo inclui a prevenção de doenças, promoção da saúde, política de saúde e negócios, bem como melhoria da qualidade de vida e a saúde dos indivíduos dentro da comunidade” (Ratzan et al., 1994, p. 361).

O termo “Prevenção”, é aqui um conceito-chave centrado na comunidade, que desloca a atenção do indivíduo para a mudança e enfatiza o empoderamento dos indivíduos e das comunidades para efetuar mudanças a vários níveis (Thomas, 2005). A comunicação para a saúde na área dos diabetes *mellitus*, é um bom exemplo deste termo, esta encontra-se muito centrada na prevenção dos diabetes *mellitus* tipo II e na adoção de hábitos e práticas saudáveis por parte dos indivíduos. Este tipo de comunicação, centra-se num grupo específico de indivíduos que já possuem fatores de risco, como por exemplo: obesidade, a idade, os hábitos alimentares desequilibrados, o sedentarismo e a hipertensão arterial (Controlar a Diabetes, 2021b).

O'Sullivan et al. (2003) defende que uma estratégia de comunicação eficaz e consistente, deve ser baseada numa visão ampla do que é preciso alcançar para abordar um determinado problema de saúde:

A estratégia deve ser integrada, ter um foco de longo prazo, deve responder às necessidades individuais de mudança de comportamento e deve maximizar o potencial de mudança em um nível social mais amplo. (...) Uma combinação de ciência, fatos, visão, adesão das partes interessadas e participação do público é essencial para o sucesso (O'Sullivan et al., 2003, p.15).

A comunicação para a saúde é, portanto, a análise e a utilização de estratégias de comunicação que irão informar, e por sua vez, influenciar as decisões dos indivíduos e da comunidade, com o propósito de melhorar a saúde (Parvanta & Bass, 2020). Uma comunicação que deve estar assente numa troca bidirecional de informações, desenvolvendo sentimentos mútuos de simpatia e de compreensão entre a entidade e o público-alvo (Schiavo,2014). Parrot e Kreuter (2011) abordam a importância da pesquisa em comunicação para a saúde e que esta deve ser interdisciplinar. A pesquisa interdisciplinar impõe que o tema saúde seja tratado de uma forma colaborativa, em equipa, onde diferentes disciplinas trabalham em conjunto para: planear, implementar e validar esforços para melhorar a saúde individual e pública (Parrot & Kreuter, 2011). Já o indivíduo assume um papel fulcral para realizar uma mudança comportamental e social na área da saúde, uma vez que são os comportamentos individuais que vão, em cadeia e a longo prazo, ajustar as informações que um grupo recebe, geralmente através de um líder de opinião (Thomas, 2005).

Segundo Thomas (2005), a sociedade exerce bastante influência no comportamento de cada indivíduo, bem como, normas e valores, atitudes e opiniões, leis e políticas. E quantos mais níveis um plano de comunicação abranger, maior será a probabilidade de atingir o seu objetivo primário: a mudança desejada. A comunicação para saúde é influenciada por diferentes disciplinas e abordagens teóricas, indo ao encontro da interdisciplinaridade que Parrot e Kreuter (2011) defendem.

Para Arkin et al. (s.d.), a comunicação para a saúde deve-se basear em teorias e modelos que ofereçam diferentes perspetivas sobre o público-alvo e sobre as etapas que o podem influenciar e levar à mudança. Nenhuma teoria domina totalmente a comunicação para a saúde porque os problemas de saúde, as populações, as culturas e os contextos variam. Normalmente muitos programas de comunicação têm maior impacto porque combinam teorias e modelos. Apesar de as

teorias não poderem substituir o planeamento estratégico e a pesquisa eficaz, estas oferecem muitos benefícios para o desenvolvimento de programas de comunicação para a saúde.

1.3.3. Conceito de Literacia em Saúde

Para definir o conceito de literacia em saúde, e para compreender o seu significado é fundamental, definir primeiramente os conceitos de literacia e de saúde.

A literacia é entendida, pela UNESCO (*United Nations Educational Scientific and Cultural Organization*), como “a capacidade de identificar, compreender, interpretar, criar, comunicar e calcular, utilizando materiais impressos e escritos associados a vários contextos.” (UNESCO 2005, p. 21). Implica um processo educativo constante que capacita as pessoas a atingirem os seus objetivos, aprimorarem os seus conhecimentos e habilidades, e contribuírem de maneira completa para a comunidade e sociedade em geral (UNESCO, 2005).

Desta forma, é possível interpretar a literacia como um conceito abrangente que engloba não apenas a habilidade de ler, escrever e interpretar, mas também inclui a participação ativa e o empoderamento dos indivíduos. Permitindo assim, que expandam os seus conhecimentos e competências, mas também que se tornem agentes ativos na sociedade em que estão inseridos. Já o conceito de Saúde é definido na Constituição da OMS (1948) como “um estado de completo bem-estar físico, social e mental, e não apenas ausência de doença ou enfermidade.”

A OMS reconhece a saúde como um direito essencial de todos os seres humanos. Portanto, é fundamental que todos tenham acesso aos recursos básicos necessários para manter uma vida saudável. A promoção da saúde destaca a importância da saúde como um recurso para uma vida produtiva em todos os aspetos - individual, social e económico. A Carta de *Ottawa* destaca que a saúde não deve ser vista como um fim em si mesma, mas sim como um meio para viver plenamente. Este conceito positivo enfatiza os recursos sociais, pessoais e físicos que contribuem para a saúde. Além disso, a Carta de *Ottawa* ressalta a importância de certos pré-requisitos para a saúde, como paz, recursos económicos adequados, alimentação, habitação, educação e justiça social, bem como um ambiente sustentável.

É essencial compreender que a saúde está intrinsecamente ligada às condições sociais e económicas, ao meio ambiente físico e social, aos comportamentos e habilidades individuais. Uma abordagem holística da saúde requer que todos os sistemas e estruturas considerem o impacto de suas ações na saúde e bem-estar das pessoas. Atualmente, também se deve considerar a saúde do planeta, o que é conhecido como “Saúde Planetária” (WHO, 2021, p.3). Para Nutbeam (2009), o

termo literacia em saúde tem um significado distinto de literacia. Na perspectiva do âmbito da saúde, a literacia pode ser interpretada como:

O conjunto de crenças e conhecimentos sobre as diferentes doenças que permitem o seu reconhecimento e prevenção ao nível comunitário, mas também como a capacidade que temos de individualmente compreendermos e agirmos de acordo com as propostas e prescrições dos agentes da saúde – da nossa população. (Eiró-Gomes & Atouguia, 2012, p. 107).

Nutbeam, em 2000, propôs uma classificação que delinea três níveis distintos de literacia em saúde. Em primeiro lugar, o nível funcional que abrange as habilidades básicas de leitura e escrita necessárias para compreender e interpretar documentos, como por exemplo receitas médicas, regulamentos, bulas e diretrizes. Este encontra-se diretamente relacionado com a área da informação, incluindo a transmissão de conhecimentos factuais sobre os riscos de saúde e a utilização dos serviços de saúde. Os benefícios deste primeiro nível incluem, individualmente, o aumento da compreensão de questões sobre saúde e o acesso aos serviços de saúde, e, em termos coletivos, a uma maior participação da comunidade em programas de saúde (pp. 263-264).

O segundo nível, o nível de literacia comunicativa/interativa requer competências cognitivas e sociais mais avançadas, que permitem ao indivíduo participar em várias atividades, compreender diferentes formas de comunicação e aplicá-las no quotidiano. Em termos individuais, pode resultar numa melhoria na capacidade de agir mais conscientemente e com conhecimento, tendo uma maior motivação e confiança em si mesmo. A nível comunitário, pode significar um aumento na capacidade de influenciar normas sociais e de envolver-se em grupos sociais, relacionando-se neste sentido, com o conceito de *advocacy*³ (Nutbeam, 2000).

No terceiro nível, a literacia crítica para a saúde consiste na capacidade de analisar de forma crítica a informação relacionada com a saúde é essencial para garantir o controlo em diversas

³ *Advocacy* é uma “combinação de ações individuais e sociais projetadas para obter o comprometimento político, apoio de políticas, aceitação social e apoio de sistemas para um objetivo ou programa de saúde específico” (WHO, 1992, p.2). A *World Health Organization* (1992) define *Advocacy* como uma das principais formas de promover a saúde, podendo ser realizada por indivíduos ou por grupos. O objetivo desta prática é promover mudanças em políticas e ações públicas ou privadas que afetam a saúde, em qualquer setor e em qualquer nível. A defesa da saúde pode ser feita através de diversas estratégias, como o uso de medias digitais e de massa, comunicação política direta, persuasão, lobby, mobilização comunitária, bem como, por meio da formação de coalizões em torno de questões específicas.

situações. Está por isso, diretamente ligado à autonomia e empoderamento dos indivíduos. A nível pessoal, pode resultar numa maior capacidade de resistir a adversidades económicas e sociais, enquanto a nível comunitário, pode levar a uma maior capacidade de influenciar os determinantes económicos e sociais da saúde, bem como a capacitação geral da comunidade. Para enfrentar os desafios de saúde que possam surgir, a literacia crítica para a saúde é essencial para que cada indivíduo possa tomar decisões informadas sobre a sua própria saúde e bem-estar, contribuindo assim para uma sociedade mais saudável e resiliente (Nutbeam, 2000). Efetivamente, quanto mais literacia em saúde um indivíduo tiver, mais apto estará a envolver-se em ações preventivas, a entender a necessidade de identificar precocemente possíveis doenças, a utilizar os serviços de saúde de forma mais eficaz e a seguir com mais rigor qualquer plano de tratamento (Parvanta & Bass, 2020). As consequências de baixos níveis de literacia em saúde não se restringem apenas a afetar o indivíduo em si, mas também têm impacto em diferentes áreas como a demográfica, a sociopolítica, a psicossocial e a cultural.

Numa conjuntura ideal, os indivíduos teriam competências avançadas de literacia em saúde, sendo capazes de procurar informações relevantes, entender os fatores que influenciam a sua saúde e tomar decisões bem informadas para si mesmos, as suas famílias e comunidades. Neste sentido, seria possível terem comportamentos mais preventivos e saudáveis, com um maior senso de responsabilidade e de conhecimento sobre a importância de lutar pelos seus direitos (Edwards, Wood, Davies, & Edwards, 2012; Nutbeam, 2008; Pleasant, 2011; Sørensen et al., 2012; Zarcadoolas et al., 2005). Como nota ilustrativa e complementar, Nielsen-Bohlman e restantes autores (2004) destacam as competências necessárias para promover a saúde e prevenir doenças:

1) Respeitar e ler as orientações para a realização de exercícios físicos; 2) Ler, interpretar e fazer escolhas informadas com base nas informações presentes nos rótulos de fármacos e alimentos; 3) Procurar informações relacionadas com a saúde em periódicos, livros ou na internet.

A determinação do significado de literacia em saúde ainda é uma dificuldade, para os diversos académicos que estudam esta área, devido “às diversas habilidades e aplicações que estão a ser identificadas como essenciais para ser considerado 'letrado' em relação à própria saúde.” (Berkman et al., 2010, p.12). No entanto, estes propõem uma definição para a literacia em saúde com base numa análise da literatura e em entrevistas com um grupo de especialistas: “o grau em que os indivíduos podem obter, processar, compreender e comunicar sobre as necessidades de informação relacionada com a saúde para tomar decisões de saúde informadas” (Berkman et al., 2010, p.16).

Os académicos e autores, adicionaram a esta definição, a capacidade de comunicar, de modo a adquirir, analisar e compreender informações sobre saúde, argumentando que as habilidades de comunicação oral (ouvir e falar) são essenciais para a literacia em saúde.

De acordo com a análise bibliográfica sobre este conceito, é possível perceber que a comunicação é vista como parte fundamental de vários modelos conceituais de literacia em saúde. Vários autores como Nutbeam (2000;2008), Zarcadolas et al. (2005), Mancuso (2008), Manganello (2008) e Sørensen et al. (2012), incluem a comunicação ou a informação como um elemento essencial, atributo ou capacidade crucial para a literacia em saúde. Para analisar a comunicação para a saúde, foi desenvolvido um modelo composto por quatro domínios centrais (Zarcadoolas et al., 2005) que podemos considerar úteis:

- 1) Literacia fundamental que contempla saber ler, escrever, falar, saber calcular;
- 2) Literacia científica, que consiste em ter conhecimento dos conceitos básicos da ciência, a capacidade de compreender a complexidade técnica, domínio da tecnologia e consciência da incerteza presente na ciência;
- 3) Literacia Civil, conjunto de habilidades e talentos que capacitam indivíduos a estarem conscientes das questões públicas e a participarem ativamente de discussões críticas sobre essas questões, de modo a contribuírem para o processo de tomada de decisão. A literacia civil inclui a literacia mediática, que é considerada por Bello (2014) uma aptidão necessária para o empoderamento dos indivíduos. O autor (2014) considera que devido à constante explosão de informação e da saturação dos *media*, é necessário que os indivíduos tenham competências para desconstruir conteúdos mediáticos para que tenham a possibilidade de potenciar o seu uso.
- 4) Literacia Cultural, comporta a habilidade e as aptidões para reconhecer, assimilar e colocar em prática as tradições, crenças, pontos de vista e modo de vida de pessoas ou comunidades.

Segundo Mancuso (2008) a aquisição de literacia em saúde, passa por um processo que evolui ao longo da vida do indivíduo, tendo como base componentes como a capacidade, a compreensão e a comunicação que se encontram interligados. A expressão "capacidade" abarca não só a habilidade natural do sujeito, mas também as suas competências. A capacidade de um sujeito em relação à literacia em saúde é influenciada pela educação obtida, e a sua adequação é impactada pela tradição, idioma e particularidades dos ambientes relacionados com a saúde (Nielsen-Bohlman et al., 2004, p.32).

Para Mancuso (2008) a “compreensão” é um processo particularmente complexo que se apoia na interação eficiente da racionalidade, da expressão e da vivência, que se torna essencial para a interpretação precisa de uma multiplicidade de dados disponibilizados, como orientações detalhadas, formulários de autorização, materiais educativos para o doente e instruções sobre medicamentos. Já o termo “comunicação”, para esta autora (2008), consiste no entrelaçamento com o conhecimento e com a capacidade contextual e cultural e é, por conseguinte, um processo fundamental. As táticas de comunicação devem considerar, conforme Mancuso (2008), o ambiente, o contexto cultural e a linguagem.

Na mesma linha de pensamento, Jennifer Manganello (2008) apresentou uma proposta, voltada para os jovens adolescentes, que abrange os veículos de comunicação em massa como uma ferramenta para adquirir conhecimento e informação sobre a saúde. Para Manganello (2008) os jovens e jovens adolescentes podem apresentar menor uma conexão com o sistema de cuidados médicos e despesas médicas mais reduzidas do que os indivíduos adultos, no entanto, estão cada vez mais comprometidos e empenhados com os seus cuidados de saúde, em especial aqueles que sofrem de patologias crônicas.

Estes são, inclusive, utilizadores frequentes de plataformas digitais e de outras tecnologias para a obtenção de informações relacionadas com a saúde.

No ano de 2012, mais recentemente, Sørensen e os seus colegas desenvolveram um quadro que contempla os conceitos de promoção da saúde, prevenção de doenças e cuidados de saúde como pilares fundamentais. De acordo com este quadro, existem quatro competências necessárias para alcançar níveis satisfatórios de literacia em saúde: 1) adquirir acesso a informações pertinentes sobre saúde; 2) compreender a informação relevante sobre saúde; 3) ter capacidade para interpretar os dados sobre saúde e avaliar/decidir sobre a sua relevância; e 4) aplicar e utilizar a informação importante sobre saúde para tomar decisões que visem manter ou melhorar a saúde (Quadro 1.3).

Quadro 1.3. Dimensões da literacia em saúde aplicadas aos três domínios da saúde.

	Acesso/Obtenção de informação	Compreensão da informação	Avaliação da informação	Aplicação/utilização da informação
Cuidados de Saúde	Capacidade para aceder a informação sobre assuntos médicos e clínicos.	Capacidade para compreender informação médica e derivar o seu significado.	Capacidade para interpretar e avaliar informação médica.	Capacidade para tomar decisões informadas sobre assuntos médicos.
Prevenção da Doença	Capacidade para aceder a informação sobre os fatores de risco para a saúde.	Capacidade para compreender informação sobre os fatores de risco e derivar o seu significado.	Capacidade para interpretar e avaliar informação sobre os fatores de risco para a saúde.	Capacidade para tomar decisões informadas sobre os fatores de risco para a saúde.
Promoção da Saúde	Capacidade para se atualizar sobre os determinantes da saúde no seu ambiente físico e social.	Capacidade para compreender informação sobre determinantes da saúde no seu ambiente físico e social e derivar o seu significado.	Capacidade para interpretar e avaliar informação sobre determinantes da saúde no seu ambiente físico e social.	Capacidade para tomar decisões informadas sobre os determinantes da saúde no seu ambiente físico e social.

Fonte: Traduzido e adaptado de Sørensen e restantes autores (2012, p. 10).

Neste sentido, podemos concluir que quanto maior for o nível de literacia em saúde de um indivíduo, mais apto estará para envolver-se em iniciativas preventivas, compreender a relevância da deteção precoce de enfermidades, utilizar os recursos de saúde de maneira eficaz e aderir integralmente a um plano terapêutico (Parvanta & Bass, 2020).

Melhorar os conceitos que envolvem a saúde e melhorar os níveis de literacia em saúde possibilitará igualmente a redução das disparidades, evitando que os indivíduos mais suscetíveis, como idosos, pessoas com deficiência e com menor grau de instrução, sejam excluídos do acesso à informação e da obtenção de capacidades valiosas sobre saúde (Kickbusch et al., 2006). Complementando esta lógica de pensamento, Eiró-Gomes e Atouguia (2012) defendem que, possuir literacia em saúde é um sinónimo de “poder”:

Poder para prevenir a doença, poder para procurar apoios, poder para esclarecer dúvidas, poder para ter ao seu dispor as ferramentas necessárias para o início de um processo de mudança. Se não houver conhecimento, e mais do que isso, se não houver um elevado nível de literacia em saúde, a população (ou indivíduo enquanto cidadão autónomo) não saberá como prevenir – se de uma doença, como apoiar o seu tratamento, como procurar que apoios e ajudas estão disponíveis, entre outros aspetos. (p. 107)

Assim, ao investir na constante evolução da literacia saúde, por meio de ações colaborativas na área da comunicação para a saúde, é possível conduzir a população para uma transformação no que diz respeito aos seus conhecimentos, posturas e ações (Schiavo, 2014). Contudo, a literacia em saúde não pode ser entendida como uma obrigação ou responsabilidade apenas a nível individual. Compete aos especialistas que comunicam sobre a área da saúde e para a saúde, assegurar que os indivíduos tenham acesso, compreensão e posse de dados para que possam tomar decisões acertadas e zelar pela sua saúde (Parvanta & Bass, 2020).

Em concordância, Brach e os seus colegas (2012) argumentam igualmente, que a literacia em saúde não é exclusivamente uma responsabilidade dos indivíduos, destacando dez qualidades que podem promover a literacia em saúde nas instituições de saúde. Estas incluem a criação, divulgação e avaliação de materiais de fácil compreensão e que incentivem à ação, seja em formato impresso, audiovisual ou através das redes sociais. Brach (2017) define uma organização de saúde literada como aquela que facilita a orientação, entendimento e utilização da informação e serviços para promover o cuidado com a saúde (Brach, 2017, p. 203).

Neste contexto, é viável afirmar que a adoção de iniciativas de intervenção visando a melhoria da literacia em saúde, integradas numa estratégia eficaz de comunicação, têm o potencial de favorecer os indivíduos com baixa competência neste domínio, além de auxiliar na promoção da saúde e na prevenção de doenças. A literacia em saúde pode ser vista igualmente como um fator decisivo, um intermediário e um regulador da saúde, representando uma das principais vias de acesso da população à melhoria das condições de saúde (Arriaga et al., 2021).

A avaliação da literacia em saúde surge, portanto, como o ponto de partida essencial para a elaboração de estratégias de intervenção visando aprimorar os níveis de literacia em saúde e o bem-estar da comunidade, além de sustentar a formulação de políticas de saúde adaptadas às necessidades específicas da população (Pelikan et al., 2020). O *Health Literacy Survey*⁴ (HLS19)

⁴ A população estudada consistiu em residentes em Portugal Continental, com idade igual ou superior a 16 anos, com número de telefone fixo ou telemóvel. A amostra para este estudo resultou de um total de 1.247 casos válidos composta por 643 (52%) mulheres e 604 (48%) homens, com média de idade de 46

do ano de 2019 sugere que Portugal tem vindo a melhorar os níveis de literacia comparativamente a anos anteriores. O estudo indica uma predominância de participantes que demonstram níveis superiores de literacia em saúde (70%) - correspondendo às categorias de “suficiente” e “excelente” - do que níveis baixos (30%) - correspondendo a categorias de “problemático” ou “inadequado” (Arriaga et al., 2021, p.9).

Relativamente às três dimensões da literacia em saúde como a “Promoção da Saúde”, “Prevenção da Doença” e “Cuidados de Saúde”, verificou-se que os indivíduos aparentam uma maior capacidade de compreender e assimilar informações relacionadas à promoção da saúde, apresentando níveis mais elevados (80,5%) de literacia em saúde. Contudo, a dimensão que diz respeito à prevenção da doença é onde estão refletidos os menores níveis de literacia (60,3%). No que diz respeito às competências específicas da literacia em saúde: “Aceder”, “Compreender”, “Avaliar” e “Aplicar”, os portugueses apresentam níveis altos de literacia no que diz respeito à compreensão da informação (77.8%) e em contraste, níveis baixos no que diz respeito à avaliação da informação (65.9%). Nos três módulos adicionais sobre literacia em saúde, podemos verificar que os níveis de “Literacia Digital em Saúde” são medianos (47.3%), enquanto que os indivíduos aparentam apresentar maior facilidade em processar informação relativa à vacinação (71,2%). É notória uma grande dificuldade por parte desta população em aceder à informação sobre como navegar no sistema nacional de saúde apresentando um nível de literacia de cerca de 34.5% (Arriaga, 2021, p.10-12). Após a análise dos resultados, Arriaga e os seus colegas (2021) concluíram que estes resultados, derivados de uma amostra representativa da população

anos e com o ensino secundário como o grau de educação mais frequente (31%) e empregados à data da entrevista (55%) (Arriaga et. al, 2021, p.8).

A recolha de dados para este inquérito foi efectuada de acordo com o formato de Entrevistas Telefónicas Assistidas por Computador (CATI), entre dezembro de 2020 e janeiro de 2021. ”A versão Portuguesa do novo questionário de Literacia em Saúde (HLS19) foi utilizada, juntamente com os módulos opcionais sobre Literacia em Saúde digital, navegação no sistema de saúde e Literacia em Saúde de vacinação. Após a tradução para português, a versão final do HLS19 foi avaliada e adaptada por especialistas em saúde, académicos, e participantes de diferentes níveis sociodemográficos em dois grupos focais. A versão curta da HLS19 é constituída por 12 itens (HLS-Q12)”. (Arriaga et. al, 2021, p.8).

portuguesa, indicam que cerca de sete pessoas, em cada dez, demonstram elevados índices de literacia em saúde. Com o intuito de uma melhoria constante, a Direção-Geral da Saúde (DGS) lançou o Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023-2030 (Arriaga et al., 2023)⁵. Os objetivos prioritários passam pela melhoria dos conhecimentos e competências da população portuguesa sobre a saúde, visando promover a prevenção de doenças, evitar fatores de risco, capacitar para a utilização adequada dos serviços de saúde e promover o bem-estar.

Capítulo II: Diabetes *Mellitus* - A Epidemia do Século XXI

2.1. Introdução ao conceito de diabetes *mellitus*

A diabetes *mellitus* é uma doença crónica, de diversas etiologias, que descreve um grupo de distúrbios metabólicos- de hidratos de carbono, gorduras e proteínas - caracterizados e danificados pela concentração elevada de glicose no sangue, ou seja, por hiperglicemia (IDF, 2021; World Health Organization, 2019).

A hiperglicemia ocorre quando existem falhas graves na secreção de insulina, ação da insulina ou ambas (WHO, 2019). A insulina é uma hormona produzida pelo pâncreas que transporta a glicose existente nos alimentos para as células do corpo, onde toda a glicose é convertida em energia necessária para o funcionamento adequado dos músculos e dos tecidos. Assim, quando existe a impossibilidade ou um défice de absorção da glicose, esta continua a circular pelo corpo danificando os vários órgãos ao longo do tempo (IDF, 2021).

Existem dois tipos de complicações diabéticas severas: as complicações macrovasculares e as complicações microvasculares. As complicações microvasculares severas - que envolvem os pequenos vasos sanguíneos, como os vasos capilares - podem afetar vários órgãos do corpo humano, nomeadamente os rins, os pés e os olhos (retinopatia diabética). As complicações macrovasculares - que envolvem os grandes vasos, como por exemplo as veias e artérias- podem conduzir ao enfarte agudo miocárdio (EAM) e ao acidente vascular cerebral (AVC) (DGS, 2023; Cade, 2008).

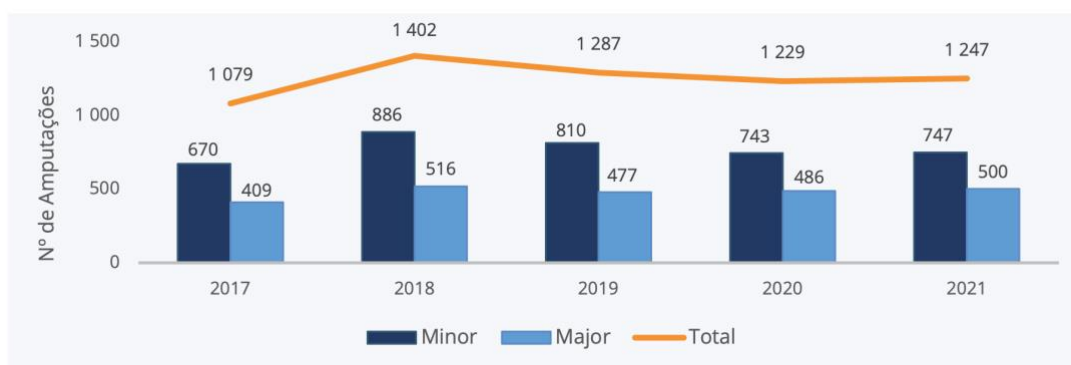
Relativamente à doença renal crónica, esta é uma das complicações a longo prazo mais grave, que num estado avançado pode levar à necessidade de substituição da função renal, através de diálise ou de transplante renal (DGS, 2023). Sabe-se que em 2021, 33, 2% das pessoas com insuficiência renal crónica sofriam de diabetes⁶. Também no ano de 2021, segundo o Relatório Anual de Acessos a Cuidados de Saúde nos Estabelecimentos do SNS e Entidades Convencionadas (2021), em Portugal continental existiam aproximadamente 7023 casos de retinopatia diabética diagnosticados.

A retinopatia diabética, é também uma das complicações graves da diabetes, que em casos mais complexos, leva à cegueira total ou parcial (DGS, 2023). As complicações do pé diabético, se não iniciam tratamento a tempo, podem evoluir para amputações. Existem as amputações *minor*

⁶ fonte: Direção Geral da Saúde (2023). Programa Nacional para a Diabetes: Desafios e Estratégias.

que significam parte do pé, ou *major* que abrange uma área mais extensa como a nível da coxa, perna ou tornozelo (DGS, 2023). Foi possível verificar que o número de amputações de membros inferiores em Portugal aumentou ligeiramente no ano de 2021, apesar deste valor se manter inferior ao verificado no ano de 2019, o valor de amputações *major* aumentou (Figura 2.1).

Figura 2.1. Evolução do número de amputações por pé diabético | 2017-2021



Fonte: BDMH/ACSS, 2023. Método de pesquisa em BDMH: ICD9-CM DP: 249.-, 250.-; ICD9-PCS: 84.1-84.19; ICD 10-CM DP: E08.-, E09.-, E10.-, E11.-, E12.-, E13.-; ICD10-PCS: 0Y6M0Z0, 0Y6M0Z4, 0Y6M0Z5, 0Y6M0Z6, 0Y6M0Z7, 0Y6M0Z8, 0Y6M0Z9, 0Y6M0ZB, 0Y6M0ZC, 0Y6M0ZD, 0Y6M0ZF, 0Y6N0Z0, 0Y6N0Z4, 0Y6N0Z5, 0Y6N0Z6, 0Y6N0Z7, 0Y6N0Z8, 0Y6N0Z9, 0Y6N0ZB, 0Y6N0ZC, 0Y6N0ZD, 0Y6N0ZF, 0Y6P0Z0, 0Y6P0Z1, 0Y6P0Z2, 0Y6P0Z3, 0Y6Q0Z0, 0Y6Q0Z1, 0Y6Q0Z2, 0Y6Q0Z3, 0Y6R0Z0, 0Y6R0Z1, 0Y6R0Z2, 0Y6R0Z3, 0Y6S0Z0, 0Y6S0Z1, 0Y6S0Z2, 0Y6S0Z3, 0Y6T0Z0, 0Y6T0Z1, 0Y6T0Z2, 0Y6T0Z3, 0Y6U0Z0, 0Y6U0Z1, 0Y6U0Z2, 0Y6U0Z3, 0Y6V0Z0, 0Y6V0Z1, 0Y6V0Z2, 0Y6V0Z3, 0Y6W0Z0, 0Y6W0Z1, 0Y6W0Z2, 0Y6W0Z3, 0Y6X0Z0, 0Y6X0Z1, 0Y6X0Z2, 0Y6X0Z3, 0Y6Y0Z0, 0Y6Y0Z1, 0Y6Y0Z2, 0Y6Y0Z3, 0Y6Z0ZZ, 0Y630ZZ, 0Y640ZZ, 0Y670ZZ, 0Y680ZZ, 0Y6F0ZZ, 0Y6G0ZZ, 0Y6C0Z1, 0Y6C0Z2, 0Y6C0Z3, 0Y6D0Z1, 0Y6D0Z2, 0Y6D0Z3, 0Y6H0Z1, 0Y6H0Z2, 0Y6H0Z3, 0Y6J0Z1, 0Y6J0Z2, 0Y6J0Z3

Fonte: Programa Nacional para a Diabetes: Desafios e Estratégias. Direção Geral de Saúde (2023, p. 40)

As doenças cardiovasculares são um fator para o aumento da mortalidade nos doentes com diabetes e são uma importante causa de morbilidade (DGS, 2023). Foi registado no ano de 2021 que cerca de 27,9 %, dos indivíduos que sofreram de EAM eram também diabéticos, um valor que expressa uma diminuição acentuada comparativamente ao ano de 2019 em que 30,1% das pessoas que sofreram de enfarte agudo do miocárdio eram diabéticas. Em 2022, houve o registo de 883 074 pessoas com diabetes *mellitus*, em Portugal Continental, verificando-se assim, um número crescente de pessoas identificadas com diabetes, relativamente aos anos anteriores (DGS, 2023, p.18). Segundo o comité de prática profissional da *American Diabetes Association* (2022), a diabetes pode ser classificada em quatro categorias gerais (Quadro 2.1.).

Quadro 2.1. Categorias gerais de classificação da diabetes *mellitus*

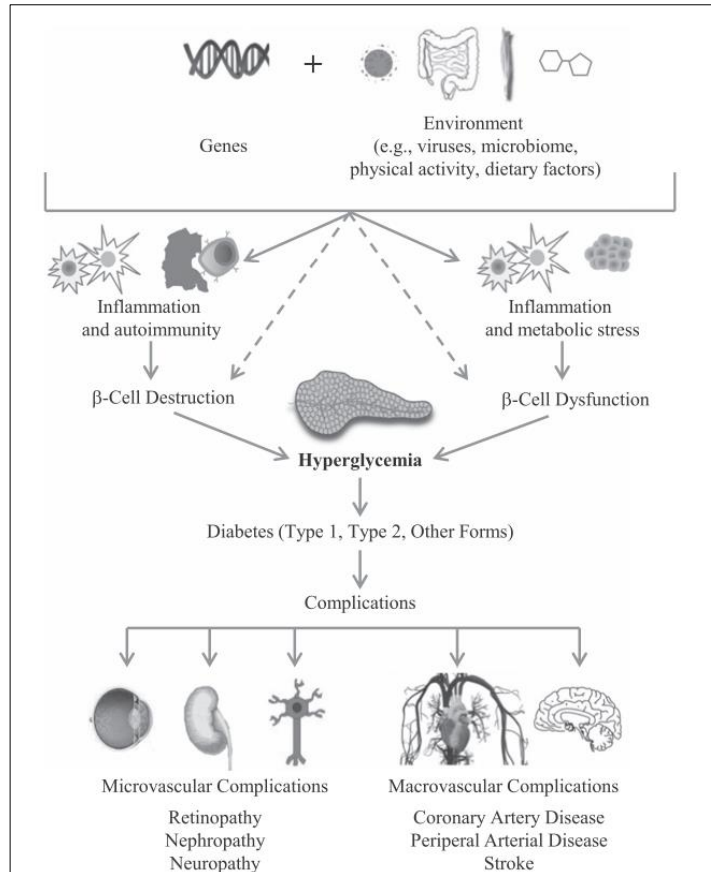
Diabetes Mellitus Tipo I (DM1)	Geralmente leva à deficiência absoluta de insulina, incluindo diabetes autoimune latente da idade adulta
Diabetes Mellitus Tipo II (DM2)	Perda progressiva de uma secreção adequada de insulina - frequentemente no contexto de resistência à insulina
Hiperglicemia detetada durante a gravidez	Diabetes gestacional e Diabetes na gravidez
Tipos específicos de diabetes	Diabetes monogénico; Doenças do pâncreas exócrino; Diabetes induzido por drogas ou produtos químicos

Fonte: Quadro elaborado por autoria própria com base no conteúdo da *American Diabetes Association* (2022) e *World Health Organization* (2019)

2.2. Os diferentes tipos de diabetes *mellitus*

A diabetes *mellitus* tipo I é uma doença autoimune, caracterizada pela perda progressiva de células β - células pancreáticas - que acaba por culminar na interrupção de produção de insulina e desencadear um desequilíbrio metabólico grave (Miculis et al., 2010). Em suma, as causas deste processo autodestrutivo não são totalmente conhecidas e compreendidas, mas uma justificação hipotética é que a combinação de suscetibilidade genética - atribuída a um grande número de genes - e um gatilho do ambiente externo, como uma infeção viral, pode iniciar o processo de uma reação autoimune (IDF,2021) (figura 2.2).

Figura 2.2. Processo da diabetes *mellitus* no corpo humano



Fonte: Skyler e colegas (2017, p.242)

A diabetes *mellitus* tipo I é maioritariamente diagnosticada em crianças e adolescentes, sendo uma das doenças mais comuns na infância (IDF, 2021) e cada vez mais prevalente na adolescência, o que significa que na maioria das situações o diagnóstico e o tratamento refletem-se num grande impacto emocional nestes doentes (Aguiar & Fonte, 2007).

De acordo com o comité de prática profissional da *American Diabetes Association* (2022) a classificação do tipo de diabetes é importante, para definir rapidamente o tratamento adequado a cada pessoa, embora haja o caso de pessoas com diabetes não poderem ser claramente classificados de imediato com diabetes *mellitus* tipo I ou tipo II a quando o diagnóstico. Os padrões tradicionais de diabetes tipo II - com incidência apenas em adultos - e diabetes tipo I - apenas em crianças - não são sempre os mais precisos, pois os dois tipos podem ocorrer em ambas as faixas etárias.

A diabetes *mellitus* tipo II ou DM2, é caracterizada pela resistência à insulina (figura 3), juntamente com uma deficiência relativa na produção de insulina. Por outras palavras, o organismo produz insulina, mas não a suficiente para ultrapassar a resistência a esta hormona. Devido a esta resistência à insulina, e a seu tempo, a hormona torna-se menos eficaz, levando a uma produção insuficiente de insulina, como falha das células β pancreáticas para responder à demanda. Ao

contrário da DM1, normalmente, estes doentes não necessitam de insulina para sobreviver, mas sim, para controlar o nível da glicemia, após um longo período de tempo (Holt et al., 2017; IDF, 2021).

A diabetes tipo II é o tipo mais comum de diabetes, representando mais de 90% de todos os diabetes em todo o mundo (IDF,2021). É um problema de saúde global, com maiores proporções em países com rendimento médio-baixo, que tem evoluído drasticamente devido às rápidas mudanças culturais, económicas e sociais. O envelhecimento da população, a urbanização crescente e não planejada, as mudanças na alimentação - como aumento do consumo de alimentos altamente processados e bebidas açucaradas - a obesidade e a redução atividade física são fatores perentórios para o desenvolvimento desta patologia.

Em suma, o estilo de vida dos indivíduos e os padrões de comportamento pouco saudáveis, incluindo a desnutrição fetal e aumento da exposição fetal à hiperglicemia durante a gravidez, são fatores evitáveis para que se trave este número crescente e a mortalidade por diabetes *mellitus* (WHO,2019).

Em 2013, a WHO atualizou sua definição de 1999 e critérios diagnósticos para hiperglicemia testada pela primeira vez na gravidez. A nova classificação inclui duas categorias de hiperglicemia quando reconhecida pela primeira vez na gravidez (WHO, 2019, P.13). Sendo que uma delas é a diabetes gestacional que surge na gestante em que os indicadores clínicos são mais próximos de uma diabetes *mellitus* tipo I ou diabetes *mellitus* tipo II, e permanece após o parto. A outra categoria é a diabetes na gravidez, em que a hiperglicemia ocorre no primeiro ou segundo trimestre de gestação, mas acaba por haver uma remissão após o parto (López Stewart, 2014). Estima-se que a maioria (75%–90%) dos casos de hiperglicemia durante a gestação seja diabetes na gravidez (ADA,2022).

Para além da diabetes *mellitus*, existem tipos específicos de diabetes com inúmeras etiologias:

- 1) A etiologia da **diabetes monogénica**, como o nome indica, resulta de um único gene, que uma vez envolvido, é a condição necessária para causar a doença, contrariamente ao que é observado na diabetes *mellitus* tipo I e diabetes *mellitus* tipo II (Moreno et al., 2012). A organização mundial de saúde (2019), caracteriza a diabetes monogénica em dois tipos. Em primeiro lugar os *defeitos monogénicos da função das células β* , causados por mutações genéticas específicas - requerendo tratamento diferenciado e adequado - que ocorrem algumas no período neonatal e outras no início da idade adulta. Em segundo lugar os *defeitos monogénicos na ação da insulina*, causado também por mutações genéticas muito específicas e que apresenta uma grave resistência à insulina, na ausência de

obesidade, sendo desenvolvida uma diabetes quando as células β não compensam a resistência à hormona (WHO, 2019).

- 2) **Diabetes em consequência de doenças do pâncreas exócrino** inclui várias condições que afetam o pâncreas e que causam a hiperglicemia, tais como a pancreatite, uma infecção, cancro pancreático e pancreatectomia (IDF, 2021).
- 3) **Diabetes devido a doenças endócrinas** tais como o Síndrome de *Cushing*⁷, que causam secreção anormal e excessiva de hormonas que anulam a insulina (WHO,2019; IDF,2021).
- 4) **Diabetes induzida por consumo de drogas e/ou produtos químicos de drogas** que interferem e interrompem a secreção ou a ação da insulina (WHO,2019).
- 5) **Diabetes causada por infecção viral** que é amplamente associada à destruição das células β (IDF,2021).
- 6) **Formas específicas incomuns de diabetes mediada pelo sistema imunológico.** Estes distúrbios imunológicos são diferentes dos distúrbios que causam a diabetes *mellitus* tipo I (WHO,2019; IDF, 2021).
- 7) **Outros Síndromes genéticos que por vezes estão ligados à diabetes**, como por exemplo Síndrome de Down⁸ e Ataxia de Friedreich⁹ (IDF,2021).

Quando não existe uma categoria de diagnóstico clara, ou seja, não se enquadra claramente numa categoria são caracterizadas como diabetes não classificados ou como Novos Tipos de diabetes embora seja uma classificação meramente temporária (WHO,2019).

⁷ Excesso de produção de cortisol pela supra renal por ação de uma hormona chamada ACTH. Esta é produzida pela hipófise, glândula que se situa na base do cérebro, atrás do nariz. Quando surge um adenoma nesta glândula, a produção de ACTH aumenta e podem surgir alterações físicas e psíquicas daí decorrentes (SPEDM, s.d).

⁸ “A síndrome de Down (SD) é um distúrbio cromossómico causado pela trissomia do cromossoma 21” (Breia et al., 2014, p.357).

⁹ “A Ataxia de Friedreich (AF) é uma doença neurodegenerativa progressiva de herança autossómica recessiva” (Castro & Duarte, 2013, p.303).

2.3. Diagnóstico da diabetes *mellitus*

Os sintomas característicos da diabetes são a sede, poliúria, visão turva e perda de peso involuntária, ocorrendo também infecções genitais - como por exemplo a candidíase - com bastante frequência. As demonstrações mais graves da doença podem ocorrer através da cetoacidose ou do estado hiperglicémico hiperosmolar, que pode levar a um estado de desidratação, de coma e na ausência de tratamento adequado, à morte. A cetoacidose diabética ocorre mais entre doentes com diabetes *mellitus* tipo I do que na diabetes *mellitus* tipo II (WHO, 2019; Kearney & Dang, 2007).

Num doente que apresente estes sintomas específicos - uma crise de hiperglicemia- o diagnóstico pode ser realizado, numa primeira avaliação, apenas através da medição da glicose plasmática que, em caso de diabetes *mellitus*, deverá ser superior ou igual a 200 mg/dl [11.1 mmol/L] (ADA, 2022, p.20). A Organização Mundial de Saúde (2019) recomenda quatro tipos de teste para diagnosticar a diabetes incluindo a medição de glicose plasmática em jejum; Glicose plasmática duas horas após um teste oral de tolerância a 75g de glicose; Análise de Hemoglobina Glicada (HbA1c)¹⁰; e uma medição de glicémia aleatória na presença de sinais e sintomas de diabetes (p.6).

Quadro 2.2. Parâmetros e valores de diagnóstico da diabetes

Glicémia em Jejum	≥ 126 mg/dL (ou $\geq 7,0$ mmol/L)
Hemoglobina glicada (HbA1c)	$\geq 6,5$ %
Sintomas clássicos + Glicémia ocasional	≥ 200 mg/dL (ou $\geq 11,1$ mmol/L)

¹⁰ “A hemoglobina é a principal proteína das nossas hemácias (glóbulos vermelhos). Quando a taxa de glicose no sangue encontra-se elevada, parte da hemoglobina começa a ligar-se a esse excesso de glicose circulante, transformando-se em hemoglobina glicada, ou seja, hemoglobina ligada à glicose. Como as hemácias têm uma vida de 3 a 4 meses, este é o tempo em que cada uma fica exposta a glicose no sangue, fazendo com que a hemoglobina glicada seja um espelho da glicemia média nos últimos 3 meses” (Pinheiro, 2022).

<p>Glicose plasmática duas horas após um teste oral de tolerância a 75g de glicose</p>	<p>≥ 200 mg/dL (ou ≥ 11,1 mmol/L)</p>
---	---------------------------------------

Fonte: Quadro elaborado por autoria própria com base nas recomendações da *World Health Organization* (2019, p.6)

Quando não há sintomas, o diagnóstico não deve ser efetuado com base apenas num valor anormal de glicémia em jejum ou de uma HbA1c ligeiramente elevada, devendo ser confirmado o diagnóstico numa segunda análise, após uma a duas semanas.

Em regra, se existir uma glicémia em jejum elevada juntamente com uma hemoglobina glicada fora dos parâmetros, o diagnóstico encontra-se comprovado (WHO,2019).

2.4. Tratamento da diabetes *mellitus*

Os objetivos do tratamento da diabetes *mellitus* variam com a sua especificidade e tipologia. Desde a década de 1990 que existe uma correlação, comprovada em estudos, entre um controlo glicémico que se aproximava do estado não diabético e a menor ocorrência de complicações crónicas ou o seu retardamento. Assim, o tratamento na diabetes *mellitus* tipo I baseia-se na insulinoaterapia e visa o desaparecimento dos sintomas associados, maximizar a qualidade de vida do doente e minimizar o risco de complicações futuras, incluindo a diminuição do risco para a mãe e para o feto durante a gestação. Desde então, que são utilizados esquemas terapêuticos que procuram reproduzir a secreção fisiológica de insulina, por meio de múltiplas doses de insulina ou pela infusão subcutânea continua de insulina (insulinoaterapia intensificada) (Hissa et al., 2001, p. 488).

A insulinoaterapia consiste na administração subcutânea de insulina. De forma a simular o funcionamento normal do organismo deverão ser administradas dois tipos de insulina no doente diabético. Primeiramente a administração de Insulina Basal, ou seja, de ação prolongada ou intermédia (1 ou 2 vezes por dia). Em simultâneo de Insulina Prandial, ou seja, de ação rápida ou curta, antes das refeições, de acordo com a glicemia capilar e a quantidade de hidratos de carbono a ingerir (Mehta & Wolfsdorf, 2010).

Esta gestão exige a elaboração de esquemas de insulina flexíveis que podem ser administrados por múltiplas injeções ou com bomba infusora de insulina. A autovigilância da glicémia é um elemento primordial da gestão da diabetes *mellitus* tipo I, pois fornece informação

rápida sobre os efeitos dos componentes diários nos valores da glicémia, isto é, dos efeitos das doses de insulina, das escolhas alimentares, do exercício físico e do stress (Neves et al., 2017). O ajuste constante destes componentes é fundamental para que não existam episódios de hiperglicemia ou de hipoglicémia.

Considera-se hipoglicémia quando os valores de glicose no sangue são inferiores a 70 mg/dL (3,9 mmol/L), pode ocorrer tanto em pessoas com diabetes *mellitus* tipo I, como em pessoas com diabetes *mellitus* tipo II. Esta abrupta diminuição de glicemia pode ocorrer a quando a prática de exercício físico se a dose medicamentosa ou os hidratos de carbono da refeição que antecede a atividade física, não for ajustada ao esforço que vai ser realizado pelo doente (ADA,2022).

Podemos concluir que no quotidiano de um diabético, existe constantemente a necessidade de equilíbrio e de atenção, a *American Diabetes Association* (2022) sugere, por exemplo, que antes de ser praticado exercício físico, haja uma diminuição de insulina (no caso de diabetes *mellitus* tipo I) ou um aumento de hidratos de carbono que compense o esforço físico.

O tratamento da diabetes *mellitus* tipo II ocorre por meio de mudança de comportamentos, e se necessário, com tratamento farmacológico e em última instância, recorrendo à administração de insulina como meio complementar. Existem vários medicamentos que ajudam na diminuição da glicose no sangue e que estimulam a secreção de insulina, melhorando a sensibilidade a esta hormona, para que o organismo a use de forma mais eficaz.

A terapia farmacológica deve ser dirigida por fatores estritamente individuais tendo em conta comorbilidades e objetivos de tratamento de cada indivíduo. A mudança comportamental é fulcral e consiste na prática de exercício físico, numa dieta equilibrada e pobre em açúcares, na perda de peso (se necessário) e numa monitorização diária da glicémia (ElSayed et al.,2023).

2.5. Gestão da diabetes *mellitus*

Para gerir a diabetes é importante que o doente conheça o seu próprio corpo e a sua reação a diferentes situações e fatores externos é fundamental para que, com um planeamento adequado, seja possível ter uma vida ativa (Novo Nordisk, sd.). Este planeamento e equilíbrio representa um desafio para o doente, bem como para os profissionais de saúde que o acompanham na adesão às prescrições médicas e conselhos sobre um estilo de vida saudável.

Neste sentido, a adesão não é só um meio para alcançar uma melhoria nos parâmetros clínicos, como o valor da HbA1c, a tensão arterial e o peso, mas também no aumento do bem-estar psicossocial, do empoderamento e do conhecimento dos doentes com diabetes (Bailey et al., 2011).

A *American Diabetes Association* (2022) recomenda que o diabético seja acompanhado por uma equipa multidisciplinar, e que esta atue com base numa comunicação centrada no doente, reforçando uma escuta ativa - para que haja uma avaliação de potenciais barreiras - salvaguardando

a qualidade de vida relativamente à saúde e o cumprimento do plano individual. Estas equipas são formadas por médicos, enfermeiros, podólogos, nutricionistas, oftalmologistas e psicólogos clínicos, que também colaborarão com muitos outros especialistas que podem ser incorporados à equipa consoante as necessidades de cada doente (Diabetes U.K., 2010). Ahmad e Joshi (2023), referem a importância do autocuidado para os doentes diabéticos, com o propósito de evitar complicações futuras e fomentar a motivação e o bem-estar individual.

Neste sentido, existem várias recomendações tais como, a) Frequentar as consultas e fazer os exames anuais; b) Cuidar dos pés: verificar frequentemente a pele, para que não exista feridas, usar meias sem costuras e calçado confortável, certificando-se que as unhas são aparadas em linha reta; c) Relatar todos os sintomas, como por exemplo, formigueiro e dormência; d) Uma boa prática de higiene oral com o objetivo de evitar gengivites e periodontites; e) Manutenção da saúde sexual: vigiar sintomas anómalos e sinais de infeções fúngicas; f) Confiar em círculos sociais: partilha sobre rotinas, dificuldades e desafios com os membros da família, cuidadores, amigos ou com um grupo de apoio; g) Redução do stress: Stress físico ou emocional pode tornar mais difícil o cumprimento de um plano de tratamento e pode deixar os doentes sem confiança ou desmotivados.

Existem fatores socioculturais e fatores individuais que influenciam a gestão da doença no dia-a-dia e a adesão às terapêuticas. Os fatores externos e sociais incluem o apoio social e familiar, a etnia do doente, e o impacto que a doença pode ter em pessoas mais próximas e importantes para o indivíduo, como por exemplo os pais ou os cônjuges; Os fatores individuais recaem sobre o stress, traços de ansiedade, negação da doença e dos riscos possíveis, depressão e crenças relativamente à saúde (Stephens et al., 2013).

Segundo o estudo “*Diabetes in the shadow of daily life: factors that make diabetes a marginal problem*” (Ågård et al., 2016), composto por uma amostra de 24 doentes com diabetes *mellitus* - maioritariamente DM2- no oeste da Suécia, todos eles indicam que de alguma forma a sua vida foi afetada pela diabetes no sentido, de que o seu dia-a-dia passou a ser obrigatoriamente mais estruturado e limitado. Todavia, foi revelado um padrão que aponta não sentir que a diabetes seja uma doença particularmente grave. Contrariamente, foi percecionada como uma questão menor na vida, algo que implica apenas certos problemas práticos, incluindo a necessidade de um maior foco na alimentação e na medicação.

Como local de inclusão, a escola deve oferecer a todas as crianças e jovens com diabetes *mellitus* as mesmas oportunidades que aos demais colegas, dispondo adicionalmente de condições e ferramentas necessárias para a gestão saudável e equilibrada da sua doença (SPEDP, 2021). Em Portugal, nos termos da alínea a) do n.º 2 do artigo 2.º do Decreto Regulamentar n.º 14/2012, de 26 de janeiro, a Direção-Geral da Saúde, por proposta do Programa Nacional de Saúde Escolar e do

Programa Nacional para a diabetes, em articulação com a Direção-Geral da Educação (2016) emitiu a Orientação “Crianças e Jovens com Diabetes *Mellitus* Tipo I na Escola”. Esta orientação formal contempla recomendações gerais e específicas para o acompanhamento e inclusão das crianças e jovens, que se complementam com a proposta de um Plano de Saúde Individual e um Plano de formação para as equipas de saúde escolar, para a comunidade escolar e para os elementos de referência da escola (docentes e não docentes indicados pela escola).

2.6. Prevenção da diabetes *mellitus*

Na prevenção da diabetes mellitus tipo II a *International Diabetes Federation* (IDF) foca-se na importância de detectar o quanto antes, os indivíduos que possuem risco acrescido de desenvolverem diabetes. Considera-se fatores de risco o excesso de peso ($IMC \geq 25$) e obesidade ($IMC \geq 30$); obesidade central ou visceral, $H \geq 94$ cm e $M \geq 80$ cm; Idade ≥ 45 anos se europeus e ≥ 35 anos se de outra origem/região do mundo; historial de diabetes na família, como familiares em primeiro grau; diabetes gestacional prévia; história de doença cardiovascular prévia; hipertensão arterial; colesterol elevado; consumo de fármacos que predisponha à diabetes (Alberti et al., 2007).

O Serviço Nacional de Saúde disponibiliza, na área pessoal do SNS24, uma ferramenta que consoante os critérios já mencionados calcula o risco de desenvolver diabetes tipo II. Já a Sociedade Portuguesa de Diabetologia possui um questionário que se encontra acessível a qualquer cidadão que possua ou não a aplicação do SNS24¹¹. Se existir o alto risco de desenvolver diabetes ou se o indivíduo for diagnosticado com pré-diabetes, deverá ser considerado a procura de orientação médica e de uma prevenção mais rígida e guiada.

Denomina-se pré-diabetes quando os níveis de glucose no sangue são mais altos do que o normal, mas ainda não são altos o suficiente para serem diagnosticados como diabetes tipo II ou tipo I (Controlar a Diabetes, 2021b).

A prevenção da diabetes mellitus tipo II centra-se na mudança de hábitos e de estilo de vida. A APDP (s.d) e o NIDDK (2016) recomendam como medidas de prevenção:

- 1) Adotar uma alimentação saudável: Escolhendo alimentos com menos gordura e açúcares, substituindo bebidas açucaradas por água. Para quem necessita de perder peso, alimentar-

¹¹ O questionário de avaliação de risco pode ser consultado no Anexo A

se em porções menores pode ajudar a uma melhor digestão e diminuição de calorias, tendo em consideração e incluindo todos os grupos alimentares;

- 2) Se o índice de massa corporal for elevado, perder peso é uma estratégia para prevenir a diabetes, bem como outras doenças;
- 3) Atividade física regular. O exercício físico tende a reduzir os níveis de açúcar no sangue, é aconselhado pelo menos 30 minutos de atividade física por dia;
- 4) Se o indivíduo for fumador, é aconselhado parar de fumar pois o tabaco pode contribuir para a resistência à insulina.

Capítulo III - Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal | Sociedade Portuguesa de Diabetologia

3.1. Caracterização do Terceiro Setor

Embora a disseminação do termo “Terceiro Setor” só se tenha iniciado no final dos anos 80, este ocupou um lugar de destaque tanto na agenda da política de direita quanto na política de esquerda (Alexander, 2010), e ainda hoje é tema de debate e de confronto de perspectivas. São vários os conceitos que na prática são utilizados como sinónimos de “Terceiro Setor”, dos quais Neto (2017) destaca a “Sociedade Civil”. Franco et al. (2005) nomeia outros sinónimos para identificar este s setor Organizações ou Instituições Sem Fins Lucrativos ou Não Lucrativas; Economia Social e/ou Solidária; Terceiro Sistema; Economia de Interesse Geral; Economia Popular; Economia Comunitária; Economia Alternativa; Setor das Organizações da Sociedade Civil. Neste sentido, podemos utilizar qualquer uma destas denominações para nos referirmos ao Terceiro Setor da economia.

Tal como a sua denominação, a definição deste setor da economia não é homogénea e encontra-se na mesa de debate, apresentando duas grandes correntes de pensamento e de política: a definição Norte-Americana e a definição Europeia. Estas são fundamentadas nas distintas compreensões do Terceiro Setor que em parte, são explanadas através da análise dos marcos legais específicos e das histórias das atividades do Terceiro Setor por país e região (Alexander, 2010). As duas perspectivas têm em comum o facto de não definirem o Terceiro Setor de forma independente e isolada. Por um lado, a perspectiva norte-americana define o Terceiro Setor em oposição ao setor do Estado e ao setor da Economia Privada. Por outro lado, a perspectiva europeia, apresenta uma criação híbrida do Terceiro Setor, como o resultado da junção dos outros dois (Nunes, 2016).

Alexander (2010) mostra-nos a definição mais comum do Terceiro Setor que assenta na sua característica própria de não integrar nenhum dos dois setores da economia:

O termo é utilizado para distinguir estas organizações dos outros dois setores da economia: o setor público (governo) e o setor privado (negócios) (NAO, 2009, p. 5).

Sendo que as receitas destas organizações são geralmente aplicadas em causas sociais, ambientais ou culturais e não para fins próprios e lucrativos. Os seus recursos humanos são em grande parte exercidos em regime de voluntariado e todas as ações são tomadas consoante a missão da organização (Alexander, 2010).

O Terceiro Setor contribui dinamicamente para a criação e manutenção da sociedade; para o desenvolvimento de empresas; para a implementação da responsabilidade social nas empresas;

para o fornecimento eficiente e eficaz de serviços públicos; para a promoção da inclusão social e a regeneração das comunidades e empresas; mas essencialmente contribui para a fomentação de responsabilidade e para uma cultura democrática (Osborne, 2008).

Em concordância com a sua definição e a sua denominação heterogénea, este setor também não é composto apenas por um único tipo de organizações, mas sim por uma panóplia alargada, com diferentes especificidades e objetivos de atuação (Nunes, 2016).

A Universidade Johns Hopkins concebeu uma Classificação Internacional para as Organizações do Terceiro Setor, baseando-se no já existente *International Standard Industrial Classification* (ISIC), utilizado frequentemente na maioria das estatísticas económicas internacionais:

Quadro 3.1. Classificação Internacional das Organizações do Terceiro Setor

Cód.	Área	Cód.	Área
1	Cultura e Lazer	7	Participação cívica e defesa de causas
2	Educação e Investigação	8	Intermediários Filantrópicos
3	Saúde	9	Internacional
4	Serviços Sociais	10	Congregações Religiosas
5	Ambiente	11	Empresariais e profissionais, Sindicatos
6	Desenvolvimento e Habitação	12	Outros

Fonte: Franco e colegas (2005, p.7)

Encontram-se aqui representadas dois tipos de funções: funções de *serviço* (como a educação e investigação, a saúde e os serviços sociais) assim como funções de *expressão* (que incluem participação cívica e advocacia; artes, cultura e lazer; protecção ambiental; e associações empresariais, sindicais e profissionais) (Franco et al., 2005).

Segundo Franco et al. (2005) a Classificação Internacional das Organizações do Terceiro Setor aplica-se à realidade portuguesa:

A definição estrutural-operacional do setor não lucrativo ou da sociedade civil demonstrou aplicar-se bem à realidade portuguesa. Consistente com esta definição, o sector da sociedade civil em Portugal tem uma conceção alargada, abarcando organizações prestadoras de serviços que suplementam ou complementam os serviços públicos nas áreas da

saúde, educação e serviços sociais, e organizações que oferecem mecanismos através dos quais os indivíduos se podem juntar de forma a fazerem face a necessidades da comunidade, participar na vida política, e perseguir interesses individuais e de grupo (Franco et al., 2005, p.8).

3.2. Terceiro Setor em Portugal

Em Portugal a Sociedade Civil surgiu há mais de mil anos, quando a monarquia e a igreja católica criaram algumas instituições de caridade. O Terceiro Setor em Portugal foi historicamente assinalado por quatro fatores: 1) A igreja católica; 2) O longo hábito de mutualidade e autoajuda entre os países; 3) A longa história de controlo político; 4) As últimas décadas de desenvolvimento. Todos estes fatores contribuíram para que existisse uma tensão entre a sociedade civil e o estado, fomentando a criação urgente destas organizações, mas em simultâneo restringindo a sua independência e o seu trabalho (Franco et al., 2005).

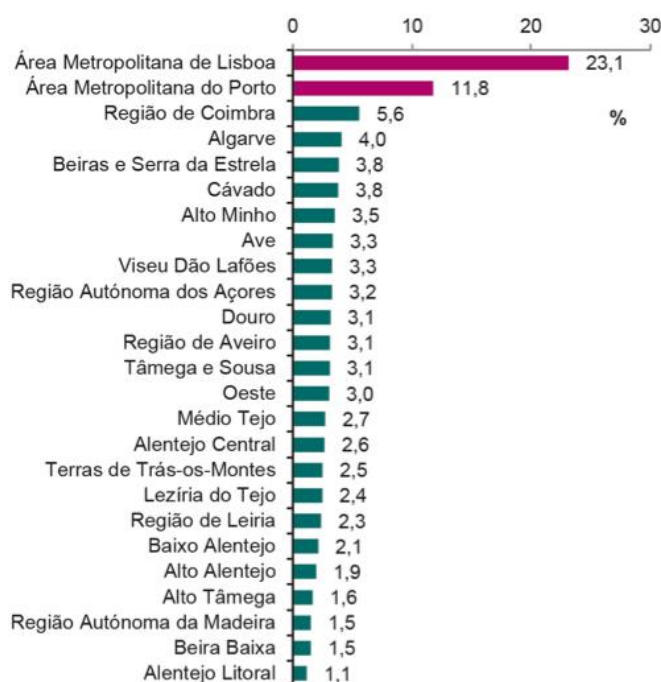
Segundo a Constituição da República Portuguesa encontram-se definidos três setores de propriedade dos meios de produção:

1. O setor público é constituído pelos meios de produção cujas propriedade e gestão pertencem ao Estado ou a outras entidades públicas.
2. O setor privado é constituído pelos meios de produção cuja propriedade ou gestão pertence a pessoas singulares ou coletivas privadas, sem prejuízo do disposto no número seguinte.
3. O setor cooperativo e social compreende especificamente:
 - a) Os meios de produção possuídos e geridos por cooperativas, em obediência aos princípios cooperativos, sem prejuízo das especificidades estabelecidas na lei para as cooperativas com participação pública, justificadas pela sua especial natureza;
 - b) Os meios de produção comunitários, possuídos e geridos por comunidades locais;
 - c) Os meios de produção objeto de exploração coletiva por trabalhadores;
 - d) Os meios de produção possuídos e geridos por pessoas coletivas, sem carácter lucrativo, que tenham como principal objetivo a solidariedade social, designadamente entidades de natureza mutualista (Constituição da República Portuguesa, 2005, Artigo 82.o).

3.2.1. As organizações do Terceiro Setor em Portugal

Os dados publicados na Conta Satélite da Economia Social (INE e CASES, 2019), indicam que em 2016 o universo da Economia Social em Portugal era composto por 71 mil 885 organizações, sendo que a maior concentração de unidades por NUTS III inclui a área metropolitana de Lisboa com 23,1% das organizações, a área metropolitana do Porto com 11,8% e a região de Coimbra com 5,6%.

Figura 3.1. Distribuição das unidades por NUTS III



Fonte: Instituto Nacional de Estatística e CASES, Cooperativa António Sérgio para a Economia Social (2019, p.32).

As organizações que constituem este setor cooperativo e social podem assumir igualmente diversas formas legais, de acordo com o artigo 4º da Lei nº 30/2013, de 8 de maio, da República Portuguesa, integram a economia social, desde que abrangidas pelo ordenamento jurídico português: a) As cooperativas; b) As associações mutualistas; c) As misericórdias; d) As fundações; e) As instituições particulares de solidariedade social não abrangidas pelas alíneas anteriores; f) As associações com fins altruísticos que atuem no âmbito cultural, recreativo, do desporto e do desenvolvimento local; g) As entidades abrangidas pelos subsectores comunitário e autogestionário, integrados nos termos da Constituição no setor cooperativo e social; h) Outras entidades dotadas de personalidade jurídica, que respeitem os princípios orientadores da economia

social previstos no artigo 5º da presente lei e constem da base de dados da economia social (Constituição da República Portuguesa, 2013, Artigo 4º da Lei nº 30).

Quadro 3.2. Termos utilizados nos documentos legais em Portugal

Denominação	Setor Cooperativo e Social	Associações + Fundações	Instituições Privadas sem Fins Lucrativos	Organizações sem fins lucrativos	Economia social	Associações sem fins lucrativos	IPSS
Diplomas Legais							
Constituição da República	X			Y (1)			Y (2)
Código Civil		X					
Estatuto de Utilidade Pública		X					
Estatuto das IPSS							Z
Código Cooperativo	X		X				
Código das Associações Mutualistas				X	X		Y
ONG para o Ambiente				Z		Z	
Estatuto das ONGD				Z			
Lei dos Museus				Z (3)			
Lei de Bases do Voluntariado					X		
Parcerias Público-Privadas				Y (4)			
Lei das Associações de Pessoas Deficientes				Z		Z	
Associações representativas das Famílias				Z		Z	
Outros diplomas específicos de associações						Z	

X – Denominação para a o sector como um todo; Y – Outras denominações usadas, mas num sentido mais restrito;

Z – Auto-denominações; 1) ... e de reconhecido interesse público, art.663; (2) art. 63;

(3) pode ter natureza pública ou privada, art.6. (4) natureza privada

Fonte: Traduzido e Adaptado de Franco (2005) por Nunes (2016)

Portugal não possui um enquadramento legal que se dedique em específico à totalidade do Terceiro Setor. Assim, existem em Portugal várias associações, com diversos enquadramentos legais, sob a forma de organizações sem fins lucrativos (Franco, 2005). Podemos verificar que os termos utilizados nos documentos legais assumem a utilização de diferentes denominações, algumas mais generalistas, outras mais específicas (Quadro 3.2).

As organizações que se podem enquadrar no setor da Sociedade Civil, tendo em conta os enquadramentos legais, detemos as Associações, Fundações, Instituições de Desenvolvimento Local, Misericórdias, Museus, Organizações Não- Governamentais para o Desenvolvimento, Associações mutualistas e Cooperativas e as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) (Neto, 207).

Figura 3.2. Distribuição dos principais indicadores por grupos de organizações (2016)



Fonte: Adaptado do Instituto Nacional de Estatística e CASES, Cooperativa António Sérgio para a Economia Social (2019).

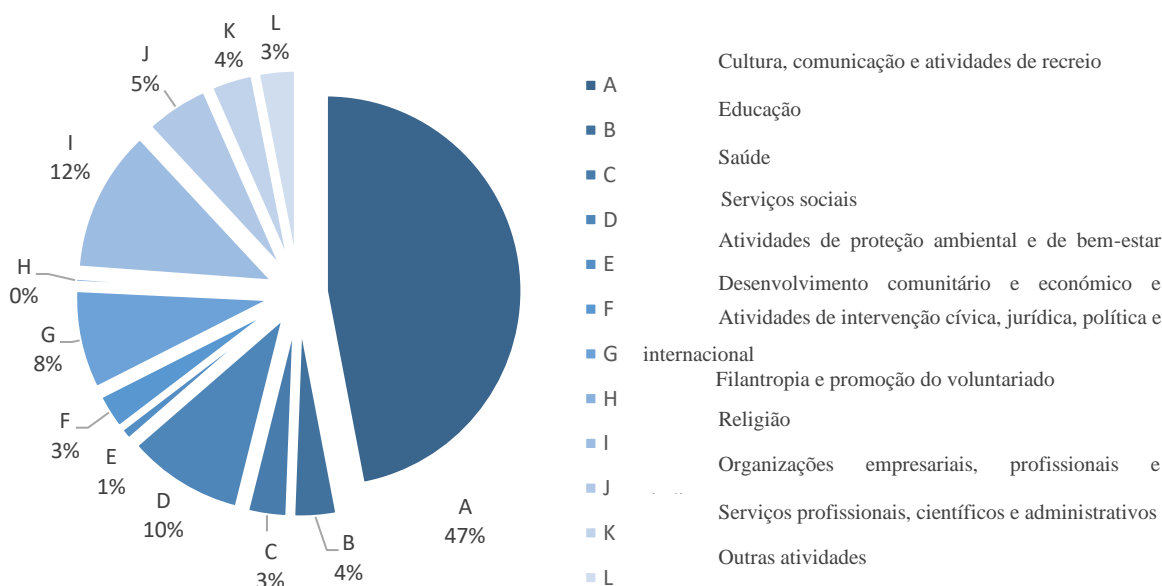
Na representação gráfica verificamos que as Associações com Fins Altruísticos (ACFA) e outras organizações da economia social, onde se incluem as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), são, de facto, a força mais expressiva, representando 92,9% do total das 71 885 organizações do Terceiro Setor que no ano de 2016 (Figura 3.2).

De seguida encontram-se em destaque as Cooperativas e os Subsetores Comunitário e Autogestionário (SCA) que completam o grupo dos três tipos de entidades mais expressivas da economia social portuguesa (Instituto Nacional de Estatística e CASES, 2019). Este setor da

Economia é caracterizado por uma forte diversidade, tanto em número, como no tipo de atividades desenvolvidas. Segundo o INE e CASES (2016) existem categorias que incluem um leque variado de atividades e que tornam mais fácil a categorização das atividades desenvolvidas pelas organizações do Terceiro Setor.

De acordo com a Conta Satélite da Economia Social de 2016, aproximadamente 47% das organizações da Economia Social em 2016 desenvolviam a sua atividade na área da cultura, desporto e recreio (ver figura 3.3), seguindo-se a atividade religiosa ocupando perto de 12% e o serviço social com 9,7%.

Figura 3.3. Organizações do Terceiro Setor por atividade no ano de 2016



Fonte: Adaptado do Instituto Nacional de Estatística e CASES, Cooperativa António Sérgio para a Economia Social (2019, p.31).

Em minoria encontram-se atividades como o desenvolvimento comunitário e económico e habitação (2,9%), atividade de proteção ambiental e de bem-estar animal (1%) e filantropia e promoção do voluntariado (0,4%).

3.2.2. As Organizações do Terceiro Setor na área dos diabetes em Portugal

As organizações de doentes são definidas como organizações sem fins lucrativos centradas no paciente e em que os pacientes e/ou cuidadores (estes últimos quando os pacientes são incapazes de representar eles próprios) representam a maioria dos membros nos órgãos sociais (European Medicines Agency, 2018, pp. 1-2).

Em Portugal são nove as principais associações ativas do Terceiro Setor na área dos diabetes (Quadro 3.3), sendo a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP), a organização que domina no território português. Para além destas organizações, existem outras pequenas associações locais pelo país, no entanto, não existem evidências de que continuem em funcionamento atualmente. Não possuem presença *online*, os seus websites estão inativos e os que possuem *blogs*¹² não são atualizados em média há mais de dez anos ou não se encontram igualmente ativos.

Quadro 3.3. Associações ativas do Terceiro Setor na área dos diabetes em Portugal

Associação de Diabéticos da Feira (ADF)	Localizada em Santa Maria da Feira, pretende apoiar pessoas com diabetes, pessoas em risco de diabetes, familiares e amigos.
Associação de Diabéticos do Minho (ADM)	Grupo de pessoas com diabetes e os seus familiares pertencentes ao concelho de Barcelos, que atualmente abrange associados de vários concelhos do Minho.
A Associação de Diabéticos do Concelho de Ovar (ADCO)	Localizada no concelho de Ovar, presta apoio aos doentes, aos seus familiares e cuidadores. Possui um núcleo de jovens diabéticos.
Associação de Diabéticos em Movimento (DiMov)	Associação de pessoas com diabetes sediada no Porto. Presta apoio essencialmente aos doentes e promove a prevenção da diabetes tipo II.
Diabéticos Todo o Terreno (DTT)	Está sediada no Hospital Pediátrico de Coimbra. Promove atividades formativas, recreativas e sociais orientadas para as crianças e jovens diabéticos, para as suas famílias e comunidades educativas.
Associação de Jovens Diabéticos de Portugal (AJDP)	Sediada em Lisboa, tem como objetivo prioritário organizar atividades para jovens diabéticos desmistificando a ideia de que a

¹² Como por exemplo a Associação dos Diabéticos Barreiro e Moita (ADBM).

	<p>diabetes é algo impeditivo para a sua vida.</p> <p>Pretende minimizar as situações de discriminação contra pessoas com diabetes e promover práticas saudáveis que permitam prevenir a diabetes tipo II.</p>
<p>Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP)</p>	<p>Fundada em 1926, sediada em Lisboa, é a associação de pessoas com diabetes mais antiga do mundo e atualmente a organização que chancela em todo o Portugal.</p>
<p>Associação Dos Diabéticos Alentejanos Diabentejo</p>	<p>Associação de pessoas com diabetes sediada em Évora, tem como objetivo principal contribuir para a aceitação da doença, por parte dos doentes.</p>
<p>Associação para o Estudo da Diabetes e Apoio ao Diabético do Algarve (AEDMADA)</p>	<p>Esta IPSS tem como objetivo prioritário o estudo da diabetes <i>mellitus</i> e o apoio social e humano ao doente diabético do Algarve.</p>

Fonte: Quadro elaborado por autoria própria. Controlar a Diabetes (2021a)

Assim sendo, procede-se neste trabalho a uma breve apresentação e caracterização da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP), selecionada para este estudo por ser a maior associação do país, bem como a que abrange a comunidade da cidade de Lisboa e arredores.

Bem como, uma breve apresentação e caracterização da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD), uma vez que, além de ambas serem as instituições portuguesas na área da diabetes com uma forte presença, a combinação destas duas entidades permite obter uma visão abrangente da comunicação efetuada na área da diabetes: a perspetiva de uma associação de doentes (APDP) e a perspetiva de uma associação de médicos (SPD). Esta abordagem possibilita uma análise do panorama comunicacional da diabetes em Portugal, considerando tanto os interesses da população quanto a visão científica e profissional dos especialistas na área.

3.3. Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal¹³

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal foi fundada em Lisboa a 13 de maio de 1926 pelo Doutor Ernesto Roma, fundador da Diabetologia Social, sendo a associação de pessoas com diabetes mais antiga do mundo. Legalmente, é considerada Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) destinada à luta contra a diabetes. Em conformidade com o Acordo de Cooperação entre a Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, I.P. e a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, a associação é:

Qualificada como uma Instituição de Interesse Superior Social (...) desde a sua fundação, que se encontra vocacionada para a prestação de cuidados de saúde na área da Diabetologia, tendo desde sempre prestado cuidados de saúde especializados e educação terapêutica às pessoas com diabetes de todo o país, sob orientação e inspeção dos serviços competentes do Ministério da Saúde (2017, p.1).

Os seus principais fins, dentro do seu objetivo prioritário de luta contra a diabetes e de acordo com os seus Estatutos (2017), estão assentes numa prestação de cuidados de saúde de caráter preventivo, curativo e de reabilitação; numa integração social e comunitária das pessoas com diabetes e a defesa dos seus direitos; na proteção das pessoas com diabetes em situação de manifesta e reconhecida carência económica.

A APDP tem sede em Lisboa, atualmente não possui nenhuma delegação em outra localidade do país, embora realize ações de sensibilização, de prevenção e atividades para as pessoas com diabetes por todo o Portugal, inclusive *online*.

¹³ Toda a informação sobre a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal que permite fazer uma caracterização da mesma para os objetivos do presente trabalho foi recolhida no website da organização, <https://apdp.pt>, onde está disponível para descarregamento o relatório de atividades e de contas do ano 2022, o último relatório a ser publicado pela associação no seu website. É possível encontrar descritos todos os serviços da associação, bem como, a estrutura organizacional, os seus estatutos e regulamentos.

3.3.1. Visão, Missão e Valores

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal assume a visão clara de que a diabetes não é uma barreira para a qualidade de vida e para o bem-estar das pessoas que com ela lidam cotidianamente (APDP, 2023, p.4).

Ao desenhar a sua missão a APDP tem como base dois compromissos orientadores (APDP, 2023, p.4):

- Apoiar as pessoas com diabetes, os seus familiares e cuidadores, prestando-lhes serviços clínicos e educativos de qualidade.
- Colaborar no desenvolvimento de políticas públicas e sociais centradas nos direitos e nas necessidades das pessoas com diabetes.

O cumprimento dos presentes compromissos e objetivos estão assentes em valores que a associação considera fundamentais como a capacitação, o envolvimento, a participação, a responsabilidade, o humanismo, a solidariedade, a equidade, a igualdade e a não discriminação do cidadão com diabetes (APDP, 2022, p.4).

3.3.2. Serviços

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal oferece diversos serviços nas suas instalações destinados às pessoas com diabetes, aos seus familiares e cuidadores. A nível assistencial a APDP presta cuidados integrados e diversificados que cobrem, além do serviço de diabetologia, a nutrição, a pediatria, a oftalmologia, a cardiologia, a podologia tendo a consulta do pé-diabético, a nefrologia incluindo hemodiálise, a urologia, a saúde reprodutiva, a saúde mental através do serviço de psiquiatria, a oftalmologia incluindo cirurgia oftalmológica e a colocação de bombas de insulina pelo Departamento de Perfusão Subcutânea Contínua de Insulina (PSCI).

Para além deste conjunto diferenciado de serviços a associação presta cuidados de Pé Diabético ao domicílio desde 2007 na cidade de Lisboa, abrangendo 18 das 24 freguesias da cidade (APDP, 2023, pp.7-9). A APDP possui ainda serviços complementares à atividade assistencial, tendo disponível nas suas instalações uma ótica, a unidade de diálise, um laboratório de análises clínicas, um bloco operatório e uma farmácia social.

A Farmácia social da associação reflete todo o circuito de assistência e apoio à pessoa com diabetes e aos sócios da APDP com uma célere resposta às prescrições de todas as áreas. A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal tem disponível para pessoas com diabetes,

famílias e cuidadores o Departamento de Serviço Social integrado em 2007 na associação, com o objetivo de compreender as determinantes sociais que interferem com a gestão da diabetes.

No âmbito das reuniões de serviço social, procede-se à informação de direitos (86,8%), aconselhamento social (83%), ao encaminhamento para entidades locais (58,9%), à inserção em respostas diversas (41,1%) e ao convite à participação em formações da APDP (5,4%).

De forma a cumprir a missão de garantir a satisfação das pessoas com diabetes, a APDP apela à participação da comunidade e dos cidadãos com o objetivo de melhoria dos serviços de saúde. Para este efeito, a associação dispõe do Gabinete do Cidadão, que funciona como elo de ligação entre os cidadãos, os profissionais e a Direção (APDP, 2023, p.12). Neste espaço é também possível os cidadãos efetuarem reclamações, sugestões, elogios e agradecimentos, visando a melhoria constante da prestação da associação e dos serviços de saúde.

De forma a exercer em conformidade todos os seus ofícios, a APDP possui certificações fundamentais que reconhecem a qualidade dos seus serviços enquanto associação de doentes (APDP, 2023, p.5):

- Serviços clínicos da APDP - Certificados pelo Departamento de Qualidade da Direção Geral de Saúde (DGS);
- Pediatria - A Federação Internacional da Diabetes (IDF) atribuiu certificação de *Centre of Excellence in Diabetes Care* e a APDP foi distinguida pelo projeto europeu SWEET como Centro de Referência da Diabetes Pediátrica.
- Laboratório de análises clínicas - sistema de acreditação implementado segundo a norma EN ISO/IEC 17025:2005¹⁴ - acreditação concedida pelo Instituto Português de Acreditação (IPAC).
- Departamento de formação - é certificado pela Direção-Geral do Emprego e das Relações de Trabalho (DGERT).

¹⁴ A ISO/IEC 17025:2005 especifica os requisitos gerais para a competência para realizar testes e/ou calibrações, incluindo amostragem para análises. Abrange testes e calibração realizados usando métodos padrão, métodos não padronizados e métodos desenvolvidos em laboratório. É aplicável a todas as organizações que realizam análises, testes e/ou calibrações. Estes incluem, por exemplo, laboratórios de primeira, segundo e terceiros, e laboratórios onde o teste e/ou a calibração fazem parte da inspeção e certificação do produto (ISO, 2005).

3.3.3. Atividade Educativa e Formativa

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal fomenta e promove formações por todo o país em regime de *e-learning* e *b-learning*, com componente mista de *e-learning* síncrono/assíncrono e presencial. Atualmente a equipa de formadores é composta por profissionais das áreas de medicina, enfermagem, nutrição, psicologia, podologia e educação física. No ano de 2021 foi inaugurada oficialmente a formação online através de uma plataforma própria de *e-learning* da APDP (APDP, s.d.a). Estes cursos e formações destinam-se a profissionais de saúde, a diabéticos e aos seus familiares e a equipas sociais e escolares.

Podemos verificar na plataforma que estes encontram-se subdivididos em duas categorias: a) Profissionais de Saúde e b) Pessoas com diabetes. Os cursos mais completos para profissionais de saúde apresentam três níveis de formação: inicial, intermédio e avançado, tendo em conta os interesses e necessidades dos formandos.

O nível inicial é composto por uma abordagem da diabetes e os seus conceitos. No nível intermediário, existem cursos introdutórios e específicos para médicos, enfermeiros, nutricionistas, dietistas e outros profissionais, abordando temas como a insulinoaterapia, aconselhamento alimentar, pé diabético e educação terapêutica. Já no nível avançado, os cursos focam-se nas áreas mais técnicas e especializadas, como a terapêutica da diabetes, tecnologias de perfusão de insulina e novas tecnologias no tratamento da doença (APDP, s.d.a).

As formações e atividades apresentadas pela APDP para pessoas com diabetes, está também ela organizada por três temáticas de interesse para os respetivos públicos: diabetes tipo I, diabetes tipo II e outros. A associação pretende incluir os cuidadores, familiares e amigos nas atividades sem profissionais de saúde, como por exemplo as caminhadas, para que seja privilegiado o apoio entre os doentes e os seus cuidadores e familiares (APDP, s.d.a).

A APDP oferece uma variedade de cursos e encontros educativos voltados para o apoio e gestão da diabetes, divididos em três categorias: Diabetes Tipo I, Diabetes Tipo II e Outros cursos. Na área da diabetes tipo I, existem formações para pais, jovens, escolas e acompanhantes. Na formação para diabetes tipo II, são oferecidas sessões educativas e conversas para pacientes e cuidadores. Já em "Outros cursos", existem formações sobre cuidados a idosos e cuidados com os pés, além de atividades físicas, como caminhadas e eventos desportivos voltados para diabéticos e os seus cuidadores (APDP, s.d.a).

A APDP acredita que é possível construir uma estratégia única com o intuito de apoiar as pessoas diabéticas na autogestão da doença, maximizando a sua qualidade de vida, contribuindo ainda para uma maior aceitação da diabetes (APDP, 2022).

3.3.4. Projetos de Investigação

Atualmente a APDP dispõe de vários projetos de investigação financiados¹⁵, a nível nacional e internacional. Estes projetos abrangem o domínio de doença crónica e a sua segmentação de risco, novos alvos terapêuticos bem como investigação em fisiologia e fisiopatologia, a gestão e disponibilidade dos registos eletrónicos de Saúde, a educação de profissionais de Saúde, das pessoas com diabetes e as suas famílias, sensibilização de grupos de risco e da população em geral e literacia em saúde (APDP, 2022, s.d.c).

A apresentação de trabalhos de investigação desenvolvidos tem sido comum em congressos nacionais e internacionais, e diversos trabalhos têm sido alvo de publicação em revistas científicas e/ou sido distinguidos através de prémios nacionais e internacionais. Enquanto IPSS, em 2013 recebeu a certificação do Prémio “Hospital do Futuro”, classificada em terceiro lugar na categoria de Educação; No ano de 2016 a APDP foi distinguida na Assembleia da Republica com medalha de ouro pelo contributo dado a Portugal na área da diabetologia, sendo no mesmo ano condecorada pelo Senhor Presidente da República Marcelo Rebelo de Sousa, pelo seu papel pioneiro e de constante luta pela causa da diabetes (APDP, s.d.b).

A associação tem contribuído ativamente para o desenvolvimento do Estudo de Prevalência da Diabetes em Portugal, desde a sua primeira fase em 2009 até ao acompanhamento que é feito atualmente, em cooperação com a DGS e a Sociedade Portuguesa de Diabetologia. A APDP colabora simultaneamente com instituições do ensino superior e do ensino politécnico na concretização de estudos na área da diabetes, bem como na orientação e acompanhamento de trabalhos de alunos de medicina, enfermagem, psicologia, nutrição com variadas instituições de ensino (APDP, 2022, s.d.c).

3.3.5. Parcerias e Colaborações

Em termos de parcerias, estas têm sido estabelecidas com várias entidades nacionais como Câmaras Municipais, Sociedade Portuguesa de Diabetologia, Sociedade Portuguesa de Cardiologia, Instituto Nacional Doutor Ricardo Jorge, Fundação Ernesto Roma, Associação Promotora do Ensino dos Cegos, o Ginásio Clube Português, Escolas superiores de Enfermagem

¹⁵ Informação disponível para consulta no Relatório de Atividades e Contas (2022, pp. 14-21). Disponível em: <https://apdp.pt/3d-flip-book/relatorio-de-atividades-e-contas-exercicio-de-2021/>

e Faculdade de Medicina e de Psicologia, Escola Nacional de Saúde Pública da Universidade Nova de Lisboa e o Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE) (APDP, 2023).

Internacionalmente, a APDP coopera dinamicamente com a Organização Mundial de Saúde (OMS) na sua área de especialidade, bem como com a Federação Internacional da Diabetes (IDF)-região europeia, a *European Association for the Study of Diabetes*, a *Bas van de Goor Foundation* e o Grupo SWEET (APDP, 2023).

As colaborações têm sido instituídas através de participações com organizações académicas e empresariais, nomeadamente a cimentação da intervenção da APDP na dinâmica europeia de investigação, através dos inúmeros projetos que tem integrado assim como, pela sua colaboração na Parceria Europeia de Inovação no domínio do Envelhecimento Ativo e Saudável (EIP-AHA)¹⁶.

3.3.6. Comunicação

No que diz respeito à informação disponibilizada e divulgada pela Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal às pessoas com diabetes, aos cuidadores, associados e outros interessados na temática da diabetes, esta é realizada através de diversos suportes de comunicação, nomeadamente, o website da Associação, a página no Facebook, Twitter, LinkedIn, Instagram, Youtube, da Newsletter Eletrónica e a sua revista trimestral “Diabetes - Viver em Equilíbrio”.

3.4. Sociedade Portuguesa de Diabetologia¹⁷

A Sociedade Portuguesa de Diabetologia é designada como uma associação científica de direito privado sem fins lucrativos, com o reconhecimento de utilidade pública, que visa primordialmente a resoluta proteção dos interesses científicos, sociais e éticos dos seus associados (SPD, 2024). Fundada em outubro de 1987, a SPD reúne profissionais de saúde, investigadores e outros profissionais interessados na área da diabetologia.

¹⁶ Informação disponível para consulta em: <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies/eip-aha>

¹⁷ Toda a informação sobre a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) que permite fazer uma caracterização da mesma, para os objetivos do presente trabalho, foi recolhida no website da organização, <https://www.spd.pt/>, onde se encontra disponível para descarregamento, o relatório de atividades do ano 2023. Assim, é possível consultar todos os serviços da associação, bem como, a estrutura organizacional, os seus estatutos e regulamentos.

Até 31 de dezembro de 2023, a associação possuía 1312 sócios, segundo o relatório de Atividades (2024), registou um incremento de 75 novos sócios ao longo do ano.

A SPD tem sede em Lisboa, atualmente não possui nenhuma delegação em outra localidade do país, embora realize sessões educativas, congressos e outras atividades a nível nacional e atividades conjuntas com outras Sociedades Científicas nacionais e internacionais.

3.4.1. Objetivos e Atividades Propostas

Sendo a SPD uma sociedade científica, não nos é apresentada diretamente uma Missão, uma Visão e os Valores que a regem. Ao invés desses três pilares, é-nos apresentado, nos seus estatutos (2018), os seus objetivos e as atividades a que se propõe, em que estarão assentes todas as ações desta associação.

A sua missão está focada em promover a investigação, a prevenção e o tratamento da diabetes em Portugal. Neste sentido, o seu propósito prioriza, desenvolver e aprimorar a investigação e o ensino da diabetologia e disciplinas correlatas; fomentar a interação, a partilha e a troca de ideias entre associados; aconselhamento sobre questões referentes à diabetologia junto das entidades governamentais; fomentar e defender a capacitação dos seus membros, contribuir para a criação de normas relevantes para a diabetologia e áreas correlatas das ciências. (SPD, 2018, pp.1-2).

Segundo o artigo 4º dos seus estatutos (2018), para cumprir o seu propósito a Sociedade Portuguesa de Diabetologia compromete-se a realizar atividades como:

- (a) Promover e fomentar o estabelecimento de relações científicas e profissionais entre os seus associados;
 - (b) Dar parecer sobre assuntos científicos, profissionais, sociais e organizacionais relacionados com o exercício de diabetologia;
 - (c) Organizar reuniões científicas para apresentação e discussão de trabalhos realizados no domínio da diabetologia;
 - (d) Promover, patrocinar e coordenar cursos de pós-graduação e outras iniciativas que contribuam para a dinamização e aprofundamento da diabetologia;(...)
 - (h) Participar ou fazer-se representar em congressos ou outras manifestações de índole nacional ou internacional, onde se discutam aspetos que se prendam com esta área das ciências médicas; (...)
 - (j) Editar, em papel ou em suporte informático, documentos, estudos, informação científica e opiniões referentes aos fins e atividades da Sociedade Portuguesa de Diabetologia;
 - (k) Difundir, por todos os meios considerados adequados, designadamente em boletim, internet e correio eletrónico os documentos referidos na alínea antecedente;
 - (l) Representar, participar e emitir pareceres em todos os órgãos e comissões oficiais criadas pelo Governo da República e das Regiões Autónomas cuja ação se desenvolva na área de cuidados a prestar às pessoas com diabetes; (...)
- (pp. 2-3).

3.4.2. Áreas de atuação da Sociedade Portuguesa de Diabetologia

A SPD é composta por estruturas consultivas de organismos governamentais, sendo filiada na Federação Internacional de Diabetes (IDF). Possui a sua própria revista “Revista Portuguesa de Diabetes”, organiza o Congresso Anual de Diabetes, realiza sessões educativas, comunica com profissionais de saúde, investigadores e o público em geral. Esta sociedade também promove o reconhecimento daqueles que trabalham nesta área, da diabetologia, através do patrocínio científico de ações e da atribuição de prémios. Considera-se uma agente aceleradora de conhecimento, concedendo bolsas e prémios para projetos na área dos diabetes.

Desenvolve o Observatório Nacional da Diabetes e por consequência a sua publicação de referência - "Diabetes: Factos e Números". São realizadas atividades em parceria com outras Sociedades Científicas nacionais e internacionais, promovendo igualmente e com o mesmo empenho a interação entre os associados através de Grupos de Estudo temáticos, estimulando a discussão, processos de melhoria e produção científica (SPD, 2023).

3.4.2.1. Observatório Nacional da Diabetes

O OND - Observatório Nacional da Diabetes, criado em conformidade com a Circular Informativa Nº 46 de 2006 da DGS, tem como objetivo recolher, validar, gerar e disseminar informações confiáveis e cientificamente credíveis sobre a Diabetes em Portugal.

Foi estabelecido como parte da SPD, sendo responsável por analisar os dados do Ministério da Saúde e elaborar o relatório oficial anualmente. Em 2023, a SPD divulgou publicamente os dados da 10ª Edição do Observatório Nacional da Diabetes na Escola Nacional de Saúde Pública, referentes aos anos de 2019, 2020 e 2021, encontrando-se disponível para consulta no *website* da SPD¹⁸.

O Relatório Diabetes: Factos e Números, foi apresentado em diferentes países, em missões da Organização Mundial de Saúde, como nas Repúblicas do Uzbequistão, Quirguistão, Tadjiquistão e Geórgia (SPD, 2023, p.21).

¹⁸ de Diabetologia, S. P. (2023). Observatório Nacional da Diabetes - Diabetes: Factos e Números - 2019, 2020 e 2021. *Relatório Anual do Observatório Nacional da Diabetes*. [consultado 23 Mar 2024]. Disponível em: <https://www.spd.pt/#/observatorio-da-diabetes>

3.4.2.2. Relação com Organismos Governamentais

A Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) tem uma relação estreita com organismos governamentais, principalmente na área da saúde, atuando como órgão consultivo na área da diabetologia, desempenhando as suas funções em colaboração com entidades governamentais e marcando presença em diversas reuniões (SPD, 2024).

A SPD trabalha em colaboração com o Ministério da Saúde de Portugal, assim como com outras entidades públicas e organismos governamentais, para promover a prevenção, diagnóstico, tratamento e acompanhamento da diabetes no país. A SPD participa em várias iniciativas e programas de saúde pública relacionados com a diabetes. Através do seu trabalho, a sociedade procura contribuir para a melhoria dos cuidados de saúde prestados às pessoas com diabetes em Portugal, bem como para a sensibilização da população em geral para a importância da prevenção e controlo desta doença. Deste modo, também integra o Conselho Científico do Programa Nacional para a Diabetes, sendo representada pelo Presidente desta sociedade, o Prof. João Filipe Raposo (SPD, 2024).

Perante esta conjuntura, a Sociedade Portuguesa de Diabetes colaborou num grupo de trabalho designado pelo Gabinete do Ministro da Saúde a 17 de novembro de 2022 (Despacho n.º 13339/2022, Diário da República) com o objetivo de desenvolver a Proposta de atualização da estratégia de acesso ao tratamento com dispositivos de Perfusão Subcutânea Contínua de Insulina (PSCI)¹⁹(SPD, 2024, p.23).

Esta colaboração entre a SPD e os organismos governamentais e outras entidades é fundamental para enfrentar os desafios da diabetes e melhorar a qualidade de vida das pessoas afetadas por esta condição no país.

3.4.2.3. Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia

A SPD inclui dentro de sua estrutura 15 Grupos de Estudo (GE) habilitados com competência científica, responsabilidade e compromisso em aprimorar o conhecimento científico sobre a Diabetes. Estes grupos têm como objetivo fomentar a pesquisa, a publicação de artigos

¹⁹ Despacho no 13339/2022. Direção Geral da Saúde, 2023.

científicos, além de desenvolver normas e protocolos de atuação nas suas áreas específicas de estudo.

3.4.2.4. Prémios e Bolsas de investigação SPD

A Sociedade Portuguesa de Diabetologia valoriza a pesquisa clínica e científica na área da Diabetes em Portugal e continua a investir financeiramente para apoiar projetos científicos e reconhecer os trabalhos de maior relevância nacional. O Fundo Educacional da SPD está disponível para os seus sócios que tiverem trabalhos aceites no 59º Encontro Anual da Associação Europeia para o Estudo da Diabetes (EASD-2023), com um total de 13 bolsas atribuídas em 2023. Estas bolsas visam subsidiar a participação dos autores no EASD, apoiando assim os investigadores e impulsionando a investigação em Portugal (SPD, 2024, p.44). Podemos verificar alguns exemplos dos tipos de prémios e bolsas de investigação atribuídos pela Sociedade Portuguesa de Diabetologia:

- Prémio SPD Investigação Básica: Atribuído anualmente ao melhor trabalho de investigação na área básica em diabetes;
- Prémio SPD Investigação Clínica: Destinado ao melhor trabalho de investigação clínica na área da diabetes;
- Bolsa de Investigação SPD: Bolsas destinadas a financiar projetos de investigação na área da diabetes, proporcionando apoio financeiro a investigadores para a realização de estudos científicos;
- Prémio Jovem Investigador SPD: Prémio destinado a jovens investigadores que se destacam pela qualidade e originalidade do seu trabalho científico na área da diabetes (SPD, 2024).

3.4.2.5. Escola- Sociedade Portuguesa de Diabetologia

O projeto, anteriormente designado por Escola *da sociedade*, passou a denominar-se *Escola SPD* e terá periodicidade anual, decorrendo no mês de novembro.

A principal missão da Escola SPD é melhorar o saber clínico e científico num campo específico da diabetologia por meio do intercâmbio de ideias com especialistas e peritos, além de proporcionar aos participantes a oportunidade de conhecer as oportunidades de pesquisa disponíveis no país e compartilhar alguns de seus projetos (SPD, 2024, p.25). A organização e coordenação da primeira Escola SPD ficou a cargo dos Grupos de Estudo da Educação em Diabetes, Enfermagem em Diabetes e Cuidados de Saúde Primários, que formaram a Comissão Organizadora e Científica desta iniciativa. Ocorreu entre 06 e 07 de novembro do ano de 2023, via

online, subordinada ao tema da comunicação em diabetes, intitulada “*A Comunicar é que nos (des)entendemos!*” (SPD, 2024, p.25).

3.4.3. Comunicação

A SPD apresenta nesta área, como meta principal, a difusão de informações confiáveis e atualizadas sobre a Diabetologia. A comunicação da organização com o público externo acontece por meio de diferentes canais, como os meios de comunicação tradicionais, o site oficial, a sua revista “*Revista Portuguesa de Diabetes*”, *Newsletter* e as redes sociais: Facebook, Twitter (atual rede X), LinkedIn, Instagram e Youtube. Durante o último ano, verificou-se que a SPD esteve presente em diversos momentos nos meios de comunicação, participando em entrevistas, escrevendo artigos de opinião e divulgando eventos relevantes, como por exemplo, o Congresso Português de Diabetes.

Capítulo IV: Investigação Empírica - Metodologia de Pesquisa

4.1. Desenho da investigação Empírica

Neste capítulo, será apresentada a metodologia utilizada para analisar a comunicação realizada pelas duas principais instituições relacionadas com a diabetes *mellitus*, em Portugal, nomeadamente a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) e a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD).

Partimos da premissa teórica, introduzida na contextualização deste estudo, de que a comunicação de uma instituição - na área da saúde - quando realizada de forma intencional e estruturada, tem um papel fundamental e contributivo para a literacia em saúde na sua área de atuação. O exemplo da importância da comunicação está presente no Programa de Ação da Direção 2023-2025, da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (s.d), no domínio do “Crescimento”:

O crescimento passará também pela área da comunicação – área fundamental para a disseminação da nossa existência e do conhecimento a nós associado. Daremos continuidade à mudança do plano de estratégia comunicacional atualmente em vigor com maior intervenção em todos os canais de comunicação (s.d).

Neste sentido, é possível considerar, portanto, que através da comunicação, estas organizações podem atingir os propósitos de promover a saúde. No presente trabalho, foi criada uma abordagem unificada de métodos mistos, que possibilita a integração de métodos qualitativos e métodos quantitativos, com o objetivo de alcançar uma resposta mais abrangente, em comparação com a utilização de uma única abordagem.

Os métodos mistos são caracterizados por uma abordagem de pesquisa que combina a recolha e análise de dados qualitativos e quantitativos num único estudo, culminando na integração dos resultados e na elaboração de conclusões pelo investigador (Tashakkori & Creswell, 2007). Creswell e Clark (2018) consideram os métodos mistos como uma terceira aba metodológica, juntamente com a investigação qualitativa e quantitativa, assim “as abordagens qualitativas e quantitativas não devem ser vistas como rígidas, categorias distintas, opostos polares, ou dicotomias” (Creswell, 2018, p.3). Esta abordagem metodológica mista, pode ser especialmente útil em estudos complexos e multidimensionais, onde diferentes perspetivas e abordagens são necessárias para capturar a complexidade do fenómeno em questão. Além disso, os métodos mistos permitem aos investigadores superarem as limitações e compensarem as fraquezas de cada abordagem individual, aumentando a validade e confiabilidade dos resultados (O’Cathain et al.,

2007). Portanto, os métodos mistos representam uma abordagem flexível e dinâmica que pode enriquecer o estudo e a pesquisa científica e expandir as possibilidades de investigação

Neste sentido, cabe ressaltar que o foco principal deste capítulo é apresentar a abordagem metodológica utilizada para responder à questão principal deste estudo.

4.2. Pergunta de partida e objetivos do estudo

Nos últimos anos, houve um crescimento significativo no número de investigações científicas sobre a relação entre comunicação e saúde. Este aumento tem sido especialmente notável desde que a área de conhecimento ganhou independência como disciplina específica (Harrington, 2015; Kreps, 2014).

Segundo Coutinho (2014) a investigação é um procedimento organizado e com alguma flexibilidade que auxilia na análise e compreensão dos fenómenos sociais. Investigar envolve a existência de um objeto de estudo, um propósito por parte do investigador e um conjunto de abordagens, métodos e ferramentas para conduzir a investigação de forma consistente, desde o questionamento inicial até à divulgação dos resultados ao público (2014). Quivy e Campenhoudt (1998) vão de encontro a esta linha de pensamento sobre o conceito de investigação, e definem-na como “(...) algo que se procura. É um caminho para melhorar o conhecimento e deve ser aceite como tal, com todas as hesitações, desvios e incertezas que isso implica” (p. 31). “(...) algo que se procura. É um caminho para melhorar o conhecimento e deve ser aceite como tal, com todas as hesitações, desvios e incertezas que isso implica” (p. 31).

Contudo, a investigação em Ciências da Comunicação na área da saúde é limitada, sendo a saúde frequentemente vista pelos investigadores como um âmbito de estudo complexo e extenso (Ruão et al., 2012). Em geral, pode-se afirmar, por um lado, que a investigação sobre comunicação e saúde em Portugal tem estado focada, com poucas exceções, em temas específicos e parciais relacionados com a comunicação em contextos clínicos, ou seja, entre um profissional de saúde e um paciente. Por sua vez, a investigação nesta área tem-se focado na compreensão do processo de produção de notícias de saúde, incluindo a relação com as fontes e a análise das notícias divulgadas pelos meios de comunicação social, em assuntos como, por exemplo, a Gripe A (Lopes et al., 2010).

Na área da saúde, é essencial conduzir investigações cujos planos sejam capazes de abranger tanto as questões que requerem explicações mais abrangentes, como as que possam lidar com a possível extensão dos problemas, mas também que os possam explorar em profundidade, principalmente do ponto de vista das pessoas envolvidas, nomeadamente dos diabéticos (Goldenberg et al., 2003).

O estudo que conduzimos foca-se no domínio das Relações Públicas. Neste trabalho, entendemos as Relações Públicas como uma profissão que desempenha um papel importante na gestão estratégica e na interação social, sendo crucial para o sucesso de uma organização e para o cumprimento dos seus objetivos, neste caso em específico, o objetivo da prevenção da diabetes *mellitus* tipo II, objetivo que ambas as instituições partilham entre si. Através da sua ação, as Relações Públicas têm o poder de influenciar as atitudes e comportamentos dos públicos-alvo, promovendo assim uma mudança positiva, e deste modo, fomentando a prevenção de uma doença. Pretende-se, assim, perceber se a comunicação desenvolvida pela Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal e pela Sociedade Portuguesa de Diabetologia, está a contribuir para a literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*, entre os jovens portugueses.

Consideramos relevante estudar a população jovem, pois podemos perceber que quanto mais cedo existir conhecimento sobre a diabetes *mellitus*, mais cedo é possível atuar a nível preventivo e consciencializar as pessoas. De uma outra perspetiva complementar, os jovens encontram-se mais recetivos a mudanças de hábitos e podem ser agentes de mudança nas suas comunidades se o seu nível de literacia for considerado adequado. Em resumo, comunicar estrategicamente junto da população jovem em relação à diabetes *mellitus* pode ter um impacto significativo na redução da prevalência desta doença.

Neste sentido, a pergunta de partida que conduz o presente trabalho é: *De que forma a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD, está a contribuir para a promoção da literacia em saúde na área dos diabetes mellitus junto dos jovens portugueses?*

O objetivo principal deste estudo é obter uma compreensão mais detalhada do conceito de comunicação nas duas principais associações de diabetes em Portugal.

Queremos analisar se a comunicação é parte integrante da estratégia destas associações, de forma a cumprir a missão de prevenir a diabetes e promover a literacia em saúde nesta área. É fundamental perceber como a APDP e a SPD comunicam com a comunidade em geral, e avaliar se essa comunicação está alinhada com o objetivo de prevenir a doença.

Para responder à pergunta de partida, este trabalho procura analisar a comunicação que tem vindo a ser desenvolvida pela APDP e pela SPD, mais especificamente, nos meios digitais, como por exemplo os *websites* e as redes sociais.

Os objetivos específicos são mais numerosos, pois abordam minuciosamente diversos aspectos da questão. Estes têm a função de delimitar o que será executado ao longo da investigação (Farias et al., 2009; Barroga, 2022). Os objetivos específicos deste trabalho consistem em:

- Analisar os conhecimentos dos jovens portugueses sobre a diabetes *mellitus*;

- Analisar a comunicação que tem vindo a ser realizada pela Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal;
- Analisar a comunicação que tem vindo a ser realizada pela Sociedade Portuguesa de Diabetologia;
- Analisar o conhecimento dos jovens portugueses têm sobre estas associações;
- Refletir sobre a importância da comunicação estratégica para a promoção da literacia em saúde, e consequentemente para a prevenção e o autocuidado da diabetes mellitus.

A diabetes *mellitus* é uma doença complexa, que muitas vezes passa despercebida pela população em geral. O desconhecimento sobre a doença é generalizado, o que pode prejudicar a prevenção e o tratamento adequado. Diante desta realidade, questionamo-nos se as duas maiores associações dedicadas à diabetes contribuem efetivamente para a literacia em saúde da população em geral nesta área específica. Acreditamos que o conhecimento é fundamental para a prevenção individual da diabetes tipo II, bem como para o entendimento e apoio às pessoas que já convivem com a doença no seu cotidiano.

Portanto, é imprescindível que as informações sobre a diabetes sejam disseminadas de forma clara e acessível, para que todos possam entender a importância da sua prevenção, do controlo da doença e do apoio e compreensão que podem dar às pessoas que vivem com ela. A APDP e a SPD, podem utilizar as plataformas digitais como uma ferramenta eficaz para alcançar um grande número de indivíduos em todo o país e promover a consciencialização sobre a importância da prevenção da diabetes.

4.3. Procedimentos de recolha e análise de dados

De forma a obter respostas claras e objetivas para a pergunta de partida e atingir os objetivos estabelecidos para este estudo, realizamos uma recolha de dados provenientes de diversas fontes: entrevistas, questionários aos jovens portugueses e análise documental de materiais e páginas, tais como folhetos, *websites* e redes sociais, da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) e da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD). A diversidade de fontes permitiu ter acesso a uma visão mais abrangente e fundamentada sobre a problemática estudada, assegurando a validade e a riqueza dos dados recolhidos.

A Internet foi o principal meio utilizado para a recolha de informações e dados necessários à realização deste trabalho. Esta escolha foi sustentada pelas vantagens identificadas na literatura sobre metodologias de investigação online. Chris Mann e Fiona Stewart (2002) salientam que a

Internet é um recurso vantajoso, uma vez que permite poupar tempo e dinheiro, facilita a recolha e organização rápida de dados e amplia o alcance, de modo a incluir um número maior de participantes, ultrapassando as barreiras geográficas. De igual modo, a recolha de dados online requer apenas ter acesso a um computador com ligação à Internet, tornando-se uma ferramenta amplamente acessível e eficaz.

Contudo, apesar destas vantagens, a recolha de dados pela Internet apresenta também desafios e limitações, como sublinha Bryman (2012). Entre os principais obstáculos, estão incluídas as restrições de acessibilidade, dado que nem todos os indivíduos têm igual facilidade de acesso à Internet, a possível perda de contacto pessoal entre o investigador e os participantes, bem como questões relacionadas com a gestão da confidencialidade e do anonimato dos inquiridos (Bryman, 2012). Estas considerações foram particularmente relevantes no delineamento do processo de recolha de dados deste estudo, uma vez que a proteção dos dados pessoais e a garantia de anonimato foram prioritárias, de forma a respeitar os direitos dos participantes.

A análise dos dados, foi conduzida com recurso a métodos qualitativos e quantitativos, permitindo uma triangulação metodológica que enriqueceu a interpretação dos resultados. A análise qualitativa baseou-se na análise de conteúdo, uma técnica frequentemente utilizada para interpretar dados textuais e identificar padrões e temas predominantes.

Paralelamente, a análise quantitativa foi realizada através de estatística descritiva, com o cálculo de frequências absolutas e relativas, de modo a caracterizar o perfil dos inquiridos e identificar tendências nos dados numéricos, de forma a responder à questão de partida. A utilização de frequências permitiu a compreensão da distribuição das respostas e facilitou a identificação de padrões no que respeita ao conhecimento dos jovens portugueses relativamente à diabetes.

Ao combinar técnicas qualitativas e quantitativas, o estudo procurou alcançar uma visão abrangente e equilibrada, atendendo tanto à profundidade da análise qualitativa quanto à objetividade dos dados quantitativos.

4.3.1. Entrevistas

As entrevistas são um método recorrente para recolher dados qualitativos, sendo uma forma de obter informações detalhadas e obter *insights* sobre os pensamentos, opiniões e experiências das pessoas entrevistadas. Em particular, no presente estudo, a realização de entrevistas teve como objetivo conhecer e aprofundar na primeira pessoa, qual a dinâmica de cada associação, as suas atividades, os seus objetivos e plano de comunicação, a sua missão e o seu sentir perante a importância da literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*.

Neste sentido, decidimos entrevistar os presidentes de cada associação, pois desempenham um papel crucial na defesa dos direitos e interesses das pessoas com diabetes, e atuam diretamente junto de *stakeholders* relevantes. Além disso, os presidentes das associações também são responsáveis por liderar a organização, definir a estratégia e as políticas da associação, promover a sensibilização para a condição de saúde em questão, facilitar o acesso a informações e apoio para os doentes, e mobilizar recursos para a realização de atividades e programas (Wellens & Jegers, 2014). Portanto, consideramos pertinente e fundamental, entrevistar o Presidente da APDP, o Doutor José Manuel Gamboa Pestana Boavida, e o Presidente da SPD, o Professor Doutor João Filipe Raposo.

Assim, e numa primeira fase, foram enviados dois e-mails a solicitar uma entrevista, a cada um dos presidentes, de cada uma das organizações. Os *e-mails*, para contacto, foram retirados dos *websites* das respetivas organizações, sendo que no caso da APDP, o email mais direto conseguido foi o *e-mail* geral: *diabetes@apdp.pt*. Já no caso da SPD, na aba dos “*Contactos*” é possível aceder ao email direto do presidente: *joao.raposo@spd.pt*. Assim, no dia 10 de janeiro de 2024 pelas 19 horas, foram enviados os dois emails para ambos²⁰, onde lhes era explicado o intuito do trabalho e solicitado a sua disponibilidade para uma entrevista e por fim apresentado o guião da entrevista com 8 questões.

Partindo do pressuposto de que estes teriam uma agenda cheia e pouca disponibilidade, foi sugerido, que se assim o entendessem, que poderiam responder às questões orientadoras por escrito, pela mesma via. Ao dia 15 de janeiro de 2024 obtivemos uma resposta por parte da Senhora Maria João Sequeira, do gabinete de comunicação da APDP, onde informava que seria possível entrevistar o presidente da associação, e sugeria o dia e a hora para a realização da mesma. Relativamente à Sociedade Portuguesa de Diabetologia, nunca nos foi dada uma resposta, em alternativa, enviamos o pedido de entrevista também para o email geral: *diabetes@spd.pt* no dia 16 de fevereiro de 2024. Após mais uma tentativa, decidimos não considerar a hipótese de entrevistar o Professor Doutor João Raposo, e concentrar a nossa pesquisa maioritariamente no *website* da SPD e nas suas redes sociais.

A entrevista, ao Doutor José Manuel Boavida, foi realizada na manhã do dia 24 de janeiro de 2024, na Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, em Lisboa, e teve a duração total de 31 minutos e 81 segundos.

²⁰ Os emails encontram-se disponíveis no Anexo B.

Tal como sugere Charmaz (2006): “Ter um guia de entrevista com perguntas bem planificadas e prontas pode aumentar a sua confiança e permitir-lhe concentrar-se no que a pessoa está a dizer” (p. 29). Assim, a entrevista foi conduzida de acordo com um guião semiestruturado com oito questões²¹, por forma a auxiliar a investigadora. No entanto, o guião tinha unicamente o objetivo de fornecer uma direção, portanto permitimos que a entrevista fluísse naturalmente para obter *insights* mais aprofundados sobre a associação, a sua comunicação e a sua missão. Procedemos à gravação da entrevista, com recurso a um dispositivo móvel e com a devida autorização para gravação, sendo solicitada posteriormente a assinatura de uma declaração de consentimento informado, onde o entrevistado autoriza a utilização dos dados recolhidos no âmbito da presente investigação.²²

A entrevista foi, após a sua realização, transcrita integralmente para um documento de *Microsoft Word*, entre janeiro e fevereiro de 2024²³. As recomendações de Isabel Guerra (2006) foram tidas em consideração, para tornar a transcrição mais célere e sem falhas possíveis de informação:

1. Numa primeira fase, transcrever (de preferência logo no computador) o que se entende na audição, deixando espaços brancos nas passagens em que a audição não é a clara;
2. Numa segunda fase, rever a gravação e preencher manualmente o que ficou em branco devido á audição não ser clara;
3. Numa terceira fase, redigir um discurso capaz de ser inteligível, com a pontuação adequada e correta. (p.69).

Após a transcrição da entrevista, e seguindo as recomendações de Isabel Guerra (2006, pp. 70-73), procedeu-se a uma análise da mesma, primeiramente no computador e depois em papel, para que fosse possível sublinhar: o que era importante, ou seja os factos, e o que poderia ser um discurso ilustrativo que pudesse ser incluído para completar este trabalho. Numa segunda fase foi construído uma sinopse da entrevista para que fosse possível uma síntese do discurso, contendo a mensagem essencial da entrevista sendo fiel, ao que disse o entrevistado (Guerra, 2006, p. 73). Posteriormente, foi feita uma análise qualitativa de conteúdo, a partir da constituição de um quadro de codificação²⁴., que se tornou mais simples e menos moroso, visto existir apenas uma entrevista.

²¹ É possível consultar o guião da entrevista no Anexo C.

²² É possível consultar o documento no Anexo D.

²³ A entrevista pode ser consultada no Anexo E.

²⁴ A grelha de análise da entrevista encontra-se disponível no Anexo F.

Este quadro teve o propósito de estruturar os dados em análise de forma simples e organizada para completar com informações relevantes, este trabalho.

Os temas centrais da análise foram estabelecidos a partir de uma abordagem conceitual - *concept-driven* - e estão alinhados com as principais categorias. Estas categorias foram identificadas através da revisão bibliográfica e dos objetivos da presente investigação. Já as subcategorias surgiram da análise dos dados recolhidos, seguindo uma abordagem orientada pela estratégia de *data-driven*.

4.3.2. Questionário aos Jovens Portugueses²⁵

A recolha de dados provenientes dos jovens portugueses foi efetuada com recurso a um inquérito por questionário, aplicado através da aplicação *Forms* da empresa *Google*.

Babbie (2013) define um questionário como “um documento com perguntas e outros tipos de artigos concebidos para solicitar informações apropriadas para análise.” (p.231). Optámos pela sua aplicação *online*, dado que o acesso presencial às universidades, escolas superiores, centros de saúde e afins, dependeriam muito tempo, e seria extremamente limitante geograficamente, se nos cingíssemos apenas a algumas zonas do concelho de Lisboa e Vale do Tejo, aumentando, assim também, a representatividade dos resultados.

É importante salientar, que inicialmente a ideia consistia em considerar a população jovem portuguesa, universitária, mas mais uma vez verificou-se, após algumas reflexões, que seria muito redutor e que a representatividade dos resultados não seria a esperada. Neste sentido, consideramos como a população a ser estudada, jovens que vivam em território português e que sejam de nacionalidade portuguesa, com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos, que possam, ou não, frequentar o ensino superior - seja em regime de licenciatura, pós-graduação, mestrado ou doutoramento. Para este estudo, o foco essencial está numa faixa etária jovem, pois com base na revisão de literatura na área da diabetes *mellitus*, quanto mais cedo a consciencialização e a literacia da diabetes *mellitus*, mais cedo se inicia a prevenção da doença e o controlo dos fatores de risco de a desenvolver.

Após a realização do pré-teste do questionário, a uma amostra por conveniência de dez pessoas, com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos, procedemos a alguns pequenos ajustes necessários, como por exemplo, a colocação de vocabulário mais simples e acessível, em vez de vocabulário muito técnico como: “Glicémia capilar” ou “Teste de HbA1c em jejum “.

²⁵ O modelo do questionário encontra-se disponível no Anexo G.

A divulgação deste estudo foi realizada através das redes sociais, com uma publicação no Facebook, nos destaques do Instagram onde era possível clicar diretamente no *link* e aceder ao questionário, partilhada em diversos grupos, a uma base de contactos da investigadora, via email e também solicitada a partilha de quem respondesse ao questionário com a sua rede de amigos e familiares. O questionário encontrava-se dividido por três partes: (1) “Comunicação para a Saúde na *Internet*”; (2) “Questionário de Conhecimentos sobre a Diabetes”; (3) “Dados Sociodemográficos”. A secção “Questionário de Conhecimentos sobre a Diabetes” está organizada pelas seguintes categorias: *Definição da doença* (da questão 1 até à questão 6); *Sintomas* (questão 7); *Tratamento* (questão 8); *Restrições* (questão 9); *Complicações* (questão 10 e 11). No total os participantes responderam a 31 perguntas, incluindo os seus dados sociodemográficos. Consideramos a segunda parte do questionário a mais rigorosa, tratando-se de questões sobre o conhecimento que esta população tem sobre a diabetes *mellitus*, portanto, esta parte foi baseada no “Questionário dos Conhecimentos da Diabetes” (Sousa et al., 2015), bem como na Associação Americana de Diabetes (2024) e na Federação Internacional de Diabetes (2024). Não poderíamos deixar de mencionar que no início da elaboração deste questionário, nomeadamente na segunda parte, solicitámos por escrito e via *email* à *Merck Sharp and Dohme* (MSD), uma autorização para que pudéssemos utilizar as perguntas do *quiz* sobre diabetes *mellitus* que se encontrava disponível na sua página *online* “Controlar a Diabetes”, bem como, solicitamos via *LinkedIn* a autorização do Doutor João Conceição que fez parte da elaboração e validação do mesmo *quiz*. Infelizmente, não nos foi dada qualquer resposta por parte da MSD, no entanto, o Doutor João Conceição facultou-nos o *email* mais direto da atual doutora responsável Sílvia Alão²⁶. Solicitámos novamente uma autorização, no dia 27 de fevereiro de 2024, à qual também não obtivemos qualquer tipo de resposta, nesta sequência e na semana seguinte a página “Controlar a Diabetes” foi suspensa. Neste sentido, o nosso foco continuou presente na rigorosidade das perguntas do questionário, bem como, na validação das suas respostas e decidimos prosseguir com base na literatura científica sobre a diabetes *mellitus* e assim construir o questionário apresentado. A recolha de dados foi efetuada desde o dia 09 de abril de 2024 até ao dia 31 de maio de 2024, e para a sua análise, foram elaboradas tabelas com frequências e gráficos. Destaca-se que cada item, relativamente às questões sobre o conhecimento da diabetes *mellitus*, apresenta 3 opções de resposta: “Verdadeiro”; “Falso” e “Não sei”. A soma das respostas corretas (verdadeiras e falsas) apresenta uma forma de avaliar o conhecimento sobre a doença. Ao examinar as respostas erradas

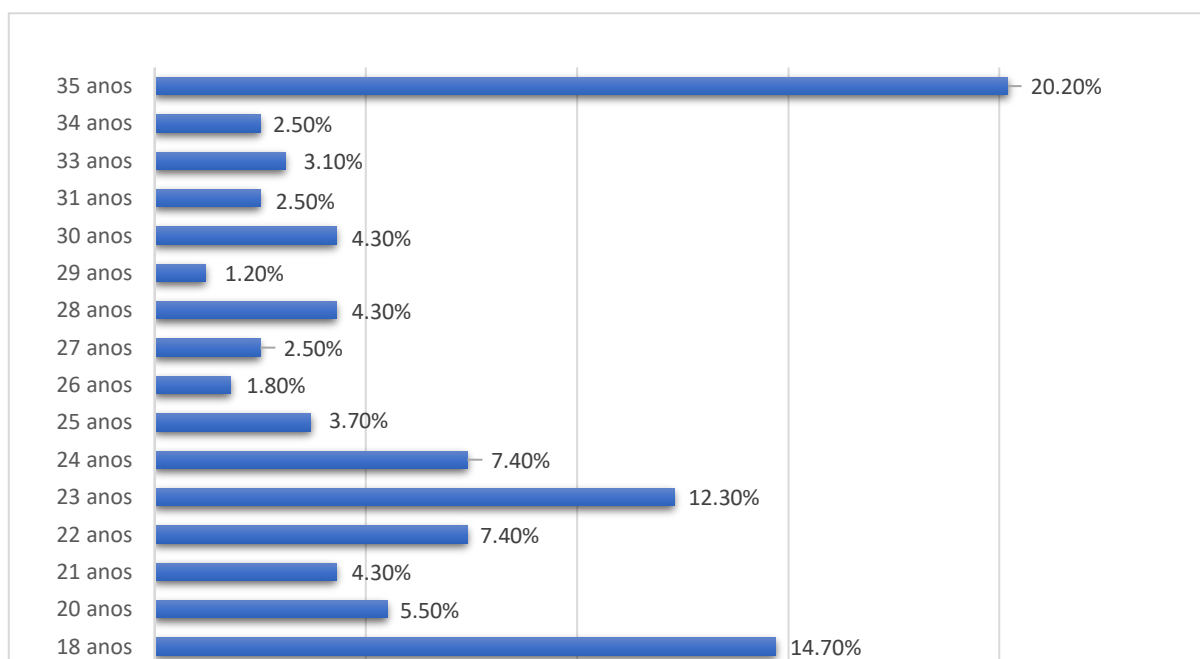
²⁶ Email disponível para consulta no Anexo H

e "não sei" por categoria, foi possível identificar as áreas em que há falta de conhecimento sobre a doença ou a crença em mitos relacionados com esta doença.

Do total de 166 respostas ao questionário, foi necessário excluir 3 respostas de participantes que não tinham nacionalidade portuguesa, o equivalente a aproximadamente 2% das respostas recolhidas. Neste sentido, a amostra final foi de 163 indivíduos, constituída por 116 mulheres (71%), 46 homens (28%) e 1 resposta em que, por opção, não foi indicado o género (Figura 4.1).

Em termos de faixas etárias, a maioria dos participantes variava entre os 35 anos de idade (20,2%), os 18 anos de idade (14,7%) e os 23 anos de idade (12,3%). Em menor número, registámos apenas 2 pessoas (1,2%) com 29 anos de idade e 3 pessoas (1,8%) com 26 anos de idade (Figura 4.1).

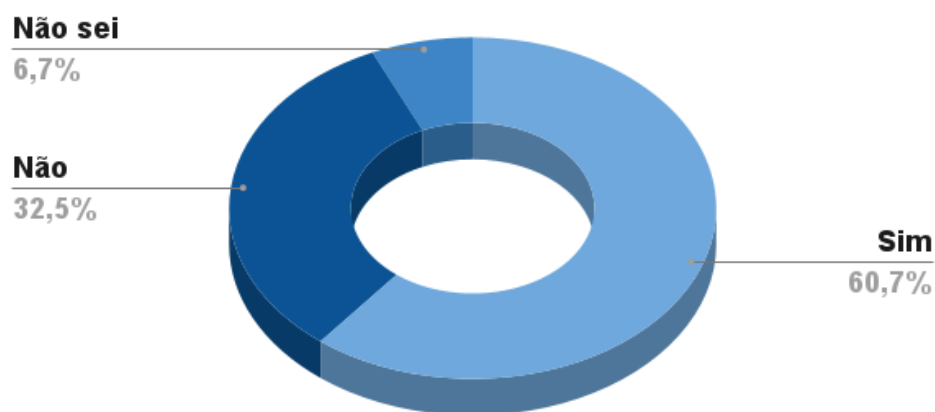
Figura 4.1. Faixa etária dos participantes



A análise dos dados mostra que a maioria dos inquiridos frequenta o ensino superior, cerca de 88 indivíduos em comparação com as 75 que não frequentam uma instituição de ensino superior.

A grande maioria dos inquiridos (60,7%) afirma ter familiares diabéticos, apesar de apenas 25 (15,3%) indicarem que vivem com esses mesmos familiares. Para a análise de todos os dados recolhidos foram elaboradas tabelas com frequências e gráficos.

Figura 4.2. “Tem familiares com diabetes?”



4.3.3. Observação de Documentos Públicos

Os documentos são verdadeiras janelas para as verdades sociais e organizacionais, uma vez que os documentos produzidos por uma instituição são considerados como reflexos da realidade daquela entidade. Ou seja, conseguem revelar aspectos importantes sobre o funcionamento dessa organização e contribuem para a compreensão da sua cultura e moral (Bryman, 2012). Corbin e Strauss (2008) consideram a análise de documentos um processo organizado para examinar ou avaliar documentos - sejam eles físicos ou digitais (utilizando tecnologia computacional e transmitidos pela *internet*). Assim, como em outras técnicas de análise na pesquisa qualitativa, a análise de documentos requer que os dados sejam minuciosamente examinados e interpretados para que se possa obter significado, compreensão e ampliar o conhecimento empírico (Rapley, 2007).

Os documentos apresentam palavras e imagens que foram registradas sem a interferência do investigador. Neste sentido e de acordo com Atkinson e Coffey (1997), os documentos podem ser considerados “factos sociais”, que são criados, partilhados e aplicados de formas organizadas pela sociedade (p. 47). Quando falamos em documentos, podemos referir-nos a diversos tipos de documentação, tais como anúncios, agendas, atas de reuniões, manuais, documentos de referência, livros, brochuras, diários, programas de eventos, cartas, memorandos, mapas, gráficos, jornais, comunicados de imprensa, publicações nas redes sociais, guiões de programas de rádio e televisão, relatórios organizacionais, dados de pesquisa e registros públicos (Yin, 2015).

Para este estudo, de forma a responder à pergunta de partida, existiu a tentativa de recolher informação proveniente dos materiais informativos, que pudessem estar disponíveis no espaço público da APDP, nomeadamente a sala de espera, dos *websites* e das redes sociais da APDP e da SPD.

4.3.3.1. Materiais Informativos

Visto que a Sociedade Portuguesa de Diabetologia não se encontra aberta ao público, a recolha de materiais informativos foi efetuada apenas na Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. A recolha de dados a partir dos materiais informativos dirigidos aos utentes da APDP e a todos os visitantes, foi composta por duas etapas. A primeira consistiu na visita presencial à sede da APDP, no dia 05 de janeiro de 2024, com o objetivo de observar os materiais informativos expostos e recolher os folhetos disponíveis na sala de espera. Na segunda etapa visitamos o Museu da Diabetes, instalado no 3.º piso da sede da Associação, na Rua do Salitre, com a missão de conhecer toda a história da diabetes e da associação bem como, recolher o máximo de materiais informativos possível. Esta recolha incidu em fotografar tudo o que se encontrava exposto, e disponível, bem como de toda a informação visível.

4.3.3.2. Websites das Associações

Para mapear as páginas *online* de ambas as organizações utilizámos o motor de busca *Google* Portugal, pesquisando pelo nome completo de cada uma das organizações.

Quadro 4.1. *Websites* das organizações estudadas

Nome da Organização	URL do Website
Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP)	https://apdp.pt/
Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD)	https://www.spd.pt/#/

Após a identificação das páginas, visitámos cada um dos *websites*, para a recolha de dados, com recurso à observação. Numa primeira etapa realizámos uma análise descritiva das características gerais das páginas *online*, tendo em consideração os seguintes tópicos:

- *Nome das organizações*: identificação das organizações da diabetes;
- *Página inicial*: informação que se encontra em destaque na página inicial de cada organização.

- *Informação sobre as organizações*: conteúdos disponíveis sobre a organização, como por exemplo a sua missão, os seus objetivos ou as suas competências;
- *Páginas dirigidas a públicos específicos*: identificação se existem áreas dedicadas a públicos como os profissionais de saúde, os utentes, os jornalistas ou cuidadores;
- *Páginas com materiais educacionais*: identificação se existem áreas específicas que forneçam materiais educacionais como vídeos explicativos, guias terapêuticos, materiais educacionais da diabetes para crianças/educadores;
- *Temas*: identificação de conteúdos para a definição e explicação da diabetes, promoção da saúde e a prevenção da doença;
- *Criação do website*: data em que a página foi criada;

Na fase seguinte, procedemos à avaliação dos *websites* oficiais das organizações utilizando um quadro²⁷, com o intuito de analisar a qualidade, a usabilidade e interatividade destas. Os 25 indicadores incluídos neste quadro foram criados com base nos objetivos desta investigação e nas diretrizes da *Health On The Net Foundation*. A HON estabeleceu um conjunto de diretrizes para promover a qualidade e transparência das informações de saúde disponíveis online. Essas diretrizes incluem: (1) *Autoridade e credibilidade*: os sites devem fornecer informações de saúde precisas, baseadas em evidências e provenientes de fontes confiáveis; (2) *Privacidade e transparência*: os sites devem garantir a proteção da privacidade dos usuários e fornecer informações claras sobre como os dados dos usuários são coletados e utilizados; (3) *Atualização e revisão*: os sites devem ser atualizados regularmente e as informações devem ser revisadas por profissionais de saúde qualificados; (4) *Facilidade de acesso*: os sites devem ser fáceis de usar e navegar, com informações claras e organizadas de forma acessível; (5) *Anúncios e conteúdo comercial*: os sites devem distinguir claramente entre informações de saúde e conteúdo comercial, evitando a promoção de produtos ou serviços sem evidências científicas adequadas; (6) *Responsabilidade*: os proprietários do *site* devem ser responsáveis pela precisão e integridade das informações fornecidas e responder a perguntas ou preocupações dos usuários de forma adequada.

²⁷ O quadro de recolha de dados encontra-se disponível no Anexo I.

Estas diretrizes visam garantir que os usuários tenham acesso a informações confiáveis e precisas sobre saúde *online*, promovendo a segurança e bem-estar dos indivíduos.

Adicionalmente, os critérios de usabilidade seguiram as recomendações da Agência para a Modernização Administrativa, ou seja, a lista de verificação das regras e requisitos para obtenção do Selo de Usabilidade (AMA, 2019, 2020). Foram adicionados ao quadro 6 indicadores para avaliar o critério de interatividade proposto pelas diretrizes da Agency for *Healthcare Research and Quality* (1999), com o intuito de verificar se há mecanismos de "feedback" ou de partilha de informações, tais como fóruns de discussão ou *chat* (Zhang et al., 2015). Posteriormente o quadro foi inserido num documento do *Microsoft Word* e os dados foram recolhidos e colocados numa folha de *Microsoft Excel* para facilitar o tratamento estatístico dos dados, com recurso a tabelas. Para a verificação do cumprimento dos requisitos de acessibilidade²⁸ foi utilizada a ferramenta de validação automática *AccessMonitor Plus*²⁹, que quantifica o nível de acessibilidade, numa escala de 1 a 10, sendo o valor 10 a pontuação máxima para o cumprimento das diretrizes de acessibilidade. Esta ferramenta classifica as práticas em três níveis de prioridade (A, AA e AAA), onde "AAA" é o nível mais elevado de prioridade e o "A" são os requisitos mínimos de acessibilidade, indicando as aceitáveis e não aceitáveis (W3C, 2008). Esta ferramenta auxiliar também apresenta uma lista de erros encontrados durante a avaliação e sugere possíveis alterações. Para facilitar o processo de análise e interpretação dos dados, foi criada uma tabela com os indicadores fornecidos pelo *AccessMonitor Plus*³⁰.

4.3.3.3. Análise das Páginas da APDP e da SPD no Facebook e Instagram

Em Portugal, as redes sociais mais utilizadas em 2024 foram reveladas pelo relatório "Os Portugueses e as Redes Sociais" da Marktest (2024). O Instagram ocupa o primeiro lugar, sendo a rede social mais usada pelos portugueses, dos quais 34,2% indicam que acedem com maior frequência a esta plataforma (Marktest, 2024). O Facebook, caiu para o terceiro lugar com 20,9% de portugueses a acederem com frequência a esta plataforma digital. Apesar disso, o Facebook

²⁸ Em Portugal são utilizadas como padrão as normas WCAG 2.1 de 5 de junho de 2018 (AMA, 2019) e as Diretrizes para Conteúdo Web do W3C (World Wide Web Consortium).

²⁹ Ferramenta disponibilizada gratuitamente pela Agência para a Modernização Administrativa (AMA), responsável pela atribuição do Selo de Usabilidade e Acessibilidade. Disponível em: <http://accessmonitor.acessibilidade.gov.pt/amp/>

³⁰ A tabela de recolha de dados de acessibilidade encontra-se no Anexo J.

continua a ter uma incidência muito alta no país, com quase 90% dos utilizadores das redes sociais a manterem contas ativas nesta plataforma (Marktest, 2024). Tendo em conta estes dados recentes, optámos por colocar o foco na análise das páginas do Facebook e do Instagram das associações, sendo que são as plataformas mais utilizadas pelos portugueses, no caso do Instagram, e com maior incidência, no caso do Facebook.

4.3.3.4. Páginas da APDP e da SPD no Facebook

Para encontrar o Facebook das organizações *procurámos*, no motor de pesquisa desta rede social, os termos “APDP”, “SPD” e nome completo das organizações, de forma a identificar as respetivas páginas. A pesquisa foi realizada, entre o mês de fevereiro de 2024 e o mês de abril de 2024.

Quadro 4.2. Páginas de Facebook das organizações estudadas

Nome da Organização	URL página de Facebook
APDP	https://www.Facebook.com/apdpdiabetes
SPD	https://www.Facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/

As publicações das páginas de Facebook que constituem a amostra em estudo foram capturadas com recurso ao aplicativo *Esuit.Dev*, através do qual extraímos 255 publicações. Para uma primeira etapa foi realizada uma análise descritiva das características gerais das páginas de Facebook, incluídas na pesquisa, tendo em conta as seguintes características e pontos:

- *Nome da página*: identificação das organizações na página de Facebook;
- *Foto de perfil*: tipo de foto presente no perfil, se logótipo ou outra foto escolhida;
- *Foto de capa*: tipo de foto presente na capa, se logótipo ou outra foto escolhida;
- *Seguidores*: número de seguidores na página à data da pesquisa.
- *Criação da página*: data em que a página foi criada;

Posteriormente, e de acordo com as orientações de Michaelson e Stacks (2017) avançámos com uma análise de conteúdo das publicações efetuadas pelas organizações e identificámos como unidade de análise cada publicação, que tenha sido colocada pela APDP ou pela SPD

respetivamente.

Partindo de uma estratégia de *data-driven*, foi feita uma análise dos dados seguindo as categorias e subcategorias definidas previamente:

Atividade da APDP e da SPD no Facebook:

- *Autoria*: identificação se o conteúdo foi elaborado pela APDP/SPD ou se é um conteúdo partilhado de uma página de Facebook de outra entidade ou de um *website* externo;
- *Tipo de publicação*: identificação se o conteúdo principal da publicação é constituído por texto; por uma imagem; por um vídeo ou por uma ligação dirigida para um *website* externo ao Facebook;
- *Tema da publicação*: identificação do assunto da publicação (estratégia *data-driven*):
 - *Efemérides*: publicações que assinalam as datas comemorativas como o Dia Mundial da Diabetes (14 de novembro) e iniciativas relacionadas com as celebrações desses dias, como os rastreios de retinopatia diabética no Dia Mundial da Visão (segunda quinta-feira de outubro), as palestras sobre a importância da luta contra a diabetes tipo II, os eventos e iniciativas para a avaliação de risco de propensão da doença.;
 - *Promoção da saúde/prevenção da doença*: publicações cujo conteúdo incentiva a melhoria da saúde ou a adoção de comportamentos que previnam a doença, desde que não inseridas em efemérides, como recomendações gerais para a população sobre a alimentação saudável; apelo à prática de exercício físico ou cuidados a ter para evitar o sedentarismo;
 - *Estudos*: publicações cujo conteúdo principal está relacionado com estudos e investigações científicas. Inserem-se todas as publicações com referências a palavras como “estudo”, “inquérito”, “investigação”, “pesquisa”, “investigadores”, “cientistas”;
 - *Eventos*: publicações que referem iniciativas ou eventos, desde que não relacionados com as celebrações das efemérides:
 - *Eventos das Associações*: publicações que mencionam iniciativas (como palestras, jornadas, congressos, formações) promovidas pela APDP e pela SPD, anúncio de datas, programa, inscrições ou partilha de fotografias;
 - *Eventos de outras Instituições*: publicações que mencionam iniciativas promovidas por outras Instituições (como palestras, congressos, formações), anúncio de datas, programa, inscrições ou partilha de fotografias. Não existe participação direta da APDP ou da SPD;

- *Participação em eventos*: publicações que mencionam iniciativas promovidas por outras Instituições em que as associações estudadas participam de forma ativa (como palestras, congressos, formações, atividades), anúncio de datas, programa, inscrições ou partilha de fotografias.
- *Notícias*: publicações com carácter informativo:
 - *Notícias das associações*: publicações relacionadas com horários de funcionamento, contratação de profissionais, elogios à equipa, contactos, votos de boas festas ou novos serviços disponíveis na APDP. Incluem-se ainda publicações sobre as novas *newsletters* das próprias Associações. Excluem-se publicações relacionadas com efemérides, eventos e estudos;
 - *Notícias de órgãos de comunicação social (OCS)*: publicações com notícias publicadas pelos OCS e que não estão relacionadas nem com efemérides, nem com eventos ou estudos;
 - *Participação nos OCS*: publicações que anunciam a presença de ambas as associações em entrevistas nos órgãos de comunicação social ou que partilham a imagem da notícia já publicada. Exemplo: “Entrevista do Canal SIC sobre o papel da SPD”;
- *Informações gerais*: publicações relacionadas com informações úteis dirigidas ao utente, mas não promovidas pela APDP nem pela SPD, como o portal MySns, exames sem papel;
- *Outras*: publicações de atualização de foto de perfil ou foto de capa de ambas as associações, e outras que não estão integradas nas acima descritas.
- *Interação das Associações com outras páginas/entidades*:
 - *Fonte*: origem das publicações partilhadas pela APDP e pela SPD;
 - *Tipo de partilha*:
 - Facebook: publicações partilhadas de outras páginas de Facebook;
 - *Websites*: publicações partilhadas de uma página *online* externa ao Facebook;

Relação entre os utilizadores e as páginas do Facebook das associações:

Interação: publicações com *feedback* dos seus seguidores. No Facebook, a interação é considerada como a utilização das opções disponíveis para demonstrar interesse: "gostar (*like*)", "comentar" e "partilhar":

Tipos de feedback:

Gostar: publicações que receberam um "*like*" por parte dos utilizadores;

Partilhar: publicações que foram partilhadas pelos seguidores;

Comentário: publicações que receberam uma resposta dos seguidores.

No processo de tratamento dos dados foi elaborada um quadro de análise³¹ estruturado e organizado, numa base de dados no *Microsoft Excel*, onde constam todas as publicações analisadas.

4.3.3.5. Páginas da APDP e da SPD no Instagram

Para encontrar o Instagram das organizações procurámos, no motor de pesquisa desta rede social, os termos “APDP”, “SPD” e nome completo das organizações, de forma a identificar as respetivas páginas. A pesquisa foi realizada igualmente, entre o mês de fevereiro de 2024 e o mês de abril de 2024.

Nome da Organização	URL página de Instagram
APDP	https://www.Instagram.com/apdpdiabetes/
SPD	https://www.Instagram.com/spdiabetologia

As publicações das páginas de Instagram que constituem a amostra em estudo foram capturadas com recurso ao aplicativo *PostFox*, através do qual extraímos 255 publicações. Para uma primeira etapa foi realizada uma análise descritiva das características gerais das páginas de Instagram, incluídas na pesquisa, tendo em conta as seguintes características e pontos:

- *Nome da página*: identificação das organizações na página de Instagram;
- *Foto de perfil*: tipo de foto presente no perfil, se logótipo ou outra foto escolhida;
- *Foto de capa*: tipo de foto presente na capa, se logótipo ou outra foto escolhida;
- *Seguidores*: número de seguidores na página à data da pesquisa.
- *Criação da página*: data em que a página foi criada;

Novamente, seguindo as orientações de Michaelson e Stacks (2017) avançámos com uma análise de conteúdo das publicações efetuadas pelas organizações e identificámos como unidade de análise cada publicação, que tenha sido colocada pela APDP ou pela SPD respetivamente.

³¹ O quadro de análise encontra-se disponível no Anexo K

Partindo de uma estratégia de *data-driven*, foi feita uma análise dos dados seguindo as categorias e subcategorias definidas previamente. É importante salientar que o Instagram é uma plataforma, que ao contrário do Facebook, adota maioritariamente um formato de imagem e vídeo, do que texto, ligações externas e partilhas diretas no *feed* de notícias. Os links podem ser partilhados via “*stories*” ou por um *link* na biografia inicial da página de cada associação.

Atividade da APDP e da SPD no Instagram:

- *Autoria*: identificação se o conteúdo (imagem ou legenda da mesma) foi elaborado pela APDP/SPD ou se é um conteúdo partilhado de uma página de outra entidade ou de um *website* externo;
- *Tipo de publicação*: identificação se o conteúdo principal da publicação é constituído por uma imagem ou por um vídeo;
- *Tema da publicação*: identificação do assunto da publicação (estratégia *data-driven*):
 - *Efemérides*: publicações que assinalam as datas comemorativas como o Dia Mundial da Diabetes (14 de novembro) e iniciativas relacionadas com as celebrações desses dias, como os rastreios de retinopatia diabética no Dia Mundial da Visão (segunda quinta-feira de outubro), as palestras sobre a importância da luta contra a diabetes tipo II, os eventos e iniciativas para a avaliação de risco de propensão da doença.;
 - *Promoção da saúde/prevenção da doença*: publicações cujo conteúdo incentiva a melhoria da saúde ou a adoção de comportamentos que previnam a doença, desde que não inseridas em efemérides, como recomendações gerais para a população sobre a alimentação saudável; apelo à prática de exercício físico ou cuidados a ter para evitar o sedentarismo;
 - *Estudos*: publicações cujo conteúdo principal está relacionado com estudos e investigações científicas. Inserem-se todas as publicações com referências a palavras como “estudo”, “inquérito”, “investigação”, “pesquisa”, “investigadores”, “cientistas”;
 - *Eventos*: publicações que referem iniciativas ou eventos, desde que não relacionados com as celebrações das efemérides;
 - *Eventos das Associações*: publicações que mencionam iniciativas (como palestras, jornadas, congressos, formações) promovidas pela APDP e pela SPD, anúncio de datas, programa, inscrições ou partilha de fotografias;

- *Eventos de outras Instituições*: publicações que mencionam iniciativas promovidas por outras Instituições (como palestras, congressos, formações), anúncio de datas, programa, inscrições ou partilha de fotografias. Não existe participação direta da APDP ou da SPD;
- *Notícias*: publicações com carácter informativo:
 - *Notícias das associações*: publicações relacionadas com horários de funcionamento, contratação de profissionais, elogios à equipa, contactos, votos de boas festas ou novos serviços disponíveis na APDP. Incluem-se ainda publicações sobre as novas *newsletters* das próprias Associações. Excluem-se publicações relacionadas com efemérides, eventos e estudos;
 - *Notícias de órgãos de comunicação social (OCS)*: publicações com notícias publicadas pelos OCS e que não estão relacionadas nem com efemérides, nem com eventos ou estudos;
 - *Participação nos OCS*: publicações que anunciam a presença de ambas as associações em entrevistas nos órgãos de comunicação social ou que partilham a imagem da notícia já publicada. Exemplo: “Entrevista do Canal TVI sobre o papel da APDP”;
- *Informações gerais*: publicações relacionadas com informações úteis dirigidas ao utente, mas não promovidas pela APDP nem pela SPD, como o portal MySns, exames sem papel;
- *Outras*: publicações de atualização de foto de perfil ou foto de capa de ambas as associações, e outras que não estão integradas nas acima descritas.
- *Interação das Associações com outras páginas/entidades*:
 - *Fonte*: origem das publicações partilhadas pela APDP e pela SPD;
 - *Tipo de partilha*:
 - *Instagram*: publicações partilhadas em conjunto com outras páginas de Instagram;
 - *Websites*: publicações partilhadas de uma página *online* externa ao Instagram;

Relação entre os utilizadores e as páginas do Instagram das associações:

-*Interação*: publicações com *feedback* dos seus seguidores. No Instagram, a interação é considerada como a utilização das opções disponíveis para demonstrar interesse: "gostar (*like*)" e "comentar".

-*Tipos de feedback*:

Gostar: publicações que receberam um "like" por parte dos utilizadores;

Comentário: publicações que receberam uma resposta dos seguidores.

No processo de tratamento dos dados foi elaborada um quadro de análise³² estruturado e organizado, numa base de dados no *Microsoft Excel*, onde constam todas as publicações analisadas.

³² O quadro de análise encontra-se disponível no Anexo L.

Capítulo V - Apresentação, análise e interpretação dos resultados

Os resultados obtidos na presente investigação empírica, serão apresentados na primeira secção deste capítulo. Uma vez que a recolha e análise de dados foi efetuada separadamente, os resultados estão organizados por fonte de dados, procurando dar resposta à pergunta de partida deste estudo: “*De que forma a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD, está a contribuir para a promoção da literacia em saúde na área dos diabetes mellitus junto dos jovens portugueses?*”. Os dados obtidos serão integrados na interpretação de resultados, que será apresentada na próxima secção (5.2).

5.1. Apresentação e análise dos resultados

5.1.1. Entrevista

Para este estudo consideramos pertinente, entrevistar o Presidente da APD, o Doutor José Manuel Gamboa Pestana Boavida. Esta escolha recaiu essencialmente pelo papel crucial que desempenha, na defesa dos direitos e interesses das pessoas com diabetes, e da sua atuação diretamente junto das autoridades de saúde, governamentais, organizações de saúde e outros *stakeholders* relevantes. Além disso, como presidente, também é responsável por liderar a organização, definir a estratégia e as políticas da associação, promover a sensibilização para a condição de saúde em questão, facilitar o acesso a informações e apoio para os doentes, e mobilizar recursos para a realização de atividades e programas.

A intervenção do presidente da APDP foi agrupada de acordo com as seguintes categorias centrais: Diabetes *mellitus* em Portugal, Serviço Nacional de Saúde e Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) - onde está presente a subcategoria “Comunicação”.

5.1.1.1. Diabetes mellitus em Portugal

Em Portugal, a diabetes *mellitus* é uma doença crónica que afeta cerca de 14,1% da população, de acordo com dados da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (2023). A diabetes tipo II é a forma mais comum da doença no país, representando aproximadamente 90% dos casos diagnosticados. Segundo o Doutor José Manuel Boavida, em 1931 a sensibilidade da população em geral encontrava-se mais dedicada à diabetes *mellitus* tipo I, do que à diabetes *mellitus* tipo II, pois era a diabetes que na altura era mais prevalente.

A diabetes *mellitus* nas suas duas principais formas, é ainda vista pela população portuguesa e até pelo estado português como algo que, embora se tema, não se tem um conhecimento mais sólido do que é a génese da doença:

“O que gostávamos era de ter um mecenas ou um Estado que percebesse como é que se trata a diabetes e o que é a vida de uma pessoa com diabetes. Porque eles não percebem que não percebem. Normalmente começam a perceber quando aparece algum familiar, mas depois como esse familiar começa a integrar-se socialmente e começa a viver bem, também se esquecem logo. Não pensam normalmente o que é continuar a ser a vida, para ele fazer essas coisas todas, tem que ver as glicemias dez ou quinze vezes por dia, ajustar a insulina, ver a bomba, ver o sensor, carregar a bomba, ter sempre medicação em casa.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E)

Segundo o presidente da APDP, é urgente que o estado, os profissionais de saúde, educadores, professores e a população em geral, percebam e entendam a diabetes *mellitus* e o impacto que tem na vida pessoal, laboral e emocional de um indivíduo.

Atualmente em Portugal, ainda existe discriminação, causada pela falta de literacia na área da diabetes, principalmente com as crianças e os jovens, “As crianças são normalmente recusadas nas creches, acaba por ser a família a ficar com as crianças e as educadoras têm imenso medo. E, portanto, é necessário um trabalho de educação das educadoras”. (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E)

Também as escolas portuguesas exigem um trabalho minucioso de informação e formação para que os preconceitos em relação à diabetes tipo I comecem a ser cada vez menos:

“A ideia da ida às escolas, era reunir também com os professores, porque os professores também estão aqui cheios de preconceitos em relação à diabetes tipo 1. Julgam que é diabetes tipo 2. Se vê uma criança a comer um doce, é o fim do mundo, por causa do doce. Ainda não perceberam o que é insulina, e, portanto, todas estas formações são extremamente bem recebidas. Extremamente eficazes” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Podemos verificar que a diabetes ainda é temida e vista como algo bastante negativo em Portugal, até por parte de alguns profissionais de saúde do Sistema Nacional de Saúde, que segundo o testemunho do presidente da APDP, o medo é algo que é incutido nas pessoas com diabetes “Vais morrer, vais ficar isto, vais ficar aquilo, vais ficar aquilo outro”, sendo uma “tradição médica habitual” que começa a ser incutida a estas pessoas desde a sua infância. Esta “negatividade” prolonga-se ainda, pelos serviços médicos do SNS, como por exemplo na realização de exames médicos onde é atribuída às crianças com diabetes uma sala específica “porque têm comida (...) O desgraçado, sente-se absolutamente discriminado, sozinho numa sala,

com uma pessoa bem em cima (...) para poder ir à casa de banho sozinha. Como se as pessoas fossem uns bichos raros.” Os próprios hospitais, como são “inseguros, internam as crianças como se isso aumentasse a segurança sobre as crianças. Porque os pais são muito mais seguros e estão muito mais próximos da criança”. Na perspetiva do Dr. José Manuel Boavida, as pessoas com diabetes e os seus familiares têm o seu tempo de aprendizagem, tratando-se de constantes ajustes e adaptações sendo um “processo de aprendizagem”, sendo os internamentos, em idades precoces traumatizantes:

“As crianças que são internadas já em idade de consciência, ficam com traumatismo para toda a vida.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E)

O objetivo primário, além de informar e formar, é acabar com uma “discriminação positiva que se torna negativa”. Neste sentido, é importante informar a população em geral e formar profissionais tais como educadores, professores, sensibilizar profissionais de saúde, bem como investir na formação contínua dos auxiliares de geriatria: “Vamos aos lares também, porque as pessoas são muito maltratadas nos lares, desde o tratamento dos pés, até ao conhecimento das hipoglicemias, até ao dar a insulina, porque não há enfermeiros nos lares (...)O enfermeiro que chega lá, está lá a preparar a medicação (...), portanto, depois são os auxiliares.”

Através de uma comunicação clara e de uma formação adequada ao tipo de serviços que prestam às pessoas com diabetes é possível “eventualmente alguma valorização” e não uma discriminação (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

5.1.1.2. Serviço Nacional de Saúde

Quanto ao Serviço Nacional de Saúde (SNS) e aos serviços prestados na área da diabetes *mellitus* em Portugal, existem vários pontos de melhoria que podemos ter em conta, como por exemplo a proximidade. Mais proximidade na comunicação e na relação entre os profissionais de saúde e a população, “Mais proximidade, coisa que a saúde ainda está muito fechada nas suas paredes e ainda não percebeu que tem que descer ao encontro das pessoas que são o seu alvo.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

O presidente da APDP (Entrevista, Anexo E) salienta a importância da proximidade, na perspetiva da relação entre SNS e paciente, sendo que “o mais relevante é que não devemos deixar as pessoas abandonadas. Muitas vezes as pessoas são acusadas de não se cuidar, quando deveríamos era acusar as pessoas que não lhes dão o apoio necessário para elas conseguirem”. Neste sentido, a proximidade e o apoio são fundamentais para garantir que os indivíduos tenham

as condições necessárias para cuidarem de si, prevenir doenças, prevenir complicações e para lidarem, se for o caso, com a sua condição de saúde.

É importante que haja uma rede de suporte e acompanhamento, de forma a que todos se sintam acolhidos e motivados a seguir as indicações preventivas ou o tratamento de forma adequada. Segundo o Dr. José Manuel Boavida (Entrevista, Anexo E) “mais do informação é formação, mas a formação é contínua”, a informação é necessária e importante, mas no caso de pessoas com diabetes, pré-diabetes ou com um grande risco de vir a ter diabetes “(...) a formação implica motivação, muito estímulo, avaliação, correção das coisas que não estão bem. E é este processo, este processo contínuo que é o que é necessário ter (...) “. Salienta ainda, que a proximidade deveria partir também por “retirar” a diabetes dos hospitais, “os centros de saúde têm que ser de maior proximidade, têm que ser de bairro, de rua, de quarteirão (...) Tinham várias especialidades lá dentro. E esse é o modelo de centros de saúde que deveria existir”. (Entrevista, Anexo E) Para José Manuel Boavida, a proximidade é fundamental na prevenção e no tratamento da doença, considerando que os hospitais deveriam tratar apenas de doença aguda (...)” os médicos de família deveriam estar mais próximos das pessoas, com maior proximidade a eles” (Entrevista, Anexo E).

5.1.1.3. Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal é a associação de pessoas com diabetes mais antiga do mundo, tendo sido fundada a 13 de maio de 1926 por Ernesto Roma. A associação “nunca viveu para a diabetes” *mellitus*, viveu e prezou sempre pela autonomia e para a liberdade destas pessoas, “responsabilizando, obviamente, dando-lhes os meios de conhecimento para que elas pudessem tomar conta de si.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Hoje em dia, o modelo estrutural da clínica da APDP é um modelo integrado e único que é reconhecido, e por isso, é visitado por pessoas de todo o mundo, como por exemplo pessoas dos Estados Unidos da América (Entrevista, Anexo E). Também várias entidades e empresas reconhecem este modelo de clínica e pretendem estabelecer parcerias:

“(…) ainda Dinamarca cá esteve em Novembro e a querer estabelecer uma grande parceria connosco para colaborar. E a Dinamarca é capital da insulina e da *Novo Nordisk*, e agora do *Ozempic*. É uma honra para nós este reconhecimento”. (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

5.1.1.3.1. Marcos Históricos

Dr. José Manuel Boavida (Entrevista, Anexo E) enumera os marcos históricos que também eles levaram a este reconhecimento ao longo dos anos. Até aos anos 50 era apenas a associação

que possuía insulina. A associação tornou-se um agente impulsionador de mudança, para que a insulina se tornasse gratuita, sendo os custos suportados pelo Serviço Nacional de Saúde e “(...) só em 1973 é que a insulina se torna gratuita e o Serviço Nacional de Saúde começa a pagar a insulina (...)” (Entrevista, Anexo E). Até a insulina se tornar gratuita e a estar disponível, as pessoas com diabetes eram encaminhadas para a APDP para poderem efetuar o tratamento da diabetes com insulina sendo, em simultâneo um processo de aprendizagem e confiança:

“(...) a primeira preocupação da associação era ensinar as pessoas a utilizar a insulina, porque percebeu que não bastava dar insulina, era preciso ensinar as pessoas a insulina e, portanto, teve sempre uma grande confiança nas pessoas.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Desde que foi fundada, a APDP mantinha apenas o acesso restrito a pessoas que fossem pobres e que não conseguiam pelos seus próprios meios obter insulina para o tratamento e controlo da sua diabetes, “(...) só depois do 25 de Abril, em 74 abriu a outras pessoas que não fossem pobres” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

5.1.1.3.2. Eixos de Ação da APDP

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal tem como principais eixos de ação com o objetivo da promoção da saúde, da educação para o autocuidado, da defesa dos direitos dos portadores de diabetes e da sensibilização da sociedade para a importância da prevenção e do tratamento adequado da doença. O Dr. José Manuel Boavida enumera os cinco principais eixos da APDP. Em primeiro lugar o *eixo social e associativo*, que prima pela defesa e divulgação de todas as ações e “tudo aquilo que diz respeito à vida das pessoas com diabetes, sempre numa perspetiva de cidadania, de participação, de autonomia, de consciência dos seus direitos e da necessidade de apoio que têm depois a parte clínica.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Em segundo lugar, o *eixo clínico*, com o seu modelo exemplar de estrutura de clínica, um modelo integrado e único que é reconhecido mundialmente, como já foi referido anteriormente. O Presidente da APDP acrescenta ainda que é o eixo clínico que contribui maioritariamente para a sustentabilidade da associação:

“Que no fundo, foi aquilo que provavelmente terá mantido mais vivo a associação, porque a diabetes inicialmente era sobreviver, era dar insulina para sobreviver. (...) a seguir, começaram a aparecer as complicações da diabetes, porque as pessoas sobreviviam, mas muito mal compensadas. As insulinas eram muito pouco puras e, portanto, começámos a ter várias especialidades e, portanto, hoje temos um modelo de clínica que é visitado por pessoas desde os Estados Unidos a todo o mundo.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Igualmente com bastante relevância encontra-se o eixo *da Investigação*, que mantém a associação permanentemente adaptada para continuar com a sua missão, como por exemplo a descoberta de novos tratamentos, medicamentos e de tipos de rastreios cada vez mais atuais. Para que a constante adaptação seja possível, a APDP encontra-se em contacto com “todos os centros de investigação a nível nacional, a nível internacional, sempre atualizada, participando em múltiplos estudos.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Neste momento a associação está envolvida e empenhada em nove ensaios clínicos que envolvem novos medicamentos e a participação em múltiplos estudos (Entrevista, Anexo E). O quarto eixo, o eixo *da formação*, constitui grande parte da experiência da associação. Para além da ida da APDP a escolas e a lares de idosos para formar os seus profissionais, efetua formações de relevância a profissionais de saúde, como por exemplo “enfermeiros, a tratamento do pé, oftalmologistas, nutricionistas, médicos, etc.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Por fim, e sem menos relevância, encontra-se o *eixo de intervenção social*. Este eixo oferece apoio social a nível de crianças e jovens gerindo o impacto que esta doença causa, junto das suas famílias. Segundo o Dr. José Manuel Boavida (Entrevista, Anexo E), a população jovem “sempre foi uma prioridade “para a associação:

“Cresceu para os jovens. A grande razão de ser eram os jovens na altura, porque era a diabetes tipo I. E, portanto, há sempre um carinho muito especial para os jovens. De tal maneira que têm um espaço próprio há muito tempo.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

5.1.1.3.3. *Objetivos Futuros da APDP*

Como já foi referido neste trabalho, a APDP está constantemente empenhada em promover a educação e sensibilização da população em geral sobre a diabetes, bem como os próprios doentes e em colaborar com as autoridades de saúde e entidades governamentais na implementação de políticas públicas que visem melhorar a qualidade de vida dos diabéticos em Portugal. O presidente da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal frisa que um dos seus desejos era “ter um mecenas (...) que percebesse como é que se trata a diabetes e o que é a vida de uma pessoa com diabetes. Porque eles não percebem que não percebem” (Entrevista, Anexo E).

O grande objetivo da APDP a nível nacional centra-se no “desenvolvimento de mini APDP pelo país fora. Em cada capital, distrito teria uma mini APDP em que poderia desenvolver algumas partes que temos aqui, e depois, em conjugação com o hospital. Por exemplo, na Dinamarca, junto aos grandes hospitais distritais, existe um “minicentro” de diabetes” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Com este objetivo, é possível edificar a proximidade e a disseminação do modelo clínico que a APDP já possui, não apenas em Lisboa, mas em todo o país, garantindo assim que cada vez mais pessoas tenham acesso a um atendimento de qualidade e baseado nas melhores práticas de saúde. Além disso, a disseminação do modelo clínico da APDP também contribuirá para a sensibilização da população em relação à importância da prevenção e do controlo da diabetes, uma doença que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. Contudo, segundo o Dr. José Manuel Boavida, existem também novos projetos e objetivos relativamente ao controlo e tratamento da diabetes *mellitus*, como por exemplo:

“(…) estamos na expectativa dos novos medicamentos que parece que começam a aparecer, para evitar a progressão desta fase da diabetes propriamente dita. E, portanto, queremos, provavelmente, no fim deste ano, princípio do próximo, vamos começar a ensaiar um dos primeiros medicamentos que faz isso, que já foi aprovado nos Estados Unidos, já apresentou os primeiros resultados (…)” (Entrevista, Anexo E).

O presidente da APDP sublinha que a sua preocupação e de toda a associação está voltada para os jovens, e do caminho para “não digo que seja a cura, mas que sejam sistemas cada vez melhores.” Aproveitando para nos desvendar que a “batalha” que têm neste momento em curso é a chegada e a adoção de bombas perfusoras de insulina totalmente inteligentes (Entrevista, Anexo E). No entanto, lamenta que este processo seja difícil e moroso:

“O concurso foi adiado, há muitas casas que não vêm, há muita dificuldade ainda de produção de bombas de insulina inteligentes (...) Portugal é um país muito pequenino para atrair estas casas, mas estamos a fazer algum esforço nesse sentido”. (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

5.1.1.3.4. *Papel na promoção da saúde e prevenção da doença*

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e prevenção da doença no país. Ao representar e apoiar as pessoas com diabetes, a associação trabalha ativamente para aumentar a consciencialização sobre a doença, educar a população sobre os fatores de risco e promover hábitos de vida saudáveis. Desde os anos 70 que realiza rastreios, numa tentativa de compreender quantas pessoas com diabetes existiam, juntamente com os rastreios de tuberculose (Entrevista, Anexo E). Atualmente a APDP continua a realizar rastreio na comunidade, um trabalho que é realizado em conjunto com as autarquias e segundo o Dr. José Manuel Boavida, “as autarquias e a sua rede são absolutamente fundamentais” (Entrevista, Anexo E). Na perspetiva do presidente da associação, e tendo em conta toda a sua

experiência, este ressalta a importância das autarquias na prevenção da doença e promoção da saúde na comunidade:

"As autarquias deviam ter um papel muito mais importante na saúde, porque têm muito mais meios do que têm a própria saúde e, portanto, fazemos através deles, mas com uma preocupação, não aqueles velhos rastreios de picar o dedo e que muitas vezes é enganador, mas de fazer um questionário de risco onde se vão identificando os fatores de risco e se vai discutindo com as pessoas e no fundo se dá um incentivo a mudanças de comportamento (...)" (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Normalmente, são as autarquias ou as coletividades que solicitam os rastreios à associação. Estes rastreios promovem as mudanças de comportamento e avaliam o risco que cada indivíduo tem em vir a ter diabetes. O Dr. José Manuel Boavida salienta que estes rastreios são também uma forma de "(...) saída dos muros da saúde para junto da comunidade". Nos últimos anos, a APDP tem investido na área do desenvolvimento social, e tem vindo a criar as "Casas da Diabetes" que consistem em espaços dentro das próprias autarquias, onde uma vez por mês a associação realiza uma sessão de animação sobre as pessoas com diabetes e sobre a diabetes (Entrevista, Anexo E). Estas iniciativas visam também combater o estigma em torno da diabetes, desmistificar ideias erradas e promover a aceitação e a compreensão por parte da sociedade. Este projeto da APDP tem tido uma excelente adesão por parte das autarquias e da população, sendo reconhecido como uma ferramenta importante para a promoção da saúde e para a prevenção de complicações relacionadas com a diabetes.

A APDP tem um programa denominado de "Gosto", em que o foco está na prevenção da diabetes *mellitus* tipo II. Este é um programa voltado para a prevenção da doença em pessoas que já são pré-diabéticas e que apresentam uma necessidade de prevenção para que o estado clínico não evolua. Assim, este programa apresenta uma visão mais positiva e motivadora para a mudança de comportamentos e para a prevenção usando a palavra "Gosto" como por exemplo: "eu gosto de viver bem"; "Eu gosto de ser saudável", "Eu gosto de comer bem"; "Eu gosto de ser fisicamente ativo"; "Eu gosto de evitar as doenças" (Entrevista, Anexo E).

O Dr. José Manuel Boavida reforça a importância desta intervenção junto da comunidade portuguesa: "São as pessoas que têm pré-diabetes ainda, que ainda não têm diabetes, e intervir nessas pessoas com a modificação dos estilos de vida. Mas o grande fator de desenvolvimento da diabetes tipo II é a obesidade". A obesidade está intimamente ligada ao aumento da resistência à insulina, o que pode levar ao desenvolvimento da diabetes tipo II, pois o corpo não consegue mais produzir insulina suficiente para controlar adequadamente o açúcar no sangue. E é, neste sentido, que atualmente a associação apoia uma clínica de obesidade, que segundo o presidente, o que "(...)

estas clínicas de obesidade também têm conseguido é uma própria regressão da diabetes tipo II, ou seja, conseguimos pôr as pessoas com diabetes tipo II como se não tivessem diabetes tipo II.

Sabemos que estão lá os genes, está lá a matriz do desenvolvimento da diabetes tipo II. Enquanto mantiverem a perda de peso, é possível evitar a diabetes e que ela progrida e crie complicações” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

O doutor não deixou de referir também o programa “Radar”, um programa inovador da APDP para a realização de rastreios da diabetes *mellitus* tipo I:

“é um dos pais que já começam a trazer os filhos(...) E o que queremos apanhar, são os anticorpos, as anti-células produtoras de insulina, mais cedo. Com dois objetivos: o primeiro é preparar as pessoas para a probabilidade daquele jovem vir a ter diabetes, e, portanto, não ter uma surpresa total. E, de não o deixarem nunca cair em coma.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

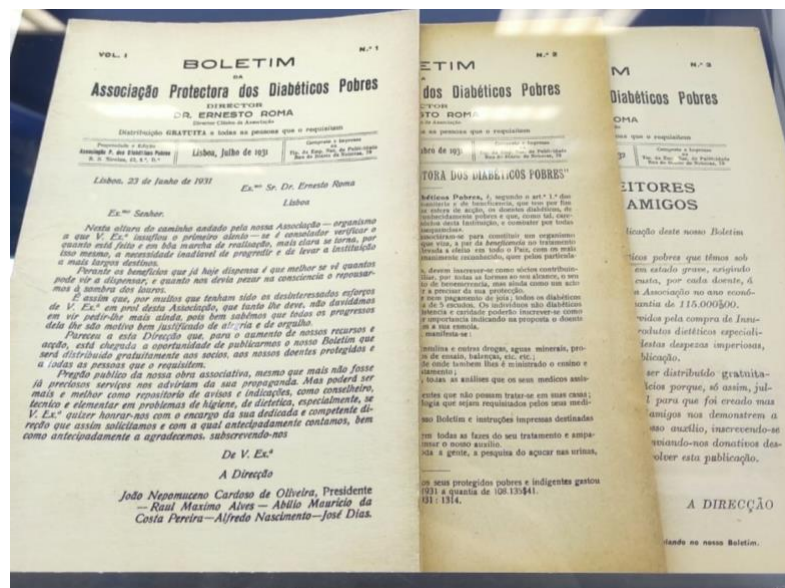
Em suma, é através de campanhas de sensibilização, palestras, rastreios e eventos dedicados à saúde, que a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal desempenha um papel fundamental na promoção da prevenção da diabetes e na melhoria da qualidade de vida das pessoas que vivem com esta condição.

5.1.1.4. Comunicação

5.1.1.4.1. Meios de comunicação e intervenção

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, através dos seus meios de comunicação, procura consciencializar a população sobre a diabetes, promover a prevenção e o autocuidado, além de oferecer suporte e informação aos diabéticos e aos seus familiares.

Figura 5.1. Primeiros Boletins APDP (números 1,2 e 3)



O boletim de diabetes mais antigo do mundo pertence a esta associação e existe desde 1931 (Figura 5.1.). Atualmente, “esse boletim manteve-se como a revista, que é uma revista quatro vezes por ano.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E). A revista da APDP, *Diabetes- Viver em Equilíbrio*, é uma revista trimestral de informação que visa abordar os principais acontecimentos relacionados com a diabetes tanto a nível nacional como internacional. O seu principal objetivo é fornecer informações e recursos para pessoas com diabetes, os seus familiares e cuidadores bem como para profissionais e organizações de saúde nesta área.

O Dr. José Manuel Boavida refere que a comunicação externa é feita “(...)ou pelas *newsletters*, ou pela revista, ou pelos comunicados que pomos ou por artigos publicados (...)”. A APDP envia quinzenalmente *newsletters* por e-mail para manter os associados e interessados informados sobre as atividades da associação, novidades sobre diabetes, eventos e outras informações relevantes. Neste sentido a associação utiliza diversos meios de comunicação para ir de encontro aos seus associados e ao público em geral.

Entre os principais meios mencionados estão também as redes sociais, que pudemos encontrar na pesquisa e análise para o presente trabalho, tais como: Facebook, Instagram, Twitter (Rede X) e LinkedIn. Através destas plataformas, a associação partilha notícias, campanhas, eventos e dicas de saúde, além de promover a interação com os seus seguidores.

5.1.1.4.2. Ações e Campanhas

A associação está presente em inúmeras iniciativas, especialmente nas Campanhas do Dia Mundial da Diabetes. O Presidente da APDP afirma que:

“Sempre fomos os grandes divulgadores”, distribuindo cartazes por todas as autarquias para promover a consciencialização sobre a doença. No ano passado, foi possível a APDP envolver cerca de 80 autarquias na divulgação do Dia Mundial da Diabetes, distribuindo cartazes a nível local com os logotipos das próprias câmaras municipais, demonstrando o seu apoio e orgulho pela causa (Entrevista, Anexo E).

O Dia Mundial da Diabetes celebra-se a 14 de novembro, e uma das campanhas da APDP, consiste na iluminação de vários monumentos portugueses a azul:

“(…)já tivemos a Torre de Belém Azul, já tivemos a Câmara Municipal a Azul, já tivemos o Arco da Rua Augusta a Azul, no Dia Mundial da Diabetes.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

No mês de novembro, considerado publicamente o mês da diabetes, as campanhas realizadas pela APDP espalham-se pelas principais cidades, como foi o exemplo da campanha de

sensibilização, através de outdoors em zonas de grande circulação automóvel em Lisboa e no Porto, no ano de 2019³³.

Uma iniciativa que visa mostrar a importância da diabetes e consciencializar a sociedade sobre a necessidade de adotar medidas preventivas, como cuidar da alimentação, praticar exercícios físicos regularmente e realizar exames de saúde com frequência. No dia do aniversário da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, comemorado no dia 13 de maio, são também realizadas campanhas especiais todos os anos (Entrevista, Anexo E).

A associação dedica-se também à importante missão de reivindicar material de apoio às pessoas com diabetes. O tratamento e o controlo desta condição requerem diversos recursos e equipamentos específicos, como monitores de glicemia, tiras reagentes, insulina, entre outros. Através de campanhas, mobilização política e parcerias com instituições e empresas, a associação trabalha incansavelmente para tornar mais acessíveis os materiais de apoio às pessoas com diabetes desde a sua fundação:

"A grande primeira campanha, depois da insulina foi o acesso às tiras de glicémia, que antes disso era na urina que se faziam as pesquisas e era um método extremamente pouco fiável e muito enganador. Depois, a seguir, houve múltiplas campanhas para o acesso aos sensores, campanhas para o acesso às bombas de insulina." (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

Na perspetiva do Presidente desta associação, as ações que são a base do sucesso para o cuidado e sensibilização da diabetes é a “insistência” na área da formação principalmente em escolas e lares de idosos:

"(...) é ir às escolas, sempre que há uma criança com diabetes, explicar um pouco o que é diabetes, e explicar um pouco que atitudes podem ter em relação à doença se necessário. Com dois sentidos, um, de proteger, e outro, de não hiperproteger (...) Nós fazemos a formação dos auxiliares (dos lares). Já fazemos cursos destes há mais de 10 anos, já fomos a mais de 200 instituições (...)" (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

³³ Disponível para consulta em: <https://www.noticiasominuto.com/lifestyle/1364949/apdp-despe-se-de-preconceitos-para-sensibilizar-populacao-para-a-diabetes>

5.1.1.5. Recursos Humanos

5.1.1.5.1. Profissionais de Comunicação

Os profissionais de Comunicação da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal desempenham um papel fundamental na disseminação de informação importante sobre a prevenção, tratamento e cuidados com a diabetes. Através de campanhas de consciencialização, materiais educativos e ações de sensibilização, estes profissionais trabalham para informar o público em geral, mas também atuam na divulgação das atividades e serviços oferecidos pela entidade, procurando alcançar o maior número de pessoas possível que possam se beneficiar das iniciativas da organização.

Atualmente a APDP trabalha com uma pequena agência de comunicação, uma equipa individual interna que colabora com a associação (Entrevista, Anexo E). O presidente da associação reforça a importância da sensibilidade dos profissionais de comunicação que colaboram com associações de doentes como a APDP, demonstrando a sua preferência por equipas menores do que por grandes agências de comunicação:

“As experiências que temos tido com outras agências externas, é normalmente muito estereotipada, muito cheia de preconceitos. E não têm sensibilidade.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

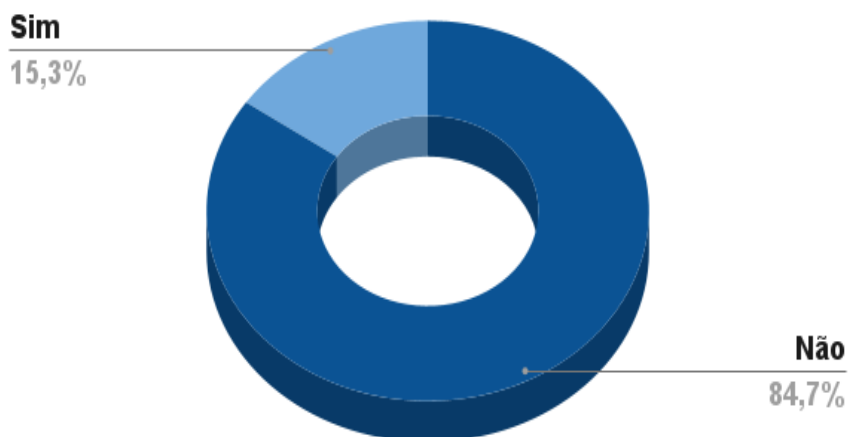
Salienta ainda, que desempenhar estas funções com sucesso, é necessário “viver dentro de uma instituição como esta, de vestir a camisola”, de existir uma entrega por parte dos profissionais de comunicação. O Dr. José Manuel Boavida revela que o objetivo da associação é que “todas as vivências aqui da instituição sejam transmitidas para a comunicação. Para a comunicação depois poder transformar, ou pelas newsletters, ou pela revista, ou pelos comunicados que pomos ou por artigos publicados. Enfim, desenvolver todas essas atividades.” (Dr. José Manuel Boavida, Entrevista, Anexo E).

5.1.2. Questionário aos Jovens Portugueses

Esta investigação contou com a participação de 163 jovens portugueses, com o objetivo de compreender o seu conhecimento sobre a diabetes *mellitus*, bem como, de que forma a APDP e a SPD comunicam informações relativas a esta doença e à sua prevenção, mas também, se esta amostra conhece estas duas principais associações portuguesas. Pretendemos, assim, perceber, do ponto de vista dos jovens portugueses, se a APDP e a SPD foram uma fonte de conhecimento e de informação sobre a diabetes *mellitus*.

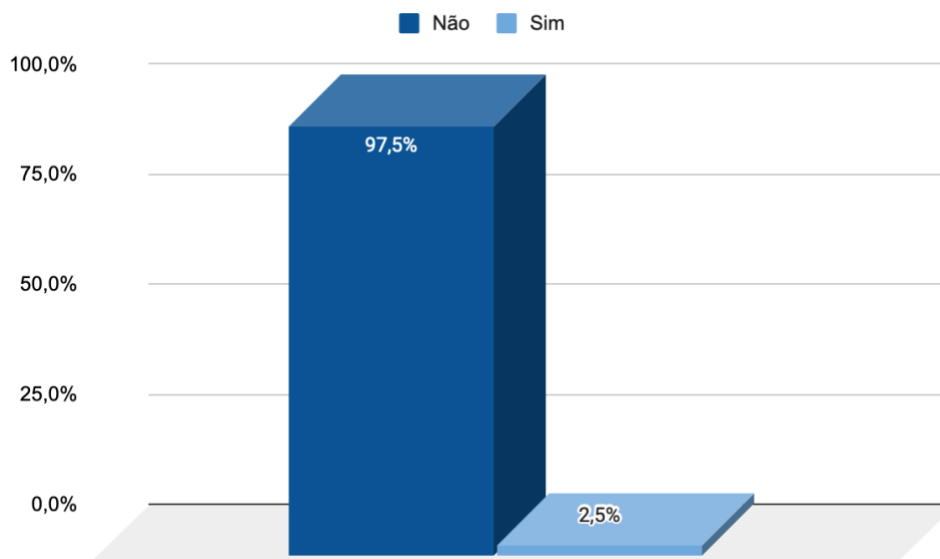
Cerca de 60,7% dos inquiridos afirma ter familiares diabéticos, apesar de apenas 15,3% indicar que vive com esses mesmos familiares (Figura 5.2.).

Figura 5.2. “Mora com esses familiares?”



É de salientar que apenas 2,5% (4 indivíduos) dos inquiridos (n=163), indicam ser diabéticos (Figura 5.2.1), sendo que, três deles indicam ser diabético tipo II e apenas um indica ser diabético tipo I.

Figura 5.2.1. “Tem diabetes?”

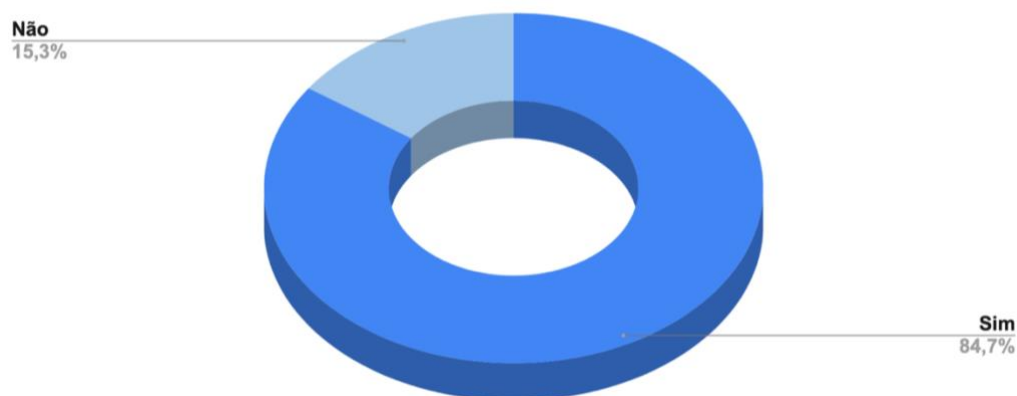


Esta informação é relevante para a análise dos hábitos alimentares e de saúde dos inquiridos, uma vez que a diabetes tipo II está fortemente relacionada com a alimentação e o estilo de vida.

No que diz respeito ao tipo de fonte e método de recolha de informação sobre problemas de saúde, nomeadamente a diabetes *mellitus*, de acordo com as respostas recolhidas (n=163), 84,7% indivíduos costumam pesquisar na internet informação relativamente a problemas de saúde e

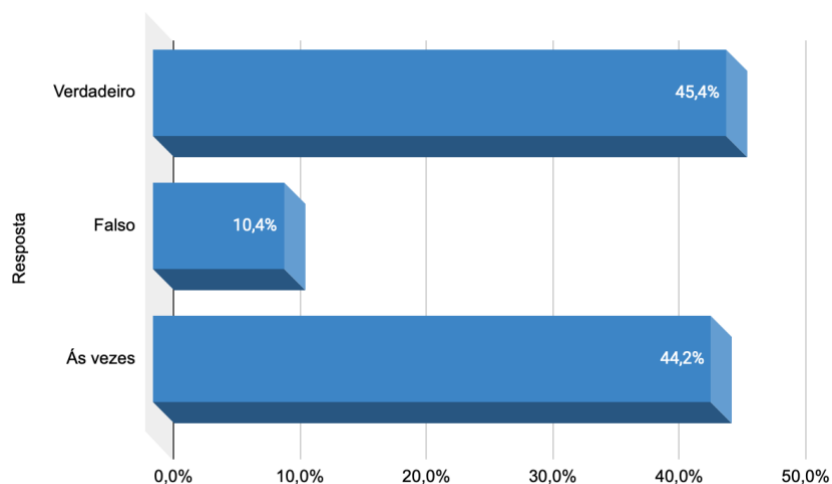
apenas 15,3% afirma não pesquisar na internet informação sobre problemas de saúde (Figura 5.2.2).

Figura 5.2.2. Costuma pesquisar na internet informação relativamente a problemas de saúde?



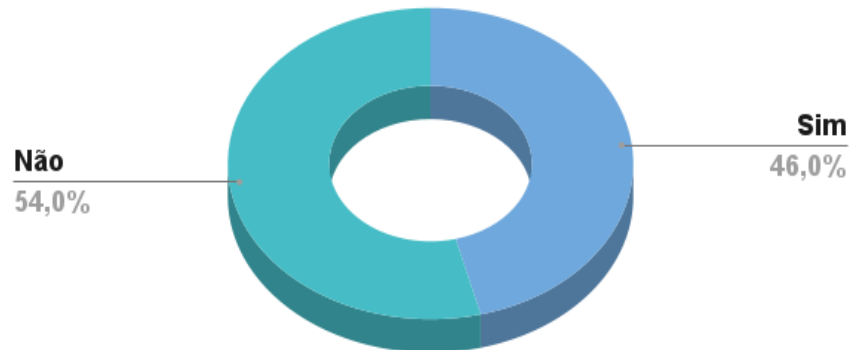
Os dados demonstram que 45,4% dos inquiridos procura esclarecer as suas dúvidas nas páginas de associações ou institutos da especialidade sempre, e 44,2% dos indivíduos indicam que o fazem “às vezes” (Figura 5.2.3).

Figura 5.2.3. “Procuro esclarecer as minhas dúvidas nas páginas de associações ou institutos da especialidade”



Aproximadamente 54% dos inquiridos afirma que não procura informação sobre problemas de saúde nas redes sociais sendo que 93,3% dos participantes indica ter o cuidado de verificar se a informação que pesquisa provém de páginas credíveis (Figura 5.2.4). Pesquisar informações em páginas credíveis é de extrema importância, pois garante a veracidade e confiabilidade das informações obtidas.

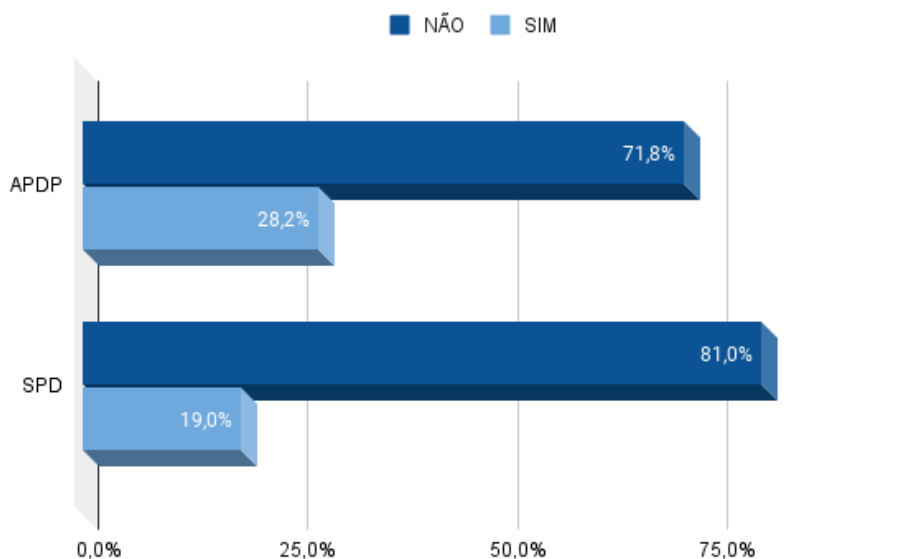
Figura 5.2.4. Usa as redes sociais para se informar sobre problemas de saúde?



Para tomar decisões informadas e obter um conhecimento mais aprofundado sobre determinado assunto, é fundamental verificar a credibilidade da fonte das informações, procurando páginas de instituições confiáveis, veículos de comunicação reconhecidos e especialistas na área em questão.

Relativamente ao conhecimento que os inquiridos têm sobre a APDP e a SPD, os resultados revelaram que 71,8% dos inquiridos indicam que não conhecem a APDP e que aproximadamente 81% dos inquiridos não conhecem a SPD (Figura 5.2.5). Além disso, a maioria das pessoas não possui familiaridade com os meios de comunicação digital destas organizações. No entanto, entre os meios de comunicação digital da APDP, o *website* (com 24 respostas) e o Facebook (com 15 respostas) são as páginas mais conhecidas entre os participantes deste estudo.

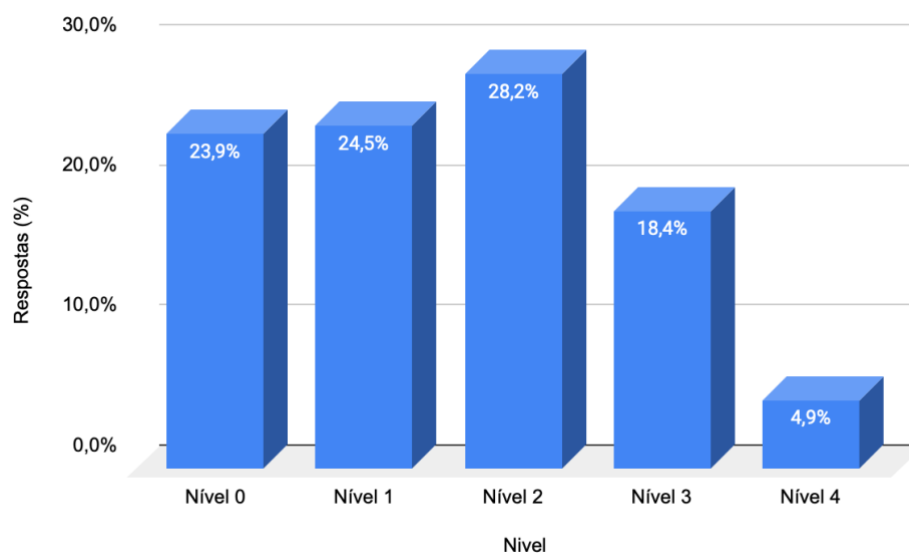
Figura 5.2.5. “Já ouviu falar da APDP / Já ouviu falar da SPD?”



Surpreendentemente, o Instagram da APDP não recebeu o mesmo nível de reconhecimento por parte dos inquiridos, sendo considerada uma plataforma digital de pouca expressão (com apenas 7 respostas) dentro do contexto do estudo. Isso ressalta a importância de uma estratégia de comunicação mais abrangente e eficaz por parte da associação, visando promover uma maior visibilidade e envolvimento por meio de diferentes canais de comunicação. Relativamente à SPD, o *website* (com 15 respostas) e o Facebook (com 12 respostas) são as páginas mais conhecidas. Contrariamente ao caso da APDP, embora pouca, o Instagram da SPD apresenta alguma expressão (11 respostas) entre a população estudada.

Quanto à secção específica para analisar o conhecimento sobre a diabetes *mellitus*, considerámos uma escala de zero (0) a quatro (4), em que zero indica que o inquirido não possui conhecimento algum e quatro indica o total conhecimento sobre a diabetes. A maior parte dos participantes indica possuir algum conhecimento sobre esta doença (Figura 5.2.6). Perto de 24% dos inquiridos diz não ter conhecimento algum sobre a diabetes *mellitus*, sendo apenas a minoria a considerar possuir um conhecimento total sobre a doença (aproximadamente 5%).

Figura 5.2.6. “Qual o nível de conhecimento que considera ter acerca da diabetes *mellitus*?”



Praticamente metade dos inquiridos (49,1%), ou seja, 80 indivíduos, declaram que o conhecimento que possuem advém do convívio com um parente ou amigo diabético. Relativamente aos conhecimentos adquiridos através da internet, apenas 1,8% dos inquiridos referem ter obtido informações no website da APDP e 17 afirmam adquirir conhecimentos sobre a doença através do motor de pesquisa Google.

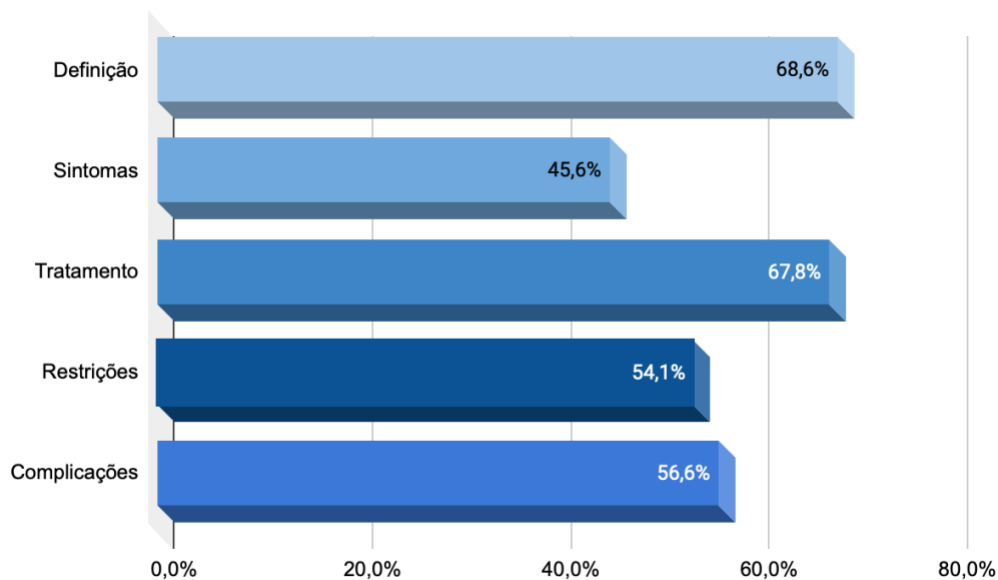
A segunda secção do questionário, demonstra o nível de conhecimento, sobre a diabetes *mellitus*, por parte da amostra estudada neste trabalho. É importante ressaltar que a análise recai

apenas sobre um pequeno número de perguntas e sobre uma pequena amostra, assim sendo, o resultado proporciona-nos apenas uma noção do conhecimento que os jovens portugueses possuem sobre a diabetes.

Os resultados obtidos através da análise das respostas dos participantes deste estudo demonstram um bom nível de conhecimento sobre a doença em questão. Com uma média de 58,6% de respostas corretas, podemos afirmar que os participantes estão razoavelmente informados acerca do tema abordado.

É interessante notar que o nível de desconhecimento sobre a doença é relativamente baixo, com uma média de 27% de respostas "Não sei". Isto indica que a maior parte dos participantes conseguiu fornecer alguma informação ou conhecimento sobre a doença, mesmo que não fosse completamente precisa. Por outro lado, as respostas erradas, ou por falta de conhecimento ou devido a crenças erradas/mitos, representam apenas 14,4% da média total de respostas. Isso sugere que, apesar de ainda haver algum espaço para esclarecimento e para corrigir possíveis conceções equivocadas, a maioria dos participantes poderá evitar no futuro a propagação de informações incorretas sobre a doença. Podemos ainda destacar que a secção em que os participantes apresentaram um maior conhecimento (maior número de respostas corretas), foram os grupos "Definição" e "Tratamento" (Figura 5.2.7).

Figura 5.2.7. Média de respostas corretas sobre a diabetes *mellitus* por grupo



A título de curiosidade, foi adicionada uma ilustração na parte final desta secção, exibindo um dispositivo de deteção de glicose (Sensor *FreeStyle Libre 2*³⁴). Com o propósito de avaliar o nível de compreensão e empatia em relação a este artefacto e com aqueles que o utilizam. Neste contexto, constatou-se que aproximadamente 86,5% dos inquiridos (n=163) afirmaram estar familiarizados com o objeto da ilustração. Contudo, apenas 62% dos participantes demonstraram saber efetivamente para que serve o dispositivo apresentado na imagem.

5.1.3. Documentos Públicos

De forma a responder à pergunta de partida, recolhemos informação proveniente dos *websites* e das páginas da Sociedade Portuguesa de Diabetologia e da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, no Facebook e Instagram. Não podemos deixar de salientar que existiu uma tentativa de recolha de dados a partir de materiais informativos na APDP e na SPD, embora estes materiais não estivessem disponíveis.

5.1.3.1. Materiais informativos

A sede da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal situa-se na Rua do Salitre, em Lisboa. Na entrada da associação é possível observar um busto em pedra do Dr. Ernesto Roma, que fundou a APDP em 1926. Junto aos elevadores observámos uma área identificada com informação ao utente onde se pode ler, por exemplo, o nome dos serviços e os respetivos pisos, os horários de funcionamento e a oferta assistencial.

Ao entrarmos na sala principal, onde se situa a sala de espera e a receção, observámos apenas uma pequena vitrine destinada à exposição de artigos de *merchandising* da APDP para venda, tais como uma caneca, um guarda-chuva, t-shirts e livros sobre a diabetes (Figura 5.3.), como por exemplo: “A Diabetes Na Sua Mão” e “Diabetes tipo 2 - Um Guia de Apoio e Orientação”. Foi possível verificar que todos os livros expostos, ou são projetos da APDP ou projetos financiados pela Fundação Ernesto Roma³⁵ que nascem em colaboração com diversos autores. Encontra-se

³⁴ Este sensor mede continuamente a concentração de glicose no líquido intersticial de dia e de noite. Este sensor atualiza o valor de glicose a cada minuto e armazena leituras de glicose (Abbott, 2024).

³⁵ A Fundação Ernesto Roma foi fundada em 2005 pela APDP com o objetivo de promover a educação e formação contínua para indivíduos com diabetes, assim como para profissionais que trabalham no tratamento da doença. Esta entidade sem fins lucrativos é uma forma de prestar homenagem a Ernesto Roma, pioneiro na Diabetologia Social e fundador da APDP. (Fundação Ernesto Roma, s.d). Disponível em: <https://www.fundacaoernestoroma.org/fundacao>.

também exposto um troféu de 2º lugar, no Campeonato Europeu de Futsal para Pessoas com Diabetes (DiaEuro) de 2013.

No centro da mesma sala, foi possível observar um placar informativo com uma infografia sobre Ernesto Roma, o fundador da associação, e o seu percurso de vida como médico e como pioneiro na diabetologia social³⁶ (Figura 5.4.).

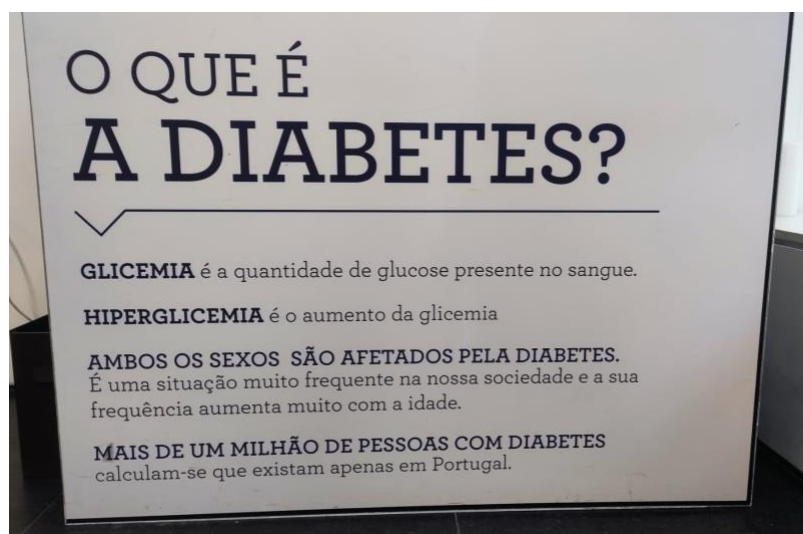
Figura 5.3. Vitrine da Sala de espera da APDP **Figura 5.4.** Infografia sobre a vida de Ernesto Roma



No decorrer da observação, não foi possível identificar material informativo sobre a diabetes e a sua prevenção, tais como folhetos, jornais ou revistas informativas e informações sobre palestras ou workshops. Ao fundo da sala foi possível verificar, um pequeno balcão onde são retiradas as senhas de atendimento, que continha termos cruciais sobre a definição de diabetes (Figura 5.5). Todas as palavras são apresentadas na cor azul, e a sua dimensão é bastante visível, sendo que em destaque e a negrito, estão as palavras-chave, como por exemplo “A diabetes”, “Glicémia” ou “Hiperglicemia”.

³⁶ A organização da diabetologia social em Portugal correspondeu historicamente a um processo de sim-biose entre a diabetologia, enquanto área de intervenção multidisciplinar, e o trabalho social, enquanto sustentáculo do processo de tratamento e de educação médica (Vieira et al., 2020, p.7)

Figura 5.5. Balcão de apoio com palavras-chave sobre a diabetes



É importante salientar que nesta visita à APDP, considerámos relevante observar a existência de materiais informativos apenas nesta sala, por esta ser a sala de espera central e sem qualquer tipo de restrição relativamente ao seu acesso.

5.1.3.1.1. Visita ao Museu da Diabetes

O Museu da Diabetes, encontra-se no 3º piso do edifício da sede da APDP, está aberto ao público durante o horário de funcionamento da associação, basta solicitar na receção para que seja possível fazer uma visita. O Museu da Diabetes não só relata a trajetória da diabetes em Portugal, como também funciona como um local de troca de memórias da associação de diabéticos mais antiga do mundo.

Neste espaço, é possível observar o processo médico da primeira paciente diagnosticada, bem como outros registos históricos, como textos escritos pelo fundador Ernesto Roma e correspondências da Rainha D. Amélia. Existem áreas específicas onde os visitantes podem aprender sobre a história da descoberta da insulina, homenagear o médico Ernesto Roma e explorar a trajetória da APDP desde a sua criação até aos dias de hoje. Além disso, também são exibidos vários materiais que mostram a evolução dos equipamentos e tratamentos utilizados no cuidado de pessoas com diabetes³⁷, como por exemplo a evolução das canetas de insulina e os vários tipos de medicamentos utilizados ao longo dos anos para o tratamento da diabetes *mellitus* tipo II.

³⁷ O registo fotográfico da visita ao Museu de Diabetes encontra-se disponível no Anexo M.

Assim, por meio desta observação, foi possível verificar que existe bastante informação relativamente à evolução de equipamentos e tratamentos, bem como a factos históricos, não tendo sido identificados materiais informativos relativamente à sua prevenção. A palavra “Prevenção” é mencionada, no sentido de ser um propósito da associação no “Combate à Diabetes”.

5.1.4. *Websites* das Associações

5.1.4.1. Análise do *website* da APDP

A presente análise realizou-se no dia 19 de abril de 2024. Foi possível verificar, na página inicial do *website* da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, que a identificação da associação se encontrava bastante visível juntamente com o seu logotipo, no canto superior esquerdo da mesma (Figura 5.6).

Figura 5.6. Página inicial do *website* da APDP



Não é possível observar a data em que a página foi criada, apenas é possível verificar quem desenvolveu a página, neste caso a empresa *Phormula*.

A informação com mais destaque situa-se no *slide* dinâmico de imagens abaixo dos menus do *website*. À data da análise descritiva, o *slide* dinâmico apresentava em modo automático cinco imagens.

A primeira imagem remetia à consignação do IRS para a APDP³⁸, a segunda imagem sensibiliza o utilizador para a prevenção da diabetes *mellitus* tipo II, através de um link para a ficha de avaliação de risco, bem como através de uma ilustração com hábitos saudáveis, como por exemplo uma refeição saudável e exercício físico. É também destacado, em terceiro lugar, a secção de recrutamento intitulada como “Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?” (APDP, 2024), que nos remete à página de Recrutamento e onde são apresentadas as oportunidades atuais de emprego.

É também mantida em destaque uma mensagem de “Boas-vindas”, sendo que, as duas últimas imagens remetem respetivamente ao apelo para os utilizadores se tornarem sócios da APDP com a frase “Contribua para a luta contra a diabetes e suas consequências” e ao contacto com a APDP no sentido de esclarecer as questões do utilizador e de efetuar os seus pedidos. Em ambos os casos, existem links para a ficha de associado e para o formulário de contacto, respetivamente.

Ainda na página inicial é possível observar as notícias mais recentes, bem como, a lista de especialidades e consultas, as suas valências. No que diz respeito a conteúdos disponíveis sobre a organização, como por exemplo a sua missão, os seus objetivos ou as suas competências, estes situam-se logo no primeiro menu, intitulado de “APDP” na linha de menus. Aqui, é possível encontrar de forma rápida e organizada tudo o que precisamos de saber sobre a associação. Desde a sua missão, os principais objetivos que procura alcançar, passando pelas competências e habilidades que a destacam. A transparência e a clareza das informações disponíveis neste menu refletem o compromisso da APDP em manter uma comunicação eficaz e em promover a compreensão e a identificação do público com a sua causa.

No menu “Diabetes”, na *homepage* da associação, foi possível identificar páginas dirigidas a públicos específicos. Existe uma área dedicada aos profissionais de saúde onde os mesmos podem ter acesso aos submenus “Cursos disponíveis” bem como a “Congressos”. E existe uma área dedicada às pessoas com diabetes e aos seus cuidadores, onde foi possível observar cinco submenus: “Diabetes + Simples”, “Saiba o seu risco”, “Cursos”, “Material Educacional” e “Nutrição”. O primeiro submenu “Diabetes + Simples” é uma área dedicada aos doentes com Diabetes *Mellitus*, onde é possível, à data da análise, encontrar informação sobre formação, assim como dicas e receitas para uma alimentação saudável.

³⁸ Consignação de IRS é o nome dado a uma percentagem do imposto do IRS em que o contribuinte pode doar a uma instituição de solidariedade social em vez de a entregar ao Estado. A grande vantagem da consignação de IRS é que, além de ajudar uma causa solidária à escolha de cada contribuinte, esta operação não tem quaisquer custos (DECO, 2024). <https://www.deco.proteste.pt/dinheiro/impostos/noticias/que-e-consignacao-irs-como-faze-la>

No submenu “Material Educacional” podemos encontrar material desenvolvido com o apoio da *Bayer, Lilly e Roche*³⁹, bem como, uma biblioteca com as versões online de livros elaborados pela APDP⁴⁰ sobre a doença, mas também os relatórios anuais do Observatório Nacional da Diabetes desde o ano de 2010 até ao ano de 2023.

Todos estes materiais, documentos e livros podem ser descarregados e impressos, neste sentido, não foi possível observar vídeos explicativos e didáticos sobre a diabetes *mellitus* na secção acima analisada. No entanto, é nesta secção que podemos encontrar conteúdos para a definição e explicação dos dois principais tipos de diabetes, promoção da saúde e a prevenção da doença.

São folhetos que estão divididos por cores, sendo que a cor azul encontram-se os folhetos que definem e explicam a doença e prevenção; a cor verde encontram-se os folhetos sobre atividades, hábitos alimentares e sobre a gravidez na diabetes *mellitus*; a cor laranja representa o tema da insulina, antidiabéticos e da insulinoaterapia; a cor vermelha representa as complicações e doenças que podem ocorrer e como lidar com elas; e por fim, a cor rosa representa vários temas como por exemplo, a importância do controlo da tensão arterial, ou da pesquisa de corpos cetónicos.

5.1.4.2. Análise do website da SPD

A presente análise realizou-se no dia 21 de abril de 2024. Foi possível verificar, na página inicial do *website* da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, que a identificação da associação se encontrava bastante visível juntamente com o seu logotipo, no canto superior esquerdo da mesma, bem como, ao centro da página (Figura 5.7).

³⁹ As galerias de materiais educacionais encontram-se disponíveis em: <https://apdp.pt/diabetes/material-educacional/>

⁴⁰ A Biblioteca encontra-se disponível em: <https://apdp.pt/diabetes/material-educacional/>

Figura 5.7. Página inicial do *website* da SPD



Não é possível observar a data em que a página foi criada, apenas é possível identificar quem apoiou o seu desenvolvimento e a associação, neste caso, a *Astrazeneca*. A informação em destaque consiste na Calendarização das atividades da Escola SPD para o ano de 2024, bem como, a divulgação da próxima conferência da Associação Europeia Para Complicações Oculares Diabéticas, que irá decorrer na Universidade de Milão, de 30 de maio a 1 de junho de 2024. Igualmente em destaque, encontram-se as oito notícias mais atuais, tendo a mais antiga a data de 12 de março de 2024 com o título “*Vencedores Prêmios e Bolsas 2024*”, e a mais recente, tendo a data de 09 de abril de 2024 com o título “*XXIX Curso Pós-Graduado de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo e XII Curso Avançado de Endocrinologia - 11 a 13 de abril de 2024*”. Os conteúdos disponíveis sobre a organização, tais como os seus objetivos ou as suas competências, encontram-se no primeiro menu, denominado de “Sociedade” no separador “Programa de Ação da Direção 2023-2025”.

Sendo a SPD uma sociedade científica, não nos é apresentada explicitamente uma Missão, uma Visão e os Valores que a regem. Ao invés destes três pilares, é-nos apresentado neste separador, os objetivos e as atividades a que se propõe, onde estarão assentes todas as ações desta associação durante a direção até ao ano de 2025.

Ao observar os menus na página inicial da SPD, não foi possível identificar a existência de áreas específicas para pessoas com diabetes ou para profissionais de saúde. No entanto, no menu “Escola SPD” é possível encontrar materiais informativos e ferramentas úteis para profissionais de saúde, cuidadores e pessoas com diabetes. Apesar de não haver distinção entre os públicos

(cuidadores, profissionais de saúde ou pessoas com diabetes) a que se dirigem estes materiais, podemos encontrar o “Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes” que é dirigido aos profissionais de saúde e que fornece instrumentos e mecanismos para comunicar de forma eficaz com as pessoas que têm diabetes. Na mesma página é possível descarregar o manual, bem como, visualizar um breve vídeo de apresentação deste instrumento⁴¹. Considerámos nesta análise, o “Guia prático para as pessoas com diabetes e baixa visão e seus cuidadores”, um exemplo de material e de ferramenta para pessoas com diabetes e os seus cuidadores. No mesmo menu, relacionados com a prevenção da diabetes *mellitus* tipo II, podemos encontrar materiais, tais como infográficos e ilustrações, na secção “Dia Mundial da Diabetes 2023” e na secção “Dia Mundial da Diabetes 2022”. Para além da prevenção, encontram-se disponíveis ilustrações alusivas, por exemplo, ao acesso a insulina ou a educação e apoio psicológico para pessoas com diabetes

A página da SPD tem disponível para consulta duas áreas específicas de materiais, tais como manuais para profissionais de saúde, guias terapêuticos e recomendações. Estes materiais podem ser encontrados no menu “Recomendações”, bem como, no topo da página inicial, neste caso em particular no *link* denominado de “*Guidelines DM2*”⁴² - uma ferramenta auxiliar desenvolvida para ajudar na decisão de terapêutica farmacológica na diabetes tipo II. Não é evidente a localização de conteúdos que promovam a saúde ou previnam a doença. Apenas foi possível observar os materiais gráficos, tais como ilustrações e infográficos alusivos ao Dia Mundial da Diabetes do ano de 2022 e de 2023, respetivamente.

5.1.5. Critérios De Qualidade Dos Conteúdos Das Páginas Online

Quanto aos critérios de qualidade dos conteúdos das páginas online, no caso da APDP, tivemos em consideração os conteúdos gerais da página inicial, bem como os conteúdos dos materiais educacionais referidos anteriormente.

Nesta perspetiva, foi possível constatar que os assuntos apresentados revelam a entidade autoral dos mesmos, embora não seja explicitamente referido, especialmente um autor ou autores, mas sim a entidade (APDP). Deste modo, é lógico que as qualificações académicas e profissionais dos autores não sejam divulgadas. Importa destacar que a associação sempre menciona as entidades que colaboraram com ela na criação de conteúdos e materiais educativos, como se pode

⁴¹ O vídeo encontra-se disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ZbBc4ub-Z4U&t=122s>

⁴² Guidelines para a Diabetes *Mellitus II* disponíveis em: <https://guidelines.spd.pt/#/>

verificar no Anexo P desta investigação. Relativamente à identificação da data de criação dos conteúdos, esta não está evidente.

Neste contexto, não nos foi possível verificar se os conteúdos da APDP são atualizados frequentemente, como, por exemplo, nos últimos 30 dias. O *website* da associação fornece informações sobre a promoção da saúde e sobre a prevenção da diabetes, disponibilizando diretrizes e sugestões relevantes para o controlo da patologia. Contudo, é importante a APDP ressaltar que as informações veiculadas, não substituem uma consulta médica. Afinal, cada situação é singular e demanda uma abordagem particular, tendo em conta as necessidades individuais de cada indivíduo.

Considerámos que a linguagem utilizada nos conteúdos é simples, tornando a leitura fácil e acessível para todos os públicos (Figura 5.8). Os textos estão disponíveis num tamanho superior a 12 pontos, facilitando a leitura até mesmo para pessoas com dificuldades visuais. Além disso, o espaçamento entre as linhas é confortável, o que contribui para uma melhor experiência de leitura. Nos folhetos e brochuras para impressão, é possível aumentar o tamanho do documento até 100%, garantindo que todas as informações sejam acessíveis e legíveis. É importante ressaltar que os textos são revistos, garantindo que não haja erros ortográficos ou gramaticais que possam comprometer a compreensão do conteúdo. O contraste entre o fundo branco e o texto azul escuro é adequado, proporcionando uma leitura clara e agradável.

Figura 5.8. Folheto Informativo sobre a Diabetes Tipo I

DIABETES TIPO 1

A diabetes mellitus é uma **doença** crónica, caracterizada pelo aumento dos níveis de açúcar (glucose) no sangue. A quantidade de glucose no sangue chama-se glicemia. A glucose constitui a principal fonte de energia do organismo, sendo proveniente da digestão e da transformação de alimentos como os amidos e os açúcares presentes na alimentação. Para que a glucose possa ser utilizada pelo organismo como fonte de energia é necessária a insulina.

A insulina (hormona da vida) é produzida nas células do pâncreas. A sua ação está relacionada com o metabolismo dos açúcares, das gorduras e das proteínas que são a base da nossa alimentação, constituindo as fontes de energia do organismo. Desta forma, é considerada fundamental para a vida.

CAUSAS DA DIABETES TIPO 1

- Não são totalmente conhecidas. Sabe-se que é o próprio sistema de defesa do organismo (sistema imunitário) da pessoa com diabetes que ataca e destrói as suas células do pâncreas.
- Não está diretamente relacionada com hábitos de vida ou de alimentação pouco corretos.
- Em regra geral, não há nada que a pessoa possa fazer para evitar o aparecimento da diabetes tipo 1.

SINTOMAS

O aparecimento da diabetes tipo 1 é súbito e repentino, verificando-se a manifestação de um conjunto de sintomas muito claros:

- Urinar muito (Poliúria).
- Muita sede (Polidipsia).
- Muita fome (Polifagia).
- Emagrecimento rápido.
- Sensação de fadiga e dores musculares.
- Dores de cabeça, náuseas e vômitos.

TRATAMENTO

Os níveis de açúcar no sangue estejam dentro dos limites recomendados para a idade.

Os 3 elementos fundamentais no tratamento da diabetes tipo 1 são:

Fonte: Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (s.d)

A acessibilidade de um *website* é fundamental para garantir que todos os utilizadores tenham uma experiência agradável e eficiente ao navegar pela página. O domínio do *site* (URL) da APDP é simples e fácil de memorizar, facilitando assim o acesso dos usuários. A página inicial está acessível em qualquer zona do *website*, permitindo que os visitantes possam facilmente retornar ao início da navegação.

O logotipo presente no canto superior esquerdo, redireciona rapidamente o utilizador para a página inicial com um simples clique. Os elementos clicáveis também estão claramente identificados, facilitando a interação do utilizador com o *site*. As molduras em volta do texto, para parecer um botão, são uma forma eficaz de indicar ao utilizador onde ele pode clicar para aceder a determinadas funcionalidades.

No entanto, é importante ressaltar que a falta de um *chat*/fórum de discussão ou uma área específica para comentar e partilhar ideias pode limitar a interação dos utilizadores com o conteúdo apresentado. Portanto, para garantir a acessibilidade e a interatividade do *website*, é importante considerar a inclusão de ferramentas de comunicação e interação que possam facilitar a participação e a colaboração dos utilizadores. Ainda assim, nos conteúdos educacionais, é possível através do ícone de partilha, o utilizador partilhar o conteúdo no Facebook, na rede X, diretamente pelo seu email ou copiar apenas o *link*. Não foi possível verificar a presença de uma seção específica com perguntas frequentes (FAQ), no entanto a página disponibiliza um formulário para envio de mensagens e de pedidos que nos é apresentado logo na página inicial. Todos os contactos da associação, tais como morada, contactos telefónicos, e e-mails (geral e de cada especialidade) encontram-se disponíveis no menu “Contactos” na página principal.

Posteriormente, analisámos o *website* da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD), começando igualmente pela análise da qualidade da informação veiculada, tanto nos conteúdos gerais da página inicial, como nos conteúdos dos materiais dirigidos às pessoas com diabetes e aos seus cuidadores. Sendo a SPD uma sociedade científica, é importante ressaltar que a maioria dos materiais, como manuais, recomendações e guias, são dirigidos a profissionais de saúde. Neste sentido, estes conteúdos em particular não foram considerados para a presente análise⁴³.

Os conteúdos presentes neste *website* mencionam seus respetivos autores e entidades envolvidas, porém não fornecem informações sobre as qualificações dos mesmos. Além disso, a

⁴³Em termos de usabilidade, a linguagem utilizada nestes conteúdos é técnica, mencionando sempre os seus autores e as entidades envolvidas.

data de criação dos conteúdos não é mencionada, o que dificulta a verificação da atualização das informações. No entanto, foi possível verificar que na secção de “Notícias” a última notícia foi publicada a 09 de abril de 2024.

É importante ressaltar que a página não faz menção de que os conteúdos apresentados não substituem uma consulta médica, o que pode gerar alguma confusão para os utilizadores que procuram orientações de saúde. Outro ponto a ser destacado é a falta de informações sobre a promoção da saúde, ficando o ênfase apenas na prevenção da doença, e apenas nos materiais referentes ao Dia Mundial da Diabetes nos anos de 2022 e 2023.

Por fim, não são encontrados anúncios comerciais identificados no *website*, o que pode ser positivo para a credibilidade das informações disponibilizadas. A linguagem utilizada nos conteúdos é simples e de fácil compreensão, facilitando a leitura para todos os tipos de público. O tamanho do texto e o espaçamento entre linhas proporcionam ao utilizador uma leitura confortável.

Além disso, a ausência de erros ortográficos e gramaticais garante a qualidade e credibilidade do conteúdo apresentado. A combinação de cores escolhida, com o contraste entre o fundo branco e as letras verde escuro e *fushia*, torna a leitura agradável e a identificação dos elementos fácil. É de notar que a estrutura do *website* foi planeada para facilitar a navegação entre páginas, tornando o acesso rápido e eficiente. O URL é curto e fácil de memorizar, o que facilita o retorno à página sempre que seja necessário. O logotipo apresenta-se no canto esquerdo das páginas, o que permite um retorno rápido à página principal a qualquer momento. Os elementos clicáveis são claramente identificados, seja por meio de cores diferentes ou sublinhados, e passíveis de serem acionados, garantindo uma interação intuitiva. Em termos de interatividade, é importante destacar que o site da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) não oferece as mesmas funcionalidades de interação que outros sites similares, como a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP). A ausência de *chat* ou fórum de discussão limita a possibilidade de os utilizadores trocarem ideias e experiências sobre diabetes, algo que é fundamental para a comunidade diabética. Complementarmente, a falta de meios para o utilizador comentar os conteúdos disponibilizados também reduz a interatividade do site. A discussão e o debate são ferramentas importantes para fomentar a consciencialização e o conhecimento sobre a diabetes, e esta funcionalidade poderia enriquecer a experiência dos utilizadores na página da SPD. No que diz respeito à partilha nas redes sociais, a falta de opção para partilhar diretamente conteúdos da página da SPD é uma limitação importante. A partilha nas redes sociais é uma forma eficaz de disseminar informação hoje em dia e sensibilizar o público sobre a diabetes, as investigações e os

progressos existentes e a ausência desta funcionalidade pode dificultar a divulgação do trabalho da sociedade. Ao contrário do que foi verificado na APDP, verificámos a ausência de um formulário de contacto mais genérico, o que pode dificultar o contacto com a sociedade e a troca de informações relacionadas com a diabetes, existindo apenas a disponibilização de um formulário para quem deseja tornar-se sócio. É possível verificar a inclusão de informações de contacto no menu "sociedade", o que permite aos utilizadores acederem facilmente à morada, telefone e e-mails do presidente e da secretária geral da SPD. No entanto, a falta de uma área de perguntas frequentes (FAQ) pode dificultar a obtenção de respostas rápidas e informações úteis para os utilizadores do *site*.

Em resumo, embora o site da Sociedade Portuguesa de Diabetologia disponha de algumas funcionalidades de interatividade e contacto, há várias áreas em que poderia ser melhorado para promover uma maior interação e partilha de informação entre os utilizadores e a sociedade.

Verificámos também que os *websites* analisados exibem tanto práticas adequadas como inadequadas em relação aos requisitos mínimos de acessibilidade ("A") como podemos verificar no Quadro 5.1. Com o intuito de facilitar a compreensão dos dados alcançados⁴⁴, os tópicos relacionados às práticas de "Para ver manualmente" não foram incluídos neste quadro. Estas práticas requerem uma avaliação manual, uma vez que a ferramenta não dispõe de recursos suficientes para avaliá-las automaticamente.

Quadro 5.1. Acessibilidade dos *websites* da APDP e da SPD

	Pontuação	Nº de práticas aceitáveis			Nº de práticas não aceitáveis		
		A	AA	AAA	A	AA	AAA
Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal	6.5	4	6	0	8	1	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	8.1	4	6	0	3	0	0

⁴⁴ Os resultados obtidos desta análise, podem ser consultados no anexo N.

Assim, foi possível verificar que os *websites* das associações não atendem aos requisitos necessários para alcançar o nível "AAA" de acessibilidade, que é o mais alto em termos de conformidade. Os erros de acessibilidade mais frequentes, identificados pelo *Access Monitor Plus* nas duas páginas em análise foram: *links* cujo conteúdo está vazio (nível "A"); tamanho do texto demasiado pequeno (nível "AA") e imagens na página que não têm o necessário equivalente em texto (nível "A").

5.2. Análise das páginas da APDP e da SPD no Facebook e no Instagram

5.2.1 Páginas da APDP e da SPD no Facebook⁴⁵

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal tem a sua página de Facebook desde 27 de outubro de 2010. À data da presente análise, abril de 2024, a APDP apresentava cerca de 23000 seguidores na sua página de Facebook e aproximadamente 18 mil pessoas que “gostaram” da página. A associação identifica-se como “APDP Diabetes” nesta plataforma digital e como fotografia de perfil apresenta um avatar com as cores da associação (azul claro, azul escuro e branco) com as seguintes frases: “100 anos descoberta da insulina” e “95 anos Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal”. Como fotografia de capa e em grande destaque, é-nos apresentada uma pequena informação, bem como, uma ilustração que remete à prevenção da diabetes *mellitus* tipo II, e ao incentivo para a realização de um teste de avaliação do risco que cada indivíduo tem, em ficar diabético, que se encontra disponível no website da APDP, para que qualquer indivíduo o possa realizar.

⁴⁵ Os dados obtidos, na sua totalidade, encontram-se disponíveis nos Anexos O e P.

Figura 5.9. Página da APDP no Facebook

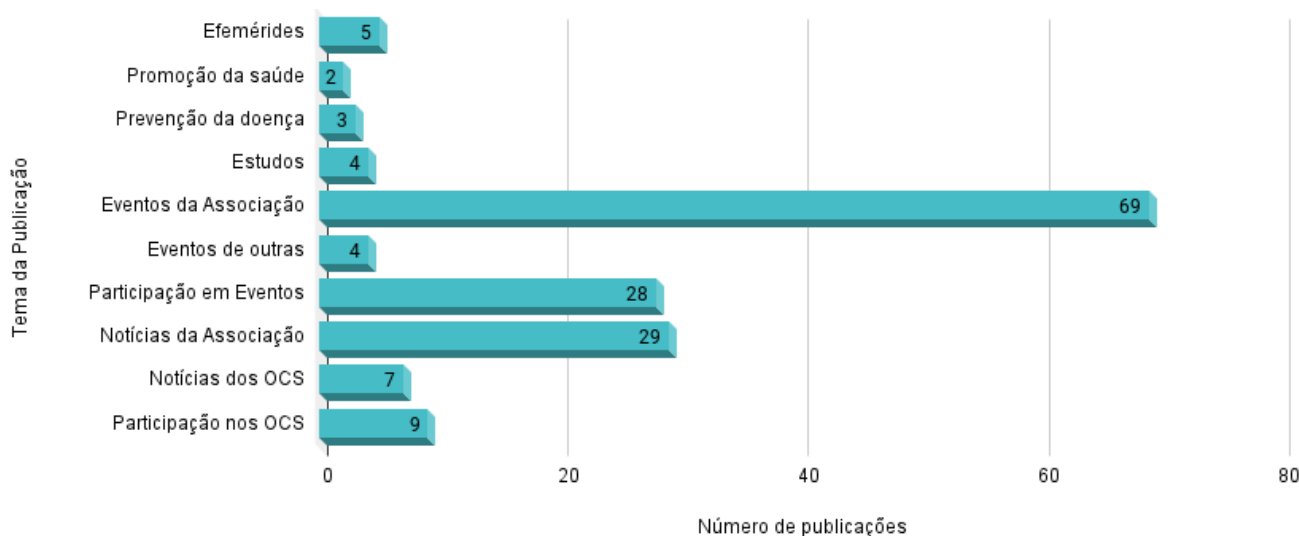


Ao longo do ano de 2023, a APDP, publicou 191 publicações na sua página de Facebook, sendo que 3 delas, o conteúdo foi removido pela associação, à data da observação. Neste sentido, analisámos o tema e o tipo de publicação de 188 publicações no total. Todas as publicações foram elaboradas pela APDP, mesmo as publicações em que partilham *links*, onde somos redirecionados para *websites* externos ou outras páginas de Facebook, existe sempre um texto informativo elaborado pela APDP.

Em relação ao tipo de publicações efetuadas, no período de observação foi possível verificar que a maioria das publicações encontram-se no formato imagem e/ou foto, o equivalente a 72% (135 publicações), logo seguido pelas publicações de texto com 23% (43 publicações), e por fim, o tipo de publicação com menor destaque são os vídeos e *Reels* com 5%. Existem ainda cerca de 59,5% das publicações totais (112 publicações) que contêm links ou ligações externas.

As principais mensagens nas publicações elaboradas pela APDP em 2023 (Figura 5.9.1) centram-se nos eventos da associação com cerca de 37% (69 das publicações), seguindo-se as notícias da associação com 15% (29 publicações) e o terceiro tema mais publicado é sobre a participação da APDP em eventos externos com 15% (28 publicações no total).

Figura 5.9.1. Temas das publicações efetuadas pela APDP no Facebook em 2023



A publicação com mais reações, 1102 reações, refere-se à publicação sobre a consignação do IRS, e ao tema “Notícias da Associação”, em que a associação recorreu ao apoio de uma figura pública, o cantor Toy. Esta foi uma das publicações que também teve um maior número de interações, nomeadamente 31 comentários por parte dos seus seguidores e foi partilhada 65 vezes pelos mesmos (número máximo de partilhas neste período de análise). Relativamente a interações mais diretas, como comentários, a publicação com mais interações (55 comentários), situa-se na categoria de “Outros”, e refere-se à publicação em que a APDP expressa os seus sentimentos à família e amigos da Dra.^a Maria Liliana Guerreiro, endocrinologista fundadora do serviço de Endocrinologia do Hospital Egas Moniz. A comoção e as reações dos seguidores demonstram o impacto positivo que a Dra. Maria Liliana Guerreiro teve nas suas vidas, e a homenagem prestada pela SPD reflete o reconhecimento da sua contribuição para a medicina e para o bem-estar dos seus pacientes.

Quanto à página de Facebook da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (Figura 5.9.2), esta foi criada a 31 de outubro de 2020, cerca de dez anos depois da página da APDP. A associação identifica-se como “Sociedade Portuguesa de Diabetologia” e conta com aproximadamente 3000 seguidores e 2800 “gostos” (*likes*). Na fotografia de perfil é-nos apresentado o logotipo da associação e a imagem de capa, em destaque, evidencia as cores do logotipo e descreve de que entidade se trata, em português e em inglês.

Ao longo do ano de 2023, a SPDP publicou 64 publicações na sua página de Facebook. Todas as publicações foram elaboradas pela SPD, mesmo as publicações em que partilham *links*, onde somos redirecionados para *websites* externos ou outras páginas de Facebook, existe sempre um texto informativo elaborado pela associação.

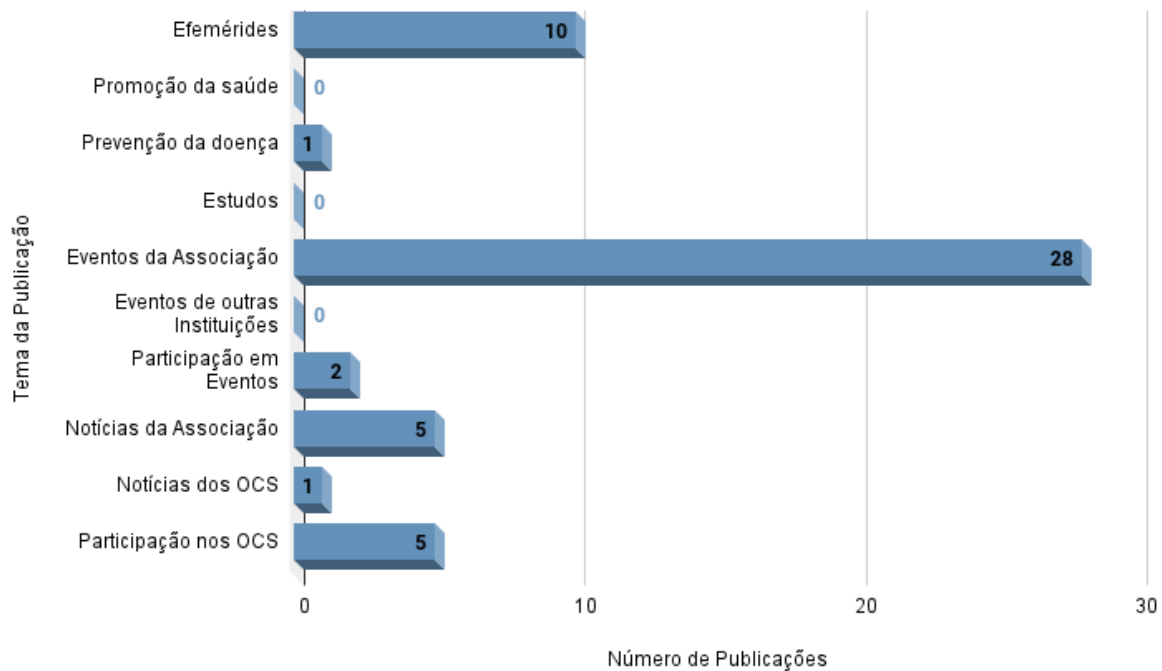
Figura 5.9.2. Página da SPD no Facebook



Em relação ao tipo de publicações efetuadas, no período de observação foi possível verificar que a maioria das publicações encontram-se no formato imagem e/ou foto, o equivalente a 84% (54 publicações), logo seguido pelas publicações de texto com 8% (5 publicações), por fim, encontram-se os vídeos com 8% (5 publicações). Foi possível, ainda, verificar que cerca de 67% das publicações totais (43 publicações) contêm links ou ligações externas.

As principais mensagens nas publicações elaboradas pela SPD em 2023 (Figura 5.9.3) centram-se nos eventos da associação com cerca de 44% (28 das publicações), seguindo-se as efemérides com 16% (10 publicações) e o terceiro tema mais publicado são informações gerais com 14% (9 publicações no total).

Figura 5.9.3. Temas das publicações efetuadas pela SPD no Facebook em 2023



No período da análise, a publicação que obteve mais reações dos seguidores (com 34 reações), pertence à categoria de “Outros” e trata-se de uma publicação em que a SPD expressa os seus sentimentos à família e amigos da Dra. Maria Liliana Guerreiro, endocrinologista fundadora do serviço de Endocrinologia do Hospital Egas Moniz. Relativamente a interações, tais como comentários, a publicação com mais interações (15 comentários) é um vídeo, situa-se na categoria de “Eventos da Associação”, e refere-se à divulgação de um *webinar* moderado pelo Presidente da SPD, o Professor Doutor João Raposo.

Com esta análise conseguimos verificar que as publicações referentes à prevenção da doença são minoritárias, tanto no caso da APDP (com apenas 3 publicações) como no caso da SPD (com apenas 1 única publicação). A “Prevenção da doença” é mencionada em publicações de eventos das associações, tais como rastreios, mas o intuito das publicações não incentiva a melhoria da saúde ou a adoção de comportamentos que previnam a doença, mas sim a divulgação do evento.

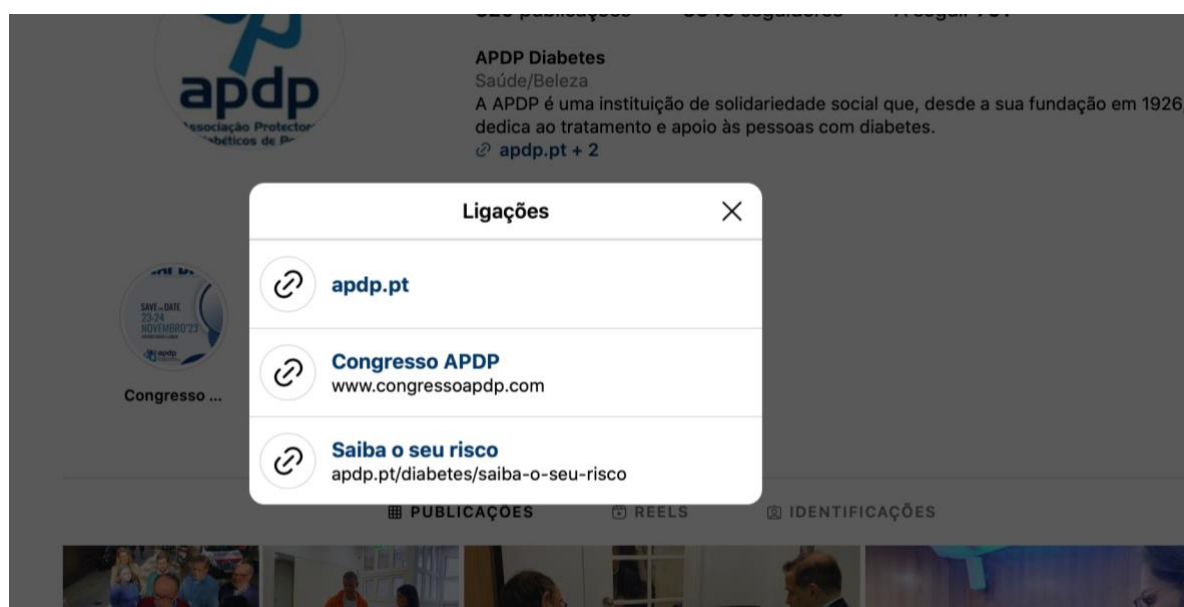
5.2.2. Páginas da APDP e da SPD no Instagram⁴⁶

O Instagram é uma plataforma de redes sociais bastante popular entre os jovens, onde os utilizadores podem partilhar fotos e vídeos com os seus seguidores. Também permite aos

⁴⁶ Os quadros, da APDP e da SPD, com todos os valores retirados da análise da sua atividade no Instagram, encontram-se disponíveis para consulta nos Anexos Q e R.

utilizadores seguir as suas páginas favoritas e descobrir novos conteúdos. A APDP está presente nesta plataforma e conta com 3870 seguidores e com aproximadamente 353 publicações no total, até à data da análise. Apresenta como imagem de perfil o seu logótipo, e está denominada como “APDP Diabetes”. A associação também aposta nos *Reels*, e já publicou cerca de 24 vídeos *Reels*. Em anexo à descrição de perfil, encontram-se 4 links que remetem para: Website da APDP; Congresso da APDP;” saiba o seu risco” e “Pré-inscrição 7ª Expedição NJA”. Este último, encaminha o utilizador para o formulário de Avaliação de risco de Diabetes tipo II, que se encontra na página da associação (Figura 5.9.4).

Figura 5.9.4. Página da APDP no Instagram



Durante o ano de 2023 a associação efetuou 98 publicações na sua página de Instagram, menos 93 publicações do que na rede social Facebook. Foi possível verificar que as publicações do Instagram e do Facebook possuem semelhanças, no entanto, é importante destacar que nem todas as publicações feitas no Facebook foram partilhadas no Instagram. Houve uma seleção dos conteúdos a serem publicados em cada plataforma. Os temas mais recorrentes no Instagram foram justamente aqueles relacionados aos eventos promovidos pela associação (55 publicações), a participação da APDP em eventos (14 publicações) e notícias da associação (com 13 publicações).

As fotos e vídeos partilhados refletiram a diversidade e a importância das atividades realizadas, proporcionando um panorama completo e interessante para os seguidores. A publicação da APDP com mais reações (613 reações) foi referente ao Dia Mundial da Diabetes, celebrado em 14 de novembro. Esta publicação faz parte da categoria de “Efemérides” e apresenta uma imagem alusiva à data e ao evento. O aumento significativo de reações demonstra o impacto e a importância

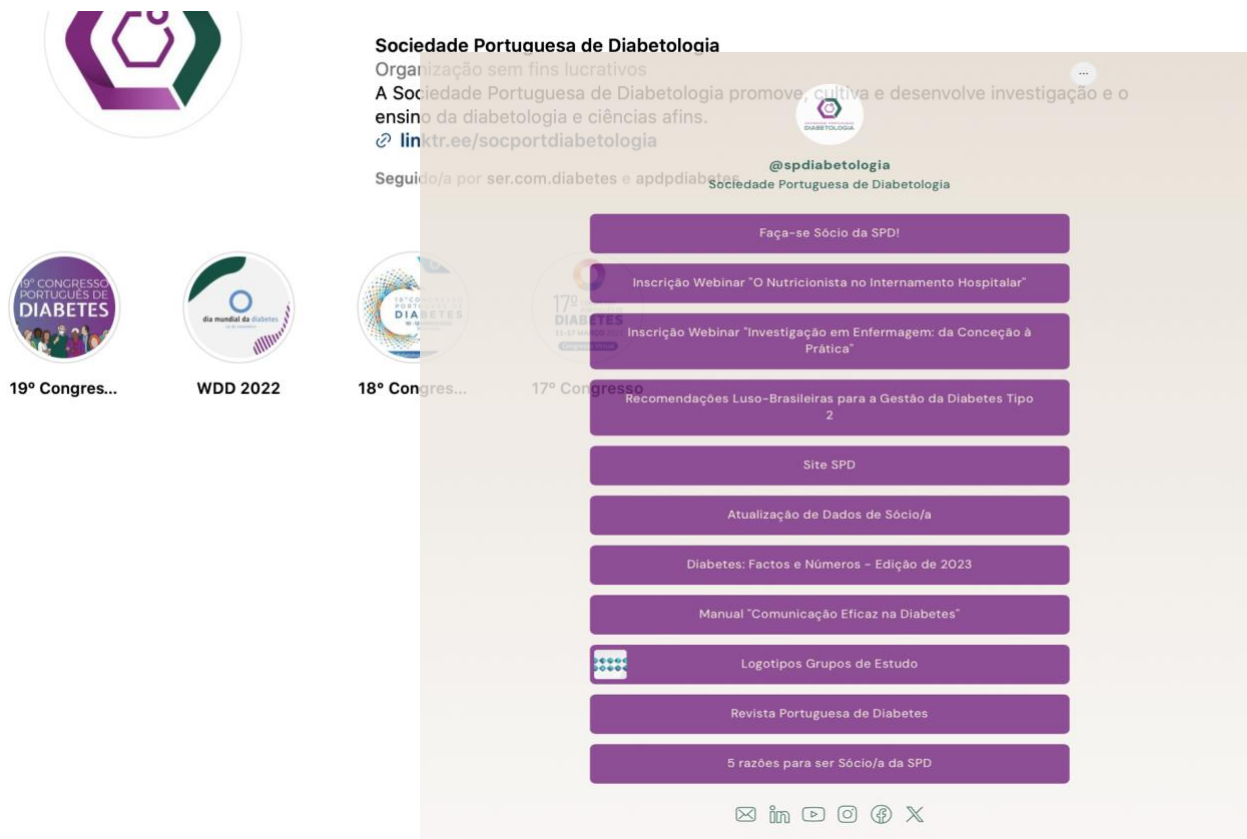
desse dia para a comunidade diabética e para todos aqueles que se preocupam com a saúde e o bem-estar da comunidade.

No que diz respeito à interação direta dos seguidores, a publicação com mais comentários (17 comentários) refere-se à petição pelo acesso às bombas de insulina e pela qualidade de vida das pessoas com diabetes tipo I em Portugal. Esta publicação é uma foto e pertence à categoria de “Informações Gerais”. Mais uma vez, a APDP não atribui muita relevância às publicações sobre a prevenção da diabetes, pois em todo o ano de 2023, apenas uma única publicação sobre este tema foi feita no Instagram da associação.

No caso da SPD, esta conta com 1322 seguidores, até à data da análise, 495 publicações das quais 55 foram realizadas durante o ano de 2023. A imagem de perfil é o seu logotipo e está em concordância com a sua página de Facebook, tal como a sua identificação. Relativamente ao recurso mais dinâmico dos vídeos *Reels*, esta publicou cerca de 41 vídeos. O link que é apresentado no perfil remete para um “*Link tree*”, que contém cerca de 11 links: “Faça-se Sócio da SPD!”; Links para inscrições em dois *webinars*: “O Nutricionista no Internamento Hospitalar” e “Investigação em Enfermagem: da Conceção à Prática”; “Recomendações Luso-Brasileiras para a Gestão da Diabetes Tipo 2”; *Website* da SPD; “Atualização de Dados de Sócio/a”; “Diabetes: Factos e Números - Edição de 2023”; “Manual - Comunicação Eficaz na Diabetes”; “Logotipos Grupos de Estudo”; “Revista Portuguesa de Diabetes”; “5 razões para ser sócio/a da SPD”.

Para além dos links, é-nos apresentado o email da associação, bem como as redes sociais da mesma: LinkedIn, Youtube, Instagram, Facebook e Twitter (rede X) (Figura 5.9.5). Durante o ano de 2023 a associação efetuou 55 publicações na sua página de Instagram, menos 9 publicações do que na rede social Facebook.

Figura 5.9.5. Página da SPD no Instagram



Foi possível verificar que as publicações do Instagram e do Facebook possuem semelhanças, no entanto, é importante destacar que nem todas as publicações feitas no Facebook foram partilhadas no Instagram. No caso da SPD, também existiu uma seleção dos conteúdos a serem publicados em cada plataforma. Os temas mais recorrentes no Instagram foram precisamente aqueles relacionados aos eventos promovidos pela associação (25 publicações), as informações gerais (9 publicações) e por fim as efemérides e a participação da SPD nos órgãos de comunicação social (com 5 publicações). As imagens (51 imagens) e vídeos (4 vídeos) partilhados refletiram a diversidade e a importância das atividades realizadas, proporcionando um panorama completo e interessante para os seguidores.

A publicação da SPD com mais reações (122 reações) refere-se ao Dia Mundial da Diabetes, celebrado em 14 de novembro. Esta publicação faz parte da categoria de “Prevenção da Doença”, apesar de ilustrar uma efeméride, esta chama a atenção dos seus seguidores para a importância da prevenção da diabetes *mellitus* tipo II. O aumento significativo de reações demonstra o impacto e a importância desse dia para a comunidade diabética, mas também, para todos aqueles que se preocupam com a sua saúde e o bem-estar. No que diz respeito à interação direta dos seguidores, o número máximo de comentários (2 comentários), encontra-se nas publicações pertencentes às categorias de “Informações Gerais”, “Notícias da Associação” e “Outros”. Tal como a APDP, a

SPD não atribui muita relevância às publicações sobre a prevenção da diabetes. Em todo o ano de 2023, apenas uma única publicação sobre este tema foi feita no Instagram da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.

5.3. Interpretação dos resultados

Neste estudo, procurámos responder à questão de partida: "*Como é que a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD está a contribuir para a promoção da literacia em saúde na área dos diabetes mellitus entre os jovens portugueses?*".

Dado o conhecimento limitado existente sobre este assunto, optámos por uma abordagem de métodos mistos, com o objetivo de obter uma resposta mais abrangente à pergunta central deste trabalho. Neste sentido, recolhemos dados fundamentais para este estudo, do Presidente de uma das associações (APDP); de 163 jovens portugueses; de duas páginas institucionais online; de 252 publicações nas redes sociais Facebook e 153 publicações no Instagram; bem como de duas visitas à sede da APDP e uma visita ao museu da diabetes. Nesta etapa procedemos à combinação de dados das diferentes fontes para analisar os resultados de acordo com a abordagem mista de métodos que escolhemos para este estudo.

Com a análise dos dados apresentados, foi possível verificar que a diabetes *mellitus* em Portugal ainda enfrenta um grande preconceito e falta de informação por parte da comunidade em geral. Este cenário é o resultado da falta de literacia em diabetes, o que demonstra a necessidade urgente de formação e de informação. Segundo o Doutor José Manuel Boavida (Entrevista, Anexo E), presidente da APDP, existe um falso positivismo em torno da doença, o que contribui para a discriminação, principalmente em relação às crianças e jovens diabéticos. Há relatos de que escolas e colégios se recusam a aceitar crianças e bebés diabéticos tipo I, devido à falta de conhecimento e formação por parte dos profissionais dessas instituições.

É fundamental que haja uma mudança neste panorama, com investimento em formação e literacia sobre a diabetes, para que todos possam compreender e acolher de forma adequada aqueles que convivem com essa doença, bem como, prevenir a doença e promover a saúde. A consciencialização e a sensibilização são essenciais para combater o preconceito e garantir o respeito aos direitos das pessoas com diabetes em todos os espaços da sociedade.

A Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, é considerada a associação de diabetes mais antiga do mundo. Com uma história marcada pelo apoio e cuidado aos diabéticos, a APDP tem mostrado um crescente interesse na prevenção da diabetes nos últimos anos. Durante a análise dos resultados da entrevista e das interações nas redes sociais, ficou claro que a associação destaca-se pelo seu trabalho presencial junto da comunidade. A realização de palestras e rastreios são algumas das atividades que evidenciam o compromisso da APDP em prevenir a diabetes e estar

próxima daqueles que desconhecem a doença e procuram informações por diversas razões. A valorização da proximidade e empatia com a comunidade é uma das marcas registadas da APDP. Além disso, a associação atua em parceria com outras entidades, como a clínica, *Qorpo* que trata a obesidade, mostrando o compromisso em abordar as várias dimensões da saúde que também influenciam o aparecimento da diabetes *mellitus* tipo II.

Durante a entrevista, o Dr. José Manuel Boavida, ressaltou a importância de uma comunicação alinhada com os valores da associação (Entrevista, Anexo E). Para isso, a APDP conta com uma pequena equipa interna responsável pela comunicação, evitando recorrer às grandes agências de comunicação. A sensibilidade, o comprometimento e a identificação com a causa são qualidades essenciais para quem faz parte desta equipa, pois é preciso “vestir a camisola” e fugir ao padrão das grandes agências para atender às necessidades específicas da APDP.

De maneira geral, percebemos que ambas as associações utilizam os meios de comunicação digitais para comunicarem com o seu público, tais como, *websites*, páginas no Facebook e Instagram e outras plataformas digitais que não foram analisadas neste estudo (como por exemplo *Linkedin* e *Youtube*). Não obstante, a APDP e a SPD priorizam a proximidade física e constante com a comunidade, fomentando a empatia e o compromisso por esta causa.

Observámos na visita à Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal que a produção de materiais informativos “físicos” sobre a diabetes e a sua prevenção, tais como folhetos, jornais ou revistas informativas e informações sobre palestras ou workshops, é um dos canais de comunicação que não foi praticamente desenvolvido pela Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. A APDP possui folhetos informativos digitais no seu website e a divulgação de palestras e workshops são efetuadas via redes sociais, newsletters e *website*. No museu da diabetes, que se encontra no edifício da sede desta associação, existem apenas objetos que ocupam uma disposição cronológica e que narram a história da diabetes, da descoberta da insulina e da fundação da APDP. Mais uma vez, não estão disponíveis materiais informativos que os visitantes possam levar consigo e que os esclareçam sobre o que é a doença e como se pode prevenir. Tanto a APDP como a SPD apresentam, nos seus *websites*, transparência e clareza nas informações publicadas e nos conteúdos informativos elaborados.

Em particular no *website* da APDP, é possível encontrar uma área dedicada apenas a materiais informativos com uma linguagem simples e clara para todos os públicos. Já no *website* da SPD, verificámos que os materiais se destinam maioritariamente a profissionais de saúde, tratando-se de materiais mais específicos e técnicos dentro da área da diabetes. Neste sentido, a forma de comunicar da APDP abrange vários públicos e tem mais materiais informativos referentes ao tema de promoção da saúde e prevenção da doença.

No entanto, apesar do nível de acessibilidade de ambos os *websites* ser positiva, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia tem uma pontuação mais elevada (8,1) segundo os requisitos de acessibilidade que quantificam o nível de acessibilidade, numa escala de 1 a 10, sendo o valor 10 a pontuação máxima para o cumprimento das diretrizes. A APDP apesar da informação estar clara, tem uma pontuação de acessibilidade de 6,1, existindo alguns pontos de melhoria, tais como o aumento da letra e a eliminação de *links* vazios.

É de salientar que, a APDP demonstra transparência e disponibilidade, no seu *website*, para com os utilizadores, sócios, diabéticos e visitantes em geral, através do apelo constante ao contacto com a associação por meio de vários canais que se encontram disponíveis e bem sinalizados.

Das redes sociais analisadas, o Facebook é a plataforma em que a APDP possui o maior número de seguidores, contando com aproximadamente 23000 pessoas interessadas nas suas publicações. A associação demonstra ser bastante ativa nesta rede social, realizando em média 16 publicações por mês. As publicações feitas pela APDP no Facebook são principalmente sobre os seus eventos, notícias relacionadas com a associação e sua participação em eventos de outras organizações ou iniciativas. No entanto, a APDP não dá destaque a publicações sobre a prevenção da diabetes, nem sobre a explicação do que é a doença.

Com uma presença tão significativa nesta rede social, a APDP poderia utilizar este espaço para educar os seus seguidores sobre a importância da prevenção e consciencialização em relação à diabetes, contribuindo assim para a literacia em diabetes. É interessante observar como os utilizadores tendem a reagir de forma mais espontânea e participativa a publicações que envolvem figuras públicas familiares, como o caso do cantor Toy, na campanha de consignação do IRS. Esta conexão emocional com a personalidade conhecida pode gerar mais envolvimento e interações por parte do público. Da mesma forma, questões mais emocionais, como o falecimento da Doutora Maria Liliana Guerreiro, endocrinologista fundadora do serviço de Endocrinologia do Hospital Egas Moniz, também despertam reações intensas por parte dos utilizadores, que se sentem envolvidos e motivados a expressar os seus sentimentos e condolências. No entanto, publicações mais informativas, como por exemplo, aquelas relacionadas com discussões parlamentares sobre direitos dos diabéticos, podem não despertar o mesmo nível de interação. Isso pode ser explicado pela falta de uma conexão direta ou de sentimento de pertença.

Em contrapartida, a SPD opta por manter uma postura mais formal e informativa nas suas publicações, priorizando a disseminação de conhecimento e orientações práticas no campo da diabetes. Ao contrário de outras organizações, a SPD não investe na promoção de uma interação direta com os seus seguidores nas redes sociais, limitando-se a disseminar informações. Isto pode acontecer devido ao carácter mais técnico das publicações, que visam atingir um público mais especializado e interessado nestes temas específicos da diabetes.

Novamente, foi possível verificar que, no caso da SPD, também existiram um maior número de reações por parte do público na publicação que remete a questões mais emocionais, como o falecimento da Doutora Maria Liliana Guerreiro. Em contrapartida, os utilizadores mostraram-se mais envolvidos, fazendo comentários à publicação referente ao *webinar* de antecipação ao 19º Congresso Português de Diabetes, moderado pelo Presidente da SPD, o Professor Doutor João Raposo. Isto demonstra que os seguidores da Sociedade Portuguesa de Diabetologia podem apresentar um maior interesse por temas relacionados com a diabetes em comparação com os seguidores da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP).

Na rede social Instagram, como demonstrado anteriormente, as publicações possuem semelhanças com as do Facebook, sendo importante destacar que nem todas as publicações feitas no Facebook foram partilhadas no Instagram. Verificámos que existiu uma seleção de conteúdos a serem publicados em cada plataforma, provavelmente, para que não fossem repetidas e com o intuito de fazer uma divulgação mais assertiva, visto que esta plataforma digital tem por base conteúdos mais visuais. Neste sentido, verificou-se que tanto a APDP como a SPD, efetuaram menos publicações nesta rede social, não existindo publicações repetidas. É importante destacar que no Instagram da SPD, a publicação com mais reações (122 reações) refere-se ao Dia Mundial da Diabetes, celebrado em 14 de novembro. Esta publicação faz parte da categoria de “Prevenção da Doença”. Apesar de ilustrar uma efeméride, esta chama a atenção dos seus seguidores para a importância da prevenção da diabetes *mellitus* tipo II.

O aumento significativo de reações, em relação às outras publicações, demonstra o impacto e a importância desse dia para a comunidade. Portanto, a publicação do Dia Mundial da Diabetes no Instagram da SPD não só informa, mas também educa e sensibiliza as pessoas sobre a importância de adotar hábitos saudáveis para prevenir a doença. É um lembrete de que a prevenção é sempre a melhor opção para garantir uma vida longa e saudável.

É fundamental notar que, tanto no Facebook como no Instagram, as publicações relacionadas à promoção da saúde e prevenção da diabetes são escassas em comparação com o total de conteúdos partilhados em 2023. Embora eventos e rastreios sejam divulgados, a falta de publicações informativas e vídeos dinâmicos que abordem a importância da prevenção da diabetes é evidente. A propagação do uso da *Internet* em Portugal trouxe uma nova opção para as pessoas procurarem informações sobre saúde, substituindo os métodos mais convencionais (Espanha et al., 2007). Assim, as redes sociais podem ser utilizadas como ferramentas poderosas para educar e consciencializar a população sobre os riscos e medidas preventivas desta doença crónica, que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. A literacia em saúde nesta área, é a chave para a prevenção e controlo da diabetes, e é importante que as redes sociais sejam usadas de forma eficaz para disseminar conhecimento e promover hábitos saudáveis.

Os resultados desta investigação sugerem que a maioria dos jovens portugueses participantes do estudo possui algum conhecimento sobre a diabetes *mellitus*. No entanto, ainda há uma proporção significativa da amostra que indica não possuir conhecimento algum sobre a doença (38 participantes indicam não ter conhecimento). Para além destes dados, a média de respostas incorretas (14,4%) e de respostas “não sei” (27%) são indicadores de que ainda existe um número considerável de indivíduos com literacia em diabetes pouco razoável.

O conhecimento mais satisfatório verificou-se nas questões relacionadas com a definição e o tratamento da doença. Verifica-se também que a maioria dos participantes pesquisam informações sobre problemas de saúde na internet, destacando o facto de que a maioria afirma verificar a credibilidade da fonte das informações obtidas. Em relação ao conhecimento sobre a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) e sobre a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD), a maioria dos inquiridos indicou não conhecer estas organizações, o que pode ser preocupante. Foi possível identificar que o conhecimento adquirido por parte dos participantes deve-se maioritariamente à convivência com familiares e/ou amigos diabéticos, e não, devida a informação veiculada ou eventos efetuados pela APDP ou pela SPD.

Todavia a nível digital, o *website* e o Facebook são os meios de comunicação digital mais conhecidos entre os inquiridos que sabem da existência destas duas organizações, tanto os da APDP quanto os da SPD. No entanto, o Instagram da APDP não teve o mesmo nível de reconhecimento, enquanto o da SPD apresentou alguma expressão. Isto destaca a necessidade de uma estratégia de comunicação mais abrangente e eficaz por parte da APDP, visando promover uma maior visibilidade e envolvimento nesta rede social tão utilizada por jovens. Por outro lado, a SPD aparenta ter uma presença um pouco mais forte no Instagram, isto sugere que a associação poderá investir mais nesta plataforma para alcançar o seu público-alvo de maneira mais eficaz.

Em resumo, estes resultados mostram a importância de adaptar a estratégia de comunicação digital de acordo com as preferências e características dos seus seguidores. Assim, de uma forma global, foi possível verificar que existe uma necessidade de melhorar a estratégia de comunicação digital da APDP e da SPD, uma vez que os meios de comunicação digital destas associações não são amplamente reconhecidos pelos participantes deste estudo.

Neste sentido, podemos afirmar que ainda existe espaço para o esclarecimento e correção de possíveis conceções equivocadas, uma vez que uma parte (embora mínima) dos participantes apresentou respostas erradas ou indicou desconhecimento sobre determinados aspetos da diabetes. É importante continuar e melhorar a disseminação de informação e o investimento na literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*, para evitar a propagação de informações incorretas e, essencialmente, para a prevenção desta epidemia do século XXI.

Conclusão

A comunicação estratégica desempenha um papel crucial na prevenção de doenças, pois facilita a disseminação de informações precisas e acessíveis sobre saúde pública. Por meio de campanhas bem elaboradas, é possível educar a população sobre medidas preventivas, sintomas e tratamentos disponíveis, promovendo comportamentos saudáveis e reduzindo a propagação de enfermidades. Além disso, a comunicação eficaz ajuda a combater a desinformação e o medo, especialmente durante surtos de doenças contagiosas, aumentando a adesão às recomendações das autoridades de saúde. De acordo com vários estudos, estratégias de comunicação bem implementadas podem melhorar significativamente os resultados de saúde pública e a confiança da população nas instituições de saúde (Guttman & Salmon, 2004).

Segundo, Norris e os seus colegas (2002), a comunicação eficaz é essencial na prevenção de doenças crónicas como a diabetes *mellitus* tipo II, pois educa a população sobre fatores de risco, hábitos de vida saudáveis e a importância de um diagnóstico precoce. Por meio de campanhas de consciencialização e programas educativos, é possível informar sobre a necessidade de uma alimentação equilibrada e a prática regular de exercícios físicos. Além disso, uma comunicação clara e acessível pode ajudar a combater mitos e desinformações, mas também pode aumentar a adesão às recomendações médicas e contribuir para a melhoria dos resultados de saúde. As intervenções de comunicação e literacia bem estruturadas são eficazes na redução da incidência e das complicações associadas à diabetes *mellitus* (Norris et al., 2002).

Neste estudo, partimos do pressuposto teórico de que a comunicação, quando vista de forma estratégica, é fundamental para alcançar os objetivos e cumprir a missão de uma organização. Defende-se que a comunicação é um processo intencional e planeado que pode ser utilizado pela APDP e SPD para promover a saúde, prevenir a diabetes *mellitus* e influenciar comportamentos através da orientação de cada um dos seus públicos. Acreditamos que esta responsabilidade deve ser assumida pelo profissional de Relações Públicas. Até ao momento desta pesquisa, o saber sobre o papel desempenhado por estes especialistas ou a importância da comunicação nestas associações era limitado.

Assim, com o intuito de obter uma compreensão aprofundada sobre a comunicação das associações de diabetes e sobre de que modo contribuem para a literacia em saúde na área da diabetes *mellitus*, desenvolvemos um desenho convergente de métodos mistos para responder à questão inicial: "*Como é que a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD está a contribuir para a promoção da literacia em saúde na área da diabetes mellitus entre os jovens portugueses?*".

A flexibilidade permitida por este desenho de pesquisa confirmou as suas vantagens, comparativamente com outras metodologias, uma vez que possibilitou, por exemplo, a inclusão, durante a investigação, de novas abordagens para responder à questão orientadora do trabalho. No entanto, é importante salientar que a aplicação de um desenho com estas características e os múltiplos dados obtidos de diversas fontes requer uma reflexão cuidadosa, especialmente em investigações com um curto espaço de tempo, devido às dificuldades acrescidas na integração de um elevado volume de dados. Apesar desta questão, consideramos que este trabalho alcançou os objetivos iniciais estabelecidos.

Para este estudo, realizamos uma recolha de dados proveniente de diversas fontes: entrevistas, questionários aos jovens portugueses e análise documental de materiais, tais como folhetos, *websites* e redes sociais, da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal e da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.

Após a análise dos dados recolhidos na investigação empírica, constatamos que os entrevistados (n=163) possuem algum conhecimento sobre a diabetes *mellitus*, embora exista uma proporção considerável da amostra que alega não ter nenhum conhecimento sobre a doença (38 participantes indicam não ter conhecimento algum). Verificamos que os conhecimentos adquiridos são provenientes do convívio com familiares ou amigos diabéticos, e não por iniciativa própria de pesquisa ou pela obtenção de informações pelos meios digitais da APDP ou da SPD. Concluimos que a APDP e a SPD não são reconhecidas pela maioria dos indivíduos estudados neste trabalho, o que nos preocupa e que nos leva a considerar o tema como digno de uma análise mais aprofundada sobre a comunicação realizada por estas associações no futuro. Através da entrevista com o presidente da APDP, Dr. José Manuel Boavida, pudemos identificar que eventos como rastreios, palestras e atividades são os principais meios de comunicação utilizados pela associação. Uma das maiores dificuldades sentidas durante esta investigação foi a falta de resposta no caso da SPD.

Não existiu oportunidade de entrevistar o presidente da organização, o que consideramos algo essencial para compreender verdadeiramente a missão da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, os seus objetivos e planos de comunicação, assim como para entender quem é responsável pela comunicação da sociedade e o que é realmente priorizado.

Na esfera digital, as plataformas da APDP e SPD apresentam algumas falhas que precisam ser corrigidas, como a falta de atualização de conteúdos. Questões como a facilidade de utilização, a interação e a acessibilidade dos *sites* também devem ser consideradas. Além disso, a presença das instituições nas redes sociais não estimula a participação do público, pois a maioria das publicações limita-se a divulgar eventos ou atividades.

Foi possível concluir que a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) adota uma postura mais tradicional, priorizando o contato pessoal e a proximidade em eventos, palestras e rastreios para interagir com o seu público e promover a prevenção da doença. Este foco permite uma comunicação direta e pessoal, reforçando laços comunitários e proporcionando um ambiente acolhedor e acessível. Relativamente aos folhetos (físicos) que nos propusemos a analisar, existiu por parte da investigadora, a iniciativa de verificar a existência de materiais explicativos sobre a diabetes na sala de espera da APDP, visto que a SPD não se encontra aberta ao público. Todavia, a não existência de materiais na sala de espera da APDP, condicionou em parte esta análise, mas demonstrou por outro lado um ponto essencial de melhoria para esta associação.

A disponibilização de folhetos na sala de espera da associação é uma ferramenta essencial para a literacia em diabetes, em particular para quem se dirige à associação e procura mais informações sobre a doença, como prevenir e até como iniciar o seu tratamento. É importante frisar que a APDP possui folhetos informativos, mas apenas em formato digital no seu *website*.

No meio digital, a APDP também destaca-se pela sua comunicação humana e empática, tentando criar uma proximidade e abertura para que qualquer pessoa possa entrar em contato com esta. No entanto, talvez devido a esta abordagem mais tradicional, a associação não seja tão reconhecida digitalmente, como foi possível verificar na análise por questionário deste estudo, e assim não utilize de maneira estratégica as redes sociais para promover a associação, a prevenção da diabetes, a literacia em diabetes e até angariar mais associados.

Por outro lado, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) apresenta uma comunicação mais seleta e técnica, direcionada principalmente a profissionais de saúde. A SPD utiliza as redes sociais quase exclusivamente para a divulgação de eventos e atividades, adotando uma abordagem mais distante e formal em comparação à APDP. Ambas as associações poderiam beneficiar significativamente de um uso mais estratégico das redes sociais, aproveitando o seu amplo alcance para divulgar informações sobre a diabetes, oferecer dicas e materiais para a fomentação de hábitos saudáveis, promover *quizzes* interativos e organizar passatempos. Korda e Itani (2013) referem que a comunicação digital das associações de saúde, desempenha um papel vital na prevenção de doenças, permitindo a disseminação rápida e eficaz de informações de saúde para um público amplo.

As plataformas digitais, como redes sociais, *websites* e aplicações móveis, permitem que as associações de saúde partilhem atualizações em tempo real, promovam campanhas educativas e incentivem a práticas de prevenção. É possível concluir que os jovens estudados, apesar de não procurarem informações sobre saúde nas redes sociais, pesquisam por informações em locais considerados credíveis. Isso demonstra um interesse em obter conhecimento confiável e preciso sobre questões relacionadas à saúde. Podes arriscar em afirmar que se as redes sociais das

associações confiáveis, tais como a APDP e SPD, fossem mais atrativas e conhecidas, possivelmente levariam à utilização e interação por parte desta parcela jovem da população. Além disso, a comunicação digital facilita a interação direta com a população, respondendo a dúvidas e desmistificando informações errôneas.

O uso estratégico de ferramentas digitais pode aumentar significativamente a consciencialização e a adesão a medidas preventivas, contribuindo para a mitigação de surtos e a promoção da saúde (Korda & Itani, 2013). Assim, esta estratégia não apenas aumentaria a consciencialização sobre a diabetes, mas também atrairia um público mais jovem, essencial para a prevenção da doença nesta faixa etária.

Neste sentido, seguindo a linha de pensamento desta investigação e com base na visão de Van Vliet e dos seus colegas (2014), a comunicação no meio digital é fundamental na educação e prevenção da diabetes entre a população jovem, pois são utilizados canais amplamente acessíveis e populares nesta faixa etária, tais como as redes sociais e as aplicações móveis. Estas plataformas permitem a disseminação de informações de uma forma mais atraente e interativa, aumentando o envolvimento dos jovens e a compreensão sobre a doença. A comunicação no meio digital pode incluir vídeos educativos, infográficos, *quizzes* e campanhas de sensibilização que abordem a importância de hábitos saudáveis e a deteção precoce da diabetes. As estratégias digitais bem planeadas são eficazes para melhorar a literacia em saúde e incentivar comportamentos preventivos entre os jovens (Van Vliet et al., 2014).

Portanto, ao integrar abordagens tradicionais com estratégias digitais inovadoras, tanto a APDP quanto a SPD pode fortalecer a sua presença e eficácia na promoção da saúde e prevenção da diabetes, alcançando uma audiência mais ampla e diversificada.

Não podemos concluir este trabalho sem reforçar a pergunta que o originou:

"Como é que a comunicação desenvolvida pela APDP e pela SPD está a contribuir para a promoção da literacia em saúde na área da diabetes mellitus entre os jovens portugueses?"

Ambas as associações, através das suas estratégias de comunicação, têm desempenhado um papel importante na disseminação de informações relevantes, utilizando plataformas, como os seus websites e as suas páginas de Facebook e Instagram. No entanto, existe margem para melhorar a abordagem direcionada aos jovens, especialmente em adotar uma maior frequência de publicações e criar materiais em formatos mais interativos e personalizados para este público específico, captando assim a sua atenção e, por sua vez, uma maior consciencialização.

Este estudo oferece *insights* valiosos, mas também deixa em aberto uma grande motivação para investigações futuras nesta temática. Investigar novas estratégias e medir o impacto concreto destas campanhas na mudança de comportamento dos jovens em relação à prevenção da diabetes, será fundamental para fortalecer ainda mais a literacia em saúde no nosso país. Uma melhor

compreensão, de como diferentes abordagens e plataformas podem ser otimizadas para atingir este objetivo, é crucial para o sucesso contínuo destas iniciativas e para promover um maior conhecimento sobre a doença na população jovem.

Referências bibliográficas

Abbott. (s.d.). FreeStyle Libre 2. Abbott. Recuperado em 26 de junho de 2024, de <https://www.freestyle.abbott/pt-pt/produtos/freestyle-libre-2.html>

Acordo de Cooperação entre a Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, I.P. e a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (2017).

Ågård, A., Ranjbar, V., & Strang, S. (2016). Diabetes in the shadow of daily life: factors that make diabetes a marginal problem. *Practical diabetes*, 33(2), 49-53.

<https://doi.org/10.1002/pdi.2000>

Agency for Healthcare Research and Quality. (1999). *Assessing the Quality of Internet Health Information: Summary*. Disponível em: <https://archive.ahrq.gov/research/data/infoqual.html>

Aguiar, S., & Fonte, C. (2007). Narrativas e significados da doença em crianças com diabetes mellitus tipo1. *Revista Psicologia Saúde e Doenças*, 8(1), 67-81. Recuperado de

<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v8n1/v8n1a05.pdf> .

Ahmad, F., & Joshi, S. H. (2023). Self-Care Practices and Their Role in the Control of Diabetes: A Narrative Review. *Cureus*, 15(7). <https://doi.org/10.7759/cureus.41409>

Alberti, K. G. M. M., Zimmet, P., & Shaw, J. (2007). International Diabetes Federation: a consensus on Type 2 diabetes prevention. *Diabetic Medicine*, 24(5), 451-463.

Alexander, C. (2010). The Third Sector. In K.Hart, J. L. Laville, A. D. Cattani (orgs.), *The human economy - A citizens guide*. (pp. 213-224). Cambridge: Polity Press. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/283351241_The_Third_Sector#fullTextFileContent

AMA – Agência para a Modernização Administrativa. (2019). *Kit do Selo de Usabilidade e Acessibilidade*. Disponível em: www.selo.usabilidade.gov.pt

AMA – Agência para a Modernização Administrativa. (2020). *Guia de Usabilidade*.

Disponível:<https://usabilidade.gov.pt/documents/20142/33332/Guia+Usabilidade.pdf/e65543d95c86-06ca-c571-97772eaa9c31>

American Diabetes Association. (2022). 2. Classification and diagnosis of diabetes: standards of medical care in diabetes. *Diabetes care*, 45(Supplement 1), 17-38. <https://doi.org/10.2337/dc22-S002> .

Arkin, E., Burklow, J., Doner, L., et al. (s.d.). *Making Health Communication: Programs Work*. U.S. Department of health & human services. Public Health Service. National Institutes of Health. National Cancer Institute.

Arriaga, M., Santos, B., Silva, A. J., Francisco, R., Nogueira, P., Oliveira, J., ... & Freitas, G. (2021). *Levels of health literacy*. Direção Geral de Saúde.

Arriaga, M. D. Santos, B. D., Leiras, G., Carvalho, A., Pinto, A. L., Raposo, B., ... & Freitas, G. (2023). Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023-2030—Plano Estratégico. Direção-Geral de Saúde.

Associação Portuguesa dos Diabéticos de Portugal. (2017). *Estatutos*. Disponível em: <https://apdp.pt/wp-content/uploads/2022/05/APDP-Estatutos-1.pdf> .

Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. (2022). *Curso E-learning- Z6 - APDP*. Consultado a 15 de Fevereiro de 2024 em <https://cursoselearning.apdp.pt/z6>

Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. (2023). *Relatório de Atividades e Contas – Exercício de 2022 – APDP*. Consultado a 27 de Fevereiro de 2024 em <https://apdp.pt/3d-flip-book/relatorio-de-atividades-e-contas-2022/#>

Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. (s.d.a). *Formação*. Consultado a 27 de Janeiro de 2023 em <https://apdp.pt/formacao/>

Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. (s.d.b). *Prémios e Distinções*. Consultado a 25 de Janeiro de 2023 em <https://apdp.pt/apdp/premios-e-distincoes/> .

Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal. (s.d.c). *Investigação na APDP*. Consultado a 25 de Janeiro de 2023 em <https://apdp.pt/clinica/consultas/investigacao-na-apdp/>

Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (s.d). Material Educacional. Mais vale prevenir que remediar [Folheto]. Consultado dezembro 30, 2022 em <https://apdp.pt/3d-flip-book/mais-vale-prevenir-que-remediar/> .

Atkinson, P. A. & Coffey, A. (1997). Analysing documentary realities. In D. Silverman (Ed.), *Qualitative research: Theory, method and practice*, London: Sage, 45–62.

Babbie, E. (2013). *The basics of social research* (13th ed.). Cengage Learning.

Bailey, C. J., & Kodack, M. (2011). Patient adherence to medication requirements for therapy of type 2 diabetes. *International journal of clinical practice*, 65(3), 314-322.

Bardin, L. (1977). *Análise de Conteúdo*. 70.a ed. Lisboa, Portugal.

Barroga, E., & Matanguihan, G. J. (2022). A practical guide to writing quantitative and qualitative research questions and hypotheses in scholarly articles. *Journal of Korean medical science*, 37(16). Disponível em

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9039193/pdf/jkms-37-e121.pdf>

Bello, S. (2014). Interrelationship of Health Communication, Health Literacy, Therapeutic Communication and Other Related Concepts. *Journal of Communication and Media Research*, 6(2), 175-194

Berkman, N. D., Davis, T. C., & McCormack, L. (2010). Health literacy: what is it?. *Journal of health communication*, 15(S2), 9-19.

Berkman, N.D., Sheridan, S.L., Donahue, K.E., Halpern, D.J., & Crotty, K. (2011). Low health literacy and health outcomes: An updated systematic review. *Annals of Internal Medicine*, 155(2), 97-107.

Brach, C. (2017). The journey to become a health literate organization: A snapshot of health system improvement. *Studies in health technology and informatics*, 240, 203.

<https://doi.org/10.3233/978-1-61499-790-0-203>

Brach, C., Keller, D., Hernandez, L. M., Baur, C., Parker, R., Dreyer, B., Schyve, P., Lemerise, A. J., & Schillinger, D. (2012). Ten attributes of health literate health care organizations. *NAM Perspectives*. <https://doi.org/10.31478/201206a>

Breia, P., Mendes, R., Silvestre, A., Gonçalves, M. J., Figueira, M. J., & Bispo, R. (2014). Adults with Down syndrome: characterization of a Portuguese sample. *Acta Médica Portuguesa*, 27(3), 357-363.

Broom, G., & Sha, B. (2013). *Cutlip and Center's Effective Public Relations*. 11.a ed. Harlow: Pearson.

Brown, T. J., Dacin, P. A., Pratt, M. G., & Whetten, D. A. (2006). Identity, intended image, construed image, and reputation: An interdisciplinary framework and suggested terminology. *Journal of the academy of marketing science*, 34(2), 99-106.

Bryman, A (2012). *Social Research Methods* (4th ed.). Oxford University Press.

Cade, W. T. (2008). Diabetes-related microvascular and macrovascular diseases in the physical therapy setting. *Physical therapy*, 88(11), pp.1322-1335.

Centers for Disease Control and Prevention. (2022). Sobre Pré-diabetes e Diabetes tipo 2. Consultado em dezembro 29, de 2022 em <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/about-prediabetes.html> .

Charmaz, K. (2006). *Constructing Grounded Theory: A Practical Guide Through Qualitative Analysis*. SAGE Publications.

Controlar a Diabetes. (2021a). *Links úteis*. Consultado a 25 de Janeiro de 2023, em <https://controlaradiabetes.pt/links-uteis>.

Controlar a Diabetes (2021b). Prevenção da Diabetes [online]. Consultado a 15 de Maio de 2023. Disponível em: <https://controlaradiabetes.pt/vida-saudavel/prevencao-da-diabetes>

Conrad, C., & Poole, M. S. (2012). *Strategic organizational communication: In a global economy*. John Wiley & Sons.

Corbin, J. & Strauss, A. (2008). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Coutinho, C. (2014). *Metodologia de Investigação em Ciências sociais e humanas: Teoria e Prática*. 2.a ed. Almedina S.A. Recuperado de: https://books.google.pt/books?hl=pt-PT&lr=&id=uFmaAwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=metodologia%20da%20investiga%C3%A7%C3%A3o%20livro&ots=GhcDWyiYOa&sig=oCh1gw9HG-t2aoHDNKxI9_wXn2Y&redir_esc=y&fbclid=IwAR1gfFBW7_aMRT--cBAjxKWNHPTCV2BniJPMe25t4f20VtLvAnUQI4uU9D0#v=onepage&q&f=false

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.

Creswell, J. W., & Clark, V. L. P. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3th ed.). SAGE Publications.

de Castro, D. S., & Duarte, L. A. (2013). Aspectos neuroanatômicos e correlações clínicas da Ataxia de Friedreich. *Revista Neurociências*, 21(2), 302-307. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/8186/5718> .

DECO Proteste. (s.d.). O que é a consignação do IRS e como fazê-la. DECO Proteste.

Recuperado em 26 de junho de 2024,

de <https://www.deco.proteste.pt/dinheiro/impostos/noticias/que-e-consignacao-irs-como-faze-la>

Dewey, J. (1927). *The Public and Its Problems*. Chicago: Swallow.

Diabetes, U. K. (2010). Commissioning Specialist Diabetes Services for Adults with Diabetes: A Diabetes UK Task and Finish Group Report. Disponível em:

<https://www.diabetes.org.uk/professionals/position-statements-reports/healthcare-professional-staffing-competency/specialist-diabetes-team-role-and-members> .

Direção Geral de Saúde (2016). *Orientação: Crianças e Jovens com Diabetes Mellitus Tipo 1 na Escola*.

Disponível em:

https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/orientacao_diabetes_dez2016_assinada.pdf

Direção Geral da Saúde. (2023). Programa Nacional para a Diabetes: Desafios e Estratégias

Disponível em: <https://www.dgs.pt/programa-nacional-para-a-diabetes/ficheiros-upload/arquivo/programa-nacional-para-a-diabetes-desafios-e-estrategias-2023>

Dozier, D. M., Grunig, L. A., & Grunig, J. E. (2001). “Public Relations as Communication Campaign”. Em Rice, Ronald and Atkin, Charles K. *Public Communication Campaigns* (3.a ed., pp. 231–248). Thousand Oaks, California: Sage Publications.

Drucker, P. F. (1990). *As Organizações Sem Fins Lucrativos*. Lisboa: Difusão Cultural.

Edwards, M., Wood, F., Davies, M., & Edwards, A. (2012). The development of health literacy in patients with a long-term health condition: the health literacy pathway model. *BMC public health*, 12(1), 1-15

Eiró-Gomes, M., & Atouguia, J. (2012). Consulta do viajante, ou onde a comunicação para a saúde se encontra com a comunicação “na saúde”. *Anais do Instituto de Higiene e Medicina Tropical*, 11, 106-109. <https://anaisihmt.com/index.php/ihmt/article/view/224/185>

Eiró-Gomes, M., Nunes, T. (2013). Relações Públicas/Comunicação Institucional. *Comunicação Corporativa: três designações para uma mesma realidade*, 1-15.

Eiró-Gomes, M. (Ed.) (2017) *A comunicação em organizações da sociedade civil conhecimento e reconhecimento*. Escola Superior de Comunicação Social. Lisboa, Portugal.

ElSayed, N. A., Aleppo, G., Aroda, V. R., Bannuru, R. R., Brown, F. M., Bruemmer, D., ... & Gabbay, R. A. (2023). 9. Pharmacologic Approaches to Glycemic Treatment: Standards of Care in Diabetes 2023. *Diabetes Care*, 46(Supplement_1), pp.140-157. <https://doi.org/10.2337/dc23-S009> .

Espanha, R., Cardoso, G., & Araújo, V. (2007). *Utentes e Saúde na Era da Informação: Internet, telemóveis e media*. ISCTE.

European Medicines Agency. (2018). *Criteria to be fulfilled by patient, consumer and healthcare professional organisations involved in European Medicines Agency activities*. Disponível em: https://www.ema.europa.eu/en/documents/regulatory-procedural-guideline/criteria-be-fulfilled-patient-consumer-healthcare-professional-organisations-involved-european_en.pdf .

Farias, S. H.; Fontelles, M. J.; Fontelles, R. G. S.; Simões, M. G. (2009) *Metodologia da Pesquisa Científica: Diretrizes para a Elaboração de um Protocolo de Pesquisa*. Núcleo de Bioestatística Aplicado à pesquisa da Universidade da Amazônia. https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/150/o/Anexo_C8_NONAME.pdf

Fearn-Banks, K. (2007). *Crisis communications: A casebook approach*. Routledge.

Franco, R. C., Sokolowski, S. W., Hairel, E. M. H., e Salamon, L. M. (2005). O Sector não Lucrativo Português numa Perspectiva Comparada. Faculdade de Economia e Gestão da Universidade Católica Portuguesa & Johns Hopkins University.

Freeman, R. E. (1984). *Strategic Management: A Stakeholder Approach*. Boston: Pitman Publishing.

Fundação Ernesto Roma (s.d). Fundação. Consultado dia 03 de abril de 2024. Disponível em: <https://www.fundacaoernestoroma.org/fundacao/>.

Garcia, A. A. A. (2020). A comunicação nos cuidados de saúde primários: estratégias para a promoção da saúde e prevenção da doença (Tese de Doutoramento, ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa (Portugal)).

Goldenberg, P., Marsiglia, R.M., & Gomes, M.H. (2003). *O clássico e o novo: tendências, objetos e abordagens em ciências sociais e saúde*. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz. DOI:<https://doi.org/10.7476/9788575412510>

- Gregory, A. (2010). *Planning and managing public relations campaigns: A strategic approach*. Kogan Page Publishers.
- Grunig, J.E. and T. Hunt (1984). *Managing Public Relations*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Grunig, J.E. (1992). *Excellence in Public Relations and Communication Management*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Guerra, I. C. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo: sentidos e formas de uso*. Lucerna.
- Guttman, N., & Salmon, C. T. (2004). Guilt, Fear, Stigma and Knowledge Gaps: Ethical Issues in Public Health Communication Interventions. *Bioethics*, 18(6), 531-552.
- Harlow, R. F. (1976). Building a public relations definition. *Public Relations Review*, 2(4), 34-42.
- Harrington, N. G. (2015). Health Communication: An Introduction to Theory, Method, and Application. In N. G., Harrington (Ed.), *Health Communication* (pp. 1-28). Routledge.
- Heath, R. (2001). *Handbook of public relations*. Sage Publications, Inc. Thousand Oaks, California.
- Hissa, M. N., Hissa, A. S. R., & Bruin, V. (2001). Tratamento do diabetes mellitus tipo 1 com bomba de infusão subcutânea contínua de insulina e insulina lispro. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, 45, 487-493.
- Holt, R. I., Cockram, C., Flyvbjerg, A., & Goldstein, B. J. (Eds.). (2017). *Textbook of diabetes*. John Wiley & Sons.
- HON - Health On the Net Foundation. Principles. (s.d.). Disponível em: <https://www.hon.ch/cgi-bin/HONcode/principles.pl?Portuguese>
- Hornik, R. C., Volinsky, A. C., Mannis, S., Gibson, L. A., Brennan, E., Lee, S. J., & Tan, A. S. (2019). Validating the Hornik & Woolf approach to choosing media campaign themes: Do promising beliefs predict behavior change in a longitudinal study? *Communication methods and measures*, 13(1), 60-68.

INE e CASES (2019). Nova Conta Satélite da Economia Social. Disponível em <https://www.cases.pt/wp-content/uploads/2019/11/Livro-Conta-Satélite-Voluntariado.pdf> .

International Diabetes Federation. (s.d.). Portugal. *Diabetes Atlas*. Consultado em 23 de junho 2024, em: <https://diabetesatlas.org/data/en/country/159/pt.html>

Internacional Diabetes Federation. (2021). *Diabetes Atlas 10th Edition*. Disponível em: https://diabetesatlas.org/idfawp/resourcefiles/2021/07/IDF_Atlas_10th_Edition_2021.pdf .

International Organization for Standardization. (2005). Norma ISO/IEC 17025:2005 (2 ed.). ISO/CASCO Committee on conformity assessment. Consultado a 02 de Fevereiro de 2023 em <https://www.iso.org/standard/62085.html> .

International Organization for Standardization. (2015). Norma ISO 9001:2015 (5 ed.). ISO/TC 176/SC 2 Quality systems. Consultado a 02 de Fevereiro de 2023 em <https://www.iso.org/standard/62085.html> .

Jablin, F. M., & Putnam, L. L. (Eds.). (2004). *The new handbook of organizational communication: Advances in theory, research, and methods*. Sage.

Kearney T, Dang C (2007). Diabetic and endocrine emergencies. *Postgrad Med* 83: 79- 86.

Kitchen, P. J. (1997). Was public relations a prelude to corporate communications?. *Corporate Communications: An International Journal*, 2(1), 22-30.

Kotler, P., & Lee, N. (2005). *Corporate social responsibility: Doing the most good for your company and your cause*. John Wiley & Sons.

Kickbusch, I., Maag, D., & Wait, S. (2006). *Navigating health: the role of health literacy*. Alliance for Health and the Future International Longevity Centre - UK.

Kreps, G. L. (2014). History of Health Communication. In Thompson, T. L. (Ed.), *Encyclopedia of health communication* (pp. 567-571). SAGE Publications.

Kunsch, M. M. K. (2003). Planeamento de relações públicas na comunicação integrada. *Summus Editorial*.

Lee, I., (1906). Declaration of Principles. In Russell, K. M., & Bishop, C. O. (2009).

Understanding Ivy Lee's declaration of principles: US newspaper and magazine coverage of publicity and press agency, 1865–1904. *Public Relations Review*, 35(2), 91-101

Lopes, F., Ruão, T., & Marinho, S. (2010). Gripe A na Imprensa Portuguesa: uma doença em notícia através de uma organizada estratégia de comunicação. *Observatorio (OBS*)*, 4(4).

<https://doi.org/10.15847/obsOBS442010442>

Lopes, F., Ruão, T., Marinho, S., Coelho, Z. P., Fernandes, L. G. M., Araújo, R. A. M., & Gomes, S. (2013). A saúde em notícia: repensando práticas de comunicação.

López Stewart, G. (2014). Diagnostic criteria and classification of hyperglycaemia first detected in pregnancy: A World Health Organization Guideline.

Lopes, E., Silva, M., & Moreira, T. (2017). A importância da comunicação e do profissional de Relações Públicas na promoção da literacia em saúde. *Revista de Saúde Pública*, 51(4), 45-55.

doi: 10.1590/S0034-8910.2017051007082

Mancuso, J. M. (2008). Health literacy: a concept/dimensional analysis. *Nursing & health sciences*, 10(3), 248-255. <https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2008.00394.x>

Manganello, J. A. (2008). Health literacy and adolescents: a framework and agenda for future research. *Health education research*, 23(5), 840-847. <https://doi.org/10.1093/her/cym069>

Mann, C., & Stewart, F. (2002). Internet communication and qualitative research: A handbook for researching online. London: Sage Publishers.

Marktest. (2024). Os Portugueses e as Redes Sociais 2024. Marktest. Disponível em

<https://www.marktest.com>

Mefalopoulos, P. (2008). *Development Communication Sourcebook: Broadening the Boundaries of Communication*. European Journal of Development Research (Vol. 21). Washington D.C.: The World Bank.

Mehta SN, Wolfsdorf JI. Contemporary management of patients with type 1 diabetes.

Endocrinol Metab Clin N Am. 2010; 39(3): 573–93.

Michaelson, D., & Stacks, D. W. (2017). *A Professional and Practitioner's Guide to Public Relations Research, Measurement, and Evaluation* (3rd ed.). Business Expert Press.

Miculis, C. P., Mascarenhas, L. P., Boguszewski, M. C., & Campos, W. (2010). Atividade física na criança com diabetes tipo 1. *Jornal de Pediatria*, 86(4), 271-278. doi: 0021-7557/10/86-04/271

Ministério da Saúde (2021). Relatório Anual: Acessos a Cuidados de Saúde nos Estabelecimentos do SNS e Entidades Convencionadas. Disponível em: <https://www.acss.min-saude.pt/wp-content/uploads/2022/09/Relatório-de-Acesso-2021.pdf>

Moloney, k. (2006) Public Affairs in *Exploring Public Relations*. Pearson Education.

Moreno, C., Ruas, L., & Carvalheiro, M. (2012). Diabetes Monogénica: Doença Rara ou Subdiagnosticada? *Revista Portuguesa de Diabetes*, 7(1), pp.37-43.

NAO (2009). *Building the Capacity of the Third Sector*. London: Office.

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (2016). Preventing Type 2 Diabetes. Consultado em dezembro 30, 2022 em <https://www.niddk.nih.gov/healthinformation/diabetes/overview/preventing-type-2-diabetes>

Neto, C. (2017). As Organizações da Sociedade Civil em Portugal. In M. Eiró-Gomes, (org.), *A Comunicação em Organizações da Sociedade Civil: Conhecimento e Reconhecimento*. (pp. 9-35). Escola Superior de Comunicação Social. Lisboa, Portugal.

Neves, C., Neves, J. S., Oliveira, S. C., Oliveira, A., & Carvalho, D. (2017). Diabetes Mellitus Tipo 1. *Revista Portuguesa de Diabetes*, 12(4), pp.159-167. <http://www.revportdiabetes.com/wp-content/uploads/2018/02/RPD-Vol-12-nº-4-Dezembro-2017-Artigo-Revisão-pág-159-167.pdf.pdf>

Nielsen-Bohlman, L., Panzer, A. M., & Kindig, D. A. (Eds.). (2004). *Health Literacy: A Prescription to End Confusion*. National Academies Press (US). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25009856/>

Norris, S. L., Engelgau, M. M., & Narayan, K. M. (2002). Effectiveness of self-management training in type 2 diabetes: a systematic review of randomized controlled trials. *Diabetes Care*, 24(3), 561-587.

Novo Nordisk. (s.d). O dia-a-dia da diabetes. Consultado em Dezembro 29, 2022 em <https://www.diabeteswhatsnext.com/pt/pt/apoio/o-dia-a-dia-da-diabetes.html> .

- Nunes, T. (2011). *Terceiro sector: Relações Públicas como negociação e compromisso*. Mestrado Gestão Estratégica das Relações Públicas. Escola Superior de Comunicação Social. Instituto politécnico de Lisboa. Lisboa, Portugal.
<https://repositorio.ipl.pt/bitstream/10400.21/463/1/TATIANA%20NUNES%20Terceiro%20Sector%20Relações%20Públicas%20como%20Negociação%20e%20Compromisso.pdf>
- Nunes, T. (2017). *Estratégias de comunicação de organizações do terceiro sector: doença de Alzheimer e outras demências em Portugal*. Doutoramento em Ciências da Comunicação. Escola de Sociologia e Políticas Públicas Centro de Investigação e Estudos de Sociologia. Lisboa, Portugal.
- Nutbeam, D. (2000). *Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century*. *Health Promotion International*, 15(3), pp. 259–267.
- Nutbeam, D. (2008). *The evolving concept of health literacy*. *Social Science & Medicine*, 67(12), pp. 2072–2078.
- Nutbeam, D. (2009). *Defining and measuring health literacy: what can we learn from literacy studies?*. *International journal of public health*, 54, pp. 303-305.
- O’Cathain, A., Murphy, E., & Nicholl, J. (2007). Why, and how, mixed methods research is undertaken in health services research in England: a mixed methods study. *BMC health services research*, 7, 1-11. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1186/1472-6963-7-85>
- Osborne, S. P. (2008). *The Third Sector in Europe. Prospects and Challenges*. New York. pp. 1–3.
- O’Sullivan, G.A., Yonkler, J.A., Morgan, W., Merritt, A.P. (2003). *A Field Guide to Designing a Health Communication Strategy*. Baltimore, MD: Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health Center for Communication Programs.
- Parvanta, C. F., & Bass, S. B. (2020). *Health communication: strategies and skills for a new era*. Jones & Bartlett Learning.
- Parrott, R., & Kreuter, M. W. (2011). Multidisciplinary, interdisciplinary, and transdisciplinary approaches to health communication: Where do we draw the lines? In *The Routledge handbook of health communication* (pp. 33-47). Routledge.

Pelikan, J. M., Straßmayr, C., Ganahl, K. (2020). Health literacy measurement in general and other populations: Further initiatives and lessons learned in Europe (and beyond). In *Health literacy in clinical practice and public health* (pp. 170-191). IOS Press.

Penning, T. (2015). PR Capacity on Nonprofit Boards in Public Relations in the Nonprofit Sector: Theory and Practice, RD Waters (Ed.). Routledge, New York.

Pinheiro, P. (2022). Exames para Diagnóstico e Seguimento da Diabetes. Consultado em Dezembro 19, 2022 em <https://www.mdsaude.com/endocrinologia/diabetes-diagnostico/>

Pleasant, A. (2011). *Health Literacy: An Opportunity to Improve Individual, Community, and Global Health*, New Directions for Adult and Continuing Education. Special Issue: Adult Education for Health and Wellness. Summer 2011 (130), pp- 43–54

Porto Editora (s.d) Dicionário Infopédia da Língua Portuguesa [online]. Porto, Porto Editora. Consultado a 15 de maio de 2023 em <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/comunicação>

Public Relations Society of America (2021) Study guide for the Examination for Accreditation in Public Relations.

Disponível em: <https://www.prsa.org/docs/default-source/accreditation-site/apr-study-guide.pdf>

Public Relations Society of America. (s.d.). All about Public Relations. Consultado a 03 de fevereiro de 2023 em: <https://www.prsa.org/about/all-about-pr>

Prout, C. H. (1997). *Organisation and Function of the Corporate Public Relations Department*. In Lesly, Philip - *Lesly's Handbook of Public Relations and Communications*. 5a Edição. Chicago: Contemporary Books. pp. 685-695.

Quivy, R & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de Investigação em ciências sociais* (2aed). Gradiva. Dunod, Paris. Recuperado de: https://tecnologiamidiaeinteracao.files.wordpress.com/2018/09/quivy-manual-investigacao-novo.pdf?fbclid=IwAR1tKuboMDNiLCge3Ggk1w5_YYbQZ0WIwoUlnFaVZQ8e1K7pHSjxPFBA

Rapley, T. (2007). *Doing conversation, discourse and document analysis*. London: Sage.

- Ratzan, C., Norman, Payne, G., Amato, P., Liebergott, J., Madoff, M. (1994). Education for the Health Communication Professional. *American Behavioral Scientist*. 38(2). PP. 361–380.
- Ruão, T., Lopes, F., & Marinho, S. (2012). Comunicação e saúde, dois campos em intersecção. *Comunicação e Sociedade*, Número Esp, pp.5–7. [https://doi.org/10.17231/comsoc.23\(2012\).1360](https://doi.org/10.17231/comsoc.23(2012).1360)
- Schiavo, R. (2014). *Health communication: From theory to practice* (2nd ed.). Jossey- Bass.
- Skyler, J. S., Bakris, G. L., Bonifacio, E., Darsow, T., Eckel, R. H., Groop, L., Ratner, R. E. (2017). Differentiation of diabetes by pathophysiology, natural history, and prognosis. *Diabetes*, 66(2), 241-255. Disponível: <https://diabetesjournals.org/diabetes/article/66/2/241/35290/Differentiation-of-Diabetes-by-Pathophysiology> .
- Smith, L., & Mounter, P. (2008). *Effective internal communication*. Kogan Page Publishers.
- SPD (Sociedade Portuguesa de Diabetologia). (s.d.). Programa da Direção. Consultado a 25 de junho de 2024, em <https://www.spd.pt/#/programa-da-direcao>
- Sociedade Portuguesa de Diabetologia (s.d.) Avaliação de Risco de Diabetes Tipo 2. Consultado em dezembro 27, 2022 em <https://www.spd.pt/images/avaliacao.pdf> .
- Sociedade Portuguesa de Endocrinologia Diabetes e Metabolismo. (s.d.). Doença de Cushing. Consultado em Dezembro 19, 2022 em <https://www.spedm.pt/grupo-de-estudo-da-hipofise/doenca-de-cushing/> .
- Sociedade Portuguesa de Diabetologia. (2023). Diabetes: Factos e Números – O Ano de 2019, 2020 e 2021. *Relatório Anual do Observatório Nacional da Diabetes 03/2023*. Sociedade Portuguesa de Diabetologia.
- Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., & Brand, H. (2012). Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. *BMC public health*, 12, 1-13.
- Sousa, J. (2003). *Planeamento da comunicação (na perspetiva das relações públicas)*. Universidade Fernando Pessoa. Porto, Portugal. Recuperado de: <http://www.bocc.ubi.pt/pag/sousa-jorge-pedro-planeamento-comunicacao.pdf>

Sousa, M. R., McIntyre, T., Martins, T., & Silva, E. (2015). Questionário dos Conhecimentos da Diabetes (QCD): propriedades psicométricas. *Revista portuguesa de saúde pública*, 33(1), 33-41.

Stephens, M. A. P., Franks, M. M., Rook, K. S., Iida, M., Hemphill, R. C., & Salem, J. K. (2013). Spouses' attempts to regulate day-to-day dietary adherence among patients with type 2 diabetes. *Health Psychology*, 32(10), 1029.

Tashakkori, A., & Creswell, J. W. (2007). The new era of mixed methods. *Editorial. Journal of Mixed Methods Research*, 1 (1),3-7. <https://doi.org/10.1177/2345678906293042>

Tench, R., & Yeomans, L. (2006). *Exploring public relations*. Pearson Education.

Theaker, A. (Ed.). (2020). *The Public Relations Handbook* (6a ed.). O Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429298578>

Thomas, R. K. (2005). *Health Communication*. New York, NY, USA: Springer.

UNESCO - United Nations Educational Scientific and Cultural Organization. (2005). Aspects of Literacy Assessment: topics and issues from the UNESCO Expert Meeting 10-12 June 2003. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000140125>

Valentini, C. (2016). Spin Doctoring. *Denmark: Aarhus University [em Inglês]*.

Van Vliet, M., Van der Wulp, N. Y., Schuit, A. J., & Hoozemans, M. J. (2014). The effectiveness of health communication for youth: a systematic review of reviews. *Journal of Adolescent Health*, 54(3), 317-327.

Vieira, I. C., Pita, J. R., & Pereira, A. L. (2021). A diabetologia social em Portugal. Gênese, influências e concretizações (1926-1931). *Asclépio*, 73(2).

Vinicor, F., Bowman, B., & Engelgau, M. (2003). Diabetes: prevention needed. *The Lancet*, 361(9357), 544.

Wellens, L., & Jegers, M. (2014). Effective governance in nonprofit organizations: A literature based multiple stakeholder approach. *European Management Journal*, 32(2), 223-243.

Wilcox, D. L., Cameron, G. T., & Reber, B. H. (2014). *Public Relations: Strategies and Tactics*, Global Edition. *England: Pearson Education*.

- White J., Mazur, L. (1996). *Strategic Communications Management: Making Public Relations Work*. Harlow: Addison-Wesley
- World Health Organization. (1986). *Ottawa Charter for Health Promotion*. Geneva.
- World Health Organization. (1992). *A background paper to the Inter-Agency Meeting on advocacy strategies for health and development: development communication in action, Geneva, 9-13 November 1992* (No. HED/92.4). World Health Organization. Disponible em: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/70051/HED_92.4_eng.pdf?sequence=1
- World Health Organization. (1998). Health promotion. *Health Promotion Glossary*. Oxford, England. (Vol. 1). Geneva. Disponible em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HPR-HEP-98.1>
- World Health Organization. (2013). *Diagnostic criteria and classification of hyperglycaemia first detected in pregnancy* (No. WHO/NMH/MND/13.2). World Health Organization.
- World Health Organization. (2019). Classification of Diabetes Mellitus. Disponible em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/325182/9789241515702-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- World Health Organization. (2021). *Health promotion glossary of terms 2021*. Disponible em: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/350161/9789240038349-eng.pdf?sequence=1>
- World Wide Web Consortium (W3C). (2008). *Understanding WCAG 2.0: Conformance*. W3C. Disponible em: <https://www.w3.org/TR/UNDERSTANDING-WCAG20/conformance.html>
- Yin, R. K. (2015). *Qualitative research from start to finish*. Guilford publications.
- Zhang, Y., Sun, Y., & Xie, B. (2015). Quality of health information for consumers on the web: a systematic review of indicators, criteria, tools, and evaluation results. *Journal of the Association for Information Science and Technology*, 66(10), 2071-2084. <https://doi.org/10.1002/asi.23311>
- Zarcadoolas, C., Pleasant, A., & Greer, D. S. (2005). Understanding health literacy: an expanded model. *Health promotion international*, 20(2), 195-203.

ANEXOS

Anexo A- Avaliação de Risco de Diabetes tipo 2 (SPD, s.d)

AVALIAÇÃO DE RISCO DE DIABETES TIPO 2

Assinalar a resposta que se adapta à sua situação (nas 8 questões) e somar o total de pontos obtidos.

1. Idade

- 0 p. Menos de 45 anos
- 2 p. 45-54 anos
- 3 p. 55-64 anos
- 4 p. Mais de 64 anos

2. Índice de Massa Corporal – IMC = peso (Kg) / (altura em cm)²

- 0 p. Menos de 25 kg/m²
- 1 p. 25-30 kg/m²
- 3 p. Mais de 30 kg/m²

3. Medida da cintura (normalmente ao nível do umbigo)

- | HOMENS | MULHERES |
|---------------------|---------------------|
| 0 p. Menos de 94 cm | 0 p. Menos de 80 cm |
| 3 p. 94-102 cm | 3 p. 80-88 cm |
| 4 p. Mais de 102 cm | 4 p. Mais de 88 cm |

4. Prática, diariamente, atividade física pelo menos durante 30 minutos no trabalho ou durante o tempo livre (incluindo atividades da vida diária)?

- 0 p. Sim
- 2 p. Não

5. Com que regularidade come vegetais e/ou fruta?

- 0 p. Todos os dias
- 1 p. Às vezes

6. Toma regularmente, ou já tomou, alguns medicamentos para a hipertensão arterial?

- 0 p. Não
- 2 p. Sim

7. Alguma vez teve açúcar elevado no sangue (por ex. num exame de saúde, durante um período de doença ou durante a gravidez)?

- 0 p. Não
- 5 p. Sim

8. Tem algum membro de família próxima ou outros familiares a quem foi diagnosticado diabetes (Tipo 1 ou Tipo 2)?

- 0 p. Não
- 3 p. Sim: avós, tias, tios ou primos 1º grau (exceto pais, irmãos, irmãs ou filhos)?
- 5 p. Sim: Pais, irmãos, irmãs ou filhos

Nível de risco total

O Risco de vir a ter Diabetes Tipo 2 dentro de 10 anos é:

- a) **Se soma de pontos abaixo de 7 » Risco Baixo:** calcula-se que 1 em 100 pessoas desenvolverá a doença
- b) **Se soma de pontos entre 7 e 11 » Risco sensivelmente elevado:** calcula-se que 1 em 25 pessoas desenvolverá a doença
- c) **Se soma de pontos entre 12 e 14 » Risco moderado:** calcula-se que 1 em 6 pessoas desenvolverá a doença
- d) **Se soma de pontos entre 15 e 20 » Risco alto:** calcula-se que 1 em 3 pessoas desenvolverá a doença
- e) **Se soma de pontos acima de 20 » Risco muito alto:** calcula-se que 1 em 2 pessoas desenvolverá a doença

Anexo B - Email de Solicitação de entrevista aos Presidentes da APDP e SPD.

Assunto **Pedido de entrevista ao Sr. Presidente José Manuel BoaVida**
De Claudia Gualdino <13699@alunos.escs.ipl.pt>
Para <diabetes@apdp.pt>
Data 2024-01-10 19:01



Caro Presidente José Manuel BoaVida,

Espero que esta mensagem o encontre bem. Eu sou a Cláudia Gualdino e sou vossa sócia, pois sou diabética tipo 1. Atualmente encontro-me a realizar o estudo académico, integrado no Mestrado de Gestão Estratégica de Relações Públicas da Escola Superior de Comunicação Social de Lisboa e o seu principal objetivo é compreender de que forma a comunicação da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP), está a contribuir para a literacia na saúde na área dos Diabetes Mellitus, nomeadamente entre os jovens.

Serve o presente email, para solicitar uma entrevista com o intuito de discutir sobre o importante trabalho da associação na prevenção, divulgação e rastreio da diabetes.

Estou extremamente interessada em conhecer os esforços da APDP e em destacar o seu papel crucial no combate a esta doença tão prevalente na nossa sociedade. Acredito que a comunicação e conscientização são fundamentais para prevenir e controlar a diabetes, bem como para garantir um rastreio adequado.

Gostaria de solicitar 30 minutos (no máximo) do seu tempo para uma entrevista, seja pessoalmente ou por escrito, onde gostaria de centrar-me apenas em oito breves questões :

1. Como é que a associação procura divulgar informações sobre a diabetes e conscientizar a população em geral sobre a doença?
2. Qual é o papel da associação no rastreio da diabetes? Como é que a organização encoraja as pessoas a fazerem o teste de despiste/diagnóstico?
3. Que mensagens são importantes transmitir aos jovens para prevenir a diabetes?
4. Quais são as principais ações desenvolvidas pela associação para prevenir a diabetes?
5. Quais são os principais desafios enfrentados pela associação ao promover a prevenção e divulgação da diabetes?
6. Quais são os planos futuros da associação para continuar seu trabalho na prevenção, divulgação e rastreio da diabetes?
7. Atualmente têm alguma equipa de comunicação que vos apoie ou trabalhem com alguma empresa de comunicação?
8. Qual a vossa estratégia de comunicação para este ano? os jovens são um público prioritário?
- 9.

Por favor, fique à vontade para sugerir datas e horários, de acordo com sua disponibilidade. Se for mais cómodo, poderá também responder a estas questões por escrito.

Agradeço antecipadamente a sua disponibilidade e generosidade para colaborar neste estudo.

Aguardo uma resposta.

Muito obrigada.

Atenciosamente,

Cláudia Gualdino

Assunto **Pedido de entrevista ao Sr. Presidente João Raposo**
De Claudia Gualdino <13699@alunos.escs.ipl.pt>
Para <joao.raposo@spd.pt>
Data 2024-01-10 19:11



Caro Presidente João Raposo,

Espero que esta mensagem o encontre bem. Eu sou a Cláudia Gualdino, sou diabética tipo 1 e atualmente encontro-me a realizar o meu estudo académico, integrado no Mestrado de Gestão Estratégica de Relações Públicas da Escola Superior de Comunicação Social de Lisboa. O seu principal objetivo é compreender de que forma a comunicação da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) e a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP), estão a contribuir para a literacia na saúde na área dos Diabetes Mellitus, nomeadamente entre os jovens.

Serve o presente email, para solicitar uma entrevista com o intuito de discutir sobre o importante trabalho da vossa associação na prevenção, divulgação e rastreio da diabetes.

Estou extremamente interessada em conhecer os esforços da SPD e em destacar o seu papel crucial no combate a esta doença tão dominante na nossa sociedade. Acredito que a comunicação e conscientização são fundamentais para prevenir e controlar a diabetes, bem como para garantir um rastreio adequado.

Gostaria de solicitar 30 minutos (no máximo) do seu tempo para uma entrevista, seja pessoalmente ou por escrito, onde gostaria de centrar-me apenas em oito breves questões :

1. Como é que a associação procura divulgar informações sobre a diabetes e conscientizar a população em geral sobre a doença?
2. Qual é o papel da associação no rastreio da diabetes? Como é que a organização encoraja as pessoas a fazerem o teste de despiste/diagnóstico?
3. Que mensagens são importantes transmitir aos jovens para prevenir a diabetes?
4. Quais são as principais ações desenvolvidas pela associação para prevenir a diabetes?
5. Quais são os principais desafios enfrentados pela associação ao promover a prevenção e divulgação da diabetes?
6. Quais são os planos futuros da associação para continuar seu trabalho na prevenção, divulgação e rastreio da diabetes?
7. Atualmente têm alguma equipa de comunicação que vos apoie ou trabalhem com alguma empresa de comunicação?
8. Qual a vossa estratégia de comunicação para este ano? os jovens são um público prioritário?

Por favor, fique à vontade para sugerir datas e horários, de acordo com sua disponibilidade. Se for mais cómodo, poderá também responder a estas questões por escrito.

Agradeço antecipadamente a sua disponibilidade e generosidade para colaborar neste estudo.

Aguardo uma resposta.

Muito obrigada.

Atenciosamente,

Cláudia Gualdino

Anexo C - Guião semiestruturado da Entrevista efetuada ao Presidente da APDP

- 1. Como é que a associação procura divulgar informações sobre a diabetes e consciencializar a população em geral sobre a doença?*
- 2. Qual é o papel da associação no rastreio da diabetes? Como é que a organização encoraja as pessoas a fazerem o teste de despiste/diagnóstico?*
- 3. Que mensagens são importantes transmitir aos jovens para prevenir a diabetes?*
- 4. Quais são as principais ações desenvolvidas pela associação para prevenir a diabetes?*
- 5. Quais são os principais desafios enfrentados pela associação ao promover a prevenção e divulgação da diabetes?*
- 6. Quais são os planos futuros da associação para continuar seu trabalho na prevenção, divulgação e rastreio da diabetes?*
- 7. Atualmente têm alguma equipa de comunicação que vos apoie ou trabalham com alguma empresa de comunicação?*
- 8. Qual a vossa estratégia de comunicação para este ano? os jovens são um público prioritário?*

Anexo D - Consentimento Informado - Dr. José Manuel Boavida



Consentimento Informado

A presente entrevista teve como objetivo a recolha de dados para um projeto de investigação desenvolvido no âmbito do Mestrado em Gestão Estratégica de Relações Públicas da Escola Superior de Comunicação Social – Instituto Politécnico de Lisboa (ESCS-IPL) (Portugal).

Os dados recolhidos a partir das respostas do entrevistado apenas serão utilizados no âmbito do referido trabalho de investigação, como fontes de informação para responder aos objetivos que orientam o mesmo.

Neste sentido, tendo em vista garantir a transparência do processo, as respostas do entrevistado apenas serão integradas na investigação após assinatura do presente documento, e ainda, após autorização de referência ao seu nome e afiliação.

Autorizo a utilização das minhas respostas e referência ao meu nome e afiliação no âmbito do referido projeto de investigação pela sua autora Cláudia Patrícia Fernandes Gualdino.

Data:

27/26

Assinatura:

J. M. Boavida

Anexo E - Transcrição da Entrevista

CG: Como é que a associação procura divulgar as informações sobre os diabetes, ou seja, como é que procuram, consciencializar a população no geral sobre a doença?

JMB: A associação foi sempre a instituição de referência do Estado para as campanhas sobre diabetes e, portanto, desde os anos 70 que fez rastreios da diabetes para tentar saber quantas pessoas de diabetes existiam, juntamente com os rastreios de tuberculose. Acompanhávamos sempre, antes disso, até aos anos 50, só a associação é que tinha insulina, portanto, as pessoas eram encaminhadas para a associação e a primeira preocupação da associação era ensinar as pessoas a utilizar a insulina, porque percebeu que não bastava dar insulina, era preciso ensinar as pessoas a insulina e, portanto, teve sempre uma grande confiança nas pessoas. Se não sei se, se lembra no museu que dizia que a associação dava um medicamento imprescindível, insubstituível, que permitiria às pessoas viver e trabalhar como se não fossem doentes. Portanto, a associação nunca viveu para a doença. Viveu sempre para a autonomia e para a liberdade das pessoas, responsabilizando, obviamente, dando-lhes os meios de conhecimento para que elas pudessem tomar conta de si. E, portanto, isso sempre foi o passado da associação. Tem um boletim de diabetes desde 1931, portanto é um boletim mais antigo de diabetes do mundo.

A associação é a associação também de pessoas com diabetes mais antiga do mundo. E o boletim também, que é de 1931 em que pode ver no museu, e que pode pedir á Maria João porque há uma coleção depois dos boletins ou á, ali á Sónia ali uma coleção dos boletins para ver. Já naquela altura, a sensibilidade era mais dedicada à diabetes tipo um do que á diabetes tipo dois, contrariamente hoje em dia, em que a diabetes tipo dois se torna mais prevalente, na altura era a diabetes que era mais prevalente. Hoje em dia, portanto, esse boletim manteve-se como a revista, que é uma revista quatro vezes por ano, que já foi completamente apoiada pelo Estado no tempo da doutora Maria de Belém, mas depois o Dr. Correia de Campos tirou-lhe, tirou-lhe o subsídio e neste momento é gerida pela associação sem qualquer tipo de apoio, para além da publicidade, a que tem que recorrer. Tem *newsletters* que têm que se inscreverem ali para estar, para receber as *newsletters* aqui com a Maria João, e é uma característica da associação que poucas pessoas percebem. Ser sócio da associação não quer dizer ser assistido na associação.

Ser sócio da associação, quer dizer que se apoia as atividades da associação. Ser assistido ou vem, pelo Serviço Nacional de Saúde ou pela ADSE, ou pelos seguros ou vem particularmente. Mas, portanto, o pagamento ligado à assistência tem que ter algum financiamento, porque a associação não tinha dinheiro. Tal maneira que nos anos 50 a filial do Porto e a filial de Coimbra

fecharam a seguir à Segunda Grande Guerra por não haver dinheiro e, portanto, a associação está presente em todas as iniciativas, Campanhas do Dia Mundial da Diabetes em que temos, fomos sempre os grandes divulgadores em que distribuímos cartazes por todas as autarquias para divulgar o Dia Mundial da Diabetes. Este ano, cerca de 80 autarquias divulgaram localmente e deixamo-las por o logo da câmara deles para ficarem todos orgulhosos. Fizemos campanhas com vários monumentos a azul, já tivemos a Torre de Belém Azul, já tivemos a Câmara Municipal a Azul, já tivemos o Arco da Rua Augusta a Azul, no Dia Mundial da Diabetes. Depois também fazemos uma boa campanha no dia do aniversário da associação, que é o 13 de maio. Nunca percebemos se tinha sido por influência direta da azinheira ou da senhora que estava na azinheira (risos) é mesmo no mesmo dia.

CG: É mesmo.

JMB: Só que a associação é criada em 1926, o 13 de maio de 1917. Mas em 1926 a Igreja ainda não reconhecia Fátima e, portanto, Fátima não tinha qualquer relevância e, portanto, o 13 de Maio. Pensamos que é coincidência, mas de coincidência não tem nada.

CG: Não tem nada.

JMB: Mas não é nada milagroso. Porque se fosse milagroso não tínhamos as dificuldades todas que temos em sobreviver ao longo destes anos todos. Inicialmente, a associação era apoiada pelo Ministério do Interior, que era só para os pobres e, portanto, era para as pessoas que não tinham dinheiro para comprar insulina. E só depois do 25 de Abril, em 73 abriu a outras pessoas que não fossem pobres. Mas só em 73 é que a insulina se torna gratuita e o Serviço Nacional de Saúde começa a pagar a insulina, muito por ação da associação. Outra das grandes ações da associação é na reivindicação de material de apoio às pessoas... (Telefone toca).

Interrupção

JMB: Onde é que eu ia...

CG: Nos apoios, nas campanhas de apoio às pessoas com diabetes...

JMB: A grande primeira campanha, depois da insulina foi o acesso às tiras de glicémia, que antes disso era na urina que se fazia as pesquisas e era um método extremamente pouco fiável e muito enganador.

Depois, a seguir, houve múltiplas campanhas para o acesso aos sensores, campanhas para o acesso às bombas de insulina. Houve uma altura, que houve uma campanha enorme para o acesso às insulinas mais lentas, a *Lantus* e tudo isso, e portanto, a associação tem tido quatro grandes eixos de ação. Primeiro social e associativo, em que tenta defender e divulgar todas as ações e tudo aquilo que diz respeito à vida das pessoas com diabetes, sempre numa perspetiva de cidadania, de participação, de autonomia, de consciência dos seus direitos e da necessidade de apoio que têm depois a parte clínica. Que no fundo, foi aquilo que provavelmente terá mantido mais vivo a associação, porque a diabetes inicialmente era sobreviver, era dar insulina para sobreviver. Depois, a seguir, começaram a aparecer as complicações da diabetes, porque as pessoas sobreviviam, mas muito mal compensadas.

As insulinas eram muito pouco puras e, portanto, começámos a ter várias especialidades e, portanto, hoje temos um modelo de clínica que é visitado por pessoas desde os Estados Unidos a todo o mundo, porque é um modelo integrado, único e ainda Dinamarca cá esteve em Novembro e a querer estabelecer uma grande parceria connosco para colaborar. E a Dinamarca é capital da insulina e portanto da novo *Novo Nordisk*, e agora do *Ozempic*. É uma honra para nós este reconhecimento. Depois. Ora. Onde é que eu ia?

CG: Nas campanhas?

JMB: Nas campanhas, portanto.

CG: No eixo social já falou, no eixo clínico...

JMB: No eixo social, no eixo clínico, depois no eixo de investigação. A associação não pode estar a fazer aquilo que faz sem estar permanentemente adaptada. Para estar sempre adaptada, tem que estar em contacto com todos os centros de investigação a nível nacional, a nível internacional, sempre atualizada, participando em múltiplos estudos. Neste momento estamos a fazer nove ensaios clínicos com novos medicamentos e participamos em múltiplos estudos. Por último, a parte da formação, que é a parte da experiência toda que a associação tem, desde formação, a enfermeiros, a tratamento do pé, oftalmologistas, nutricionistas, médicos, etc. E há uma nova área que a associação tem vindo a desenvolver nos últimos tempos, que é a área de intervenção social. A associação sempre fez um grande trabalho de apoio social ao nível das

crianças e dos jovens, com todo o impacto que tem na família. O aparecimento da diabetes e todo o trabalho de educação, ultrapassa de longe aquilo que a saúde sugere, de tal maneira que a saúde não paga, a educação, a saúde não paga a nutrição, a saúde não paga as consultas de enfermagem e, portanto, apesar disso, a associação sempre pugnou por cursos para os jovens, cursos para a insulino terapia, cursos para cuidar com os pés.

Somos pioneiros a esse nível. Também a nível mundial pomos as pessoas em grupo a discutir os seus problemas de pés e a descalçarem-se e ver como e ver os pés. E, portanto, temos muita divulgação dessas áreas e, portanto, nos últimos anos, esta área do desenvolvimento social tem vindo a criar aquilo que nós chamamos as Casas da Diabetes, que são espaços dentro das autarquias normalmente, em que uma vez por mês vamos lá, fazemos uma sessão de animação sobre pessoas com diabetes e têm sido extremamente importantes. Para além disso, fazemos rastreios na comunidade.

CG: Pois é, era isso que eu queria perguntar no rastreio como é que, como é que encorajam as pessoas a como é que chegam até às pessoas da comunidade em geral?

JMB: Normalmente trabalhamos com as autarquias e, portanto, as autarquias e a sua rede são sempre absolutamente fundamentais. As autarquias deviam ter um papel muito mais importante na saúde, porque têm muito mais meios do que têm a própria saúde e, portanto, fazemos através deles, mas com uma preocupação não aqueles velhos rastreios de picar o dedo e que muitas vezes é enganador, mas de fazer um questionário de risco onde se vão identificando os fatores de risco e se vai discutindo com as pessoas e no fundo se dá um incentivo a mudanças de comportamento das pessoas. Às pessoas que têm um risco moderado, alto ou muito alto, então essas é que devem ser encaminhadas para fazer análises e, portanto, vão já dirigidas. E, portanto, aí depende do dinheiro que existe, se fazemos uma hemoglobina glicada ou se fazemos só uma glicémia e encaminhamos depois para o médico de família ou para a associação, se for o caso disso. Esses rastreios fazemos normalmente ligados às autarquias ou coletividades, que nos chamam para isso. E, portanto, é também uma das áreas, estas de saída dos muros da saúde para junto da comunidade, coisa que a pessoa. Mais proximidade, coisa que a saúde ainda está muito fechada nas suas paredes e ainda não percebeu que tem que descer ao encontro das pessoas que são o seu alvo.

CG: E nestas ações, quais são os principais desafios que a Associação enfrenta ao promover, esta prevenção e divulgação da diabetes?

JMB: É o apoio posterior às pessoas, a gente levanta um problema e depois tem que dar seguimento às pessoas.

Mas em relação às pessoas que têm pré diabetes. Nós temos, tentamos desenvolver, um programa, que eu, nós chamamos o Gosto: “eu gosto de viver bem”; “Eu gosto de ser saudável”, “Eu gosto de comer bem”; “Eu gosto de ter a de ser fisicamente ativo”; “Eu gosto de evitar as doenças”. Uma visão mais positiva do que a visão negativa do horror: “Vais morrer, vais ficar isto, vais ficar aquilo, vais ficar aquilo outro” - que é a tradição médica habitual e que começam às criancinhas logo a dizer-lhes com o dedo no ar. Não bastava, enfim, o sofrimento das pessoas com a doença ainda as massacravam mais com essas situações. Nas pessoas que já têm diabetes, ou encaminhamos para estas Casas da Diabetes, que por isso é que tentamos ter sempre estes programas articulados entre o rastreio e depois estes dois programas “Eu Gosto” e a Casa da Diabetes, quando são situações mais graves, encaminhando-os ou para a associação, se for o caso disso, ou para os médicos de família, se for o caso disso.

Mas, portanto, o que me parece mais relevante é que não devemos deixar as pessoas abandonadas. Muitas vezes as pessoas são acusadas de não se cuidar, quando deveríamos era acusar as pessoas que não lhes dão o apoio necessário para elas conseguirem.

CG: Exatamente, a informação.

JMB: Mais do que informação é formação. Mas a formação é contínua.

CG: E não é só...

JMB: Não é? Toma lá um folheto e vai a andar, vai ver a internet e está a andar. Porque a formação implica motivação, muito estímulo, avaliação, correção das coisas que não estão bem. E é este processo, este processo contínuo que é que é necessário ter no tratamento da diabetes. Nós costumamos dizer que as pessoas com diabetes normalmente estão uma, no máximo dos máximos, duas horas com profissionais de saúde ao longo de um ano. Todas as outras horas estão sozinhas e é sozinhas, que resolvem os grandes milhares de problemas que a diabetes vai colocando dia a dia, porque a diabetes não dorme, a diabetes é de 24h00, não tira férias. E, portanto, este papel tão importante dos profissionais de saúde deve ser dirigido para aquilo que é a capacidade das pessoas gerirem a sua própria vida e não para se valorizarem a si próprios, porque eles não são nada na vida das pessoas com diabetes. São uma referência, mas não são eles que estão ali no dia a dia a resolver os problemas.

CG: E quais são os vossos planos futuros, ou seja, da associação, para continuar com este trabalho do rastreio?

JMB: Aquilo que nós gostávamos era de ter um mecenas ou um Estado que percebesse como é que se trata a diabetes e o que é a vida de uma pessoa com diabetes. Porque eles não percebem que não percebem. Normalmente começam a perceber quando aparece algum familiar, mas depois como esse familiar começa a integrar-se socialmente e começa a viver bem, também se esquecem logo.

E não pensam normalmente o que é continuar a ser a vida, para ele fazer essas coisas todas, tem que ver as glicémias dez ou quinze vezes por dia, ajustar a insulina, ver a bomba, ver o sensor, carregar a bomba, ter sempre medicação em casa.

CG: Contar Hidratos de Carbono...

JMB: Contar os hidratos de carbono, coisa que, enfim, que é muito falível e muito difícil e muito variável. E, portanto, eu não sou um grande fã.

Ninguém é. Portanto, a minha esperança são as bombas que vão ajustar-se cada vez mais rapidamente àquilo que é o padrão alimentar.

E as pessoas quando comem um pouco mais, há bombas já que têm três sistemas com baixo valor de hidratos de carbono, com médio valor ou com alto valor.

E, portanto, é mais simples isso do que estar a mistificar que vamos todos contar hidratos de carbono. Eu penso que são os pais que fazem isso, quando as crianças são pequeninas, mal se chega à adolescência, tudo isso desaparece e é “a olho” e é como tudo isto. E, portanto, o que é preciso é as pessoas irem a monitorizando, irem corrigindo, não ter medo de dar insulina, não ter medo de ir corrigindo permanentemente.

Mas, pronto, a contagem dos hidratos de carbono, se for feita, ajuda. Não digo que não. Mas digo que há muita dificuldade em implementar isso, nessa situação.

E, portanto, o mundo da vida das pessoas com diabetes é um mundo ainda muito complexo para se mostrar às pessoas.

Mas aquilo que é o sonho da Associação é o desenvolvimento de mini APDPs pelo país fora. Em cada capital distrito teria uma mini APDP em que poderia desenvolver algumas partes que temos aqui, e depois, em conjugação com o hospital.

Por exemplo, na Dinamarca, junto aos grandes hospitais distritais, existe uma “minicentro” de diabetes.

A diabetes não deveria estar dentro dos hospitais. Não têm nada que ir para aqueles meios todos ultra pesados. Ainda na semana passada discuti isto, que é preciso tirar o ambulatório dos hospitais. Não vão lá fazer nada, os hospitais são para os cuidados agudos, para os cuidados muito diferenciados, muito complexos. As situações de rotina, de acompanhamento das doenças devem ser feitas num sistema intermédio entre os cuidados primários e os cuidados hospitalares. Que é aquilo que a Associação é. E, portanto, este modelo deveria ser replicado ao nível de cada distrito. E isso permitir-nos-ia ter, enfim, um impacto ainda maior.

CG: E até, se calhar, mais proximidade às autarquias depois, não é? Para também haver a sensibilização do resto da comunidade.

JMB: Os centros de saúde que o Estado anda a construir deveriam ser para policlínicas e não para centros de saúde. Os centros de saúde têm que ser de maior proximidade, têm que ser de bairro, de rua, de quarteirão. E, portanto, não precisam sequer deste espaço todo, depois haver policlínicas. Nunca vi crescer nenhuma clínica sem ser como policlínica, porque oferecem logo serviços diferenciados. Os centros de saúde já existiam, os centros de saúde da minha época tinham cardiologistas, pediatras, oftalmologistas, dentistas. Tinham várias especialidades lá dentro. E esse é que é o modelo de centros de saúde que deveria existir. E os médicos de família deveriam estar mais próximos das pessoas, com maior proximidade a eles.

CG: E, atualmente, agora falando da comunicação, tem alguma equipa de comunicação?

JMB: Uma equipa individual. Temos uma agência de comunicação com quem trabalhamos, que nos faz o favor de trabalhar connosco. Mas, queremos é evidente, que a divulgação tem que ser feita pelas próprias instituições que têm o know-how e a sensibilidade para isso. As experiências que temos tido com outras agências externas, é normalmente muito estereotipada, muito cheia de preconceitos. E não têm a sensibilidade.

CG: A sensibilidade direta de...

JMB: De viver dentro de uma instituição como esta, de vestir a camisola. E, portanto, aquilo procuramos é que todas as vivências aqui da instituição sejam transmitidas para a comunicação. Para a comunicação depois poder transformar, ou pelas newsletters, ou pela revista, ou pelos comunicados que pomos ou por artigos publicados. Enfim, desenvolver todas essas atividades.

CG: E, por fim, qual é a vossa estratégia de comunicação para este novo ano? E queria também perguntar, como eu estou a trabalhar na parte dos jovens, se os jovens são um público prioritário para a sensibilização? Ou seja, para os jovens que já sejam diabéticos, e principalmente para aqueles jovens que possam ter informação prévia para mais tarde conseguirem prevenir a diabetes tipo 2, por exemplo.

JMB: Nós temos aí várias intervenções em relação aos jovens. Primeiro, a Associação sempre foi uma prioridade dos jovens. Cresceu para os jovens. A grande razão de ser eram os jovens na altura, porque era a diabetes tipo 1. E, portanto, há sempre um carinho muito especial para os jovens. De tal maneira que têm um espaço próprio há muito tempo. Ainda me lembro quando vim para cá...A grande discussão de afastar os jovens das salas de espera dos adultos, para não serem... para não ficarem chocados com algumas situações que podiam haver.

Sempre muito ligado aos jogos, a brincadeiras, fins de semana de encontros, todos esses tipos de convívios.

Tentámos sempre também alimentar um discurso separado com os pais, para dar grande autonomia aos pais, mas também grande confiança. E dizer que não podiam ser, enfim, muito restritivos, porque senão tiravam as asas às crianças de aprender e de se desenvolver.

Mas, há duas áreas em que também sempre insistimos. Uma é ir às escolas, sempre que há uma criança com diabetes, explicar um pouco o que é diabetes, e explicar um pouco que atitudes podem ter em relação à doença se necessário.

Com dois sentidos, um, de proteger, e outro, de não hiperproteger. Não queremos aquelas coisas estúpidas de os diabéticos, as crianças com diabetes vão fazer um exame com uma sala própria, porque têm comida e que têm não sei o quê.

O desgraçado, sente-se absolutamente discriminado, sozinho numa sala, com uma pessoa bem em cima, isto é tudo pessoas doidas, para poder ir à casa de banho sozinha e não sei o quê. Como se as pessoas...fossem uns bichos raros. Que tivessem sempre descompensadíssimos, que tivessem que ir à casa de banho 500 vezes. Se há pessoas com diabetes que utilizam isso, também há outras pessoas sem diabetes que utilizam estas situações. E, portanto, não queremos discriminação positiva que se torna negativa. Queremos um apoio a situações de hipoglicemia de reconhecimento, queremos eventualmente alguma valorização. Mas estamos a tentar, nomeadamente com a Câmara de Lisboa, embora este Sr. Presidente seja muito pouco sensível às causas sociais, prometeu-nos um acordo para fazermos um trabalho junto das creches.

As crianças são normalmente recusadas nas creches, acaba por ser a família a ficar com as crianças e as educadoras têm imenso medo. E, portanto, é necessário um trabalho de educação das educadoras.

CG: E de educação e sensibilidade.

JMB: Não é só sensibilização é de formação mesmo. E depois de reta guarda, de apoio de reta guarda sempre que têm alguma dúvida, e dar-lhes o telefone. Era um projeto simples. A Câmara não responde, não diz nada, depois de termos tudo combinado com eles. É uma vergonha retirar o dinheiro todo de apoio às escolas.

A ida às escolas, era reunir também com os professores, porque os professores também são aqui cheios de preconceitos em relação à diabetes tipo 1. Julgam que é diabetes tipo 2. Se vê uma criança a comer um doce, é o fim do mundo, por causa do doce. Ainda não perceberam o que é insulina, e, portanto, todas estas formações são extremamente bem recebidas. Extremamente eficazes.

Temos uma outra área que é uma área nova agora que vamos desenvolver, que é o rastreio da diabetes tipo 1, ou seja, a tentativa de identificação precoce da diabetes tipo 1. Começámos com o programa Radar, que é um programa de identificação nos familiares, diretos, das pessoas com diabetes tipo 1. Portanto, é um dos pais que já começam a trazer os filhos, alguns irmãos que vêm. E o que queremos apanhar, são os anticorpos, as anti células produtoras de insulina mais cedo. Com dois objetivos: o primeiro é preparar as pessoas para a probabilidade daquele jovem vir a ter diabetes, e, portanto, não ter uma surpresa total. E, de não o deixarem nunca cair em coma.

JMB: Teve em coma e não inaugural?

CG: Não. Graças a Deus, não.

JMB: Não ficou internada?

CG: Não.

JMB: Boa. Graças a Deus.

Porque, como sabe, continuam-se a internar crianças seis dias, uns dez dias. Fiz uma batalha enorme contra isso quando estive na Direção-Geral de Saúde. E não consegui, que os hospitais, como são inseguros, internam as crianças como se isso aumentasse a segurança sobre as crianças. Porque os pais são muito mais seguros,

estão muito mais próximos da criança. E, se for preciso, vai lá todos os dias para ver como é que está. E como é que não vai, e como é que vai avançando, e, portanto, isto é um processo de aprendizagem.

Que, como se faz agora com as bombas de insulina, tudo isso, as pessoas têm tempo para aprender. E não é no internamento que se aprende rigorosamente nada. As crianças que são internadas já em idade de consciência, ficam com traumatismo para toda a vida.

CG: Eu imagino. Graças a Deus nunca me aconteceu.

JMB: Não, principalmente graças aos seus pais. Que agarraram a situação.

Agarraram a situação e disseram que assumiam a dar uma injeção de insulina. Houve múltiplas injeções, é preciso coragem da parte dos pais, e é essa coragem que tem que ser inculcada, com o apoio e a retaguarda sempre, não é afastando e dizendo que se deve...e, portanto, este é um dos objetivos. É evitar os comas diabéticos, evitar os internamentos.

E estamos na expectativa dos novos medicamentos que parece que começam a aparecer, para evitar a progressão desta fase para diabetes propriamente dita.

E, portanto, queremos, provavelmente, no fim deste ano, princípio do próximo, vamos começar a ensaiar um dos primeiros medicamentos que faz isso, que já foi aprovado nos Estados Unidos, já apresentou os primeiros resultados nos Estados Unidos. E, portanto, temos aqui uma preocupação para os jovens de caminharmos para, não digo que seja a cura, mas que sejam sistemas cada vez mais... melhores! A batalha que temos neste momento em curso é a das bombas inteligentes. Com promessas múltiplas de que teremos 15 mil diabéticos tipo 1 com bomba inteligente. Praticamente todos os jovens.

Mas o concurso foi adiado, há muitas casas que não vêm, há muita dificuldade ainda de produção de bombas de insulina inteligentes. O Reino Unido vai pôr agora 150 mil bombas, e, portanto, Portugal é um país muito pequenino para atrair estas casas, mas estamos a fazer algum esforço nesse sentido. E gostaríamos de desdramatizar esta colocação das bombas, colocando-as através das farmácias. O Estado tem mania que é pai de tudo e de todos, e não percebe a autonomia.

CG: Chega a limitar até.

JMB: Chega a limitar e limita, claramente.

Não percebeu ainda sequer qual é a revolução que o *Libre* provocou na vida das pessoas. Foi a maior revolução até agora, depois da insulina. E agora vai ser a bomba inteligente. Tem alguma bomba?

CG: Não. Estou à espera.

JMB: Exatamente. E agora já não faz sentido as outras bombas.

Ainda queriam SPMS. E O Estado ainda queria colocar as outras bombas. Acabem com essa porcaria, que isso é lixo! Neste momento há uma bomba que adapta a dose de insulina. “*Ah ainda não adapta, ainda perfeitamente!*” - pois não, elas estão em evolução permanente, as pessoas também começam a percebê-la, ela vai-se adaptando às pessoas.

CG: E as pessoas também se adaptam. Vão se adaptando conforme as bombas.

JMB: Exato. Conforme a música assim a gente dança.

CG: E só uma pergunta final: Costumam ir assim, a faculdades, por exemplo?

JMB: Quando nos convidam vamos a todo o lado, nós somos muito liberais nisso.

Vamos, desde que nos tratem bem, vamos a todo o lado, às vezes quando nos tratam mal também lá vamos! Porque vamos reivindicar, vamos reivindicar aquilo que achamos que são os direitos. De uma vida mais autónoma, mais livre! E isso tem sido.... É uma batalha permanente!

CG: E em termos de prevenir a diabetes agora falando na diabetes tipo 2? Têm algum plano nesse sentido?

JMB: A prevenção da diabetes tipo 2 temos, já disse há pouco, aquele programa que é o *Gosto*. A identificação das pessoas com pré-diabetes. São as pessoas que têm pré-diabetes ainda, que ainda não têm diabetes, e intervir nessas pessoas com a modificação dos estilos de vida. Mas o grande fator de desenvolvimento da diabetes tipo 2 é a obesidade.

E, portanto, a Associação neste momento está a apoiar uma clínica de obesidade para tentarmos conseguir. O que estas clínicas de obesidade também têm conseguido é uma própria regressão da diabetes tipo 2, ou seja, conseguimos por as pessoas com diabetes tipo 2 como se não tivessem diabetes tipo 2. Sabemos que estão lá os genes, está lá a matriz do desenvolvimento da diabetes

tipo 2. Enquanto mantiverem a perda de peso, é possível evitar a diabetes e que ela progrida e crie complicações.

Se as pessoas depois se desleixam, e voltam a engordar, a diabetes depois volta a aparecer, claro. E as pessoas enquanto andaram estes anos todos bem compensados. Isso só lhe fez bem no organismo e, portanto, protege-as bastante em relação às complicações da diabetes.

CG: E costumam até com essa Associação fazer alguns eventos de sensibilização? Por exemplo, falar dos diabetes, neste caso tipo 2, para a comunidade em geral?

JMB: Sim, sim.

Fazemos palestras nestas sessões que fazemos com as autarquias. Neste momento propusemos à Associação, à Confederação das Associações de Recreio, Desporto e não sei quê, a maior confederação do país, fazermos, irmos lá fazer palestras, fazer rastreios.

Vamos aos lares também, porque as pessoas são muito maltratadas nos lares, desde o tratamento dos pés, até ao conhecimento das hipoglicémias, até ao dar a insulina, que não há enfermeiros nos lares. O enfermeiro que chega lá, está lá a preparar a medicação, às 4 horas vai-se embora, portanto, depois são os auxiliares. Nós fazemos a formação dos auxiliares. Já fazemos cursos destes há mais de 10 anos, já fomos a mais de 200 instituições, e, portanto, isso é também uma das coisas que fazemos.

CG: Muito bem, muito obrigada.

JMB: De nada.

Anexo F - Quadro de Codificação da Entrevista

Categories	Subcategories	
Diabetes <i>Mellitus</i> em Portugal	Caracterização atual	
Serviço Nacional de Saúde	Serviços prestados na área da diabetes <i>mellitus</i>	Pontos de melhoria
APDP	Marcos Históricos	
	Objetivos Futuros	
	Papel na promoção da saúde e prevenção da doença	
	Público Prioritário	
	Eixos de ação	
	Comunicação	Meios de comunicação e atuação
		Ações e Campanhas
	Recursos Humanos	Profissional de Comunicação

Diabetes *Mellitus* em Portugal

Caracterização atual

Já naquela altura (1931), a sensibilidade era mais dedicada à diabetes tipo um do que à diabetes tipo dois, contrariamente hoje em dia, em que a diabetes tipo dois se torna mais prevalente, na altura era a diabetes que era mais prevalente.

(...) do que a visão negativa do horror: “Vais morrer, vais ficar isto, vais ficar aquilo, vais ficar aquilo outro” - que é a tradição médica habitual e que começam às criancinhas logo a dizer-lhes com o dedo no ar. Não bastava, enfim, o sofrimento das pessoas com a doença ainda as massacram mais com essas situações.

era de ter um mecenas ou um Estado que percebesse como é que se trata a diabetes e o que é a vida de uma pessoa com diabetes. Porque eles não percebem que não percebem. Normalmente começam a perceber quando aparece algum familiar, mas depois como esse familiar começa a integrar-se socialmente e começa a viver bem, também se esquecem logo. E não pensam normalmente o que é continuar a ser a vida, para ele fazer essas coisas todas, tem que ver as glicémias dez ou quinze vezes por dia, ajustar a insulina, ver a bomba, ver o sensor, carregar a bomba, ter sempre medicação em casa.

E, portanto, o mundo da vida das pessoas com diabetes é um mundo ainda muito complexo para se mostrar às pessoas.

Não queremos aquelas coisas estúpidas de os diabéticos, as crianças com diabetes vão fazer um exame com uma sala própria, porque têm comida e que têm não sei o quê.

O desgraçado, sente-se absolutamente discriminado, sozinho numa sala, com uma pessoa bem em cima, isto é tudo pessoas doidas, para poder ir à casa de banho sozinha e não sei o quê. Como se as pessoas...fossem uns bichos raros. Que tivessem sempre descompensadíssimos, que tivessem que ir à casa de banho 500 vezes. Se há pessoas com diabetes que utilizam isso, também há outras pessoas sem diabetes que utilizam estas situações. E, portanto, não queremos discriminação positiva que se torna negativa. Queremos um apoio a situações de hipoglicemia de reconhecimento, queremos eventualmente alguma valorização.

As crianças são normalmente recusadas nas creches, acaba por ser a família a ficar com as crianças e as educadoras têm imenso medo. E, portanto, é necessário um trabalho de educação das educadoras.

A ida às escolas, era reunir também com os professores, porque os professores também são aqui cheios de preconceitos em relação à diabetes tipo 1. Julgam que é

<p>diabetes tipo 2. Se vê uma criança a comer um doce, é o fim do mundo, por causa do doce. Ainda não perceberam o que é insulina, e, portanto, todas estas formações são extremamente bem recebidas. Extremamente eficazes.</p>
<p>Porque, como sabe, continuam-se a internar crianças seis dias, uns dez dias. Fiz uma batalha enorme contra isso quando estive na Direção-Geral de Saúde. E não consegui, que os hospitais, como são inseguros, internam as crianças como se isso aumentasse a segurança sobre as crianças. Porque os pais são muito mais seguros, estão muito mais próximos da criança. E, se for preciso, vai lá todos os dias para ver como é que está. E como é que não vai, e como é que vai avançando, e, portanto, isto é um processo de aprendizagem.</p> <p>Que, como se faz agora com as bombas de insulina, tudo isso, as pessoas têm tempo para aprender. E não é no internamento que se aprende rigorosamente nada. As crianças que são internadas já em idade de consciência, ficam com traumatismo para toda a vida.</p>
<p>E gostaríamos de desdramatizar esta colocação das bombas, colocando-as através das farmácias. O Estado tem mania que é pai de tudo e de todos, e não percebe a autonomia. Chega a limitar e limita, claramente. Não percebeu ainda sequer qual é a revolução que o <i>Libre</i> provocou na vida das pessoas. Foi a maior revolução até agora, depois da insulina. E agora vai ser a bomba inteligente.</p>
<p>Vamos aos lares também, porque as pessoas são muito maltratadas nos lares, desde o tratamento dos pés, até ao conhecimento das hipoglicémias, até ao dar a insulina, que não há enfermeiros nos lares. O enfermeiro que chega lá, está lá a preparar a medicação, às 4 horas vai-se embora, portanto, depois são os auxiliares.</p>
<p>Serviço Nacional de Saúde (SNS)</p>
<p>Serviços Prestados na área da diabetes <i>mellitus</i></p>
<p>Mas só em 73 é que a insulina se torna gratuita e o Serviço Nacional de Saúde começa a pagar a insulina (...)</p>
<p>Pontos de Melhoria</p>
<p>(...)O aparecimento da diabetes e todo o trabalho de educação, ultrapassa de longe aquilo que a saúde sugere, de tal maneira que a saúde não paga, a educação, a saúde não paga a nutrição, a saúde não paga as consultas de enfermagem (...)</p>

<p>Mais proximidade, coisa que que a saúde ainda está muito fechada nas suas paredes e ainda não percebeu que tem que descer ao encontro das pessoas que são o seu alvo.</p>
<p>Mas, portanto, o que me parece mais relevante é que não devemos deixar as pessoas abandonadas. Muitas vezes as pessoas são acusadas de não se cuidar, quando deveríamos era acusar as pessoas que não lhes dão o apoio necessário para elas conseguirem.</p>
<p>Mais do que informação é formação. Mas a formação é contínua.</p>
<p>Não é? Toma lá um folheto e vai a andar, vai ver a internet e está a andar. Porque a formação implica motivação, muito estímulo, avaliação, correção das coisas que não estão bem. E é este processo, este processo contínuo que é que é necessário ter no tratamento da diabetes. Nós costumamos dizer que as pessoas com diabetes normalmente estão uma, no máximo dos máximos, duas horas com profissionais de saúde ao longo de um ano. Todas as outras horas estão sozinhas e é sozinhas, que resolvem os grandes milhares de problemas que a diabetes vai colocando dia a dia, porque a diabetes não dorme, a diabetes é de 24h00, não tira férias. E, portanto, este papel tão importante dos profissionais de saúde deve ser dirigido para aquilo que é a capacidade das pessoas gerirem a sua própria vida e não para se valorizarem a si próprios, porque eles não são nada na vida das pessoas com diabetes. São uma referência, mas não são eles que estão ali no dia a dia a resolver os problemas.</p>
<p>(...) A diabetes não deveria estar dentro dos hospitais. Não têm nada que ir para aqueles meios todos ultra pesados. Ainda na semana passada discuti isto, que é preciso tirar o ambulatório dos hospitais. Não vão lá fazer nada, os hospitais são para os cuidados agudos, para os cuidados muito diferenciados, muito complexos. As situações de rotina, de acompanhamento das doenças devem ser feitas num sistema intermédio entre os cuidados primários e os cuidados hospitalares. Que é aquilo que a Associação é. E, portanto, este modelo deveria ser replicado ao nível de cada distrito.</p> <p>E isso permitir-nos-ia ter, enfim, um impacto ainda maior.</p>
<p>Os centros de saúde que o Estado anda a construir deveriam ser para policlínicas e não para centros de saúde. Os centros de saúde têm que ser de maior proximidade, têm que ser de bairro, de rua, de quarteirão. E, portanto, não precisam sequer deste espaço todo, depois haver policlínicas. Nunca vi crescer nenhuma clínica sem ser como policlínica, porque oferecem logo serviços diferenciados.</p>
<p>Os centros de saúde já existiam, os centros de saúde da minha época tinham cardiologistas, pediatras, oftalmologistas, dentistas. Tinham várias especialidades lá</p>

dentro. E esse é que é o modelo de centros de saúde que deveria existir. E os médicos de família deveriam estar mais próximos das pessoas, com maior proximidade a eles.

Associação Protetora dos Diabéticos Portugueses

Portanto, a associação nunca viveu para a doença. Viveu sempre para a autonomia e para a liberdade das pessoas, responsabilizando, obviamente, dando-lhes os meios de conhecimento para que elas pudessem tomar conta de si.

A associação é a associação também de pessoas com diabetes mais antiga do mundo
(...)

Ser sócio da associação não quer dizer ser assistido na associação. Ser sócio da associação, quer dizer que se apoia as atividades da associação. Ser assistido ou vem, pelo Serviço Nacional de Saúde ou pela ADSE, ou pelos seguros ou vem particularmente.

(...) hoje temos um modelo de clínica que é visitado por pessoas desde os Estados Unidos a todo o mundo, porque é um modelo integrado, único e ainda Dinamarca cá esteve em Novembro e a querer estabelecer uma grande parceria connosco para colaborar. E a Dinamarca é capital da insulina e portanto da novo *Novo Nordisk*, e agora do *Ozempic*. É uma honra para nós este reconhecimento.

Marcos Históricos

(...)até aos anos 50, só a associação é que tinha insulina, portanto, as pessoas eram encaminhadas para a associação e a primeira preocupação da associação era ensinar as pessoas a utilizar a insulina, porque percebeu que não bastava dar insulina, era preciso ensinar as pessoas a insulina e, portanto, teve sempre uma grande confiança nas pessoas.

Só que a associação é criada em 1926, a 13 de maio.

só depois do 25 de Abril, em 73 abriu a outras pessoas que não fossem pobres. Mas só em 73 é que a insulina se torna gratuita e o Serviço Nacional de Saúde começa a pagar a insulina, muito por ação da associação

Objetivos Futuros

Aquilo que nós gostávamos era de ter um mecenas (...) que percebesse como é que se trata a diabetes e o que é a vida de uma pessoa com diabetes. Porque eles não percebem que não percebem.

Mas aquilo que é o sonho da Associação é o desenvolvimento de mini APDPs pelo país fora. Em cada capital distrito teria uma mini APDP em que poderia desenvolver algumas partes que temos aqui, e depois, em conjugação com o hospital.

<p>Por exemplo, na Dinamarca, junto aos grandes hospitais distritais, existe uma “minicentro” de diabetes.</p>
<p>Queremos um apoio a situações de hipoglicemia de reconhecimento, queremos eventualmente alguma valorização. Mas estamos a tentar, nomeadamente com a Câmara de Lisboa, embora este Sr. Presidente seja muito pouco sensível às causas sociais, prometeu-nos um acordo para fazermos um trabalho junto das creches.</p>
<p>(...) e, portanto, este é um dos objetivos. É evitar os comas diabéticos, evitar os internamentos. E estamos na expectativa dos novos medicamentos que parece que começam a aparecer, para evitar a progressão desta fase para diabetes propriamente dita. E, portanto, queremos, provavelmente, no fim deste ano, princípio do próximo, vamos começar a ensaiar um dos primeiros medicamentos que faz isso, que já foi aprovado nos Estados Unidos, já apresentou os primeiros resultados nos Estados Unidos. E, portanto, temos aqui uma preocupação para os jovens de caminharmos para, não digo que seja a cura, mas que sejam sistemas cada vez mais... melhores! A batalha que temos neste momento em curso é a das bombas inteligentes. Com promessas múltiplas de que teremos 15 mil diabéticos tipo 1 com bomba inteligente. Praticamente todos os jovens. Mas o concurso foi adiado, há muitas casas que não vêm, há muita dificuldade ainda de produção de bombas de insulina inteligentes. O Reino Unido vai pôr agora 150 mil bombas, e, portanto, Portugal é um país muito pequenino para atrair estas casas, mas estamos a fazer algum esforço nesse sentido. E gostaríamos de desdramatizar esta colocação das bombas, colocando-as através das farmácias.</p>
<p>Papel na promoção da saúde e prevenção da doença</p>
<p>(...) desde os anos 70 que fez rastreios da diabetes para tentar saber quantas pessoas de diabetes existiam, juntamente com os rastreios de tuberculose.</p>
<p>(...) a associação sempre pugnou por cursos para os jovens, cursos para a insulino terapia, cursos para cuidar com os pés. Somos pioneiros a esse nível. Também a nível mundial fomos as pessoas em grupo a discutir os seus problemas de pés e a descalçarem-se e ver como e ver os pés</p>
<p>(...) nos últimos anos, esta área do desenvolvimento social tem vindo a criar aquilo que nós chamamos as Casas da Diabetes, que são espaços dentro das autarquias normalmente, em que uma vez por mês vamos lá, fazemos uma sessão de animação sobre pessoas com diabetes e têm sido extremamente importantes.</p>

(...)fazemos rastreios na comunidade. Normalmente trabalhamos com as autarquias e, portanto, as autarquias e a sua rede são sempre absolutamente fundamentais.

As autarquias deviam ter um papel muito mais importante na saúde, porque têm muito mais meios do que têm a própria saúde e, portanto, fazemos através deles, mas com uma preocupação não aqueles velhos rastreios de picar o dedo e que muitas vezes é enganador, mas de fazer um questionário de risco onde se vão identificando os fatores de risco e se vai discutindo com as pessoas e no fundo se dá um incentivo a mudanças de comportamento das pessoas. Às pessoas que têm um risco moderado, alto ou muito alto, então essas é que devem ser encaminhadas para fazer análises e, portanto, vão já dirigidas. E, portanto, aí depende do dinheiro que existe, se fazemos uma hemoglobina glicada ou se fazemos só uma glicémia e encaminhamos depois para o médico de família ou para a associação, se for o caso disso. Esses rastreios fazemos normalmente ligados às autarquias ou coletividades, que nos chamam para isso. E, portanto, é também uma das áreas, estas de saída dos muros da saúde para junto da comunidade.

(...) em relação às pessoas que têm pré diabetes. Nós temos, tentamos desenvolver, um programa, que eu, nós chamamos o Gosto: “eu gosto de viver bem”;” Eu gosto de ser saudável”, “Eu gosto de comer bem”; “Eu gosto de ter a de ser fisicamente ativo”;” Eu gosto de evitar as doenças”. Uma visão mais positiva do que a visão negativa do horror: “Vais morrer, vais ficar isto, vais ficar aquilo, vais ficar aquilo outro” - que é a tradição médica habitual e que começam às criancinhas logo a dizer-lhes com o dedo no ar. Não bastava, enfim, o sofrimento das pessoas com a doença ainda as massacram mais com essas situações. Nas pessoas que já têm diabetes, ou encaminhamos para estas Casas da Diabetes, que por isso é que tentamos ter sempre estes programas articulados entre o rastreio e depois estes dois programas “Eu Gosto” e a Casa da Diabetes, quando são situações mais graves, encaminhando-os ou para a associação, se for o caso disso, ou para os médicos de família, se for o caso disso.

Temos uma outra área que é uma área nova agora que vamos desenvolver, que é o rastreio da diabetes tipo 1, ou seja, a tentativa de identificação precoce da diabetes tipo 1. Começámos com o programa Radar, que é um programa de identificação nos familiares, diretos, das pessoas com diabetes tipo 1. Portanto, é um dos pais que já começam a trazer os filhos, alguns irmãos que vêm. E o que queremos apanhar, são os anticorpos, as anti células produtoras de insulina mais cedo. Com dois objetivos: o primeiro é preparar as pessoas para a probabilidade daquele jovem vir a ter diabetes, e, portanto, não ter uma surpresa total. E, de não o deixarem nunca cair em coma.

A prevenção da diabetes tipo 2 temos, já disse há pouco, aquele programa que é o *Gosto*.

A identificação das pessoas com pré-diabetes. São as pessoas que têm pré-diabetes ainda, que ainda não têm diabetes, e intervir nessas pessoas com a modificação dos estilos de vida. Mas o grande fator de desenvolvimento da diabetes tipo 2 é a obesidade.

E, portanto, a Associação neste momento está a apoiar uma clínica de obesidade para tentarmos conseguir. O que estas clínicas de obesidade também têm conseguido é uma própria regressão da diabetes tipo 2, ou seja, conseguimos por as pessoas com diabetes tipo 2 como se não tivessem diabetes tipo 2. Sabemos que estão lá os genes, está lá a matriz do desenvolvimento da diabetes tipo 2. Enquanto mantiverem a perca de peso, é possível evitar a diabetes e que ela progrida e crie complicações.

Se as pessoas depois se desleixam, e voltam a engordar, a diabetes depois volta a aparecer, claro. E as pessoas enquanto andaram estes anos todos bem compensados.

Isso só lhe fez bem no organismo e, portanto, protege-as bastante em relação às complicações da diabetes.

Fazemos palestras nestas sessões que fazemos com as autarquias. Neste momento propusemos à Associação, à Confederação das Associações de Recreio,

Desporto e não sei quê, a maior confederação do país, fazermos, irmos lá fazer palestras, fazer rastreios. Vamos aos lares também (...)

Público Prioritário

(...)Nós temos aí várias intervenções em relação aos jovens. Primeiro, a Associação sempre foi uma prioridade dos jovens. Cresceu para os jovens. A grande razão de serem os jovens na altura, porque era a diabetes tipo 1. E, portanto, há sempre um carinho muito especial para os jovens. De tal maneira que têm um espaço próprio há muito tempo.

(...)Sempre muito ligado aos jogos, a brincadeiras, fins de semana de encontros, todos esses tipos de convívios.

Tentámos sempre também alimentar um discurso separado com os pais, para dar grande autonomia aos pais, mas também grande confiança. E dizer que não podiam ser, enfim, muito restritivos, porque senão tiravam as asas às crianças de aprender e de se desenvolver.

Eixos de Ação

Primeiro **social e associativo**, em que tenta defender e divulgar todas as ações e tudo aquilo que diz respeito à vida das pessoas com diabetes, sempre numa perspetiva de cidadania, de participação, de autonomia, de consciência dos seus direitos e da necessidade de apoio que têm depois a parte clínica.

(...) depois a **parte clínica**. Que no fundo, foi aquilo que provavelmente terá mantido mais vivo a associação, porque a diabetes inicialmente era sobreviver, era dar insulina para sobreviver. (...)a seguir, começaram a aparecer as complicações da diabetes, porque as pessoas sobreviviam, mas muito mal compensadas.

As insulinas eram muito pouco puras e, portanto, começámos a ter várias especialidades e, portanto, hoje temos um modelo de clínica que é visitado por pessoas desde os Estados Unidos a todo o mundo, porque é um modelo integrado, único e ainda Dinamarca cá esteve em Novembro e a querer estabelecer uma grande parceria connosco para colaborar.

(...) depois no eixo **de investigação**. A associação não pode estar a fazer aquilo que faz sem estar permanentemente adaptada. Para estar sempre adaptada, tem que estar em contacto com todos os centros de investigação a nível nacional, a nível internacional, sempre atualizada, participando em múltiplos estudos. Neste momento estamos a fazer nove ensaios clínicos com novos medicamentos e participamos em múltiplos estudos.

Por último, a parte **da formação**, que é a parte da experiência toda que a associação tem, desde formação, a enfermeiros, a tratamento do pé, oftalmologistas, nutricionistas, médicos, etc.

E há uma nova área que a associação tem vindo a desenvolver nos últimos tempos, que é a **área de intervenção social**. A associação sempre fez um grande trabalho de apoio social ao nível das crianças e dos jovens, com todo o impacto que tem na família

Comunicação


Meios de comunicação e intervenção

Tem um boletim de diabetes desde 1931, portanto é um boletim mais antigo de diabetes do mundo. A associação é a associação também de pessoas com diabetes mais antiga do mundo. E o boletim também, que é de 1931 em que pode ver no museu (...).

<p>Hoje em dia, portanto, esse boletim manteve-se como a revista, que é uma revista quatro vezes por ano (...)</p>
<p>Tem <i>newsletters</i> que têm que se inscreverem ali para estar, para receber as <i>newsletters</i> (...)</p>
<p>(...)ou pelas newsletters, ou pela revista, ou pelos comunicados que pomos ou por artigos publicados (...)</p>
<p>Ações e Campanhas</p>
<p>(...)a associação está presente em todas as iniciativas, Campanhas do Dia Mundial da Diabetes em que temos, fomos sempre os grandes divulgadores em que distribuímos cartazes por todas as autarquias para divulgar o Dia Mundial da Diabetes. Este ano, cerca de 80 autarquias divulgaram localmente e deixamo-las por o logo da câmara deles para ficarem todos orgulhosos. Fizemos campanhas com vários monumentos a azul, já tivemos a Torre de Belém Azul, já tivemos a Câmara Municipal a Azul, já tivemos o Arco da Rua Augusta a Azul, no Dia Mundial da Diabetes. Depois também fazemos uma boa campanha no dia do aniversário da associação, que é o 13 de maio.</p>
<p>(...)Outra das grandes ações da associação é na reivindicação de material de apoio às pessoas(...)</p>
<p>A grande primeira campanha, depois da insulina foi o acesso às tiras de glicémia, que antes disso era na urina que se fazia as pesquisas e era um método extremamente pouco fiável e muito enganador.</p>
<p>Depois, a seguir, houve múltiplas campanhas para o acesso aos sensores, campanhas para o acesso às bombas de insulina.</p>
<p>Houve uma altura, que houve uma campanha enorme para o acesso às insulinas mais lentas, a <i>Lantus</i> e tudo isso (...)</p>
<p>Mas, há duas áreas em que também sempre insistimos. Uma é ir às escolas, sempre que há uma criança com diabetes, explicar um pouco o que é diabetes, e explicar um pouco que atitudes podem ter em relação à doença se necessário.</p> <p>Com dois sentidos, um, de proteger, e outro, de não hiperproteger</p>
<p>Nós fazemos a formação dos auxiliares (dos lares). Já fazemos cursos destes há mais de 10 anos, já fomos a mais de 200 instituições, e, portanto, isso é também uma das coisas que fazemos.</p>
<p>Recursos Humanos</p>
<p>Profissionais de comunicação</p>

Uma equipa individual. Temos uma agência de comunicação com quem trabalhamos, que nos faz o favor de trabalhar connosco. Mas, queremos é evidente, que a divulgação tem que ser feita pelas próprias instituições que têm o know-how e a sensibilidade para isso. As experiências que temos tido com outras agências externas, é normalmente muito estereotipada, muito cheia de preconceitos. E não têm a sensibilidade. (...)De viver dentro de uma instituição como esta, de vestir a camisola. E, portanto, aquilo procuramos é que todas as vivências aqui da instituição sejam transmitidas para a comunicação. Para a comunicação depois poder transformar, ou pelas newsletters, ou pela revista, ou pelos comunicados que pomos ou por artigos publicados. Enfim, desenvolver todas essas atividades.

Anexo G - Modelo de questionário - Plataforma *Google forms*



Comunicação para a Saúde: Diabetes *Mellitus*

Este questionário realiza-se no âmbito de um estudo académico, integrado no Mestrado de Gestão Estratégica de Relações Públicas da Escola Superior de Comunicação Social de Lisboa e o seu principal objetivo é compreender os conhecimentos sobre a *Diabetes Mellitus*, nomeadamente entre a população jovem, na **faixa etária dos 18 aos 35 anos**.

O tempo estimado de realização do questionário é de aproximadamente, 7 minutos.

Obrigada pela disponibilidade e pelo tempo despendido.

[Mudar de conta](#)

✉ Não partilhado

*** Indica uma pergunta obrigatória**

Antes de prosseguir, por favor confirme que concorda em participar no questionário assinalando a caixa abaixo: *

Confirmo que aceito participar no questionário e que posso interromper o seu preenchimento a qualquer momento

[Seguinte](#) [Limpar formulário](#)

Comunicação para a Saúde na Internet

Costuma pesquisar na internet informação relativamente a problemas de saúde? *

- Sim
- Não

Procuo esclarecer as minhas duvidas nas páginas de associações ou institutos da especialidade. *

- Verdadeiro
- Falso
- Às vezes

Usa as redes sociais para se informar sobre problemas de saúde? *

- Sim
- Não

Tenho o cuidado de verificar se a informação que pesquiso aparece em páginas fidedignas (credíveis). *

- Verdadeiro
- Falso

Já ouviu falar da APDP (Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal)? *

- Sim
- Não

Conhece algum destes canais de comunicação da APDP? *

- O Site
- Facebook
- Instagram
- LinkedIn
- Youtube
- X (conhecido pelo seu nome anterior Twitter)
- Nenhum

Já ouviu falar da SPD (Sociedade Portuguesa de Diabetologia)? *

- Sim
- Não

Conhece algum destes canais de comunicação da SPD? *

- O site
- Facebook
- Instagram
- LinkedIn
- Youtube
- X (conhecido pelo seu nome anterior Twitter)
- Nenhum

Qual o nível de conhecimento que considera ter acerca da Diabetes Mellitus? *

- Não tenho nenhum conhecimento 0 1 2 3 4 Tenho total conhecimento
-

Como obteve os conhecimentos que possui? *

- Sou diabético
- Tenho um familiar/amigo diabético
- Através das redes sociais da APDP
- Através do site da APDP
- Através de Palestras/ Seminários
- Através dos motores de busca como o Google
- Através da minha formação académica
- Através do Serviço Nacional de Saúde (SNS)
- Através do meu médico de família e/ou Centro de Saúde
- Não possuo conhecimentos sobre este tema

QUESTIONÁRIO DE CONHECIMENTOS SOBRE A DIABETES

(Sousa et al., 2015; Garcia et al., 2001)

Definição *

No seu entender, o que é a diabetes?

	Verdadeiro	Falso	Não sei
Ter açúcar a mais no sangue e o organismo não produzir insulina ou não produzir a insulina suficiente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inflamação em várias partes do corpo, geralmente nas articulações	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
O organismo produzir insulina em excesso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Intolerância do organismo ao glúten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Existem dois tipos principais de diabetes: Diabetes Tipo 1 (dependente de insulina) e Diabetes Tipo 2 (não dependente de insulina). *

- Verdadeiro
- Falso
- Não sei

A diabetes tipo 2 pode ser causada por: *

	Verdadeiro	Falso	Não sei
Comer muitos doces	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ter Excesso de peso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fazer uma alimentação pouco saudável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ter pouca atividade física	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ter familiares com diabetes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
O pâncreas não produzir insulina suficiente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Pode-se contrair diabetes através de outra pessoa? *

- Verdadeiro
- Falso
- Não sei

A diabetes é uma doença que: *

	Verdadeiro	Falso	Não sei
Dura pouco tempo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se cura completamente se o doente tomar medicação receitada pelo médico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
É de longa duração	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vai durar para o resto da vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Estar com excesso de peso aumenta o risco de vir a contrair diabetes tipo1? *

- Verdadeiro
- Falso
- Não Sei

Sintomas da diabetes *

	Verdadeiro	Falso	Não sei
A queda de cabelo pode indicar se tem diabetes ou não	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Urinar excessivamente é um possível sinal de alerta de diabetes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se estiver acima do peso, é peremptório que desenvolverá diabetes tipo 2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Tratamento *

	Verdadeiro	Falso	Não sei
Uma alimentação saudável é tão importante como a medicação prescrita pelo médico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
O diabético só deve comer 3 vezes por dia (ao pequeno almoço, almoço e jantar)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
É importante andar a pé (tipo marcha) diariamente e cerca de 20 minutos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Não é indicado comer massas e Hidratos de Carbono	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Restrições *

	Verdadeiro	Falso	Não Sei
As pessoas com diabetes não podem comer alimentos doces.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pessoas diabéticas não podem fazer exercício físico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As pessoas com diabetes precisam evitar os hidratos de carbono	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As pessoas com diabetes precisam comer alimentos especiais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se tiver diabetes, pode comer alimentos ricos em amido, como por exemplo pão, batatas e massa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Complicações *

	Verdadeiro	Falso	Não Sei
As pessoas com diabetes frequentemente perdem o seu sentido de olfato	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As pessoas com diabetes podem sentir dormência nos pés ou nas mãos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A diabetes pode ser uma condição que põe a vida em risco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As pessoas com diabetes têm maior probabilidade de ficarem constipadas, com gripe e outras doenças	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Quais os órgãos que podem ser afetados se a Diabetes não estiver controlada? *

	Verdadeiro	Falso	Não sei
Coração	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rins	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pulmões	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olhos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pés	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Observe a imagem



Sabe o que é o objeto que se encontra na imagem anterior? *

- Sim
- Não

Se sim, do que se trata? *

- Trata-se de um dispositivo para administrar insulina
- Trata-se de um dispositivo para deixar de fumar
- Trata-se de um dispositivo para verificar os níveis de glicémia

[Anterior](#)

[Seguinte](#)

[Limpar formulário](#)

Dados Sociodemográficos

Por favor, confirme a sua idade: *

Sexo *

Nacionalidade: *

A sua resposta _____

Frequenta o Ensino Superior atualmente? *

- Sim
- Não

Tem diabetes? *

- Sim
- Não

Se sim, de que tipo? *

- Tipo 1
- Tipo 2
- Nenhum

Tem familiares com diabetes? *

- Sim
- Não
- Não sei

Mora com esses familiares? *

- Sim
- Não

[Anterior](#)

[Seguinte](#)

[Limpar formulário](#)



Comunicação para a Saúde: Diabetes *Mellitus*

[Mudar de conta](#)



 Não partilhado

Obrigada pela sua colaboração!

Para conhecer mais sobre a Diabetes *Mellitus*, sugiro que consulte esta [página](#)

Se tiver alguma dúvida ou sugestão, poderá entrar em contacto com Cláudia Gualdino (13699@alunos.escs.ipl.pt)

Anexo H - Email enviado para a MSD - Doutora Sílvia Alão

Assunto **Pedido de Autorização**
De Claudia Gualdino <13699@alunos.escs.ipl.pt>
Para <Silvia.Alao@merck.com>
Data 2024-02-23 18:44



Exma. Senhora Doutora Sílvia Alão,

O meu nome é Cláudia Gualdino e atualmente encontro-me a realizar o estudo académico, integrado no Mestrado de Gestão Estratégica de Relações Públicas da Escola Superior de Comunicação Social de Lisboa. O principal objetivo deste estudo é compreender o nível de literacia na saúde, na área da Diabetes Mellitus, nomeadamente entre os jovens universitários da ESCS.

O meu intuito é a realização de um questionário para compreender qual o nível de literacia que os jovens têm, fazendo algumas questões gerais e não muito técnicas, como as que têm no vosso *quiz* sobre a diabetes na vossa página online "Controlar a Diabetes".

Neste sentido, serve o presente email, para solicitar a vossa autorização, para utilizar as perguntas do *quiz* sobre a diabetes da vossa página, bem como, a "solução" (quando é dada a resposta á pergunta) das mesmas, em forma de questionário no meu trabalho. Saliento que será sempre, devidamente referenciada, a fonte de todas as perguntas e autor/es. Seria possível?

Na passada semana, contactei o Sr. Dr. João Conceição, que foi muito prestável e me aconselhou a contacta-la para solicitar a respetiva autorização.

Sou diabética tipo 1 e estou extremamente interessada em contribuir para que a literacia na área da diabetes seja cada vez maior, acredito que a comunicação tem um papel crucial no combate ao desconhecimento sobre cuidados de saúde e doenças, em especial no combate e prevenção a esta doença tão prevalente na nossa sociedade.

Desde ja agradeço a sua disponibilidade, ficando a aguardar a sua resposta.

Atenciosamente,

Cláudia Gualdino

Anexo I - Instrumento de recolha de dados dos *websites* da APDP e SPD

Qualidade da Informação			
1	Os conteúdos disponibilizados mencionam o seu autor?	Sim	Sim
2	São mencionadas as qualificações do autor? (académicas e/ou profissionais)?	Não	Não
3	A data em que os conteúdos foram criados ou atualizados está disponível?	Não	Sim
4	Os conteúdos foram atualizados nos últimos 30 dias?	Não	Não
5	É dito no website que os conteúdos disponíveis não substituem uma consulta médica?	Não	Não
6	O website fornece informações sobre promoção da saúde?	Sim	Não
7	O website fornece informações sobre prevenção da doença?	Sim	Sim
8	O website apresenta publicidade ou anúncios comerciais identificados?	Não	Não
Usabilidade			
9	A linguagem utilizada nos conteúdos é simples?	Sim	Sim
10	A linguagem utilizada nos conteúdos é técnica? (uso de termos médicos)	Não	Não
11	Os conteúdos (texto) estão disponíveis num tamanho fácil de ler? (superior a 12 pontos)	Sim	Sim
12	O espaçamento entre linhas é adequado?	Sim	Sim
13	O conteúdo apresenta erros ortográficos ou gramaticais?	Não	Não
14	É rápido navegar no website (e.g. mudar de página)?	Sim	Sim
15	O contraste entre o fundo e a fonte do texto é adequado?	Sim	Sim
16	O url (domínio) da página é claro e facilmente memorizável?	Sim	Sim
17	É possível aceder diretamente à página principal do site em qualquer zona do site?	Sim	Sim
18	Os elementos clicáveis estão claramente identificados como passíveis de ser acionados?	Sim	Sim
Interatividade			
19	O website possui chat/fórum de discussão?	Não	Não
20	O website permite ao utilizador comentar os conteúdos?	Não	Não
21	O website permite ao utilizador partilhar conteúdos nas redes sociais?	Sim	Não
22	O website disponibiliza perguntas frequentes (FAQ)?	Não	Não
23	O website disponibiliza um formulário para envio de mensagens?	Sim	Não
24	Os contactos das associações estão disponíveis? (e.g. email, morada, telefone)	Sim	Sim

Anexo J - Tabela com os indicadores fornecidos pelo *AccessMonitor Plus*

	Pontuação	Nº de práticas aceitáveis			Nº de práticas não aceitáveis		
		A	AA	AAA	A	AA	AAA
Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal							
Sociedade Portuguesa de Diabetologia							

Anexo K-Quadro de Análise da atividade da APDP no Facebook

Autor	Conteúdo	Tipo	Tema	Partilha para outra página	Tipo de Partilha	Url	Data	Nº de Comentários	Nº de reações	Nº de Partilhas
APDP Diabetes	<p>Focadas em chutar a diabetes para fora de campo, várias crianças com diabetes tipo 1 acompanharam os jogadores do Sport Lisboa e Benfica e do AVS Futebol na entrada para o encontro da Taça da Liga na quinta-feira, 21 de dezembro, no Estádio da Luz.</p> <p>A ação resultou de uma parceria entre o SL Benfica e a APDP.</p> <p>Muito obrigado ao Sport Lisboa e Benfica por proporcionar esta experiência às nossas crianças!</p> <p>Saiba mais https://apdp.pt/criancas-com-diabetes-entram-em-campo-com-jogadores-do-benfica-e-do-avs/ with 5 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02cmuAr588hZEU3DpDhFVq5HQMjVkJzWpmpTWHLaFuKxAAATxWNJjamz8Fhz96vKDb4XI</p>	Foto	Participação em Eventos	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02cmuAr588hZEU3DpDhFVq5HQMjVkJzWpmpTWHLaFuKxAAATxWNJjamz8Fhz96vKDb4XI	12/22/2023	13	146	25
APDP Diabetes	<p>Crianças com diabetes tipo 1 seguidas na APDP entram em campo com jogadores do Benfica e do AVS</p> <p>with a Reel: https://www.facebook.com/reel/354411337313542</p>	Reel	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/reel/354411337313542/	12/22/2023	0	74	13
APDP Diabetes	<p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=365947796039200&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02mbsMqTzTPeoPSoeqw3focKKeL5usrezynQG6onavN33cDNN31gvvLTcy6FHqe2I	12/22/2023	45	139	3

APDP Diabetes	with a Reel: https://www.facebook.com/reel/778539797432134	Reel	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/reel/778539797432134/	12/19/2023	2	25	3
APDP Diabetes	<p>Natal na Terra dos Sonhos: um dia de muita diversão para as crianças da APDP</p> <p>No passado dia 14 de dezembro, o Departamento de Crianças e Jovens da APDP regressou à sede da Associação Terra dos Sonhos para celebrar a tão aguardada Festa de Natal.</p> <p>À espera das crianças estavam muitas atividades, jogos de apresentação, jogos tradicionais e de mesa, tiro ao alvo, e um lanche delicioso. A tarde culminou com a chegada triunfante do Pai Natal.</p> <p>Muito obrigada Terra dos Sonhos!</p> <p>Saiba mais https://apdp.pt/natal-na-terra-dos-sonhos/ with 5 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02s7KMaDZUDdohrTNxUrRejrEwJsUaWQJA1y5kwpCoa75rraGQVnm2FDHHRaru4GSbl</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02s7KMaDZUDdohrTNxUrRejrEwJsUaWQJA1y5kwpCoa75rraGQVnm2FDHHRaru4GSbl	12/19/2023	12	114	8
APDP Diabetes	<p>EDENT1FI: projeto europeu de combate à diabetes tipo 1 vai promover o rastreio de 10 mil crianças na região de Lisboa e Vale do Tejo a partir de setembro de 2024.</p> <p>Em declarações à agência Lusa, o diretor clínico da APDP, João Filipe Raposo, explicou que o rastreio vai abranger as crianças entre os 6 e os 10 anos e poderá "ser estendido a outras regiões do país, assim que se consiga, do ponto de vista logístico, arrancar com esse processo".</p> <p>"Aquilo que nós estamos a conseguir fazer é identificar as crianças, que já começaram o processo imunológico, o processo de reação contra o seu pâncreas e, portanto, vamos conseguir detetá-las mais cedo, alertá-las mais cedo e eventualmente começar algum tipo de medicação mais cedo também", salientou João Filipe Raposo.</p> <p>Leia a notícia completa https://www.cmjornal.pt/sociedade/detalhe/rastreio-a-diabetes-tipo-1-vai-abranger-10-mil-criancas-na-regiao-de-lisboa-em-2024 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=361690983131548&set=a</p>	Foto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0FD1TfwHiaz4A4sskeG8cpKvhGSQc8vDFGzB3rEJobZBMyA7d6Ry8HretS1iXL2Yxl	12/15/2023	3	22	14

APDP Diabetes	<p>Por motivos da realização da sua Festa de Natal, a APDP encerra amanhã, dia 15 de dezembro, a partir das 12h30.</p> <p>Agradecemos a sua compreensão! with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=361115179855795&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02mK4PvCjPmNMjGa8UkWQWPI1QQVS149Gp3qMowPTfwQYYW73oYXhbVaAvtmWwZJgwI	12/14/2023	22	66	15
APDP Diabetes	<p>SÁBADO DESPORTIVO</p> <p>É já este sábado, dia 16 de dezembro, que voltamos ao Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, para mais uma manhã desportiva, a última que a APDP organizará em 2023.</p> <p>Das 10h00 às 12h30, com o ponto de encontro na entrada do Parque mais perto do Metro (linha amarela).</p> <p>para pessoas com diabetes de todas as idades. treino em grupo, com a professora Dora Sol. não esquecer de levar garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas agradecemos a sua inscrição para os contactos: carla.trincheiras@apdp.pt ou 21381612. with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=360728693227777&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0hTj27jZLqxeky3CUq51YjTXVmE6bd3YKcxtny111yo3zF2SqAHWGCpfQLewWwircI	12/13/2023	0	24	2
APDP Diabetes	<p>João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP, é um dos palestrantes da Cimeira de Alto Nível sobre sistemas de saúde e co-organizada pela OMS/Europa, o Ministério dos Assuntos Sociais da Estónia e o Observatório Europeu de Sistemas e Políticas de Saúde.</p> <p>Esta Cimeira, intitulada "Confiança e transformação: sistemas de saúde resilientes e sustentáveis para o futuro", comemora os 15 anos da Carta de Tallinn: Sistemas de Saúde para a Saúde e a Prosperidade, que reafirma e adota os valores consagrados em anteriores cartas, convenções e declarações.</p> <p>O objetivo da Carta de Tallinn é o de confirmar o compromisso dos Estados-Membros da Região Europeia da Organização Mundial da Saúde em melhorar a saúde das populações através do reforço dos sistemas de saúde, reconhecendo as diversidades sociais, culturais e económicas. with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0eFCFip7P2h651kq6hH6YVdusQbjeJ8nmvsaDfQNsqsq8TcNVQWjxmA9NPBR1rstm3al</p>	Foto	Eventos de Outras Instituições	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0eFCFip7P2h651kq6hH6YVdusQbjeJ8nmvsaDfQNsqsq8TcNVQWjxmA9NPBR1rstm3al	12/13/2023	2	29	1

APDP Diabetes	<p>A lei do direito ao esquecimento entrou em vigor há mais de um ano, mas há pessoas com diabetes e com cancro a serem discriminadas no acesso a créditos e a seguros.</p> <p>Só em 2023, a APDP já recebeu 14 denúncias de pessoas com diabetes que viram os seguros agravados ou recusados em processos de compra de casa.</p> <p>Veja a entrevista à CNN de Alexandra Costa, Coordenadora do Gabinete do Cidadão da APDP.</p> <p>with a link: https://cnnportugal.iol.pt/videos/lei-do-direito-ao-esquecimento-doentes-com-diabetes-e-com-cancro-sao-os-mais-prejudicados/657876100cf25f99538f5fdb?utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=shared_site</p>	Texto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02h7QoS pH6jcX6xpRJHsVaSC46k3C4x5BRHXvZrWEFSCGb aoge3bMFYh hc2Nei8hPBI	12/13/2023	2	15	1
APDP Diabetes	<p>O Núcleo Jovem APDP Diabetes esteve na Escola Secundária da Amadora e no Colégio de Santa Maria com o projeto "Ter Diabetes tipo 1 na Escola". Foram abrangidas 7 turmas, quase 200 alunos do 5.º ao 10.º anos. O projeto consiste em realizar sessões informativas sobre viver com diabetes, em turmas que tenham alunos com diabetes tipo 1. Os moderadores são membros do Núcleo Jovem APDP, que também têm diabetes.</p> <p>with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02F1m1D5HsNdfi68Hwh5W5NMYHLsonPmr2CApXUCtcXv19HZ1SYCbNUFrNPM1Gy9Pwl</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02F1m1D5HsNdfi68Hwh5W5NMYHLsonPmr2CApXUCtcXv19HZ1SYCbNUFrNPM1Gy9Pwl	11/30/2023	5	55	3
APDP Diabetes	<p>O número de pessoas com diabetes continua a aumentar e as estratégias nacionais de abordagem à doença não estão a ter a resposta desejada.</p> <p>No passado dia 17 de novembro, a APDP promoveu uma sessão pública, na Assembleia da República, para debater a necessidade da criação de um plano de ação para a diabetes, envolvendo nesse debate Comissões Parlamentares, Eurodeputados, profissionais de saúde e representantes de Organizações da Sociedade Civil.</p> <p>José Manuel Boavida, presidente da APDP, explica, em entrevista à Health News, o objetivo desta sessão e porque é que precisamos de uma Resolução Nacional sobre Diabetes.</p> <p>Leia aqui https://shre.ink/TjJ4</p> <p>APDP. Fotógrafo: Luis Ribeiro</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=353555173945129&set=a</p>	Foto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0SfzM1D WXGdGb67x yeSo2jY Cup CdCdCbxgw Reezhggr5Le dE5JV3aLRw z65mhK8hol	11/30/2023	0	33	4

APDP Diabetes	<p>HIGH LEVEL TECHNICAL SUMMIT</p> <p>No segundo dia da Cimeira de Alto Nível a decorrer em Belgrado, na Sérvia, João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP e membro do Board da IDF Europa, moderou a sessão: "Como criar um sistema de cuidados mais centrado nas pessoas com diabetes?"</p> <p>Esta reunião, promovida pela Organização Mundial da Saúde-Europa e pela Federação Internacional da Diabetes-Europa, tem como objetivo "Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados".</p> <p>#apdpdiabetes #OMSEurope #IDFEurope #advocacy #diabetesmellitus with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02xjJsowodZXqPbT3GXwc9bGtmiMg1ADP77AiANxG3NkoM4WFDKxPYZZgraf4yp3zl</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02xjJsowodZXqPbT3GXwc9bGtmiMg1ADP77AiANxG3NkoM4WFDKxPYZZgraf4yp3zl	11/29/2023	0	10	0
APDP Diabetes	<p>HIGH LEVEL TECHNICAL SUMMIT</p> <p>Hoje, durante a Cimeira de Alto Nível, a decorrer em Belgrado, Sérvia, com o objetivo de discutir planos de ação que abordem a diabetes na Europa, foi assinada a declaração conjunta entre a Organização Mundial da Saúde e a Federação Internacional da Diabetes, para "Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados".</p> <p>#apdpdiabetes #omseurope #IDFEurope with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02hgijCdUMtT68H4sLSf6PgwTUR1PWnyXHVm7vzFwmX4mvNp7XytWEtcA4o79vAWxfl</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02hgijCdUMtT68H4sLSf6PgwTUR1PWnyXHVm7vzFwmX4mvNp7XytWEtcA4o79vAWxfl	11/28/2023	2	30	1
APDP Diabetes	<p>Alexandra Costa tem diabetes tipo 1 e promete não deixar que a diabetes interrompa a sua vida. Ela é um testemunho e uma inspiração de como se pode viver uma vida normal se a diabetes for bem controlada e tratada.</p> <p>with a Reel: https://www.facebook.com/reel/296743532684247/</p>	Reel	Outros	Não		https://www.facebook.com/reel/296743532684247/	11/28/2023	3	42	7

<p>APDP Diabetes</p>	<p style="text-align: center;">HIGH LEVEL TECHNICAL SUMMIT</p> <p>Os especialistas da APDP, João Filipe Raposo, José Manuel Boavida e Rita Nortadas, estão hoje e amanhã, em Belgrado, Sérvia, a participar na Cimeira de Alto Nível da Organização Mundial da Saúde (OMS)-Europa, sob o tema “Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados”.</p> <p>Esta iniciativa, promovida pela OMS em parceria com a Federação Internacional da Diabetes-Europa, pretende discutir como tornar a diabetes uma prioridade na era da permacrise. Tem como objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> relembrar os compromissos assumidos pela ONU, OMS e UE, sobre diabetes; analisar o progresso em direção às Metas Globais da Diabetes; apresentar intervenções baseadas em evidência; empoderar e envolver as pessoas que vivem com diabetes para gerar recomendações e resultados que reflitam as suas necessidades e preferências; 	<p>Foto</p>	<p>Participação em Eventos</p>	<p>Não</p>		<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0WvNGcSC5fjn4MQZLsvsFNrHNsSHqa7awMF4xY4gfnAbmZCgBMxLHHRJgrAXwkJeKI</p>	<p>11/28/2023</p>	<p>1</p>	<p>18</p>	<p>1</p>
<p>APDP Diabetes</p>	<p>Alexandra Costa, coordenadora do Núcleo Jovem APDP Diabetes, foi entrevistada pela Organização Mundial da Saúde (OMS)/Europa, no âmbito da Cimeira Técnica de Alto Nível “Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados” organizada pela OMS/Europa e pela Federação Internacional de Diabetes (IDF) Europa.</p> <p>Os participantes na cimeira reúnem-se dias 28 e 29 de novembro de 2023 em Belgrado, na Sérvia, para discutir como tornar a diabetes uma prioridade na era da permacrise.</p> <p>Leia a entrevista completa aqui https://www.who.int/europe/news-room/features-stories/item/it-s-important-to-me-that-diabetes-doesn-t-interrupt-my-life-with-3-Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0tFR7re7hZ79g792aDJ4oioEK4WY6DboYccdKAEPAYGDqXYUDFa5E1TjnzgHvtv7dl</p>	<p>Foto</p>	<p>Informações gerais</p>	<p>SIM</p>	<p>website</p>	<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0tFR7re7hZ79g792aDJ4oioEK4WY6DboYccdKAEPAYGDqXYUDFa5E1TjnzgHvtv7dl</p>	<p>11/27/2023</p>	<p>0</p>	<p>31</p>	<p>3</p>
<p>APDP Diabetes</p>	<p>5.º CONGRESSO NACIONAL DA APDP - 484 participantes! Obrigado por estarem conosco. #apdpdiabetes #centroismaili with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid07wTXUsekvFMQqoDt6xe5TGcBFo5BhMhz7mqZxgJ8mLxKbkn6Tfxe77sNrKfgEMUI</p>	<p>Foto</p>	<p>Eventos da Associação</p>	<p>Não</p>		<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid07wTXUsekvFMQqoDt6xe5TGcBFo5BhMhz7mqZxgJ8mLxKbkn6Tfxe77sNrKfgEMUI</p>	<p>11/24/2023</p>	<p>0</p>	<p>60</p>	<p>3</p>

APDP Diabetes	<p>5.º CONGRESSO NACIONAL DA APDP</p> <p>Momentos fotográficos do evento científico que a APDP está a promover no Centro Ismaili, em Lisboa.</p> <p>"Como comunicar na vida e na saúde", "O Coração da Diabetes", "Para além da diálise", "Obesidade", "Diabetes tipo 1 hoje e amanhã" e "Podemos mudar o futuro da diabetes tipo 2?" são alguns dos temas abordados nas sessões plenárias.</p> <p>#apdpdiabetes #centroismaililisboa with 10 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0351CPKEagtRCMdVZeHRhuTr9NbAGrEwfwHMsroVuRa9unuiW19NTUKmji13kjJdEI</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0351CPKEagtRCMdVZeHRhuTr9NbAGrEwfwHMsroVuRa9unuiW19NTUKmji13kjJdEI	11/24/2023	1	50	5
APDP Diabetes	<p>5.º CONGRESSO NACIONAL DA APDP</p> <p>Mensagem do Ministro da Saúde, Dr. Manuel Pizarro, endereçada aos cerca de 500 participantes do 5.º Congresso Nacional da APDP. with a video: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/videos/1022287608882592/</p>	Vídeo	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0gkfPcmRBcGL1PnWVRXQtzXkENw31LjUbj6korieNUNsismiUZyqZiQ6F1VcupYv4I	11/24/2023	0	17	3
APDP Diabetes	<p>Tudo a postos para o 5.º Congresso Nacional da APDP!</p> <p>O evento começa amanhã às 10h00, com os cursos pré-congresso, e prolonga-se durante a tarde de quinta-feira e todo o dia de sexta-feira.</p> <p>Que seja um momento muito frutífero de troca de experiências e conhecimento entre profissionais de saúde</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=349268107707169&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Qby1qGA3ZNIJz2FpLkgBb3dXcSaPoSpSH7wYs6Wuoxk1f2imTVVLUamGeT8ENQNKI	11/22/2023	0	13	0

<p>APDP Diabetes</p>	<p>ASSINATURA DE PROTOCOLO CASA DA DIABETES NA COVILHÃ</p> <p>A APDP assinou um protocolo de colaboração com a Câmara Municipal da Covilhã e com a Associação de Diabéticos da Serra da Estrela, que garante a cooperação financeira para a implementação do Projeto “Casa da Diabetes” no Município.</p> <p>“Este projeto tem como objetivo promover a capacitação das pessoas com diabetes para a autogestão e utilização dos conhecimentos adquiridos no processo de decisão informada, contribuindo para a melhoria da compensação da diabetes, vigilância periódica e dos comportamentos alimentares e de atividade física, com a consequente promoção da saúde e da qualidade de vida.” Para o efeito, serão realizadas seis sessões de educação com profissionais da APDP.</p> <p>Em representação das entidades parceiras, o protocolo foi assinado pela vereadora com o pelouro da Ação Social e Saúde do Município, Regina Gouveia, e pelos presidentes da APDP e da Associação de Diabéticos da Serra da Estrela, José Manuel Boavida e Vítor Fazendeiro.</p>	<p>Texto</p>	<p>Noticias da Associação</p>	<p>SIM</p>	<p>Facebook</p>	<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02VnQMvoS3WduVpJgF97Wck3eqgwftg6teUAqLhKPZaksWvJnzH41JAtXnXXGwtUNSI</p>	<p>11/22/2023</p>	<p>0</p>	<p>10</p>	<p>5</p>
<p>APDP Diabetes</p>	<p>Single Glico-Eu</p> <p>Tema original de Sérgio Nascimento, alusivo à Diabetes tipo 1, que vive na primeira pessoa.</p> <p>with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2Ftwu_k4p4-NU%3Fsi%3DME6O6Cjfb9pSYkMj&h=AT3vCAFEUbhwr5mnMkBdc7BuYCA8fXFJawrAVPeGnDnuyYQG3ea9k2iF22FcUXtOoJxMgVfuoiFbapLYTYLwQwrBVskRlxdyEGP2DiabJCLebsgAr4-pqQAmEgNzIvg2a1L4ZceBA&s=1</p>	<p>Texto</p>	<p>Informações gerais</p>	<p>SIM</p>	<p>Website</p>	<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02d11JDdLBwhudLuEoNxVkcEYZjDXJwFiMAV4q9rmgsEaGdeWPvg6bkdUDtmFAemaJI</p>	<p>11/21/2023</p>	<p>0</p>	<p>8</p>	<p>3</p>
<p>APDP Diabetes</p>	<p>Já na última 4.ª feira do mês (29 de novembro) decorre o Encontro NJA com a comemoração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Neste encontro online vamos falar sobre o “acesso aos cuidados a diabetes - educar para proteger o futuro”, tema do Dia Mundial da Diabetes 2023, com enfermeira Lurdes Serrabulho, que vem partilhar a sua experiência na área da Educação em Diabetes.</p> <p>Vem partilhar connosco as tuas vivências e esclarecer as tuas dúvidas! Só precisas de ter acesso a um computador ou smartphone (com som e microfone ativos), com ligação adequada à internet.</p> <p>Contamos contigo na 4.ª feira, dia 29 de novembro, às 21h na Sala Virtual de Zoom.</p> <p>Link na bio.</p> <p>Até lá!</p> <p>#diabetes #nja #nucleoJovemAPDP</p> <p>Ver menos</p>	<p>Texto</p>	<p>Efemérides</p>	<p>Não</p>		<p>https://www.facebook.com/events/355009013708002/</p>	<p>11/21/2023</p>	<p>0</p>	<p>12</p>	<p>0</p>

APDP Diabetes	Conteúdo Removido	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0pf1wp8QC9HYkaNvLxuVvP31vCghKIEKyxwqjEtE3TGidrekJzhE6oWbzJRcWbtrHI	11/21/2023	0	14	1
APDP Diabetes	<p>Por ocasião do Dia Mundial da Diabetes, João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP e Membro do Conselho da IDF Europa, partilhou a sua mensagem sobre a necessidade de melhorar a prevenção da diabetes e reduzir as desigualdades.</p> <p>Um ano após a adoção da Resolução Europeia sobre diabetes, e antes da Cimeira IDF Europa e OMS Europa sobre Ação e Compromisso na Diabetes, vamos unir-nos para moldar juntos o futuro da diabetes.</p> <p>Juntos, Unidos, Vamos Agir sobre a Diabetes. with a Facebook Post: https://www.facebook.com/idf.europe/posts/pfbid02jVnEtqAepRRnECrTKSYHC6oU5hkiKb9xWX1X8Q2XDLvti31zKvKuWbX7XbT43yyjl</p>	Texto	Prevenção da Doença	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02wzwdHJy5MVuPyPNRhFpyFSThMUGAfGjnfSBpNfQryCHfiVgNP8XudHhJLjWaoDbSI	11/21/2023	0	7	0
APDP Diabetes	<p>Falta apenas uma semana para o 5.º Congresso Nacional da APDP!</p> <p>Como já é habitual neste evento reservado a profissionais de saúde, a diabetes será abordada de forma holística, procurando juntar as várias partes que contribuem para um objetivo comum: melhorar os resultados em saúde e a vida das pessoas que vivem com a doença.</p> <p>Inscreeva-se: congressoapdp.com</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=346306444670002&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0261WuCqWW51FVhESUQH3Xi2wPzChxPTLuCQkDNhN17S1q2upQkKF3KS4Kc5vLGi7nl	11/16/2023	0	32	7

APDP Diabetes	<p>A Caminhada Noturna pelos Miradouros de Lisboa, que assinala o mês da Diabetes, realiza-se no dia 25 de novembro (sábado) das 17h00 às 20h00, partindo da Rua D. Luís I, n.º 10 e terminando na Praça do Comércio.</p> <p>Para inscrição, basta indicar o número de pessoas que vão à caminhada através do telefone: 218173668.</p> <p>Trata-se de um percurso de cerca de 5 km, passando pelos Miradouros de Santa Catarina, São Pedro de Alcântara e do Elevador de Santa Justa.</p> <p>Pretende-se com esta atividade chamar a atenção para a diabetes e para o seu impacto na vida das pessoas e famílias, proporcionando uma experiência motivadora para a prática regular de exercício, fundamental para a saúde na diabetes.</p> <p>Sabe o seu risco de ter diabetes tipo 2? Veja como em: apdp.pt/diabetes/saiba-o-seu-risco/ #WorldDiabetesDay #KnowYourRisk Câmara Municipal de Lisboa</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Gbh7U8fAn5nRhK62Q1SkHXtNjzsCEx37yUQGScXRjbKcviq1STpXVBymwHa6zjowl	11/16/2023	0	31	11
APDP Diabetes	<p>with a Facebook Post: https://www.facebook.com/futebolclubedearouca/posts/pfbid0BDGLo7P4RgAgWZ8kHLwskFJDpGvYwMSDhD2hoJ7yFwC1iPj8zKZsTyC7BHMFqWJcl</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	Facebook	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0QAQsj4SwkYuh1GwadFrTgiwQBxZFzK6SkW4LpmGRYeoE1wL9mJrMVUZt6Py9iTXKI	11/14/2023	0	27	4
APDP Diabetes	<p>Diabetes: Saiba o seu risco, saiba o que fazer</p> <p>1 em cada 10 adultos tem diabetes em todo o mundo. Quase metade não sabe que a tem.</p> <p>Mais de 90% tem diabetes tipo 2. Saber o seu risco e o que fazer é importante para prevenir, diagnosticar e tratar. Em muitos casos, a diabetes tipo 2 e as suas consequências podem ser atrasadas ou prevenidas pela adoção e manutenção de estilos de vida saudáveis.</p> <p>Sabe o seu risco? Veja como em: apdp.pt/diabetes/saiba-o-seu-risco/ #WorldDiabetesDay #KnowYourRisk with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=345035164797130&set=a.245831391384175</p>	Foto	Prevenção da Doença	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02W57U4aGThmTY2hSJfi34k8GjNs9nVPpntX79zy3xyYCcj7b8ahEmjyz9xyM2Q1I	11/14/2023	2	44	39

APDP Diabetes	<p>As múltiplas complicações da diabetes (ocular, cardiovascular, renal, etc.) vão ser analisadas e discutidas no 5.º Congresso Nacional da APDP, que se realiza em Lisboa, a 23 e 24 de novembro.</p> <p>Mas o programa inclui muitos outros tópicos, desde a comunicação com o doente à ecologia humana, passando pelas ferramentas digitais e pelos padrões alimentares alternativos.</p> <p>Inscreeva-se: congressoapdp.com</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=343512294949417&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid03ffeTnX2cM2TUA6W576kcNZc18juQzykZTsMKtWcikA1LSkDYNDk7GfRmV3cx4zI	11/11/2023	2	50	7
APDP Diabetes	<p>Ainda não submeteu o seu resumo ao 5.º Congresso Nacional da APDP? Tem até ao final do dia de amanhã, dia 10 de novembro, para o fazer.</p> <p>Submeta o seu resumo: congressoapdp.com/submissao-de-resumos</p> <p>Pode encontrar as normas de submissão no mesmo link. Exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=342639315036715&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0G8xaDHmV3MaoGVnveyhymjYDaxsdnRiBvcEQvgaCPQ8VhfHKmUKcNyKcb2iUDBxVI	11/9/2023	0	7	1
APDP Diabetes	<p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=341960791771234&set=a.245831401384174</p>	Foto	Prevenção da Doença	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/710191794360363:710191794360363	11/8/2023	0	26	4

APDP Diabetes	<p>A área da diabetes está em constante evolução – e a necessidade de atualização é uma realidade para os profissionais de saúde que se dedicam a ela.</p> <p>No 5.º Congresso Nacional da APDP, que se realiza em Lisboa, a 23 e 24 de novembro, encontra um programa abrangente proporcionado por um grupo de especialistas nacionais e internacionais.</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se: congressoapdp.com</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=341673405133306&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0gEjpiEcwF5RjTY6Q1JZ3zVufFyXQhtW3bjDvgVrPFFAavHH3YuzLBS2R4RHjV6dDI	11/7/2023	0	35	8
APDP Diabetes	<p>Concerto de Sérgio Nascimento - "Glico-Eu", e filmagem de videoclip</p> <p>10 de novembro - 21 horas - Grande Auditório do Fórum Maia</p> <p>Entrada gratuita!</p> <p>Sérgio Nascimento é um multi-instrumentista, compositor e produtor nascido no Porto. De momento, está a gravar o seu primeiro álbum, "Contraste", com o apoio da SPA - Sociedade Portuguesa de Autores, a estrear em Fevereiro de 2024, depois do lançamento do single "Vai", em 2021, um tema de apoio ao seu irmão e atleta Carlos Nascimento, aquando da sua participação nos Jogos Olímpicos de Tóquio, nesse mesmo ano.</p> <p>Para esta atuação, prepara o lançamento do seu segundo single "Glico-Eu", um tema alusivo à diabetes tipo 1, que vive na primeira pessoa.</p> <p>No concerto que dará no Fórum Maia, dia 10 de novembro, às 21 horas, além de</p>	Foto	informações gerais	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02zTEf5PPR1zecQFBiUZydvRQuvm2nDgRvWD3fofCuu96ggaFfoq4WC4MLxbMYZ1g al	11/4/2023	0	26	5
APDP Diabetes	<p>A indústria farmacêutica e de dispositivos médicos tem sido uma parceira indispensável da APDP em muitas das suas atividades inovadoras, na formação de profissionais de saúde, no apoio à investigação e em intervenções na comunidade.</p> <p>A APDP agradece a todas as companhias que estão a tornar possível a concretização do seu 5.º Congresso Nacional.</p> <p>Mais informações sobre o evento: congressoapdp.com</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Reel: https://www.facebook.com/reel/348745117658497</p>	Reel	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/reel/348745117658497/	11/3/2023	0	8	3

APDP Diabetes	<p>Se é profissional de saúde, não perca a oportunidade de submeter o seu resumo ao 5.º Congresso Nacional da APDP, até 10 de novembro.</p> <p>Submeta o seu resumo: congressoapdp.com/submissao-de-resumos</p> <p>Pode encontrar as normas de submissão no mesmo link.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=338061755494471&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02xeiqjS76ZxTV8C65RWeYJYKJz1GtdaLyvwdZfpF4WAd7vF7nhoHDe9fZ2T9iUPfkl	10/31/2023	0	6	2
APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar!</p> <p>ENFERMEIRO/A</p> <p>Requisitos: Licenciatura em Enfermagem</p> <p>Condições: Contrato de trabalho a termo certo (1 ano) 35h trabalho/semana</p> <p>Áreas de atuação: Consulta de Diabetes Participação em Projetos de Intervenção Comunitária</p> <p>Enviar CV e carta de motivação para recrutamento@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=334730425827604&set=a</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02eMxtYvN9KMVDwB BTBJtQFissc5n9EAN2mB4P4BnVdPG EY8ggk2AjM9pUiA6PQbaki	10/25/2023	1	26	34
APDP Diabetes	<p>O Ricardo de Oliveira, no seu podcast "Conversas sem Açúcar", conversou com a Mafalda Ramos, 35 anos, terapeuta Ayurveda com negócio próprio, investigadora de paixão e estudante na área da neurociência.</p> <p>Se quer descobrir como é que a Mafalda encontrou o seu equilíbrio no mundo atribulado da Diabetes, a forma como encontrou a sua paixão na área da investigação, ou entender mais sobre conceitos como a plasticidade do cérebro, junte-se à conversa e descubra a história da Mafalda https://shre.ink/UO6G with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=333653695935277&set=a.245831391384175</p>	Foto	informações gerais	SIM	Website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0FcvWkaMuFMkkT7TKSqvBNCa6sePNhVR2YhkTVMHCUBeV1pyF5XyhGxkUdCxskVDI	10/23/2023	0	20	6

APDP Diabetes	<p>Sábados Desportivos da APDP: este sábado, dia 21 de outubro, vamos estar no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, para mais uma manhã de atividade física.</p> <p>O encontro é às 10h na entrada do Parque mais perto do Metro (linha amarela).</p> <p>para pessoas com diabetes de todas as idades. treino em grupo, ao ar livre, com a professora Dora Sol. leve garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas agradecemos a sua inscrição para os contactos: carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12</p> <p>#diabetesmellitus #exerciciofisico #apdpdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=330768989557081&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid037gGxLFwm1eG3qHVzQeGgM4EduWwH9P8jYnHl8gU2twTWJt2P4ujcm93tP9gdX3jw/	10/18/2023	0	18	4
APDP Diabetes	<p>UNIR A COMUNIDADE DE JOVENS ADULTOS COM DIABETES PARA IMPULSIONAR MUDANÇAS</p> <p>O 2023 IDF EUROPE YOURAH FORUM será realizado em Lisboa, Portugal, de sábado, 21 de outubro, às 9h, até domingo, 22 de outubro, às 14h. A APDP e os Portuguese Youth Leadership Camp Alumni acolhem este primeiro evento organizado pela International Diabetes Federation Europe .</p> <p>Contaremos com palestrantes excecionais, sessões focadas em brainstorming e trabalho de equipa, com o objetivo de unir a comunidade jovem com diabetes, já líderes nos seus países, para impulsionar a mudança na Europa.</p> <p>#UnitedYouth4Diabetes #YOURAHFORUM2023 #IDFEUROPE with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=329652073002106&set=a.245831391384175</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0no1TevcBpxpYX2qkPvRiqKdAeW7RKqrLo2rxuWj7CDGyHC1zQTnaLkwz1ZoDUJxl	10/16/2023	0	11	3
APDP Diabetes	<p>Se esperar pela segunda-feira vai perder a oportunidade de se inscrever por um valor mais simpático</p> <p>Não fique de fora do 5.º Congresso Nacional da APDP, o evento no qual a diabetes será debatida numa perspetiva holística pelos profissionais que lidam diariamente com a doença nas suas diversas dimensões.</p> <p>Inscreva-se: https://congressoapdp.com/</p> <p>Evento exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=327890843178229&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02boL5zKoyeDig7rUmcPipvpyA3NBy3CEkxjmbWWTBdT5FddE9Cc8M8N4hxWj7i2gl	10/13/2023	0	8	0

APDP Diabetes	<p>"Não estamos todos em pé de igualdade" no que concerne à literacia em saúde e, por isso, é essencial "um relacionamento colaborativo, assente na confiança, facilitador da comunicação e da participação ativa da pessoa com diabetes"</p> <p>Leia a entrevista da @NewsFarma à enfermeira da APDP, Dulce do Ó, sobre literacia em saúde, temática que desenvolveu na sua tese de doutoramento</p> <p>https://shre.ink/UbVv with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=327068379927142&set=a.245831391384175</p>	Foto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0AienW1e7CDvFGHSa6ufp0tkmfD7Jpn667UiYYNTgnazJckdd22yFDwUPQFnL1pfMul	10/12/2023	0	30	2
APDP Diabetes	<p>Por trás do 5.º Congresso Nacional da APDP está uma equipa de profissionais experientes e dedicados à partilha de conhecimento na área da diabetes. Conheça a equipa, totalmente formada por elementos da casa:</p> <p>Carolina Neves, endocrinologista Dulce do Ó, enfermeira Isabel Correia, enfermeira João Filipe Raposo, diretor clínico José Manuel Boavida, presidente Luís Gardete Correia, endocrinologista Rita Nortadas, diabetologista e internista Rogério Ribeiro, project manager</p> <p>O 5.º Congresso Nacional da APDP decorre a 23 e 24 de novembro, no Centro Ismaili, em Lisboa.</p> <p>Se é profissional de saúde inscreva-se https://congressoandn.com/ Decorreu nos dias 29 e 30 de setembro, no Centro de Congressos do Estoril, o Global Health Forum, que reuniu mais de 2000 especialistas de diferentes áreas, nacionais e internacionais, para discutir as questões que moldam o futuro da saúde numa perspetiva multidisciplinar e integrada para garantir Saúde para Todos.</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02tZX1iUThzQjgcqzwEQbYvQuaNfWopDifxPJUMM6cQWL3LpbDZhcggJ5eH6X4L1l	10/11/2023	0	37	7
APDP Diabetes	<p>Este evento teve como objetivo aumentar a consciência "individual e colectiva" sobre o "papel dos cuidados de saúde como elemento fundamental do desenvolvimento económico, da coesão social e do bem-estar e segurança dos cidadãos.</p> <p>Durante a sessão de encerramento foram entregues pelos deputados Maria Antónia Almeida Santos e João Carlos Dias Coelho os primeiros Global Health Awards, que premiam três associações de doentes em Portugal: a Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal (APDP), a Associação Andar e a Associação Ajuda de mãe.</p> <p>A APDP esteve representada no evento pelo médico e adjunto do Diretor Clínico, Bruno Almeida.</p> <p>with 4 Attachments: https://www.facebook.com/</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid021pxhRnt9zsFzMTek9zuTATYtz5Ska1HYp1LGA5rWeib6PKD1fN8fAksVY7Sg1W2l	10/10/2023	0	17	0

APDP Diabetes	<p>É profissional de saúde e tem interesse na área da diabetes?</p> <p>No 5.º Congresso Nacional da APDP, terá acesso a um amplo painel de especialistas com visões complementares sobre as diferentes vertentes da doença. O evento será não só um momento de atualização científica sobre a dimensão clínica da diabetes, mas também uma reflexão sobre as dimensões social e económica.</p> <p>No dia 16 de outubro os valores de inscrição vão aumentar</p> <p>Aproveite e inscreva-se já: https://congressoapdp.com/</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=325405803426733&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02jfcHugTGXxW17HqkgEPSyurI79bnjYjr3qUhCsRbXSvjogPXeTNErRXWATgsdel	10/9/2023	0	3	2
APDP Diabetes	<p>Reportagem da SIC Notícias sobre o Campo de Férias da APDP para jovens com diabetes: "aprender a encarar a doença com mais naturalidade". with a link: https://sicnoticias.pt/saude-e-bem-estar/2023-10-06-Campo-de-ferias-para-jovens-diabeticos-aprender-a-encarar-a-doenca-com-mais-naturalidade-ed13621c?utm_source=site&utm_medium=share&utm_campaign=facebook</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	Website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02hPgcvFNcuKvb38a3D9LJ32c9mJuLN437jn8wDWt57kmnoFBJ5EgPk6Hp u8LLGc6Ul	10/9/2023	3	19	2
APDP Diabetes	<p>O Congresso da European Association for the Study of Diabetes #EASD2023, um dos mais importantes eventos científicos na área da diabetes, está a acontecer, até sexta-feira, dia 6 de outubro, na cidade de Hamburgo, na Alemanha.</p> <p>A APDP está, mais uma vez, representada em várias frentes nesta Reunião Anual, com os seus especialistas a marcarem presença em sessões plenárias ou a apresentarem estudos desenvolvidos na associação. with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid03BGNNKvj5Eu4PuUDcr6XjrmcGjCok4rmKFoUtUrPahukD8R7rDYwUs1hQyUxGkl</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid03BGNNKvj5Eu4PuUDcr6XjrmcGjCok4rmKFoUtUrPahukD8R7rDYwUs1hQyUxGkl	10/4/2023	2	30	2

APDP Diabetes	<p>Se é profissional de saúde com interesse na área da diabetes, tem até amanhã (1 de outubro) para se inscrever no 5.º Congresso Nacional da APDP beneficiando de um preço especial.</p> <p>Inscreva-se já: https://congressoapdp.com/inscricoes-congresso-apdp-2023/</p> <p>A partir de dia 2 de outubro, os valores de inscrição vão aumentar, quer para a participação no evento, quer para a inscrição nos 3 cursos pré-congresso (Insulinoterapia, Pé Diabético e Neuropatia, e Vacinação).</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=320507627249884&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid033Xo3xkNvuMQWgX1LkxcnMUmlNgKuNmF3eVFsHxtPpPPWzBmGCWqyYebkcSMHXL3vl	9/30/2023	0	5	1
APDP Diabetes	<p>O diretor clínico da APDP, João Filipe Raposo, foi orador convidado do Workshop "Therapeutic Patient Education Guideline and T2 Diabetes Patients Pathway", promovido pela Organização Mundial da Saúde, na Geórgia. with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid021heHLyg9xY7Lm3oFBEW3DptKHxbrDo2KjW4tagr8fQ2sTXvQTuCYrM8jF2SVrijxl</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid021heHLyg9xY7Lm3oFBEW3DptKHxbrDo2KjW4tagr8fQ2sTXvQTuCYrM8jF2SVrijxl	9/29/2023	0	42	1
APDP Diabetes	<p>Fotoreportagem Sábado Bombástico</p> <p>Sábado passado, 25 pessoas com diabetes e profissionais de saúde juntaram-se para uma caminhada pelo centro de Lisboa, seguida de um momento de convívio e piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Esta iniciativa foi organizada pelo Departamento de Bombas de Adultos da APDP. with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Y7pjAsfUqjoejJdB2oBoJFkNVkhmY4J7BJppCc6A3Qi8ync6hMFSbXmpZFtYANful</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Y7pjAsfUqjoejJdB2oBoJFkNVkhmY4J7BJppCc6A3Qi8ync6hMFSbXmpZFtYANful	9/29/2023	2	58	4

APDP Diabetes	<p>Hoje (27 de setembro) decorre o Encontro NJA com o tema "O meu filho começou a escola. E agora?".</p> <p>Neste encontro online vamos contar com a presença da médica pediatra Raquel Coelho, da enfermeira Marina Dingle e da nutricionista Mafalda Pinto, do Departamento de Crianças e Jovens da APDP, para nos ajudarem a compreender os procedimentos corretos no início/regresso à escola.</p> <p>Junta-te a nós para começares o ano letivo da melhor maneira, e vem partilhar as tuas experiências!</p> <p>Só precisas de ter acesso a um computador ou smartphone (com som e microfones ativos), com ligação adequada à internet.</p> <p>Contamos contigo hoje, dia 27 de setembro, às 21h na Sala Virtual de Zoom: https://us02web.zoom.us/j/86108786051</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0RoCvZjvDjkAAgRBL4t2H9La6EUoWNVFbrE3Ap62HjDZxuSuwFpz2uVhx11qXA5VI	9/27/2023	2	21	5
APDP Diabetes	<p>Como doença de causa multifatorial e multissistémica, a diabetes beneficia de uma abordagem integrada e multidisciplinar.</p> <p>Esta é a matriz do programa científico do 5.º Congresso Nacional da APDP, que decorre em Lisboa, de 23 a 24 de novembro.</p> <p>Descubra os temas selecionados: https://congressoapdp.com/ Evento exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=318321994135114&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid028k692xPG4YfFZMVcWxCEiktP1HH7EY7JG5mZvxVobA826Q7WucneWiZKgSV75aCI	9/26/2023	0	19	5
APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar Técnico/a de Farmácia</p> <p>Requisito: Licenciatura em Farmácia</p> <p>Condições: Contrato de trabalho a termo certo (1 ano) 35h trabalho/semana Possibilidade de posterior integração nos quadros da Instituição</p> <p>Envio de CV e Carta de Motivação para o email recrutamento@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=318099700824010&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0KYQnKiL1Xncf21kG9TG5gdpW3keF1RQNXZAvcmUZnmUuzcZFw2WAjVpmpxLXPGVI	9/26/2023	0	13	18

APDP Diabetes	<p>A propósito do Dia Mundial da Retina que ontem se assinalou, a APDP alerta que a diabetes não só é uma das causas principais de cegueira, mas também de casos de baixa visão. A consequência mais comum é a existência de uma perda visual que dificulta a realização das atividades do quotidiano.</p> <p>Consultas dedicadas e integradas ajudam a devolver a autonomia às pessoas com limitação visual.</p> <p>Leia a notícia completa https://shre.ink/nQZA with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=317581437542503&set=a.245831391384175</p>	Foto	Efemérides	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02JtBksZGjAzAznRCUhfYhkrg2YeuUF3Poilc2hvL1VmcpMb2oHVxstStaA6waHkUl	9/25/2023	0	10	6
APDP Diabetes	<p>RECRUTAMENTO DE ORTOPROTÉSICO/A</p> <p>Temos como objetivo fortalecer o nosso Departamento de Pé Diabético e espaço STEP IN, pelo que procuramos a pessoa certa para fazer parte desta equipa!</p> <p>Requisitos Licenciatura em Ortoprotesia.</p> <p>Condições Dias úteis/horário a combinar.</p> <p>Áreas de atuação Prevenção do risco de lesões plantares, aconselhamento, adaptação e construção de ortóteses e/ou próteses plantares, com sistemas de CAD-CAM, impressão 3D de ortóteses plantares no pé diabético, calçado e silicões. Participação em projetos de investigação de biomecânica e calçado.</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0379b2L5DzJP5TEg78ktgJNE8MrW3VaEXtuwihk6swqbrFBrZejqPB9N55P9ak3ZBl	9/22/2023	0	16	10
APDP Diabetes	<p>Comer Melhor, Viver Melhor</p> <p>Queremos conhecer os seus hábitos e atitudes alimentares! (para quem vive com diabetes tipo 2)</p> <p>Ajude-nos a ajudá-lo/a. Para ficarmos a conhecer melhor os seus hábitos e atitudes alimentares, preencha o nosso questionário https://healthy-food.sanoia.com/pt/</p> <p>A alimentação saudável tem o poder de melhorar a qualidade de vida de todos, principalmente de quem tem diabetes. Para ajudar profissionais de saúde e pessoas com diabetes nesta mudança segura nos padrões alimentares, o projeto "Comer Melhor, Viver Melhor" pretende promover uma dieta saudável e sustentável para pessoas com diabetes, com base num maior consumo de alimentos de origem vegetal.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=315668471067133&set=a.245831391384175</p>	Foto	Promoção da saúde	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02ZyBEU6ZwRtFuxchepHb4KXnmjC6PSV8KF2qe7LHojt1W4EV92HzH6anposk1RXoVI	9/22/2023	1	20	4

APDP Diabetes	<p>O programa científico do 5.º Congresso Nacional da APDP é marcado pela transversalidade na área da diabetes.</p> <p>Estes são apenas alguns dos temas abordados neste evento destinado a profissionais de saúde que se dedicam a esta patologia:</p> <p>Como comunicar na vida e na saúde Obesidade Padrão alimentar alternativo Diabetes e doença renal Os olhos na diabetes Ecologia humana e a diabetes Diabetes e a mulher</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se: https://congressoapdp.com/ #congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0yFtWTV2qwHy4DeScYqVkyW4kW5rTY1CjZobPxXogS4WuNPbsEgCTGhRLWRKn8ADI	9/21/2023	0	12	2
APDP Diabetes	<p>A APDP expressa os seus sinceros sentimentos à família e amigos da Dr.ª Maria Liliana Guerreiro, endocrinologista fundadora do serviço de Endocrinologia do Hospital Egas Moniz e grande amiga desta associação. with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=314716434495670&set=a.245831391384175</p>	Foto	Outros	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0TvcZ8kmYo4uQeJWLbFxiW9DLKrtRrJJsKo8g8tyHB2NezfpIDeuRqsGfNGck5sPi1l	9/20/2023	55	232	5
APDP Diabetes	<p>O preço especial de inscrição no 5.º Congresso Nacional da APDP foi prolongado até 1 de outubro.</p> <p>Se é profissional de saúde, não perca a oportunidade de participar neste evento científico que junta especialistas que se dedicam à área da diabetes.</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se: https://congressoapdp.com/ Estão também abertas as inscrições para os 3 cursos pré-congresso:</p> <p>Insulinoterapia Pé diabético e neuropatia Vacinação</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=313849737915673&set=a.245831398050841</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Kydtr58giQ1g8MggW99hnH9578JUavlMtE9km7JGKgFFVUTpJKf2QJWgQcxvedsul	9/18/2023	0	10	5

APDP Diabetes	<p>As aulas estão a começar e encontrar estratégias para ajudar os mais novos a terem a melhor experiência possível é fundamental. No caso das crianças com diabetes tipo 1, é importante que a escola seja uma aliada das famílias na gestão da diabetes.</p> <p>A propósito disto, a APDP frisa a importância de uma boa integração em ambiente escolar e recorda que a comunicação é a chave para facilitar o regresso de crianças com DT1 à escola.</p> <p>Conheça os 5 conselhos da APDP para que todos ajudem no regresso às aulas https://shre.ink/2wB8 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=311354471498533&set=a.245831391384175</p>	Foto	Promoção da saúde	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02z6hq7HVnV6dSNRFQeTgYSSL3D4KY6PQpz54XGuyDmxcnk1hgcMuu5b5pUMoa61tEI	9/14/2023	0	20	6
APDP Diabetes	<p>Programa de Liderança em Diabetes 2023, uma iniciativa da APDP. Durante 4 dias, o Município de Odivelas acolheu 12 jovens com diabetes num programa de formação sobre liderança e projetos de intervenção #pld2023 #lideranca2023 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=310140484953265&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0rBazhj8Wtm54dnS69WKdSTPLCzdoxWZaLmoCSinvpzBRD97Vz64EVi1mi6rh2ctMI	9/12/2023	1	22	1
APDP Diabetes	<p>É já amanhã que arranca a 2.ª edição do Programa de Liderança em Diabetes, uma iniciativa da APDP, que decorre até 12 de setembro, em Odivelas, em parceria com a Câmara Municipal.</p> <p>Este programa destina-se a jovens entre os 18 e 30 anos com diabetes, tendo como objetivo principal capacitar para o desempenho de funções de destaque e liderança na sociedade.</p> <p>Desde comunicação em saúde e relações com a indústria farmacêutica a desenvolvimento pessoal e angariação de fundos, entre muitas outras temáticas, o programa da APDP tem como objetivo incentivar os jovens a colocar em prática os novos conhecimentos, especialmente, nas associações de pessoas com diabetes e em atividades para a defesa dos seus interesses e direitos.</p> <p>#lideranca #diabetesmellitus #apdpdiabetes #odivelas with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=308101125157201&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02mxBzdsHfa7aaSazdbdYtcM9WshkQLZXtSCRWUyjSLYcv9UwrtFhqWAFy9nR8cTfel	9/8/2023	0	15	0

APDP Diabetes	<p>A Direção e a equipa de enfermeiros da APDP recebeu a visita do candidato a Bastonário da Ordem dos Enfermeiros, Mário André Macedo, em representação do Movimento Enfermeiros Unidos with a Facebook Post: https://www.facebook.com/movimentoenfermeirosunidos/posts/pfbid0WyyJF86eJjspmvJo1FjaV83uhnNGgx9pgb2faGCoFUa3EwkvX2A9ErpLwR1gRpkxl</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	facebook	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0bQ4wV9K3VVMVTes6zoScievt1aIX863mvMD54VWWpBxUvHwznQYH2oxWfS7wav4PI	9/1/2023	1	31	2
APDP Diabetes	<p>Anote estas datas: 2 e 16 de setembro vamos estar no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, para mais uma atividade do Sábado Desportivo da APDP.</p> <p>O encontro é às 10h na entrada do Parque mais perto do Metro (linha amarela).</p> <p>para pessoas com diabetes de todas as idades. treino em grupo, ao ar livre, com a professora Dora Sol. leve garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas agradecemos a sua inscrição para os contactos:</p> <p>carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12</p> <p>#diabetismellitus #exerciciofisico #apdpdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=304385728862074&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid08CCcizuEQeDE9EHgHnKRCLtpuMfktPcM1fhxu1HAu2gUBwYqdiwyHsVNDjNiY9TI	9/1/2023	0	19	5
APDP Diabetes	<p>A APDP lança uma nova edição do seu Campo de Férias anual, com os objetivos de promover a aceitação da diabetes tipo 1, contribuir para a melhoria da compensação dos valores da doença e reforçar a parte emocional.</p> <p>Entre os dias 3 e 8 de setembro, 24 jovens, entre os 13 e os 17 anos, acompanhados na APDP, juntam-se no Parque de Campismo de Montargil.</p> <p>https://apdp.pt/campo-de-ferias-apdp/</p> <p>#diabetestipo1 #apdpdiabetes #jovenscomdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=303997268900920&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0rh5E4SuFYyUxzD2JnnhkAVbT3n2CHT39mFgYxKmJcH7MUv9LJWV1baJFDqLBcWSWI	8/31/2023	0	18	0

APDP Diabetes	<p>O 5.º Congresso Nacional da APDP tem por base a experiência de 96 anos de existência da Associação.</p> <p>No evento, serão cruzadas as perspetivas de diferentes especialidades médicas, grupos de profissionais de saúde, pessoas com diabetes e cuidadores – um ecossistema que a APDP conhece como ninguém.</p> <p>Não perca a oportunidade de participar no Congresso, a 23 e 24 de novembro, no Centro Ismaili, em Lisboa. Exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>Inscrição: https://bit.ly/44QUx3U</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=303385528962094&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	Website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0APKcJuQu2rpXAt4toDEFuUeKp5XCGDsvZgQnEnkyNuEj1HVz4Y12Z87bj6kGS3H1l	8/30/2023	0	27	5
APDP Diabetes	<p>ATUALIZAÇÃO O problema já se encontra resolvido. Poderá aceder ao seu Portal do Utente da APDP: https://my.apdp.pt/APDPPortalUtente#/login</p> <p>ALERTA Informamos que o Portal do Utente da APDP Diabetes encontra-se com problemas técnicos, que estamos a resolver com a maior brevidade possível. Assim que estiver operacional, voltaremos a informar. with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=302886019012045&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Po7geJdnt1iTiGyuTV2oJpYfaULV_LJKSpWbYpEtX7KPAJnb4Wry2rczhno3QfCMbl	8/29/2023	5	21	4
APDP Diabetes	<p>Além da sua dimensão clínica, a diabetes tem impactos socioeconómicos significativos.</p> <p>Como lidar com todas as componentes da doença, de um modo integrado e que garanta o apoio às pessoas com diabetes, seus familiares e cuidadores?</p> <p>Este será um dos temas fortes do 5.º Congresso Nacional da APDP, que decorre a 23 e 24 de novembro, em Lisboa. Um evento exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>Inscrição: https://bit.ly/44QUx3U</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=299904059310241&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02RkNB9FPvAex5WYDsYsnmd9T34Pm4Kfdh59mGVrgj8WQrtdLp4U5eWjZ4gmw2UVUQ!	8/23/2023	2	30	4

APDP Diabetes	<p>Sábado Bombástico - 23 de setembro de 2023</p> <p>O Departamento de Bombas de Adultos da APDP vai organizar mais uma atividade bombástica, dirigida às pessoas que aqui são acompanhadas.</p> <p>Junte-se à sua equipa de saúde da APDP, para uma caminhada por Lisboa, seguida de um piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Pré-inscrição bombas.adultos@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=297108139589833&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0FYzeAG3aKVCZRZAxqkFbVPG76ZwZELGna6Tnht1byZtGcbe5SsqAWF2ZbcM4ZuTJP!	8/17/2023	2	18	7
APDP Diabetes	<p>Não deixe passar a oportunidade de se inscrever no 5.º Congresso Nacional da APDP a um preço especial. Tem até amanhã para aproveitar o desconto de 50% na inscrição, quer no evento, quer nos cursos pré-congresso!</p> <p>Inscreva-se: https://bit.ly/44QUx3U</p> <p>O congresso decorre a 23 e 24 de novembro, no Centro Ismaili, em Lisboa, e é exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=295287523105228&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Pot3kxZKDJ7z8RyDizSxdyPGAeDMWcNsQ8d85m3cKdbbE5NqMfjzBqCmckp5r936i	8/14/2023	1	12	1
APDP Diabetes	<p>São muitos os motivos para participar no 5.º Congresso Nacional da APDP – tantos quantos os temas das sessões.</p> <p>O programa preliminar já está disponível. Pode consultá-lo e inscrever-se aqui https://congressoapdp.com/</p> <p>O evento é exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a video: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/videos/305266681880298/</p>	Vídeo	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0KYjnUKbLKVB1NVeZEUdMFGyxfUjd4PCFBHGDz66hiWSFgRGXcARxsxizwHLCKsKI	8/11/2023	0	5	1

APDP Diabetes	<p>O estudo PaRIS, promovido pela Direção-Geral da Saúde e desenvolvido pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico, pretende ajudar a melhorar os cuidados de saúde e incentivar os sistemas de saúde a tornarem-se mais centrados nas pessoas.</p> <p>Este é um estudo realizado a nível internacional e que irá permitir a comparação de diferentes sistemas de saúde. Caso seja convidado/a e decida participar, irá contribuir para melhorar o atendimento nos cuidados de saúde em Portugal.</p> <p>Saiba mais https://www.sns.gov.pt/paris/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=292504436716870&set=a.245831391384175</p>	Foto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0DAgtuJfvrSUAeSmYkHFroUDmNNSVpQnLez7W25fD1R3PpofU4Ska6xzCwsHzYbNI	8/9/2023	0	8	0
APDP Diabetes	<p>Ainda não se inscreveu no 5.º Congresso Nacional da APDP? Aproveite o preço especial até 15 de agosto e garanta a sua presença com um desconto de 50%.</p> <p>Exclusivo para profissionais de saúde, o evento vai reunir um conjunto de especialistas nacionais e internacionais para debater os temas mais atuais na área da diabetes.</p> <p>Inscreva-se já: https://bit.ly/44QUx3U</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=292175360083111&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02jPZC5H9VuLJ3NxHjbd91mxyzVZiK6aXqNzZavBjVqykK8oTnTyXLSHdRu38ce8tl	8/8/2023	0	11	4
APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar Técnico/a de Farmácia</p> <p>Envio de CV e Carta de Motivação para o email recrutamento@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=291906793443301&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02F59Le83nK5GGgCcEZ9tqQ5jrAtdhsFKaXkXpdTesNd6Pnob8dZ7YCJEW6jjSWuHkl	8/8/2023	0	28	30

APDP Diabetes	<p>Se é profissional de saúde, já pode inscrever-se no 5.º Congresso Nacional da APDP! Se o fizer até 15 de agosto, poderá aproveitar o preço especial.</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se: https://congressoapdp.com/</p> <p>O congresso decorre a 23 e 24 de novembro, em Lisboa, e conta com um programa científico que abarca vários tópicos da área da diabetes.</p> <p>Terão também lugar 3 cursos pré-congresso: Insulinoterapia Pé diabético e neuropatia Vacinação</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=289411880359459&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0AotoSWEBv6kRnNLHH3SrZ8KSt6V2hQ5gHsDsAu4Ln6dhG53oxVNWGcp6abM74UJYI	8/3/2023	0	14	2
APDP Diabetes	<p>A organização internacional NCD Alliance, que trabalha a área das doenças não transmissíveis, lançou a sua 5.ª edição do programa "NCD Diaries".</p> <p>Esta iniciativa convida todos os interessados a escreverem um diário sobre as suas experiências e desafios relacionados com os temas Equidade e Cobertura Universal de Saúde.</p> <p>As candidaturas decorrem de agosto a outubro e podem ser realizadas no website da organização https://ourviewsofvoices.org/ncd-diaries/become-a-diarist with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=288627650437882&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos de Outras Instituições	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02FLKpHXbZCEKqJXcH41nkeUxLjr9R6S5tv3C2ewg35cTDaCkmKEQCnFkPCijLkdAyI	8/2/2023	0	9	2
APDP Diabetes	<p>A APDP e a AMODIA - Associação Moçambicana dos Diabéticos, celebraram hoje um protocolo de cooperação para o desenvolvimento de atividades conjuntas:</p> <p>nos domínios do ensino e da formação.</p> <p>em projetos de investigação e de prestação de serviços à comunidade, de âmbito nacional e internacional.</p> <p>Conheça a AMODIA https://www.amodia.org.mz/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=287666700533977&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0H7kMGgEHnxYTJ8vV04pf8ckdLudzB5ffEXJHXxjr6r9jknLmTxKB3VNWUNPrRSCXI	7/31/2023	0	23	6

APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar ORTOPTISTA</p> <p>Requisitos: Licenciatura em Ortopia. Envio de CV e Carta de Motivação. Ter Carta de Condução e Viatura Própria.</p> <p>Condições: Contrato Individual de Trabalho (12 meses). Rastreio de Retinopatia Diabética. 35h trabalho/semana.</p> <p>Condição Preferencial: Especial interesse na área da Diabetes.</p> <p>Enviar candidatura ➡ recrutamento@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=286264807340833&set=a</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0iTPVfyhSs1fTyNhsFkYcZh3z6UQrpRHwuSqUq6YfN3MtayCJKjnjcEPrij7LnywVhl	7/28/2023	2	14	17
APDP Diabetes	<p>APDP e @ACAPO assinam protocolo para unirem esforços no apoio às pessoas com diabetes e baixa visão.</p> <p>O protocolo agora assinado tem como objetivos:</p> <p>Encaminhar pessoas para os serviços de cada uma das associações.</p> <p>Sensibilizar a população para a baixa visão.</p> <p>Cooperar em projetos para o desenvolvimento de novas respostas e em estudos de investigação.</p> <p>Saiba mais na nossa página https://shre.ink/ab1U with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=285684010732246&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0ea63We3Ho9hj5FoZXJCUtwd2JojlpdPirWu456WppTRagYc6HiWiaDUYVKnc4vu1l	7/27/2023	0	38	10
APDP Diabetes	<p>Sábado Bombástico - 23 de setembro de 2023</p> <p>O Departamento de Bombas de Adultos da APDP vai organizar mais uma atividade bombástica, dirigida às pessoas que aqui são acompanhadas.</p> <p>Junte-se à sua equipa de saúde da APDP, para uma caminhada por Lisboa, seguida de um piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Pré-inscrição bombas.adultos@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=284179050882742&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0ZxrKDwqsv8ZnTDZM3FhR7y3FcorZYpZydf7t9CRYtrdKhN7e3ZTrNoRGBCANBCnl	7/24/2023	0	8	2

APDP Diabetes	with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=281194467847867&set=a.245831401384174	Foto	Outros	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/6363112143778820	7/18/2023	1	10	0
APDP Diabetes	<p>Reserve já na sua agenda!</p> <p>Dias 23 e 24 de novembro, o Congresso da APDP volta ao Centro Ismaili, em Lisboa, para a sua 5.ª edição.</p> <p>Com um programa diversificado, este evento científico reúne especialistas, nacionais e internacionais, para discutir os temas que estão a moldar o futuro da diabetes e das suas múltiplas vertentes.</p> <p>Descubra mais www.congressoapdp.com with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=281062377861076&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid032nf5Bvu438v1npJJST4Tu44JdMGwnEPNAWjPL4rFRFyjDjRpugwbweko7VqhT3ycl	7/18/2023	0	35	12
APDP Diabetes	<p>A Comissão Setorial para a Saúde (CS/09), promovida e dinamizada pelo Instituto Português da Qualidade, I.P. realiza um webinar sobre o tema "Telessaúde e a Interoperabilidade Humana", no dia 21 de Julho (10:00 - 12:30).</p> <p>Este webinar conta com a participação dos enfermeiros Duarte Matos e Marina Dingle, do Departamento de Crianças e Jovens da APDP.</p> <p>Inscrições https://shre.ink/9Y1k with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=277763024857678&set=a.245831391384175</p>	Foto	informações Gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0AqrqmpTETvdzoTkYuTN6N3zG3THFoSbjbvC3wRxLodQv39j7njEhudNfyWxD8ep11	7/12/2023	0	9	4

APDP Diabetes	<p>A APDP juntou-se a 18 associações para fazer uma Petição Pública de forma a “garantir a acessibilidade aos produtos de Nutrição Entérica de que as pessoas com malnutrição associada à doença necessitam”.</p> <p>O que é proposto na petição é que a Nutrição Entérica seja comparticipada na sua totalidade pelo Estado e dispensada numa farmácia de rua próxima da residência de quem delas necessita, quando prescrita nas instituições do Serviço Nacional de Saúde.</p> <p>Faça a diferença e assine a petição!</p> <p>Saiba mais neste link: https://peticaopublica.com/pview.aspx?pi=PT116367</p> <p>#saude #peticaopublical #nutricaoclinica #nutricaoenterica</p>	Texto	informações Gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02NR4faXWpxG6EqUPjMcQXBwvasdcJwwaVWLwVaRzAgbwYbecNMYwJE3RxHtPpeohrl	7/11/2023	0	7	2
APDP Diabetes	<p>Hoje é o Dia da Saúde Ocular e marcamos presença no programa "A Nossa Tarde" da RTP, com os testemunhos da Adélia Costa e da Susana Simões sobre Diabetes e Baixa Visão e a participação do Diretor Clínico da APDP, João Filipe Raposo.</p> <p>Agora em direto</p> <p>with a link: https://www.rtp.pt/play/direto/rtp1</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid029iSbzmU4wX8z6N1usbrza5GR1XGDhXKnCemRDnNafvyGAL5Qq9rTZtJAMo8JhF5ul	7/10/2023	0	22	2
APDP Diabetes	<p>Hoje a APDP celebra o centenário do nascimento de um dos mais reputados diabetologistas portugueses, Manuel Sá Marques (1923-2020), Diretor Clínico da Associação entre 1974 e 1996.</p> <p>Leia o artigo completo na nossa página: https://apdp.pt/manuel-sa-marques-1923-2020/</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=274873398479974&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0X74zh4WtouQujKh9f5NDkiquZnpq7VM9qt4FbSU7pUqK2ygLiiD5LgE6V7ns4tUGl	7/7/2023	8	112	7

APDP Diabetes	<p>A APDP é uma das organizações parceiras do projeto europeu "PAS GRAS: redução de riscos metabólicos, determinantes ambientais e comportamentais da obesidade em crianças, adolescentes e jovens adultos".</p> <p>"Financiado com 9.5 milhões de euros pela Comissão Europeia, através do programa Horizonte Europa, o projeto, coordenado pela Universidade de Coimbra (UC), tem a longo prazo o objetivo "ambicioso" de "diminuir a prevalência da obesidade, não só na União Europeia, como noutras partes do mundo", revela o líder do projeto, vice-presidente e investigador do Centro de Neurociências e Biologia Celular da UC, Paulo Oliveira. Diminuir em 15% a obesidade nos adultos e em 30% em crianças e adolescentes é a meta para 2050."</p> <p>PAS GRAS foi apresentado num evento que contou com a apresentação dos 16 parceiros de vários países europeus. A APDP foi apresentada pela investigadora e membro da Direção, Maria Paula Macedo.</p> <p>Leia a notícia completa: https://obsc.iak/0KbP</p>	Foto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid033QJoJaxEHdT87NonaqebzpxpARw6yMt7Qhnk92u7uijptjQdParH7vc3EZ3oAeAl	7/4/2023	0	22	6
APDP Diabetes	<p>Reportagem TVI: "Futuro pode ser lido na ponta do dedo." Novo teste clínico antecipa risco de diabetes tipo 1.</p> <p>Conheça a nova consulta da APDP, RADAR 1, uma consulta de avaliação de risco da diabetes tipo 1 em crianças e jovens, entre os 3 e os 18 anos, familiares diretos de pessoas com diabetes tipo 1.</p> <p>Porquê esta consulta?</p> <p>Avaliar o risco imediato de desenvolver diabetes tipo 1. Identificar as crianças e jovens com maior risco de diabetes tipo 1. Dar a conhecer os sinais de alerta na eventualidade de diagnóstico. Possibilitar, no futuro próximo, acesso a projetos de intervenção precoce.</p> <p>Mais informações: radar1@apdp.pt with a link: https://tvi.iol.pt/noticias/videos/futuro-pode-ser-lido-na-ponta-do-dedo-</p>	Texto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02pURUDFHtfcyHSMfyRtgmJn5qUBB5Y7eBtm8XjVWwMsZJoPqZ8fcxiVLZDEjvuk5HWI	7/3/2023	0	22	9
APDP Diabetes	<p>Sábado Bombástico - 23 de setembro de 2023</p> <p>O Departamento de Bombas de Adultos da APDP vai organizar mais uma atividade bombástica, dirigida às pessoas que aqui são acompanhadas.</p> <p>Junte-se à sua equipa de saúde da APDP, para uma caminhada por Lisboa, seguida de um piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Pré-inscrição bombas.adultos@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=270336985600282&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid037pFKqpQCwgUQhQVs6ggeeJuF4tBZuJB2FSSwFmE9VvaDjt9b9ZcEVZjUjnupSYKFI	6/29/2023	0	15	2

APDP Diabetes	<p>Tome nota das datas dos sábados desportivos da APDP durante o 2.º semestre deste ano:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ 1 e 15 de julho ➔ 2 e 16 de setembro ➔ 7 e 21 de outubro ➔ 4 e 18 de novembro ➔ 2 e 16 de dezembro <p>Das 10h às 12h30, no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, aproveite para treinar em grupo, ao ar livre, com a professora Dora Sol. with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=269777182322929&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0qhX7KeASJSE6TxHtJ5fdVz6TdyNpMYLQW5JHhai7uzpn7LhT2TPSu3unaHUUG2XI	6/28/2023	0	19	2
APDP Diabetes	<p>Amanhã, 29 de junho, das 10h às 16h, uma equipa da APDP estará em Setúbal numa ação de rastreios da diabetes à população.</p> <p>Numa atividade promovida pelo Lions Clube de Setúbal, em parceria com a Câmara Municipal de Setúbal e a APDP, o rastreio inclui pesagem, questionário de avaliação de risco e aconselhamento.</p> <p>Local Mercado do Livramento, Espaço Saúde, sala 5, piso 1. with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=269472465686734&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0jyjrMwH7utiUuEaaavTYMqBQ9MMMa47qnngeNwpwxkdZdB4ndFV5jwd8jVAafoZI	6/28/2023	0	14	5
APDP Diabetes	<p>É já esta 4.ª feira (28 de junho), a última do mês, que decorre o Encontro NJA com o tema <code>_body image_!</code></p> <p>Neste encontro online vamos falar sobre o impacto que a diabetes tem na percepção da imagem que temos do nosso corpo, numa conversa sem tabus.</p> <p>Vem partilhar connosco as tuas vivências!</p> <p>Só precisas de ter acesso a um computador ou smartphone (com som e microfone ativos), com ligação adequada à internet.</p> <p>Contamos contigo na 4.ª feira, dia 28 de junho, às 21h na Sala Virtual de Zoom https://us02web.zoom.us/j/86108786051</p> <p>Até lá!</p> <p><code>#diabetes #nja #nucleioivemapdp</code></p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02bof68w5JRpxDUHnmdpBHtfd8jTUHbzBWSHMEAQDVAUqVT9DdAacpA9Gd5EjhsC2I	6/26/2023	0	22	4

APDP Diabetes	<p>APDP pede ação urgente na diabetes perante estimativas da revista Lancet, que apontam para mais de mil milhões de pessoas com a doença no mundo até 2050.</p> <p>"O tempo de agir é agora! Estes números corroboram todos os avisos que enquanto associação temos feito ao longo dos anos. É necessário diagnosticar de forma mais precoce, tratar melhor e, principalmente, adotar estratégias de prevenção eficazes.", defende José Manuel Boavida, presidente da APDP.</p> <p>Para o conseguir, a associação defende a urgência da implementação de um programa de prevenção da diabetes.</p> <p>Leia aqui o comunicado da APDP https://apdp.pt/estimativas-de-mais-de-milhoes-de-pessoas-com-diabetes-no-mundo-ate-2050/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=266994372601210&set=a.245831391384175</p>	Foto	informações Gerais	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02fGAdXo8R5UzbYrk2VqXJ2Fe5pMgUt3gdLa7NuXoFBGqV3bTezuqAzTWUonTdmF9HI	6/23/2023	0	28	5
APDP Diabetes	<p>"O mais recente estudo internacional, publicado pela revista científica "The Lancet", alerta para a rápida taxa de crescimento da doença e o forte impacto nos sistemas de saúde mundiais."</p> <p>Comentários de José Manuel Boavida, presidente da APDP, hoje, em entrevista ao Primeiro Jornal da SIC with a link: https://sicnoticias.pt/saude-e-bem-estar/2023-06-23-Diabetes-devera-afetar-1.300-milhoes-de-pessoas-no-mundo-em-2050-130161b1</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0egCnPDwmd6H9GHogUrkKtKeJ1Kb9Bq4NnagrTj8pbNwopqNARZs1einqdxXDdp6I	6/23/2023	3	8	4
APDP Diabetes	<p>De acordo com novos estudos publicados na revista científica Lancet, caso não sejam planeadas estratégias eficazes, o número de pessoas com diabetes tipo 2 pode atingir a marca de 1.300 milhões em 2050, mais do dobro do que em 2021. with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.dnoticias.pt%2F2023%2F6%2F23%2F365410-mundo-pode-atingir-1300-milhoes-de-diabeticos-em-2050-devido-as-desigualdades%2F&h=AT2I3BS1hIFHedkp2tuCtvWCBDqVirKXoPwZcxAlGhNyXtOqh9h2zwt37IG2B8sGMNGK6kTMfe8SEgvmIEp2N6HqXUffJzhXY6MBv_tcUsZ-wYEkPia6k646ow2CD42ommRbpK4Guw&s=1</p>	Texto	estudos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02tdToBKJU7FUdXvTdA6bzLLQ945haX8JwJvYoxQbWyxYRmi4JwrPSqKCzZL5bpSUII	6/23/2023	0	11	1

APDP Diabetes	<p>Se tem diabetes e tem entre 18 e 30 anos de idade, inscreva-se no 2.º Programa de Liderança em Diabetes da APDP.</p> <p>Este programa é pensado para jovens adultos que vivem com diabetes e que procuram desenvolver as suas competências de liderança e partilhar experiências entre si.</p> <p>Não perca esta oportunidade única de se juntar a uma rede de líderes empenhados em melhorar a vida das pessoas com diabetes.</p> <p>O programa decorrerá de 9 a 12 de setembro de 2023, em Odiveelas</p> <p>Faça a sua inscrição até dia 14 de julho https://shre.ink/IGZW with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=265448896089091&set=a.245831391384175</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0GDYcHoU22kv3jyzutHiwiso9V2KPX6oMVF4yEbPUvV3qWwXyHxJnVjk7bCF4QMggl	6/20/2023	0	17	10
APDP Diabetes	<p>Podcast Conversas sem Açúcar Sê bem-vindo(a) às Conversas sem Açúcar!</p> <p>Esta nova plataforma para participantes e ouvintes, é um espaço onde todos nos podemos sentir compreendidos, validados e capacitados na nossa jornada com a Diabetes.</p> <p>Cada episódio será baseado em experiências reais, vindas de pessoas reais, sobre os desafios reais que enfrentamos, assim como as inúmeras formas que encontramos para lidar com eles.</p> <p>Convidamos pessoas com diabetes tipo 1, de todas as idades, a participar nesta série de podcasts, onde poderão partilhar a(s) sua(s) história(s). O objetivo é refletir as diferentes perspetivas sobre a vida com a diabetes e como gerimos a diabetes no nosso dia-a-dia.</p> <p>Vem participar connosco nesta jornada de descoberta e de partilha sobre nós, a nossa vida e a Diabetes. Inscreve-te aqui https://forms.office.com/e/fUVGQ7Fst9 ou Candidaturas abertas para o 2.º Programa de Liderança em Diabetes - Projetos de Intervenção</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0fLkj5Xj7VxYbxWb1T9Wh2faSJSJU31RNTTrNjCTB1czhxgUryfUruVfvZemg4sqdNI	6/15/2023	0	50	21
APDP Diabetes	<p>Até dia 14 de julho estão abertas as candidaturas para o Programa de Liderança em Diabetes, organizado pela APDP e coorganizado pela Câmara Municipal de Odiveelas, sendo dirigido a jovens adultos entre os 18 e os 30 anos de idade com diabetes. Esta iniciativa decorrerá de 9 a 12 de setembro de 2023 em Odiveelas. As candidaturas podem ser feitas aqui https://forms.gle/1QqkFmfnFMeh8FT5A</p> <p>O Programa de Liderança em Diabetes tem como objetivo principal a capacitação de jovens adultos para o desempenho de funções de destaque na sociedade, em particular nas associações de pessoas com diabetes e em atividade para a defesa dos seus interesses e direitos, através do desenvolvimento de projetos de intervenção.</p> <p>As sessões de trabalho serão dinâmicas e com temas diversos, tais como gestão de projetos, associativismo, modelos de liderança, organização de eventos, orçamentos ou anuidade de fundos. Entre os formadores, estarão profissionais de diversas</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid028FuvGfIQYS4WUp84D3KgwPrR8gDgxdHzizsztML8Pjg9BCpb96hS1zEuSWVpvtNvl	6/14/2023	0	13	6

APDP Diabetes	<p>Hoje estreamo-nos com uma atividade de Espeleologia na gruta do Soprador do Carvalho, com 3000 a 4500 metros de extensão, sendo a maior gruta de progressão horizontal do país.</p> <p>Ajustes de glicemias e terapêuticas, porque há o risco de molhar a bomba lá em baixo, por isso desde ontem à noite que estamos a preparar-nos. Em conjunto é tudo mais fácil</p> <p>#diabetescomaltitude #diabetestipo1 with 4 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Yscm7NxCxZEoi8YPoxw7TmKYM8SroDJyLXgYrygJNMvM4BXRbQsGYs5wzzxR2FJnl</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Yscm7NxCxZEoi8YPoxw7TmKYM8SroDJyLXgYrygJNMvM4BXRbQsGYs5wzzxR2FJnl	6/12/2023	0	72	1
APDP Diabetes	<p>O 2.º dia da Expedição Radical faz jus ao nome, na segunda mais difícil via ferrata do país, com dificuldade K3, 2190 metros de comprimento e 590 a 614 metros de altitude.</p> <p>Os corajosos participantes estão a desafiar-se nas alturas, juntamente com uma equipa de saúde destemida e mais unida que nunca</p> <p>#diabetescomaltitude #diabetestipo1 Núcleo Jovem APDP Diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=260087963291851&set=a.245831398050841</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0JaVetiGJNJp5S4BKyAhEenfJAHLFNKneTKdQhnUKg27HSEoefkEbwm7ZkEgrCUcal	6/11/2023	0	43	0
APDP Diabetes	<p>A semana passada, durante a audiência da Subcomissão de Saúde Pública, no Parlamento Europeu, João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP, explicou a importância da prevenção das doenças crónicas não transmissíveis, como a diabetes, e como a diabetes pode ser um "indicador da resiliência dos sistemas de saúde e das sociedades".</p> <p>Assista à gravação da audiência: https://shre.ink/HVYV with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=256501783650469&set=a.245831391384175</p>	Foto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0bNybf7mJDCKPNR2NdhdRMMdbDio694XTtojkgHggCpKUDuudsXJvcNYyJ7d2c6VI	6/5/2023	1	11	4

APDP Diabetes	<p>Informamos os nossos estimados utentes que a APDP irá encerrar de 8 a 13 de junho de 2023.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=256368223663825&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Ye5MgEdDS7ZBZLAubcno43irDmfn2hEwrkTKYafeUzifMNNbFeUc4Jc9SVPhkael	6/5/2023	28	81	12
APDP Diabetes	<p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Estamos a recrutar Médico para integrar o nosso departamento médico, com contrato individual de trabalho (35h/semana)</p> <p>Envio de CV e carta de motivação para recrutamento@apdp.pt</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=256262850341029&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0ehqo8GGPYvpR8SghQUmQMzg6qTegE5HGUt7ih969RWVyp3KuHnmhofxmhySXuCNHul	6/5/2023	0	28	24
APDP Diabetes	<p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica? Estamos a recrutar!</p> <p>Médico/a para consultas de diabetes: contrato de prestação de serviços.</p> <p>Envio de CV e carta de motivação para recrutamento@apdp.pt</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=256262140341100&set=a.245831391384175</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0nzoYzp7r671SQiVJTMQeFE2d3PBpP1vHYJx4oGDFU3SknbitWrKQtoCycVdjVdktl	6/5/2023	0	25	17

APDP Diabetes	<p>Partidos pediram ontem rapidez na implementação do programa para tratamento com bombas de insulina de última geração para 15 mil pessoas com diabetes tipo 1.</p> <p>Leia a notícia completa with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Frr.sapo.pt%2Fnoticia%2Fpolitica%2F2023%2F06%2F01%2Fpartidos-pedem-rapidez-no-acesso-universal-a-bombas-de-insulina-de-ultima-geracao%2F333775%2F&h=AT3GirwsR-2VQliDh9TRWkMBZECpyqNmapwpAfoSJPeEXGjNVGzfuOonATzm8Fn38xLmBow0XifjsXt5JJGAur8YeRxtyrctoRXiG2-Ez1A53ZAKxUjRxzXaxQKKAzwRtSeOetN8rw&s=1</p>	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Jkm2gmx43SJ29cLXa8ZdULeQwxRYrJQnTwAp7D5SeJJsYbLKEcEKcx9Qh35N85JN!	6/2/2023	2	33	7
APDP Diabetes	<p>A Petição n.º 85/XV/1ª - "Pelo acesso aos sistemas híbridos de perfusão sub-cutânea contínua de insulina (bombas de insulina) e pela qualidade de vida das pessoas com diabetes tipo 1 em Portugal" vai hoje a discussão na Reunião Plenária do Parlamento.</p> <p>Pais de crianças e jovens com diabetes e representantes da APDP estão a assistir ao vivo ao debate na Assembleia da República.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=254101840557130&set=a.245831398050841</p>	Foto	informações gerais	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid036jTAjHRo8bVPVL3Uy5rXorN9DoSwFXUv4G6RHS26EDDQcCCBAppknYoDJwd1DFZ6l	6/1/2023	2	105	23
APDP Diabetes	<p>João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP, marca hoje presença no Parlamento Europeu como convidado da Subcomissão de Saúde Pública SANT enquanto perito na área da diabetes para a audição sobre Prevenção das Doenças Não Transmissíveis.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=254036760563638&set=a.245831398050841</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02aVD8jq7xjNNxSZw58xPzTRbZRYcKWqHipRmuBCRT8x4GgKZNX5Y3YuvFznjxCCmKl	6/1/2023	2	56	3

APDP Diabetes	<p>"APDP deixa apelo ao Ministério da Saúde para que afaste a burocracia do programa de acesso a bombas de insulina de nova geração no Serviço Nacional de Saúde (SNS).</p> <p>José Manuel Boavida, presidente da APDP, pede que o acesso "seja feito de forma simples, ágil e que permita uma generalização da utilização das bombas automáticas de insulina".</p> <p>Leia a notícia completa with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.sapo.pt%2Fnoticia%2Fpais%2F2023%2F05%2F31%2Fbombas-de-insulina-diabeticos-pedem-menos-burocracia%2F333553%2F&h=AT1woaTmviGHKf3WAcV9IEJnFF3nckZ89oPqa551M1Cx7dXKD7oZDaDeGmZmf4WJb_PQAJRKH9qzvz974FwO2Nh5Am0VF3XfNjHROtdfXbq5m3QkUqfNXZWFVIsxQ-_Vu1ixVYQ&s=1</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02TynBmQkrHXNTtdpT2FHJc9vcYo8aGjcfQ5TNuYEKeUmWSoHXfzfbdRvCZ3U2v4wml	6/1/2023	1	30	9
APDP Diabetes	<p>Marque na sua agenda 31 de maio</p> <p>A APDP vai estar na Feira do Livro 2023 com rastreios da diabetes, das 14h às 17h.</p> <p>Às 17h30 com a palestra "Será possível prevenir a diabetes?", por José Manuel Boavida, presidente da APDP.</p> <p>Esta é uma iniciativa em parceria com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e acontece no stand desta instituição.</p> <p>with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid034nxxSY3vurASdhNEy888zkaDoJPZ1W3M8HToRJQ8iKkLDPJEBC88uSMFcUt31Dqil</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid034nxxSY3vurASdhNEy888zkaDoJPZ1W3M8HToRJQ8iKkLDPJEBC88uSMFcUt31Dqil	5/30/2023	0	43	5
APDP Diabetes	<p>Evento: á na última 4.ª feira do mês (31 de maio) decorre o Encontro NJA com a celebração dos seus 11 anos!</p> <p>Neste encontro online vamos falar com dois dos seus fundadores, Alexandra Costa e Carlos Lagareiro, e descobrir mais sobre a história da sua origem e sobre o seu percurso.</p> <p>Vem partilhar connosco as tuas vivências com o NJA e conhecer mais da sua história!</p> <p>Só precisas de ter acesso a um computador ou smartphone (com som e microfone ativos), com ligação adequada à internet.</p> <p>Contamos contigo na 4.ª feira, dia 31 de maio, às 21h na Sala Virtual de Zoom: https://us02web.zoom.us/j/86108786051</p> <p>Até lá!</p> <p>#diabetes #nja #nucleoJovemAPDP Ver menos</p>	Texto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/events/96935918144297/	5/25/2023	0	14	0

APDP Diabetes	<p>Estudo "Viver com Diabetes em Lisboa"</p> <p>Tem diabetes tipo 2 há 3 ou mais anos? Tem mais de 35 anos? Vive na Grande Lisboa e é seguido na APDP?</p> <p>Se respondeu a tudo que sim, esta mensagem é para si!</p> <p>Está a ser desenvolvido o estudo "Viver com Diabetes em Lisboa" na APDP, para conhecer e compreender a forma como as pessoas vivem com a diabetes e o que pensam sobre o acompanhamento nos serviços de saúde.</p> <p>Não deixe de participar! Precisamos da sua ajuda!</p> <p>Contacte-nos: diabetes@apdp.pt 213816101 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=248918907742090&set=a.245831391384175</p>	Foto	Estudos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Kj7WQLepfvzgZGnRtVmn7nsyX3SvCzZrPstWjHrGtYs2USHUC4z35hXnAEMz17KFI	5/23/2023	1	39	16
APDP Diabetes	<p>"Quase 40 por cento dos portugueses adultos serão obesos em 2035"</p> <p>Projeções são preocupantes, apesar de Portugal ser o oitavo país mais bem preparado para combater a obesidade. No nosso país, gastam-se 1,2 mil milhões de euros por ano para tratar todas as doenças ligadas à obesidade, como a diabetes ou AVC, segundo um estudo da Universidade do Porto."</p> <p>Veja a notícia da CNN Portugal, com declarações de Carolina Neves, endocrinologista da APDP with a link: https://cnnportugal.iol.pt/videos/quase-40-por-cento-dos-portugueses-adultos-serao-obesos-em-2035/6468b2170cf2cf92250797a9</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02bhKgVwfGk8m1rXGd332RCA4d1wUXeRCiN2tYJLA57Sc33mfGnC19SBXTHeaQFY6QI	5/23/2023	0	9	5
APDP Diabetes	<p>Hoje encerrámos o projeto Casa da Diabetes em Proença-a-Nova, com uma caminhada pela vila, uma sessão sobre alimentação em dias de festa e um lanche partilhado.</p> <p>Este projeto, realizado em parceria com a Câmara Municipal e em colaboração com o Centro de Saúde, contou com 30 participantes. with 4 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid08QDQGXYNMrfHrzNuTHEmGf462FqErt4uSLwNAZNeM9dBewe9QbS3xAZ7LW8V5PXI</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid08QDQGXYNMrfHrzNuTHEmGf462FqErt4uSLwNAZNeM9dBewe9QbS3xAZ7LW8V5PXI	5/19/2023	0	65	3

APDP Diabetes	<p>Hoje e amanhã está a decorrer o workshop "Genética e Medicina de Precisão em Doenças Raras", dirigido a médicos, investigadores e geneticistas de Portugal, Espanha, França, Roménia, Estónia e Eslovénia.</p> <p>A APDP, em parceria com o European Programme on Rare Diseases, é a promotora deste importante evento científico.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=245999658034015&set=a.245831398050841</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02FE6k2jwJSUDn2jogvxGMDwi7NajAq7tVa9CMeZ1CeKD8MZ2PCPZuMGf4XZ4mPcNB!	5/18/2023	3	104	9
APDP Diabetes	<p>'Diabetes em Rede' é o mais recente projeto promovido pela APDP, que arrancou no Algarve, esta quarta-feira, 17 de maio.</p> <p>A iniciativa, que também está a ser realizada no Alentejo, visa melhorar os cuidados às pessoas com diabetes, utentes dos serviços de saúde e dos equipamentos de apoio social de vários concelhos.</p> <p>Leia a notícia</p> <p>with a link: https://www.algarveprimeiro.com/d/projeto-lancado-esta-quarta-feira-visa-melhorar-cuidados-as-pessoas-com-diabetes-no-algarve-/50772-86</p>	Texto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02LauqVXutaahxQnRtnPDi8daswgA8fzccoZFP7GxnhiNuovJFdP1XepjUv4WADsWwI	5/18/2023	0	23	7
APDP Diabetes	<p>Marque na sua agenda 22 de maio, das 9h30 às 13h00 - Seminário "A Diabetes - Desafios e Soluções", em Santiago do Cacém.</p> <p>Local: Centro de Formação Crédito Agrícola da Costa Azul (junto ao Hospital do Litoral Alentejano)</p> <p>Inscrições até 17 de maio: 936330130 geral@fundacaocostazul.pt</p> <p>Organização: Fundação Caixa Agrícola Costa Azul</p> <p>Colaboração: APDP - Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal</p> <p>with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02u4TaABTz1WYiZfLK9p5FRcxGdHrnBzhfY623KigndawMvergCn9uUzjd6DVi6dYxl</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02u4TaABTz1WYiZfLK9p5FRcxGdHrnBzhfY623KigndawMvergCn9uUzjd6DVi6dYxl	5/15/2023	0	15	5

APDP Diabetes	<p>Hoje, 13 de maio, a APDP celebra 97 anos de existência.</p> <p>Neste aniversário, José Manuel Boavida, presidente da APDP, explica como a diabetes "deve servir de modelo à forma como os cuidados de saúde devem estar organizados para dar resposta à epidemia das doenças crónicas não transmissíveis", num artigo de opinião publicado hoje no Diário de Notícias. with a link: https://www.dn.pt/opiniaop/or-um-sistema-de-saude-resiliente-para-todos-o-exemplo-da-diabetes-16341748.html</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02cTTG7bRvifuP2Lbo1yMEw3ch2Qr4MD9PEJAYJSsGKJ5Vu9RY9TJKGnepd5yWnXFI	5/13/2023	4	53	7
APDP Diabetes	<p>No seu 97.º aniversário, a APDP juntou-se à Renascença para debater as grandes questões da prevenção e tratamento da diabetes:</p> <p>A obesidade terá cura? Podemos evitar as amputações? Como podem a farmácia e os medicamentos ajudar? Com o rápido desenvolvimento tecnológico que tratamentos nos reserva o futuro? Podemos pensar numa cura da diabetes? Oiça os especialistas numa mesa redonda moderada pelo apresentador Renato Duarte.</p> <p>São convidados da Talk Diabetes - Presente e Futuro os especialistas da APDP: a médica endocrinologista Carolina Neves; o enfermeiro do departamento do pé diabético Luís Filipe Prata; a diretora técnica da farmácia Filipa Cabral; e José Manuel Boavida, presidente da APDP. with a video: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/videos/906507163774652/</p>	Vídeo	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/videos/906507163774652/	5/12/2023	30	59	8
APDP Diabetes	<p>Assista à Talk "Diabetes - presente e futuro"</p> <p>Está tudo a postos para a conferência que assinala o 97.º aniversário da APDP.</p> <p>Não perca: Hoje, às 17h00, oiça os nossos especialistas aqui, no Facebook da APDP, no Youtube (https://www.youtube.com/watch?v=QFDsho4qKps) e no Site (https://shre.ink/QMJX) da Renascença. with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0QuYrVsvpcqw2CMKUgb7exp8qL58JYcQuijCDAghUChioxk3WvuFouZ68UoTSY98I</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0QuYrVsvpcqw2CMKUgb7exp8qL58JYcQuijCDAghUChioxk3WvuFouZ68UoTSY98I	5/12/2023	0	39	5

APDP Diabetes	<p>"A literacia em saúde contribui para a participação ativa das pessoas no tratamento e na comunicação participativa com os profissionais de saúde para tomarem decisões" - Dulce do Ó, Enfermeira da APDP</p> <p>Leia o artigo de opinião publicado no My Diabetes with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.mydiabetes.pt%2Fopini%C3%A3o%2F2525-literacia-em-sa%C3%BAde-e-diabetes-uma-rela%C3%A7%C3%A3o-promissora.html&h=AT08clsVrcIVW3GZDFoHAH1M7xfx9JBEhUalMk5dKo46rJ58_zdbJzg8FgyAkuuaxNzGJGIEad21k2ksaWd9-TjQmoZLutosXgGUpb-efyBNmBxJ3PIbnJwbFR3cp7YyZdN8aAqMJQ&s=1</p>	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0gCzTAkuSYmgcfU87fh2tgmwxu6mHu1NtNTP4UkWowobTZfMVbT3wriS3bGY5w7el	5/10/2023	0	62	16
APDP Diabetes	participação em eventos	Foto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02C1MJsQynmPeyZY3RZvYhaVb2hJfwToAEMjUixhLVL5FKv52aB5vfGPfbnwcVhJl	5/8/2023	10	52	15
APDP Diabetes	<p>Reportagem CNN Portugal: "Há uma nova bomba de insulina inteligente, mas custa 3 mil euros e a manutenção mensal 500 euros - e, por isso, não está (ainda) acessível para todos"</p> <p>with a link: https://cnnportugal.iol.pt/videos/ha-uma-nova-bomba-de-insulina-inteligente-mas-custa-3-mil-euros-e-a-manutencao-mensal-500-euros-e-por-isso-nao-esta-ainda-acessivel-para-todos/6450016e0cf2cf922504f8bb</p>	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02YA5tYoAqXzB2WnKrqj8pUpv1t8SLggkvWrK3o5UCds3adX4UHdetymRkzAMt9Ghl	5/4/2023	6	82	56

APDP Diabetes	<p>A VIDA INDEPENDENTE TEM DE SER PARA TODA A GENTE</p> <p>Este ano vai ser decisivo. O Projeto-piloto de apoio à Vida Independente vai terminar no final de Junho. Está prometida legislação que irá regulamentar a versão definitiva da assistência pessoal a pessoas com deficiência até ao fim do corrente ano.</p> <p>É tempo de fazer o balanço desta experiência de 55 meses e retirar lições para o futuro. É tempo das pessoas com deficiência – aquelas que tiveram assistência pessoal e todas as que necessitam dela – dizerem o que desejam e esperam que seja inscrito na lei.</p> <p>É uma altura decisiva porque a lei que virá a ser proposta e aprovada, se não corresponder às nossas necessidades, dificilmente será alterada nos anos mais próximos.</p> <p>Não temos informação sobre como será o acesso e as condições da prestação de Assistência Pessoal em 2024. Quantas pessoas terão direito? Com direito a quantas</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02FyEkEo4H9Mgnz5eDnQ8WuKJq7DS7eLqCoPX1PSDL5npTu96PqsyeeAZudAU3vxAG!	5/3/2023	0	29	8
APDP Diabetes	<p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>A APDP está a recrutar enfermeiro/a para o Departamento de Pé Diabético.</p> <p>Envio de CV atualizado e carta de motivação até dia 9 de maio para recrutamento@apdp.pt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2489626477871351&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02GFWYGzWhUF7amphLYjq28ReGi8uw5DxhKZrtAYSyyNxihM3rkUG8wgPVdPhVoY65!	4/27/2023	0	30	42
APDP Diabetes	<p>Lisa Ferreira Vicente, ginecologista, obstetra, sexóloga e coordenadora do Departamento de Saúde Reprodutiva da APDP, recebeu o Prémio Activa Mulher Inspiradora na categoria "Ciência".</p> <p>Foi Maria de Belém, membro do júri, quem entregou este prémio a Lisa Ferreira Vicente, referindo que "A Dr.ª Lisa merece este Prémio por si, pela sua carreira, mas também porque é uma militante ao serviço da saúde da mulher, uma área desguarnecida no campo das Ciências da Saúde."</p> <p>Muitos parabéns!</p> <p>Veja a entrevista with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=http%3A%2F%2Fvideos.sapo.pt%2FOzUj7vHvFwwj3BWj3TYt&h=AT3Af_3Uq6qpBOOZfvuxtHmNIsntqT-Ev5nnS5FDugE145IndH7qegrKf2TeKu_Nj07YeTX1oY6C2RDkp0qgKgom-QWLFqP_yvsMSLxIU-xdHKTpQ5vits85a_6vy45hBBczRyNDBA&s=1</p>	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02N7vDufk3FM23XfspG4nPamqmByLn168RDzW7cRmeLDQKNDWNdRjfpQTdAspuJfal	4/21/2023	18	86	7

APDP Diabetes	<p>José Manuel Boavida, presidente da APDP, e João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP, visitaram, recentemente, o Steno Diabetes Center Copenhagen, na Dinamarca.</p> <p>Este centro especializado em diabetes desenvolve atividade clínica, de investigação e educativa, à semelhança do que faz a APDP. Recentemente foi integrado no Serviço Nacional de Saúde dinamarques e conseguiu abrir filiais em várias zonas do país.</p> <p>Conheça o Steno Diabetes Center Copenhagen https://www.sdcc.dk/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2485492731618059&set=a.459150344252318</p>	Foto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0P3S1XEjwXtgc2rN8Pj2xKSfdaiHvvyzraWJ6e2u3qfkj3giho8UC hQo3bRcQHcWl	4/21/2023	3	121	10
APDP Diabetes	<p>Já está disponível online a sessão "O Farmacêutico e o Doente com Diabetes", com a participação de José Manuel Boavida, presidente da APDP, e de Filipa Cabral, Diretora Técnica da Farmácia da APDP.</p> <p>Uma iniciativa promovida pela Associação Portuguesa de Farmacêuticos para a Comunidade.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=wcA8ya_5h-Y with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DwcA8ya_5h-Y&h=AT0ObNc8MNO1gFCeZtj11HNc0ZSVTj-qlmaKobio5Ec_sbUSnz8XkkTsr4zV9ck0JS9fDYVglX0mQiwdbkBBNC2Or9Zah8ES7xEEVDGMZns_yRalei3pKvK6Q7gAkafokNdaAdJctw&s=1</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0GW9QUcBm9P6ZwBMc3sSdVUzQcB8vJaCXoDBTxH1LxJkUq4P6zQseo vCQM9agMyGvI	4/20/2023	1	40	3
APDP Diabetes	<p>"Genética e Medicina de Precisão em Doenças Raras" é o tema do workshop que a APDP irá organizar, em conjunto com o European Joint Programme on Rare Diseases, dias 18 e 19 de maio, em Lisboa.</p> <p>Dinamizado pela médica endocrinologista da APDP, Carolina Neves, este evento destina-se a médicos, geneticistas e investigadores afiliados do European Reference Network (ERN) ou de uma instituição parceira do ERN.</p> <p>As inscrições estão abertas até dia 2 de maio https://www.ejprarediseases.org/event/genetics-and-precision-medicine-in-rare-diseases/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2482796438554355&set=a.459150344252318</p>	Foto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0qMkbbiv8RZ13SUzK28TzRvSQDBu11yiPBtfCRr2FeaxUaNW S7iapmTHHoM94tDx4I	4/17/2023	0	16	2

APDP Diabetes	<p>Doe 0,5% do seu IRS à APDP</p> <p>A APDP conta com o músico Toy para a ajudar a continuar a apoiar, a cuidar e a educar para a saúde no nosso país.</p> <p>E consigo? Contamos consigo?</p> <p>Até 30 de junho, lembre-se da APDP quando preencher o seu IRS. Sem qualquer custo, pode doar à APDP 0,5% dos seus impostos.</p> <p>Preencha o quadro 11 do modelo 3 (campo 1101) da sua declaração de IRS com o NIF 500 851 875 with a video: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/videos/272105545146693/</p>	Vídeo	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0h9va9wBBMr8oCVfuGHbrL2zwwAxizwUZQEeAqzLNxxNZQ1uT8z6JgGMK1cMkuFocI	4/14/2023	31	1102	65
APDP Diabetes	<p>As inscrições para o @idfeurope Youth Leadership Lab 2023 terminam dia 17/abril. Dirigido a jovens adultos com diabetes dos 18 aos 30 anos.</p> <p>Com uma abordagem híbrida, que consistirá numa sessão de abertura e um módulo online (junho), seguido de um campo de férias presencial para jovens líderes, a decorrer na Bulgária, de 9 a 15 de julho de 2023.</p> <p>Os candidatos devem preencher o formulário de inscrição online (https://www.surveymonkey.com/r/YLLJULY2023) e enviar uma carta de apoio da APDP para yll@idf-europe.org até 17 de abril de 2023. Fala connosco pelo email nucleo.jovem@apdp.pt</p> <p>Não percas a oportunidade de fazer parte de uma comunidade dinâmica de jovens líderes que trabalham juntos para responder às necessidades das pessoas que vivem com diabetes! INSCREVE-TE AGORA! As inscrições serão encerradas na segunda-feira - 17/abril: https://bit.ly/3LGc8ou</p>	Foto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0uzC2Xt4AMp2Kf6USZ1UQdQtdfgek5iUw1qh2Rrh5AFzzavD1ZwbCPccrFF751rzi	4/13/2023	0	11	2
APDP Diabetes	<p>Casa da Diabetes em Proença-a-Nova</p> <p>É na Casa das Associações, em Proença-a-Nova, que está a decorrer o programa "Casa da Diabetes", desenvolvido pela APDP, em parceria com o Município.</p> <p>O objetivo é capacitar as pessoas com diabetes tipo 2 com mais conhecimento sobre a gestão da doença.</p> <p>Na última sessão, dedicada à atividade física, os participantes aprenderam dicas para se manterem ativos, mesmo quando em casa e recorrendo a materiais simples, como garrafas de água ou vassouras.</p> <p>#diabetesmellitus #apdpdiabetes #casadadiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2478939872273345&set=a.459150344252318</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02nUDtucFgsmuKUTUVHvKjiiGnzLvQzkC3TN8NniwxiiWRu3C65W6gEPP5owUr1r8I	4/11/2023	0	29	4

APDP Diabetes	<p>A APDP conta com o músico Toy. E consigo? Contamos consigo?</p> <p>De 1 de abril a 30 de junho, ao entregar ao seu IRS, consigne 0,5% dos seus impostos à associação de diabetes mais antiga do mundo, sem qualquer custo para si. Basta acrescentar, na declaração de IRS, o NIF da APDP: 500 851 875.</p> <p>O seu apoio vai ajudar a garantir o melhor acompanhamento às pessoas com diabetes.</p> <p>A APDP e os seus utentes agradecem!</p> <p>#IRS2022 #apdpdiabetes #diabetesmelitus with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2478316085669057&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0XctFddCU6Y8DvQxCfXPpuyuMEa5SWuaBEqRAxKeKxW8ig3ySknW7cYSeEte76ghVI	4/10/2023	0	17	6
APDP Diabetes	<p>Hoje, no Jornal da Tarde da RTP reportagem sobre a falta de medicamentos para a diabetes nas farmácias, com declarações de João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP.</p> <p>with a link: https://www.rtp.pt/noticias/pais/ozempic-medicamento-para-a-diabetes-em-falta-nas-farmacias_v1478502</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0V2Hqk9RFsYEtRZAHmCXMxUFuPvJUwKirZBex4UscA8eLFD23Q8UsVqfhrarobjHl	4/10/2023	9	70	12
APDP Diabetes	<p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2478021545698511&set=a.459159340918085</p>	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/244438814635038	4/10/2023	0	13	3

APDP Diabetes	<p>João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP, marcou presença no evento de lançamento da Summer Medical School, organizado pela NOVA Medical School - Faculdade de Ciências Médicas, no passado dia 1 de abril. with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0kvZcXg9yxQ9371e7wroMjqvzspkxjdsWPRbX2WvGXvu81afR4k7Yx1y1PEtAHoe9l</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0kvZcXg9yxQ9371e7wroMjqvzspkxjdsWPRbX2WvGXvu81afR4k7Yx1y1PEtAHoe9l	4/5/2023	0	40	0
APDP Diabetes	<p>O European Diabetes Patient Advocacy Summit 2023 decorreu a semana passada, em Copenhaga, contando com a participação de João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP, e Rita Nortadas, médica da APDP. @idfeurope with 4 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0GjaV8JNwVcCb4TBXE9X6B3w84Aj7ac7uKZcuGA8NmNpqr5j9Spm2tK5vpshfRPI</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0GjaV8JNwVcCb4TBXE9X6B3w84Aj7ac7uKZcuGA8NmNpqr5j9Spm2tK5vpshfRPI	4/4/2023	0	53	1
APDP Diabetes	<p>A Universidade de Évora acolheu, no passado dia 31 de março, o lançamento do projeto Diabetes em Rede – Alentejo, um projeto de intervenção da APDP que promove educação e rastreios da diabetes em Évora, Mora e Santiago do Cacém. Saiba mais: https://apdp.pt/diabetes-em-rede-no-alentejo/ with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0hEjGzrPGCv4VvCiYZsunKJ1yLoELEksbRdfMxHyLJPCGt2pwuHizHnAy4ep4NSyul</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0hEjGzrPGCv4VvCiYZsunKJ1yLoELEksbRdfMxHyLJPCGt2pwuHizHnAy4ep4NSyul	4/4/2023	0	69	7

APDP Diabetes	<p>Tens diabetes tipo 1 e queres participar na 6.ª edição da Expedição APDP? Este ano iremos realizar Trekking na Serra da Lousã, percorrer a Via Ferrata da Serra das Talhadas e fazer espeleologia na Gruta do Soprador do Carvalho, de 10 a 12 de junho, com um grupo de cerca de 20 participantes. Faz a tua pré-inscrição até dia 16/abril: https://forms.gle/23VgzQT5PFBbyuvx6</p> <p>Requisitos necessários: - ter diabetes tipo 1 - idade igual ou superior a 18 anos - boa compensação da diabetes - autonomia no tratamento da diabetes - boa preparação física - espírito de aventura - boa-disposição!</p> <p>A atividade é realizada com uma equipa de saúde da APDP e guias de montanha credenciados da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal. Tal como nos anos anteriores, estamos a angariar fundos para realizar esta</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0UuWfalz8UTcwdd4Qa45aBNFwdRFeUZn3AmLBXHzseLVqm4FhdQS1g4nrsEAsJrC5l	4/3/2023	2	34	17
APDP Diabetes	<p>Hoje no Expresso: opinião de José Manuel Boavida e Carolina Neves, médicos da APDP.</p> <p>“O mote da campanha do Dia Mundial da Obesidade 2023 foi Mudar Perspetivas: Vamos falar sobre obesidade, mas parece que a mensagem não passou e a obesidade continua a ser abordada de forma estigmatizada.” with a link: https://expresso.pt/opiniao/2023-03-30-Saber-falar-de-obesidade-40a673a0</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid026njH7pcJFdmZqnCKnJsVN6dY3kVWXizf1NpE5vtjpy3u7wF5QpqrZq3XYMfwJa99l	3/31/2023	1	25	3
APDP Diabetes	<p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2471612309672768&set=a.459159340918085</p>	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	Esta página não está disponível neste momento	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/756267459231391:756267459231391	3/31/2023	3	38	6

APDP Diabetes	<p>A APDP conta com o músico Toy. E consigo? Contamos consigo?</p> <p>De 1 de abril a 30 de junho, ao entregar ao seu IRS, consigne 0,5% dos seus impostos à associação de diabetes mais antiga do mundo, sem qualquer custo para si. Basta acrescentar, na declaração de IRS, o NIF da APDP: 500 851 875.</p> <p>O seu apoio vai ajudar a garantir o melhor acompanhamento às pessoas com diabetes.</p> <p>A APDP e os seus utentes agradecem!</p> <p>#IRS2022 #apdpdiabetes #diabetesmelitus with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2471609493006383&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0e5h9ywofRQnAflEv5Z6c3qgS95413yEGnGHybmgfh9maoaSVGD9hh7SLkWP9m1MI	3/31/2023	2	29	7
APDP Diabetes	<p>Os factos e os números da diabetes de âmbito nacional vão ser apresentados esta sexta-feira, 31 de março, conforme o Relatório Anual do Observatório Nacional da Diabetes (edição de 2023). A perspetiva e análise dos anos 2019, 2020 e 2021 decorre na Escola Nacional de Saúde Pública da Universidade Nova de Lisboa e tem início às 11h30.</p> <p>A partir das 11h40, o presidente do Conselho Científico do Observatório, Dr. José Manuel Boavida, apresenta a História do Observatório Nacional da Diabetes.</p> <p>Posteriormente, será a secretária-geral da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, Dr.ª Rita Nortadas, a realizar a apresentação do Relatório Anual "Diabetes – Factos e Números".</p> <p>with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.newsfarma.pt%2Fnoticias%2F12944-relat%C3%B3rio-anual-do-observat%C3%B3rio-nacional-da-diabetes-apresentado-esta-sexta-feira.html&h=AT2OCww6y2dC_1Unh-Jfgb71NRNWuoxSDtXg6yv799B3eSWtqwXFOJEaS7xVMCIKJtsvLjmZ8X1IDfb_gHVqIOTuNoLZVgXDJUn1tHNNn_dpkY2eAwqiaOoz30sCJwk6X_oEDSXQ&s=1</p>	Texto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0wrdsf8WNEJkuqeSePUCsDHnwCoDnENYH7ZEXnDyKijmDfTBbAw3oFuFBcv2C6VHLI	3/29/2023	0	49	5
APDP Diabetes	<p>Doe 0,5% do seu IRS à APDP</p> <p>A APDP conta com o músico Toy para a ajudar a continuar a apoiar, a cuidar e a educar para a saúde no nosso país.</p> <p>E consigo? Contamos consigo?</p> <p>A partir de dia 1 de abril, lembre-se da APDP quando preencher o seu IRS. Sem qualquer custo, pode dar à APDP 0,5% dos impostos que, de outra forma, ficam para o Estado.</p> <p>Preencha o quadro 11 do modelo 3 (campo 1101) da sua declaração de IRS com o NIF 500 851 875</p> <p>Se não quiser esperar pela entrega da declaração, pode comunicar a entidade a consignar o seu IRS/IVA, até dia 31 de março, no Portal das Finanças https://www.portaldasfinancas.gov.pt</p>	Vídeo	Noticias da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02H7XbbpBUfUaoQRjWAWxnbpH9hWifdvJcFU7fbvriEWRR8XWdqSd61gVQ4DsxztqXI	3/28/2023	20	553	59

APDP Diabetes	<p>Na APDP contamos com o apoio do cantor Toy</p> <p>E consigo? Contamos consigo?</p> <p>Novidades para breve</p> <p>#IRS2022 #diabetesmellitus #apdpdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2466694280164571&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid031wHzj67paCVdXMc6kMyPCeo2yVQRuQg5eUaPURfWWMxi22xWe6d9GWAJ8WYcS6dPI	3/23/2023	0	66	0
APDP Diabetes	<p>O Lions Club de Setúbal promove este sábado, dia 25 de março, na Casa da Baía, um encontro de reflexão e esclarecimento de dúvidas sobre a diabetes, com a participação da médica Rita Nortadas e da enfermeira Dulce do Ó, ambas da APDP.</p> <p>As especialistas vão abordar o tema "Diabetes no século XXI" e sensibilizar para a importância da prevenção através da adoção de estilos de vida saudáveis, nas primeiras Jornadas da Diabetes, organizadas em parceria com a Câmara Municipal de Setúbal e a APDP.</p> <p>O encontro, de entrada livre, tem início às 15h00. with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.mun-setubal.pt%2Ffions-club-promove-jornadas-sobre-a-diabetes%2F%3Fdoing_wp_cron%3D1679566443.8589398860931396484375&h=AT1C51xxfM-frBQjZfxH3Rc6_0LgkwLzBrCXpRQIF3FH1Fb60GCTwAuZoBkeTOHwEF2PfKoWgzUfz8wrMeDLawJd4xH6Dr4YwQO_VWliiNUPi1qV8lBfNS0mob-wPbnF02xIOF6jyg&s=1</p>	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid09hTf2AaG1sLxp4ehMLnUgnLmH7ZZkqTQGxhoNB6SCaRztZ2EM1V1g9pdHLaKYGbZl	3/23/2023	1	55	3
APDP Diabetes	<p>Dulce do Ó, enfermeira da APDP, recebeu o Prémio Nacional de Enfermagem / SPD.</p> <p>Esta distinção resultou do trabalho: "Qual o impacto da autoeficácia e do ambiente de cuidados de saúde na literacia em saúde e compensação da diabetes?."</p> <p>Prémios e bolsas SPD 2023 https://www.spd.pt/#/premios-e-bolsas-spd-2023-resultados with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2465950890238910&set=a.459150344252318</p>	Foto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0ftKJi6qyoCnJcmhYow4gDeg9yZSw1PphuPjpvjW1pKkKg8VrYuUt6uTwneALFXDBI	3/22/2023	14	122	3

APDP Diabetes	<p>Dia Mundial da Água 22 de março de 2023</p> <p>"Sê a mudança que queres ver no mundo" é o mote da campanha global da ONU para este ano, num apelo ao uso responsável da água.</p> <p>Saiba mais https://www.worldwaterday.org</p> <p>#bethechange with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02CQwVZC17HyonDPPQgL1Xe4nXb1ANp4ZoGBYZwhVcK9wWwoTTS8PAdfjZVBxzWM8l</p>	Foto	Efemérides	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02CQwVZC17HyonDPPQgL1Xe4nXb1ANp4ZoGBYZwhVcK9wWwoTTS8PAdfjZVBxzWM8l	3/22/2023	0	10	0
APDP Diabetes	<p>Com a participação de vários profissionais da APDP, especialistas na área da diabetes, o "Manual de Comunicação Eficaz em Diabetes", publicado pelo Grupo de Estudos para a Educação, da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, pretende contribuir para a reflexão sobre esta temática e fornecer os instrumentos que transformem o "simples" ato de transmitir algo numa potente arma terapêutica.</p> <p>Consulte aqui o Manual</p> <p>https://www.spd.pt/#/manual-de-comunicacao-eficaz-em-diabetes-ged with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.spd.pt%2F%23%2Fmanual-de-comunicacao-eficaz-em-diabetes-ged&h=AT0PvR119ENqTFvmMiE-NWwTmugKaHg6qGy3i2fUC_0uf17k6J201Bjq7XW9cUUT2HQ9Ahz8zZFRyX8L5IACThzNLLKlHscvYQhopZX87HAVHsAQfZKp-cK9VnFuBXY5a1CHrjnQ&s=1</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid032dbLR7Fkz28AZDUsfDN5q44AMfn5QWGHYeY5fqB6wAtN6PAn1vq8zVdtkurF89fdil	3/21/2023	1	45	1
APDP Diabetes	<p>Dia Mundial da Saúde Oral 20 de março</p> <p>A SPEMD - Sociedade Portuguesa de Estomatologia e Medicina Dentária esteve hoje na APDP a realizar rastreios orais aos utentes da associação, e a sensibilizar para a importância da saúde oral, em particular, nas pessoas com diabetes.</p> <p>Veja a reportagem sobre esta iniciativa hoje no programa "Portugal em Direto" da RTP</p> <p>#temorgulhonatuaboca #diabetesmellitus with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2464484977052168&set=a.459150344252318</p>	Foto	Efemérides	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0BdqXviCMJvZ1ECXnYb3e6G8NcNvqJXU8WuYEGuvd3y3wjZ7onSSrftTs5T57mK8sl	3/20/2023	0	47	13

APDP Diabetes	20 de março - DIA MUNDIAL DA SAÚDE ORAL - Tem orgulho na tua boca with 3 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid025NVdsDJ1CBE593NRECKwaFLnSkquowr6qyzmkB88HM2xXtqrDkKiheZ9AnDCiVVUI	Foto	Efemérides	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid025NVdsDJ1CBE593NRECKwaFLnSkquowr6qyzmkB88HM2xXtqrDkKiheZ9AnDCiVVUI !	3/20/2023	1	19	1
APDP Diabetes	Obesidade infantil: Raquel Coelho, pediatra da APDP, partilha alguns conselhos. Artigo para ler no Notícias ao Minuto with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.noticiasao minuto.com%2Flifestyle%2F2254945%2Fobesidade-infantil&h=AT0sKs_KUio73s4zf2A5BqyVCGR1eDTWO_dKVRUQHF1nOVJE4s4uikMQych0tLsMq-S9DiXR2jGTM8yJWsfS1kTqMQYDIÑoMgC6fD_A_BDN727Ik-oDerroRpwahRtuAeSPMcr6bw&s=1	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02omaVUgffHjumVwRQqsALWPcmfZyKruVvJLkkS6nxAkvhGuZflLoy3zzkrFVTpl	3/18/2023	0	18	5
APDP Diabetes	Dia Mundial da Saúde Oral - Tem orgulho na tua boca A SPEMD - Sociedade Portuguesa de Estomatologia e Medicina Dentária, em parceria com a APDP, realiza no dia 20 de março, a propósito das celebrações do Dia Mundial da Saúde Oral, rastreios orais aos utentes da associação entre as 09h00 e as 13h00, na sede da APDP. Sabia que as pessoas com diabetes têm uma maior tendência para desenvolver complicações orais? Principalmente se os níveis de glicemia não estiverem controlados. Saiba mais https://apdp.pt/apdp-e-spemd-assinalam-dia-mundial-da-saude-oral/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2462394963927836&set=a.459150344252318	Foto	Participação em Eventos	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid012SPpgGKwoCoqLpD2AddJWtQJjRuspg6EuLrBBEhonheBewomANvTgWVs4Hndg6KI	3/17/2023	1	22	6

APDP Diabetes	<p>Nova resolução europeia sobre diabetes</p> <p>A Direção da APDP encontra-se a sensibilizar os partidos políticos para a necessidade de introduzir em Portugal as medidas propostas pela resolução do Parlamento Europeu sobre prevenção, gestão e melhoria dos cuidados na diabetes.</p> <p>Sobre este tema, foi recebida na sede nacional do PCP.</p> <p>https://apdp.pt/resolucao-historica-sobre-diabetes-aprovada-para-a-uniao-europeia/</p> <p>#patientsadvocacy #diabetesmellitus #apdpdiabetes #dfeurope with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2460918810742118&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Vi8U9cddMfgAYfyHTYaRGFXApAqzByGyMbvD4yHnr5fZQQRoyUo6Hyxqdi3e2xVI	3/15/2023	9	86	9
APDP Diabetes	<p>Hoje no Diário de Notícias</p> <p>"O Observatório Nacional da Diabetes vai divulgar no dia 16 a última avaliação feita aos dados disponibilizados pelo Ministério da Saúde referentes aos últimos três anos (2019, 2020 e 2021). E o balanço é preocupante: o número de pessoas com a doença aumentou 20%, em sete anos, e Portugal integra o top 3 da Europa em termos de prevalência. A comunidade científica diz que algo está a falhar e que é preciso aumentar a resposta em consultas, rastreios e tratamentos."</p> <p>with a link: https://www.dn.pt/edicao-do-dia/13-mar-2023/diabetes-esta-a-aumentar-em-portugal-e-medicos-exigem-nova-estrategia-para-travar-a-doenca-15991059.html</p>	Texto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02uD5wxT5WZ47gYoBz8PdGNbwVvxf7uQeHA61QgRzhMrg8AkUCVvqYQFgwwywwWSCI	3/13/2023	0	39	26
APDP Diabetes	<p>Formação para Cuidadores Informais: Cuidados à Pessoa com Diabetes</p> <p>Sessão Online de Participação Gratuita</p> <p>Inscrições no link: https://docs.google.com/forms/d/1A83sKzRfzSOuy33GrQa-4ouQ-5YLJ9MdRCARTLuSusY/viewform?fbclid=IwAR1mZU_jw-8xiVkectX7HhZDspPrRinmtiPTjWwgDmXHaYIVG3fTVhhVz0&edit_requested=true</p> <p>Organização: APDP Diabetes Associação Nacional Cuidadores Informais-Panóplia Heróis</p> <p>Data: 30 de Março Duração: 3h (14h-17h)</p> <p>Formadores Enfermeira: Ana Cristina Paiva</p>	Texto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0LAzi8NXQhRqn5YrZw59sHuTozHnAtiUCzEtujmfxfvFNgePX3ga49NuoKwmYLmj3ml	3/7/2023	0	38	26

APDP Diabetes	<p>A 4 de março assinalou-se o Dia Mundial da Obesidade.</p> <p>Em entrevista à CNN Portugal, Carolina Neves, médica endocrinologista da APDP, explicou que a obesidade é frequentemente encarada como uma "questão comportamental", relacionada com hábitos alimentares e atividade física, mas que muitas vezes se deve a fatores genéticos.</p> <p>A problemática da obesidade deve ser abordada por "duas frentes", como defende a especialista: a prevenção e o tratamento.</p> <p>with a link: https://cnnportugal.iol.pt/videos/dia-mundial-da-obesidade-pretende-erradicar-o-estigma-obesidade-e-uma-doenca-cronica-como-tantas-outras-e-nem-sempre-esta-relacionada-com-a-alimentacao/640310d60cf2c84d7fcac85d</p>	Texto	Participação nos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0UPomTDhRxdxZTMha1DDMzxxNWxzFVBN1gGt2WYHuDMGQNRndyh5MbHXofKjxfmhsI	3/5/2023	0	22	3
APDP Diabetes	<p>Hoje, no Sapo Lifestyle</p> <p>"Médicos da Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal (APDP) alertam para o facto de as pessoas com obesidade estarem 80 vezes mais em risco de desenvolverem diabetes tipo 2, reforçando a necessidade do aumento da capacidade de resposta e da participação dos tratamentos disponíveis e que provaram ser eficazes no tratamento de ambas as doenças."</p> <p>with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Flifestyle.sapo.pt%2Fsaude%2Fnoticias-saude%2Fartigos%2Fmais-de-80-de-pessoas-com-obesidade-desenvolvem-diabetes-medicos-pedem-aumento-da-resposta-para-ambas-as-doenças-cronicas&h=AT2_WdcBLXWucJAaqIAxqOxkAmHltGUFqUGjz8gmdPC_Z7xOIZTGUV7frenqdRtlqAna5Se1lbvAu5aaGtA7dMZSe91zGzC4j_gDmHp1kANWnzwC775eQNfgPiT0tzOIDR11_Ymxvg&s=1</p>	Texto	Noticias dos OCS	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0LyX6dwgW2L5wL7heCKrkvQqAHVrDgVabbuDyxQvezh4F5W8DavKzCyt8ejASdb6I	3/3/2023	0	10	1
APDP Diabetes	<p>Nova resolução europeia sobre diabetes</p> <p>A Direção da APDP está a sensibilizar os partidos políticos para a necessidade de introduzir em Portugal as medidas propostas pela resolução do Parlamento Europeu sobre prevenção, gestão e melhoria dos cuidados na diabetes.</p> <p>https://apdp.pt/resolucao-historica-sobre-diabetes-aprovada-para-a-uniao-europeia/</p> <p>Hoje foi recebida, em audiência, na sede nacional do PSD.</p> <p>#patientsadvocacy #diabetismellitus #apdpdiabetes #dfeurope</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2450185418482124&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid034FqiLmxAKx5Ka2gVZVBvhNdzq6y3VW4cW958qZv4SRT4pshpv6t7o1iqT3pVXTLkl	2/27/2023	2	127	13

APDP Diabetes	<p>A mãe imperfeita visitou o museu da APDP e deixou-nos um testemunho muito sentido sobre a sua vinda à associação.</p> <p>Muito obrigada with a Facebook Post: https://www.facebook.com/maeimperfeita/posts/pfbid02rRM22ogrbTd1wxPzHmBrSAwxw3yYRaRgSAVHkhBEPcBcprtbyRSerHUUUKnccQ5BI</p>	Texto	Outros	SIM	facebook	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02gg91QcpgQXTG7zit8Vr6x3raWAHPkZD8oEwr9N1WLVCYiW46meQGau1wLgqvZGI	2/27/2023	1	59	5
APDP Diabetes	<p>Há muito que planeias correr uma meia-maratona ou participar em trail running e não sabes como gerir a tua diabetes?</p> <p>Na próxima 4.ª feira (1 de março), vamos estar à conversa com o Fernando Santos e o Sérgio Moreira, dois adultos com DT1 e experiência em desporto de alta intensidade, que vêm partilhar as suas experiências, explicar como nos podemos preparar fisicamente e transmitir algumas estratégias para controlar a diabetes na prática destas atividades.</p> <p>Vem partilhar connosco as tuas vivências e esclarecer as tuas dúvidas! Encontro dirigido a pessoas com diabetes tipo 1, familiares e amigos. Contamos contigo na 4.ª feira, dia 1 de março, das 21h às 22h na Sala de Zoom: https://us02web.zoom.us/j/86108786051 ID da reunião: 861 0878 6051</p>	Texto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid029mwJFfcreexsPuDCh3frpHYz6iJJJsAghym5ivUoSdtxmfF2s8TrVh7Mv1Lkuxal	2/24/2023	0	20	0
APDP Diabetes	<p>13 Estados-Membros da União Europeia unem esforços para melhorar a saúde e a qualidade de vida das pessoas com diabetes tipo 2.</p> <p>A APDP é uma das organizações parceiras da ação conjunta europeia Care4Diabetes.</p> <p>Saiba mais sobre esta iniciativa</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02MFgUPUqt9c5gjqhb d1UyQGEjS8qZ7ZgPDG89xzWZLeF6B6DsnLPHF3E3vEqYW9ypl	2/23/2023	0	20	1

APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar Médico/a Endocrinologista</p> <p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Envie-nos o seu CV atualizado e Carta de Motivação para recrutamento@apdp.pt</p> <p>Requisitos: Licenciatura em Medicina. Especialização em Endocrinologia.</p> <p>Condições: Contrato individual de trabalho. 35h trabalho/semana. Possibilidade de progressão na carreira.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2446512855516047&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02Y9gQgKVedF3kEPA5Lak68WbF1MNQHDZBNnXfuVMditDCS2VffF3Cf48L4fni2ZAzi	2/22/2023	0	20	17
APDP Diabetes	<p>Em mais uma sessão da Casa da Diabetes, em Proença-a-Nova, a enfermeira Dulce do Ó e o nutricionista Manuel Laginha, ambos da APDP, dinamizaram uma conversa sobre o que procurar nos rótulos dos alimentos e o seu significado.</p> <p>Nesta sessão, dedicada à "Leitura de Rótulos", foram ainda realizados exercícios práticos de leitura de rótulos e escolha dos alimentos, para uma audiência de 18 participantes.</p> <p>#casadadiabetes #apdpdiabetes with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02ybywRz14KpqiFJdF5ougGftwkrykP4TVsvFkq66korncnDdQEhMxCdYm3J5rd9Pcl</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02ybywRz14KpqiFJdF5ougGftwkrykP4TVsvFkq66korncnDdQEhMxCdYm3J5rd9Pcl	2/22/2023	1	53	5
APDP Diabetes	<p>Patient Innovation Bootcamp 2023</p> <p>Até dia 20 de março, estão abertas as candidaturas ao programa Patient Innovation Bootcamp 2023.</p> <p>Se vive com uma doença ou é cuidador informal e se desenvolveu uma solução inovadora para lidar com uma condição de saúde pessoal (incluindo diagnósticos, dispositivos, telesaúde, telemedicina, big data, aplicativos, registos eletrónicos de saúde, tecnologia de informação em saúde, medicina personalizada, etc.), este programa pode ser para si.</p> <p>Realizado em parceria com a Nova Medical School, o Patient Innovation Bootcamp decorre de forma mista, com duas semanas presenciais (em Lisboa e Copenhaga) e sessões online ("em Barcelona"). Todo o processo é apoiado por materiais de e-learning projetados para ajudar equipas de pessoas com doença e cuidadores informais a desenvolver e a lançar as suas inovações em saúde.</p>	Foto	Eventos de Outras Instituições	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02yspPwNSNwSfUeoFoUN2eqkvD5dfwbMVhhdTKiK1cG6ZL6q52QQsw7D6kE4mS42bZi	2/17/2023	0	9	1

APDP Diabetes	<p>Parceria entre APDP e ENSP-NOVA</p> <p>A APDP e a Escola Nacional de Saúde Pública da Universidade Nova de Lisboa (ENSP-NOVA) assinaram um protocolo de colaboração no âmbito do ensino, investigação e cursos de formação de cuidadores. https://apdp.pt/parceria-entre-apdp-e-escola-nacional-de-saude-publica/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2440575589443107&set=a.459150344252318</p>	Foto	Outros	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02VVNCmx46ge1crcKpA7vfgMXrJWYipQBauqh7uPnaut44TKthEGvgJQFFtpfA9s3l	2/15/2023	0	28	4
APDP Diabetes	<p>No âmbito do projeto "Aceder Saúde" aconteceu ontem uma sessão sobre "Os direitos e deveres dos cidadãos migrantes com diabetes em Portugal", dinamizada pela assistente social da APDP, Marisa Araújo.</p> <p>A iniciativa aconteceu no Centro Ismaili, em Lisboa, e contou com a participação de uma dezena de refugiados e migrantes.</p> <p>O projeto "Aceder Saúde", vencedor do Prémio BPI Fundação "La Caixa" 2021, pretende aumentar a acessibilidade aos cuidados de saúde das comunidades de migrantes, refugiados e minorias étnicas com diabetes. with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02S35L9VWY3mxDUaU9DL7FDTgH3bwMiudvZ4LnyBZrYrVuqp4uk2QUNiF9eWJa9XPdl</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02S35L9VWY3mxDUaU9DL7FDTgH3bwMiudvZ4LnyBZrYrVuqp4uk2QUNiF9eWJa9XPdl	2/10/2023	0	19	6
APDP Diabetes	<p>Estudo Percecional sobre Diabetes</p> <p>Mais de 80% dos portugueses sabem como prevenir a diabetes tipo 2 e 77% conhecem os fatores de risco associados à doença, que apresenta em Portugal uma das maiores prevalências da Europa, indica o Estudo Percecional sobre a Diabetes https://apdp.pt/mais-de-80-dos-portugueses-sabem-como-prevenir-a-diabetes-tipo-2-estudo/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2435040739996592&set=a.459150344252318</p>	Foto	estudos	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02TxFXqoq78W2frQwat1bBn9j7P97sAsW4N7fPTSTYjwR9RmSHbnCzboKiVuyHMnzsl	2/8/2023	0	38	28

APDP Diabetes	<p>O cancro parece estar a ultrapassar a doença cardiovascular como principal causa de morte em adultos com diabetes tipo 2, aponta um estudo realizado em Inglaterra.</p> <p>A propósito do Dia Mundial de Luta Contra o Cancro, que se assinala anualmente a 4 de fevereiro, a APDP reforça a importância do diagnóstico precoce de cancro em pessoas com diabetes tipo 2.</p> <p>with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fsaudeonline.pt%2Fcanco-podera-vir-a-ser-a-principal-causa-de-morte-em-adultos-com-diabetes-tipo-2%2F%23.Y-Dbv7aIUts.facebook&h=AT1cZKKIbp4AQgv8mR2QCyo6MORQh1gIWDjGctUPQ-1GkkMDGKZf8ZzJ4uXrqybC3-M775JsH0Xd6nJJ1Wm4RlHEFoEsmBtSo39UB5dUq24oDxO-hcxgRTeHoSCK743JZzPHM4-EA&s=1</p>	Texto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0y5BnPHhsoALLLanEUsDqBfGovXvVyKwENP1R94KNSPKG Aj6jA3BW5AjQCn124BwPI	2/6/2023	0	21	2
APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar Auxiliar de Ação Médica!</p> <p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Envie-nos o seu CV e Carta de Motivação para recrutamento@apdp.pt até dia 6 de fevereiro.</p> <p>Requisitos: 12.º ano ou equivalente.</p> <p>Condições: 37,5 h de trabalho, semana, dias úteis.</p> <p>Áreas de atuação: Apoio ao serviço clínico da APDP.</p> <p>Condições preferenciais: Formação de auxiliar de ação médica/assistente operacional. Disponibilidade imediata.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2427860447381288&set=a.</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02ebBKsSgseWfqS1rqTqAqmdbcEKaP6n19uMvNoHK9hoCuNmQkkT2jWNbWZ9Lt6aDI	1/30/2023	3	22	24
APDP Diabetes	<p>Aqui está o vídeo resumo do 4.º Congresso Nacional da APDP.</p> <p>Realizado em novembro passado, no Centro Ismail, em Lisboa, este evento reuniu cerca de 500 participantes em torno das últimas novidades científicas na área da diabetes e das suas múltiplas vertentes.</p> <p>with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D8A2Ls89lvqw&h=AT3PgedpmPj-Dkn6b7jGJPdjHw5fD7fP8qyS3c3pPr7wwAWOuboocudB8j6Cz6e2-53wXnTt7QGSzAsqMj1DhjEeGa1VVXRFcCxmhszJFRi7IU_1FIF3djgXrVBnVcCqYnx8HR8akg&s=1</p>	Vídeo	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0376y19D7Q2BonuEkMRC5p1fSNQcEWRup9yxAmnwZuLhWLCiJ2vCif2CMqLUVc7wBI	1/27/2023	0	41	3

APDP Diabetes	<p>O Webinar "O Olho na Diabetes", que a Sociedade Portuguesa de Diabetologia promoveu no dia 23 de janeiro, já se encontra disponível online.</p> <p>Para ver aqui https://spd.pt/#/webinar-o-olho-na-diabetes-gravacao-disponivel with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fspd.pt%2F%23%2Fwebinar-o-olho-na-diabetes-gravacao-disponivel&h=AT29p8wKM7GHt0ekEIH-CdGDFBFTxW7t-Mp3-YjHfEOcT1t3d6lq-VJ8iRrndoY0pUyG_GutcfRpJvE1JmYhYgx7RlcAriAk7fJKYZsRPwO2lzlid-C0wLTPrC7dqrG_vKImYBz16A&s=1</p>	Texto	Eventos de Outras Instituições	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0z81vcB6Lu69ff5ND0G6jsGtgMsTMEn2hDG2EQJukKo284bTi3a2h4p1Yo7Ld3TV9l	1/27/2023	0	27	3
APDP Diabetes	<p>Atenção!</p> <p>A partir de amanhã a entrada principal da APDP será reativada. As saídas e entradas serão efetuadas pela Rua Rodrigo da Fonseca, 1.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2424928457674487&set=a.697644230402927</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0Tgdn8pAPxmSYysK1vnYFxAHE1UM1PAAQGPFXH3ffeHiWy4LuuJ7DyA664eMVSBbl	1/26/2023	4	57	3
APDP Diabetes	<p>Tomada de posse do Plenário do CES</p> <p>Decorreu ontem, 25 de janeiro, a tomada de posse dos membros do Plenário do Conselho Económico e Social (CES), para o novo mandato deste órgão constitucional de consulta e concertação social.</p> <p>José Manuel Boavida, presidente da APDP, é um dos conselheiros eleitos pela Assembleia da República para o CES, em representação das associações de doentes e das IPSS da saúde.</p> <p>A Sala Almada Negreiros, no Centro Cultural de Belém, foi o local escolhido para a cerimónia.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2424695297697803&set=a.459150344252318</p>	Foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid08uGJ6SKbKGFuCPDyhc41LDVgC2wRjpNW7d82QbPNgtmHsC2cCzradqrZJ1Fadjkbl	1/26/2023	0	28	2

APDP Diabetes	<p>O grupo "A Diabetes (em)Caminhada", composto por pessoas com diabetes, familiares e amigos, organiza caminhadas de cerca de 2 horas no Parque Florestal de Monsanto (Lisboa), nos últimos sábados de cada mês.</p> <p>Tome nota na sua agenda e apareça no sábado, 28 de janeiro, 9h00, no parque de estacionamento do restaurante Monte Verde.</p> <p>A participação é gratuita, mas precisamos da sua inscrição núcleo.jovem@apdp.pt</p> <p>É aconselhável levar roupa desportiva, ténis confortáveis, medidor de glicemia, água e comida.</p> <p>Mais informação: https://cursoslearning.apdp.pt/z6 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2423444561156210&set=a.459150344252318</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid033m7r6i6Y1AmEZc7Dx7JRfCgskT3e8a3XtfgHEPaf3uqYafY1M4kXy9gDy48SGtuMI	1/24/2023	5	86	14
APDP Diabetes	<p>A Câmara Municipal de Viana do Castelo atribuiu o título póstumo de "Cidadão de Honra" a Ernesto Galeão Roma, médico diabetologista, fundador da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal, pelos notáveis serviços prestados à ciência e à medicina enquanto investigador no campo da Diabetologia.</p> <p>Saiba mais https://apdp.pt/ernesto-roma-cidadao-de-honra-de-viana-do-castelo/ with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2422666274567372&set=a.459150344252318</p>	Foto	informações gerais	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid029csZURyZbKTwRA4Mo7ZFtIhrBNWP7R3fBuNrtEz53BgvNLzF1bG3QwJHvGu1s7t4I	1/23/2023	0	17	2
APDP Diabetes	<p>A APDP está a recrutar Auxiliar de Ação Médica!</p> <p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Envie-nos o seu CV e Carta de Motivação para recrutamento@apdp.pt até dia 6 de fevereiro.</p> <p>Requisitos: 12.º ano ou equivalente.</p> <p>Condições: 37,5 h de trabalho, semana, dias úteis.</p> <p>Áreas de atuação: Apoio ao serviço clínico da APDP.</p> <p>Condições preferenciais:</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02JtjQMLQVvSNAHwfa6JVhZQa9vHVPt9JdbbPcAAe9k3kacndxZpEiTzHPaoPHTjSCl	1/23/2023	0	24	32

APDP Diabetes	<p>Programa de educação "Viver bem com diabetes" na freguesia da Penha de França. with a Facebook Post: https://www.facebook.com/FreguesiaPenhaDeFranca/posts/pfbid027Xeb8EadGETcsNH2YvnQfLrwGUJGhQrB4hy9L6EoUXrgZQZoXHvYGZUi8KT2XKcl</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	facebook	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0AywYf9fTKt6uuiTkfGX7wQ3CGkuDAQSNjcXp9apSUyZdTWTNXTC1VnhBNuruzCxl	1/22/2023	0	25	0
APDP Diabetes	<p>Quer saber mais sobre o Estatuto do Cuidador Informal? Ou sobre os apoios e legislação que enquadram a tarefa de cuidar? Visite a página do Movimento Cuidar dos Cuidadores Informais e encontre não só informação relevante, mas também os sites onde pode obter todos os esclarecimentos.</p> <p>Saiba mais em: https://movimentocuidadoresinformais.pt/</p> <p>#MovimentoCuidarDosCuidadoresInformais #Literacia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2420013368165996&set=a.459150344252318</p>	Foto	informações gerais	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid035gBiQpflA5QxY158Xb2iccydZsspX6wzyX37FXQUXahBQxyJgwsxKsg3GzaZPCInl	1/20/2023	0	12	2
APDP Diabetes	<p>Já todos ouvimos dizer: o exercício físico faz bem à saúde!</p> <p>E é a mais pura das verdades.</p> <p>Junte-se a nós em mais um Sábado Desportivo da APDP, 21 de janeiro, 10h, no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa.</p> <p>Não se esqueça de levar garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas precisamos da sua inscrição carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2419258574908142&set=a.459150344252318</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0yXHesj61q5FNFV2nwlKeSk2AnV2bFSH2LufUq7Mb7Drx4suDsrWo5ybiJS7Np5Wl	1/19/2023	0	18	2

APDP Diabetes	<p>Dia 23 de janeiro, 15h-18h, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia promove o webinar "O Olho na Diabetes", via Zoom, com a colaboração da APDP Diabetes e sociedades científicas da área da oftalmologia.</p> <p>Mais informações, programa e inscrições em http://bit.ly/3ZTCkka with a Facebook Post: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0241KKu3UJHxoJCU3YraDXwJBMDJ7BLmFVELLdte9Szk1EW9ayeXnT2ds9o6baBxXpl</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0hG3GA3oTWLE48knteoziakdu8gkTHaDLQNBcHtCSK5VK58pvajmK9ZaLqkt7uxdvl	1/18/2023	0	55	11
APDP Diabetes	<p>Faça-se sócio da APDP http://apdp.pt/socio-candidatura/#apdpdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2417146911785975&set=a.459150344252318</p>	Foto	Noticias da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/photo/?fbid=2417146911785975&set=a.459150344252318	1/16/2023	0	20	4
APDP Diabetes	<p>A enfermeira Dulce Do Ó, da APDP, vai ser responsável pela abertura do webinar "Qual o meu/teu/nosso papel na adesão ao tratamento?", na segunda, dia 16 de janeiro, às 18h00, e vai falar sobre o papel de cada um de nós na adesão ao tratamento.</p> <p>Ainda não se inscreveu? Aproveite, e faça-o agora!</p> <p>Este webinar é de participação gratuita, mas de inscrição obrigatória https://lnkd.in/dnBjWD6c</p> <p>#adesao #webinar #paciente #beamer with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2415287918638541&set=a.459150344252318</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02be3gT6f8jWjKqCv5r3MNaPPG7ATUrfldfGfD6mEkFFgL92acaA3mBwiwB44m99oti	1/14/2023	0	63	30

APDP Diabetes	<p>Aconteceu hoje a segunda sessão do programa "Casa da Diabetes" em Prouença-a-Nova, uma iniciativa da APDP em parceria com o Município.</p> <p>Nesta atividade formativa, intitulada "Afinal o que podemos comer?", o nutricionista da APDP, Manuel Laginha, abordou a questão da alimentação na diabetes.</p> <p>"Casas da Diabetes" é um programa de educação em diabetes da APDP. Tem como objetivo criar espaços de interajuda, em várias localidades, nos quais as pessoas com diabetes possam partilhar experiências, esclarecer dúvidas e aprender a cuidar de si.</p> <p>with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0368ivS54ZkTW8Ejdi6KDE8239g9fhdbqATzYGXUMXmm2bV448nXASXRfzpdFSWGFI</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0368ivS54ZkTW8Ejdi6KDE8239g9fhdbqATzYGXUMXmm2bV448nXASXRfzpdFSWGFI	1/13/2023	0	31	2
APDP Diabetes	<p>Estão abertas as inscrições para a sessão de apresentação dos resultados do estudo "CONCORDIA DIABETES Mellitus Tipo 2", com a participação de João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP, amanhã de manhã, 14 janeiro, na Escola Nacional de Saúde Pública.</p> <p>Inscrições https://tinyurl.com/zhbc34y8 with a Facebook Post: https://www.facebook.com/photo.php?fbid=638607538275054&set=a.526422479493561&type=3</p>	Texto	Participação em Eventos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0iUhWgQkk17ZUfnVu4DNqbXh4DpovknvUmFCTFx2x1BwPubQfsSRGJnYCD7Nd825Zl	1/13/2023	0	23	2
APDP Diabetes	<p>Hoje, no Centro Ismaili, em Lisboa, decorreram rastreios da diabetes a pessoas migrantes, pela equipa da APDP. As pessoas identificadas como estando em risco de desenvolver diabetes, serão encaminhadas para a associação, para integrarem o projeto "Aceder Saúde".</p> <p>Ainda no Centro Ismaili irão decorrer duas sessões dedicadas aos temas:</p> <p>Viver com Diabetes. Direitos e deveres da pessoa migrante com diabetes.</p> <p>O projeto "Aceder Saúde", vencedor do Prémio Solidário BPI Fundação "La Caixa" 2021, pretende aumentar a acessibilidade aos cuidados de saúde das comunidades de migrantes, refugiados e minorias étnicas com diabetes.</p> <p>A Linha de Apoio da APDP está disponível para os migrantes com diabetes, das 9h às 17h, através do número 213 816 161.</p> <p>with 2 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0uLqjcZwErXQB1j8y9yM1euE5LVLyVjLJrntre5iSCPiKdFYp6inNNyJzWokF7oCTI</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0uLqjcZwErXQB1j8y9yM1euE5LVLyVjLJrntre5iSCPiKdFYp6inNNyJzWokF7oCTI	1/12/2023	0	56	3

APDP Diabetes	<p>Estudo liderado por investigadores do CNC UC - Centro de Neurociências e Biologia Celular da Universidade de Coimbra revela que "o consumo de café está associado a menor gravidade da doença de fígado gordo não alcoólico em pessoas com diabetes tipo 2."</p> <p>Participaram no estudo 156 voluntários recrutados pela Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal.</p> <p>with a link: https://noticias.uc.pt/artigos/estudo-revela-que-o-consumo-de-cafe-esta-associado-a-menor-gravidade-da-doenca-de-figado-gordo-nao-alcoolico-em-pessoas-com/</p>	Texto	estudos	SIM	website	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0G4vD3nqpgzmiG8c2tBQmP6qDoMpKNnvwsGMURs6mzXejteSo8j4a5CZteZKab8F8I	1/12/2023	0	37	9
APDP Diabetes	<p>Sabia que a APDP realiza cursos para as equipas escolares sobre tratamento da diabetes tipo 1 em crianças e jovens?</p> <p>Em 10 anos (2012-2022), o Departamento de Crianças e Jovens da APDP realizou um total de 119 sessões de formação a 1276 profissionais da comunidade escolar.</p> <p>Saiba mais sobre este curso https://cursoselearning.apdp.pt/v4</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2412997458867587&set=a.459150344252318</p>	Foto	Eventos da Associação	SIM	website apdp	https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0ruCJ7i3Ykye6UAxoM3oqWqhT93wHLKcuAbk2kfvWkpVdYGce3KTrfyeFF7jkoMyl	1/11/2023	2	73	26
APDP Diabetes	<p>Praticar atividade física regularmente é meio caminho andado para uma boa gestão da diabetes.</p> <p>Para pessoas com diabetes de todas idades, os Sábados Desportivos da APDP já têm datas para este ano.</p> <p>Tome nota na sua agenda e apareça amanhã, 7 de janeiro, 10h, para um treino em grupo no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, com a professora Dora Sol.</p> <p>A participação é gratuita, mas precisamos da sua inscrição carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=2408965785937421&set=a.459150344252318</p>	Foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0xT3AgCtUWNL6WgXsJkdehPiiH9D6WAPZbLkK1qRPi5aZreN4uU1awC316vx8LuvSl	1/6/2023	3	33	5

<p>APDP Diabetes</p>	<p>Tem dificuldade em seguir o seu tratamento? Não está sozinho(a)!</p> <p>Dia 16 de janeiro, pelas 18 horas, junte-se a nós para perceber "Qual o meu/teu/nosso papel na adesão ao tratamento", com Dulce do Ó, enfermeira da APDP, e para ouvir experiências pessoais de quem vive com uma doença crónica, com o testemunho de Alexandra Costa sobre gestão da diabetes.</p> <p>Este webinar é de participação gratuita, mas de inscrição obrigatória através do link : https://forms.gle/ByxAgRh4sDijwnZm7</p> <p>#adesao #webinar #paciente #beamer with a Facebook Post: https://www.facebook.com/Porto4Ageing/posts/pfbid023TkmhzhXprc1R5onjmLjm5AYjAzE4CgUeq75ZMSE9t5tjBkGGcx6YSCR54WbxMyel</p>	<p>Texto</p>	<p>Eventos da Associação</p>	<p>SIM</p>	<p>website</p>	<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid02LfdauRv7PmdC9rBPxHzLghRZdvBXmjR8HzyWGYfJdvxqeaSM8CU5kkWJuDTGn7H!</p>	<p>1/4/2023</p>	<p>1</p>	<p>19</p>	<p>1</p>
<p>APDP Diabetes</p>	<p>Em pleno Inverno chuvoso , as gripes e constipações da época persistem, e não é só a covid-19 que ameaça o nosso bem estar. Todos estamos sujeitos a infeções respiratórias pelos agentes virais sazonais que as provocam, no entanto, as pessoas com diabetes podem estar particularmente vulneráveis pelo compromisso das suas defesas imunitárias.</p> <p>O que é possível fazer para prevenir gripes e constipações?</p> <p>Conheça as recomendações da médica endocrinologista da APDP, Carolina Neves with 6 Attachments: https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0tgqTqGvmdAnBcuLZtM37e5nHoeAtK4NqLPco5ShzmTqe4svH28q6yzvFcqVaVj13l</p>	<p>Foto</p>	<p>informações gerais</p>	<p>Não</p>		<p>https://www.facebook.com/apdpdiabetes/posts/pfbid0tgqTqGvmdAnBcuLZtM37e5nHoeAtK4NqLPco5ShzmTqe4svH28q6yzvFcqVaVj13l</p>	<p>1/3/2023</p>	<p>2</p>	<p>29</p>	<p>8</p>

Anexo L - Quadro de Análise da atividade da SPD no Facebook

Autor	Conteúdo	Tipo	Tema	Partilha para outra página	Tipo de Partilha	Url	Data	Nº de Comentários	Nº de reações	Nº de Partilhas
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	Um Feliz Natal a todos, são os votos da Sociedade Portuguesa de Diabetologia. #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=387798946928102&set=a.223289586712373	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02rbingJ2YdUvHKWh1FpZ27u6rNcyV4uDjxdAMoMp32eh374KHHdXuk44VxrZegC8XI	2023-12-22 16:29:10	0	10	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	Não perca de 7 a 9 de março de 2024 no Centro de Congressos do Algarve, Vilamoura o 20º Congresso Português de Diabetes Para saber mais consulte: http://www.congressodiabetes.com/ #spd diabetologia #SPD with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=383061254068538&set=a.223289586712373	Foto	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0JqTTmiJXPs6X6gqNVxertAkTGakERvvcThxUBkXd6U7JokK2hnnvHJFDLYsFiqUNKPI	2023-12-14 17:46:03	0	7	3
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	A Declaração da Cimeira de Alto Nível, divulgada no segundo dia do encontro que decorre em Belgrado, na Sérvia, promovida pela Organização Mundial da Saúde-Europa e pela Federação Internacional da Diabetes-Europa, relembra as metas e objetivos a concretizar até 2030 no que diz respeito ao controlo da Diabetes, e que saíram da 75ª Conferência Mundial de Saúde, salientando ainda no documento final "ser importante envolver todos os Estados-Membros nestas determinações e, especialmente, as pessoas que vivem com diabetes", uma vez que "o número de pessoas que vivem com diabetes na Europa continua a aumentar, apesar de alguns tipos de diabetes puderem ser prevenido" with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=375009528207044&set=a.223289586712373	Foto	Eventos de Outras Instituições	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid029TNTjZg4z6tpji2p33zDbMrzrJvqVLBd57Mfmr3fyB61cJYXsv8mkZrh6ZzmDvel	2023-11-29 19:00:39	0	4	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	Webinar "O Nutricionista nos Cuidados de Saúde Primários" Junte-se a nós e inscreva-se no próximo webinar, "O Nutricionista nos Cuidados de Saúde Primários, que decorrerá no dia 6 de dezembro entre as 18h30 e as 19h, através do link: https://forms.office.com/e/cwu55kC51W with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=374929828215014&set=a.223289586712373	Foto	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02s34KeK8G1qsR97y1zurNXvq6dPmeWwWeTBSxzapK2DcyvCx72ihT2WmTTilbQJdml	2023-11-29 15:44:47	0	4	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	O presidente da SPD, Joao Raposo, foi hoje o moderador da mesa de debate sobre o tema "Como desenhar um sistema de cuidados centrado na pessoa com diabetes", na Conferência conjunta da Organização Mundial de Saúde e da Federação Internacional da Diabetes, que decorre em Belgrado (Servia) with 2 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0wRxM9KwJRCcbWTQRpuaAP6BeRAgbVeCU6Yha8ZcBsucdX2Ayzv5gdq6QPUCtNx871	foto	Participação em Eventos	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0wRxM9KwJRCcbWTQRpuaAP6BeRAgbVeCU6Yha8ZcBsucdX2Ayzv5gdq6QPUCtNx871	2023-11-29 10:16:49	0	4	0

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>OMS quer melhorar a deteção da diabetes</p> <p>Foi assinado hoje, dia 28 de Novembro em Belgrado, Sérvia, pela World Health Organization (WHO) em conjunto com a Federação Internacional da Diabetes, a declaração que visa acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados.</p> <p>A declaração procura vincar a vontade da OMS em melhorar a capacidade de deteção da doença.</p> <p>with 2 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02YtpSKcFjArkTc9biY7iqq9P7N647UsFdxt22aGA7qFsaDiYQx3QBtGQ3238tAJ4QI</p>	foto	Informações Gerais	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02YtpSKcFjArkTc9biY7iqq9P7N647UsFdxt22aGA7qFsaDiYQx3QBtGQ3238tAJ4QI	2023-11-28 18:30:34	0	7	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Webinar "Diabetes e a Visão: A Visão da Diabetologia, da Oftalmologia e da Ciência"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no próximo webinar, "Diabetes e a Visão: A Visão da Diabetologia, da Oftalmologia e da Ciência, que decorrerá no dia 4 de dezembro entre as 19h e as 20h, através do link: https://forms.office.com/e/LH9R2aXN9Y with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=374416628266334&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid022n18MwGZu5vQba2CXweAWtY5dzvNmihHLujhW27kHrQpUDVPQh2bzh9Bhi2Mof41l	2023-11-28 15:56:44	0	11	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>Decorre hoje, dia 19 de novembro, no Porto, a sessão de divulgação organizada pelo Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nesta sessão investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. A conversa terá como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós a partir das 17h00 na Fnac do NorteShopping para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT ICBAS - Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar Faculdade de Medicina da Universidade do Porto Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto Instituto de Investigação e Inovação em Saúde with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=369611068746890&set=a.223289586712373</p>	Foto	Efemérides	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid035x29UyTYvyjFc2m9jwhxp5DTKEiVbYhm7H1rWRMt6p7SWQTQTNDrFwqARt8ASwt3l	2023-11-19 10:00:13	0	7	0

<p>Sociedade Portuguesa de Diabetologia</p>	<p align="center">Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>Decorre hoje, dia 18 de novembro, em Vila Real, a sessão de divulgação organizada pelo Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nesta sessão investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. A conversa terá como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós a partir das 16h30 no Nosso Shopping para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT Universidade Fernando Pessoa Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto ICBAS - Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar Associação Portuguesa de AVC Fundação Portuguesa de Cardiologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=369112598796737&set=a.223289586712373</p>	<p>Foto</p>	<p>Efemérides</p>	<p>Não</p>	<p>https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid08bF8Vm9gJ7zvTbfHpgS5Gz6b96T3dWWpVx4RgRwBS3PN8j7ce2W5FCo6aXLUchcHI</p>	<p>2023-11-18 11:00:10</p>	<p>0</p>	<p>9</p>	<p>0</p>
<p>Sociedade Portuguesa de Diabetologia</p>	<p align="center">Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>Decorre amanhã, dia 18 de novembro, em Coimbra, a sessão de divulgação organizada pelo Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nesta sessão investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. A conversa terá como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós a partir das 11h00 no Café Santa Cruz para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT ICBR - Coimbra Institute for Clinical and Biomedical Research CNC UC with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=368730322168298&set=a.223289586712373</p>	<p>Foto</p>	<p>Efemérides</p>	<p>Não</p>	<p>https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0tLJcRwQ3FYzEptZxLcxBci6b4ezr2QdiFo2iCKbqgnwKHfb91Y5oDrQ9guM4THAdXI</p>	<p>2023-11-17 17:00:35</p>	<p>0</p>	<p>11</p>	<p>0</p>

<p>Sociedade Portuguesa de Diabetologia</p>	<p align="center">Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>Decorre hoje, dia 15 de novembro, em Lisboa, a sessão de divulgação organizada pelo Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nesta sessão investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. A conversa terá como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós a partir das 18h00 na Biblioteca Arquitecto Cosmelli Sant'Anna (#BACS) para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT NOVA Medical School - Faculdade de Ciências Médicas APDP Diabetes Freguesia Santo António Lisboa Faculdade de Motricidade Humana with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=367559145618749&set=a.223289586712373</p>	<p>Foto</p>	<p>Efemérides</p>	<p>Não</p>	<p>https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02dDg4d8t3dny8An5mg3FdvtCgnoLuAMNjfw9DRr6fTNRsAdET33XNw7Fgd2XfZMKI</p>	<p>2023-11-15 12:00:21</p>	<p>1</p>	<p>12</p>	<p>0</p>
<p>Sociedade Portuguesa de Diabetologia</p>	<p align="center">Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>Decorre hoje, dia 14 de novembro, em Leiria, a primeira sessão de divulgação organizada pelo Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nesta sessão investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. A conversa terá como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós a partir das 17h30 na Livraria Arquivo para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT Center for Innovative Care and Health Technology - citechcare Politécnico de Leiria with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=367061675668496&set=a.223289586712373</p>	<p>Foto</p>	<p>Efemérides</p>	<p>Não</p>	<p>https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02CshLucGnuXnG4cNLzPxvSKCL4DfCYw7c119id4tLZWC7cYT1sGDy67WAUM4oSQFvI</p>	<p>2023-11-14 12:00:24</p>	<p>0</p>	<p>16</p>	<p>1</p>

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>A diabetes atinge mais de um milhão de portugueses e cerca de 537 milhões de pessoas a nível mundial.</p> <p>É essencial que as pessoas conheçam o risco de virem a desenvolver diabetes tipo 2. Assim, poderão retardar ou prevenir a doença. É também de realçar o impacto das complicações relacionadas com a diabetes e a importância de ter acesso à informação e aos cuidados corretos para garantir um tratamento e uma gestão atempados, e é precisamente este o lema deste ano do #DiaMundialDaDiabetes.</p> <p>Ao longo deste mês, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia e os seus Grupos de Estudo dinamizam várias atividades para aumentar a consciencialização para a diabetes. Acompanhe-nos!</p> <p>Para mais informações https://spd.pt/#/dia-mundial-da-diabetes-2023 https://www.spd.pt https://worlddiabetesday.org/</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #ifnotnowwhen #worlddiabetesday #DiabetesAwarenessMonth with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=366978912343439&set=a.223289586712373</p>	Foto	Prevenção da Doença	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02t5T8LPVdQDsm6ITQmE4bPfxL1ieyJWqYxMuLLZrSbCStWQ6HCvZeHJ1cA83ebbJ5I	2023-11-14 08:00:23	0	10	6
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>O Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia realizará sessões de divulgação em cinco cidades portuguesas - Leiria, Lisboa, Coimbra, Vila Real e Porto - na próxima semana, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nessas sessões investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. As conversas terão como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT with 6 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0NmbaT5wiktUMdgwkdDuhAGkKTNKjPmZKPon9qgaJ8gC6DkWRBzvrC4BFctiiDqQZI</p>	foto	Efemérides	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0NmbaT5wiktUMdgwkdDuhAGkKTNKjPmZKPon9qgaJ8gC6DkWRBzvrC4BFctiiDqQZI	2023-11-10 21:25:09	0	16	4
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no próximo webinar, "O Nutricionista no Internamento Hospitalar", que decorrerá no dia 17 de novembro, entre as 18h30 e as 19h, através do link bit.ly/3QTmljH.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=363014156073248&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0JDHp8DTkE7ErZjTUV5G16hg94cB3w7urb5jRwY3TJLKvbNMQ1557P2AijvRxYr5gl	2023-11-06 08:30:09	0	7	0

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Webinar "Investigação em Enfermagem: da Conceção à Prática"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no webinar "Investigação em Enfermagem: da Conceção à Prática" organizado pelo Grupo de Estudos de Enfermagem em Diabetes da SPD, que decorrerá no dia 14 de novembro, entre as 19h e as 20h, através do link https://bit.ly/4763tUh.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=360298639678133&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02iPEj47r9rdfMfdjdmPqCaBAJK8UTY4UNwQnQc44udQz6CJFBC5v2UuQ8eUjdj8il	2023-10-31 18:30:06	0	8	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no terceiro webinar, "O Nutricionista na Consulta Externa Hospitalar", que decorrerá já esta sexta-feira, dia 3 de novembro, entre as 18h30 e as 19h, através do link bit.ly/49b6BiZ.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=359554406419223&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0o7gagM2Yjo81vJsZuAGTSifnFS2YsSqRn3hckHHfyuw5nosrMiAKM2Md3nHV61R4I	2023-10-30 08:30:16	0	5	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>A Escola SPD 2023, subordinada ao tema "A Comunicar é que nos (des)entendemos!" e organizada pelos Grupos de Estudos de Enfermagem em Diabetes (GEED), de Educação (GED) e pelo Grupo de Estudos de Cuidados de Saúde Primários (GECSP), realizar-se-á em formato virtual, via Zoom, nos dias 6 e 7 de novembro, entre as 18h e as 20h30.</p> <p>As inscrições são gratuitas, mas limitadas. Veja o programa no site (www.spd.pt) e inscreva-se através do link: https://forms.office.com/e/dEL4WfQ0bb.</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=353899470318050&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02g7y26DHeQtPjRKVGnyExVr5vgSijNjAXUMXBuCzGLRtKEAjQuM5ht1pfKQSEPrx2I	2023-10-19 18:10:03	0	5	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no segundo webinar, "O Nutricionista na Integração de Cuidados de Nutrição: Saúde Escolar", que decorrerá já para a semana, no dia 27 de outubro (sexta-feira), entre as 18h30 e as 19h, através do link https://forms.office.com/e/1YAH</p> <p>#webinar #SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=353657800342217&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid033iPU6Qb4xRRADWZwHT1TZ96gJ8hgBpb5aHC1GUy5D5SipKXSozKpLiP2BQu43TqYI	2023-10-19 08:30:03	0	7	1

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p align="center">Aniversário SPD</p> <p>A Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD), fundada em 13 de outubro de 1987, é a Sociedade Científica que congrega os profissionais de múltiplas áreas e que se unem em torno de um objeto comum: o estudo da diabetes nas suas múltiplas dimensões.</p> <p>Valorizamos as pessoas - profissionais de saúde, investigadores, pessoas com diabetes, cuidadores e pessoas na nossa comunidade. É para elas que nos propomos desenvolver as nossas atividades.</p> <p>Valorizamos os resultados do trabalho de todos os sócios da SPD. Queremos ser capazes de demonstrar, em Portugal e fora do nosso país também, o que de melhor fazemos.</p> <p>Na SPD valorizamos o conhecimento que todos os sócios têm – é através dele que melhor poderemos ter estratégias adaptadas à nossa realidade. A SPD enquanto sociedade científica, tem de continuar a ser o local de convergência deste conhecimento.</p> <p>Valorizamos as parcerias que foram concretizadas ao longo da nossa história. Com elas foi possível desenvolver atividades comuns, desenvolver recomendações, potenciar e aumentar a eficiência das nossas ações.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #SPDiabetologia #aniversario with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=350317530676244&set=a.223289586712373</p>	Foto	Noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0tQEeDEZvfYDCSd9fawvEiC7EHkzJjiWuEiuQwCS5pSzcPDtxLgwtouHQh95QLDiMI	2023-10-13 14:00:49	0	6	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Neste Dia Mundial da Visão, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia tem o gosto de anunciar a criação do Grupo de Estudos de Diabetes e Visão.</p> <p>O GEDV surge da vontade de profissionais de diferentes áreas clínicas e da investigação estudarem em conjunto as complicações oculares da diabetes e o seu impacto funcional.</p> <p>Os seus objetivos são:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver e divulgar material de apoio à comunidade científica e à população; - Colaborar com os diferentes Grupos de Estudo da SPD e com outras sociedades científicas em projetos de investigação ou dirigidos à população; - Desenvolver e apoiar projetos de investigação na área clínica e epidemiológica. <p>Caso se queira juntar ao grupo, preencha a ficha de atualização de dados de sócio https://forms.office.com/r/2q3BXQ6kbL Caso ainda não seja sócio, junte-se a nós através do link https://bit.ly/3rXciA9 Mais informações em spd.pt</p> <p>#SPDiabetologia #SPD #diabetes #sociedadeportuguesadiabetologia #visão #diamundialdavisão with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=349823354058995&set=a.223289586712373</p>	Foto	Efemérides	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02AonQb5aFZ9rZFmMEaU7N7QnYjA1ABJ1BUU5LJD5RqWv5bKyNjaUn1FDNMGESUpcl	2023-10-12 17:01:15	0	3	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p align="center">Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no primeiro webinar, "O Nutricionista na Consulta com Migrantes", que decorrerá já para a semana, no dia 16 de outubro, entre as 18h30 e as 19h, através do link https://forms.office.com/e/8nV7Rx9pA.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=348743970833600&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0ceFqX7C59UAKHNFznLQ9K5dcNzXyrvBwNqMbJZEICCxlSqRL8H2wszVZaLwzAWaJl	2023-10-10 18:00:13	0	3	1

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>O Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD promove o Ciclo de webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos".</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no primeiro webinar, "O Nutricionista na Consulta com Migrantes", que decorrerá no dia 16 de outubro, entre as 18h30 e as 19h, através do link https://forms.office.com/e/8nfV7Rx9pA.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=342899514751379&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0do6PENJF9SPMimxkoDCg6bg25UjDP2yoPuY4pGB0H3yc4b6iY6a9YvV_LpzziMjoy/	2023-09-29 09:15:04	0	12	6
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>É com tristeza e consternação que a Sociedade Portuguesa de Diabetologia informa do falecimento da Dra. Maria Liliana Guerreiro, Sócia-fundadora da SPD e Diretora de Serviço de Endocrinologia do Hospital Egas Moniz (1985-2006).</p> <p>A SPD endereça sentidas condolências à família, amigos e colegas da Dra. Liliana. with 2 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0AGmamymXArRqAdibJVLAESSZUYmAtJszNBz3RhdVQxfgdNwS2Ns7h1xzCasQocAPI</p>	foto	Outros	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0AGmamymXArRqAdibJVLAESSZUYmAtJszNBz3RhdVQxfgdNwS2Ns7h1xzCasQocAPI	2023-09-21 09:00:08	7	34	2
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Foram publicadas as Recomendações Luso-Brasileiras baseadas na evidência para a gestão da terapêutica na diabetes tipo 2. Este trabalho resulta da colaboração da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, da SPEDM Sociedade Portuguesa de Endocrinologia Diabetes e Metabolismo, da Sociedade Brasileira de Diabetes, e da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabolologia.</p> <p>Leia o documento completo em: https://link.springer.com/epdf/10.1186/s13098-023-01121-x</p> <p>#diabetes #diabetologia #recomendaçõesterapêuticas #terapêutica #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPDiabetologia #diabetestipo2 with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=307705351604129&set=a.223289586712373</p>	Foto	Participação em Eventos	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02BJAAPPpTPf2q61kg5Zb6VSsgd6pAwWZutkHsT21A2Ct5kTXCBFVEQaCcxMLc1Wj/	2023-07-21 09:00:03	0	8	2
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Fundo Educacional SPD para a EASD 2023</p> <p>Encontram-se abertas, até 30 de junho de 2023, as candidaturas para o Fundo Educacional de apoio à participação na EASD 2023 para sócios SPD com resumos aceites para apresentação.</p> <p>Mais informações em: https://spd.pt/#/fundo-educacional-spd-para-a-easd-2023</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #EASD #easd2023 #diabetologia #congresso with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=287842180257113&set=a.223289586712373</p>	Foto	noticias da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02oLtyxt6DUnJWk8pr7NNWdHegdvum2vqZQzJ3Rinwgx5Qr7KCznDe9kmvSugdNVtNI/	2023-06-13 18:30:03	0	3	0

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Não perca o terceiro e último webinar deste ciclo de webinars, "A Comunicação na Relação Terapêutica", que decorrerá daqui a uma semana, dia 14 de junho, entre as 19 e as 20h.</p> <p>Inscrição: bit.ly/3NfR4VX</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=284037197304278&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0strkEiYwZEaJDwicdEWA6ne5nJY2dQgDEMTBHiDqwuKiAApUax2gruhHX6Yksenl	2023-06-07 07:30:04	0	8	6
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Não perca o segundo webinar, "A Comunicação no Hoje e Amanhã", que decorrerá já daqui a uma semana, no dia 24 de maio, entre as 19 e as 20h.</p> <p>Inscrição: bit.ly/3nw7Fe6</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=272381035136561&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid023u6H5VT9NBs6C7sfUQ9aBqtIEko7y6bhCaPniPAuuiFa55L2fZ4mpeFnuuid3zzDl	2023-05-17 08:30:02	0	10	6
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Dia Europeu dos Direitos dos Doentes</p> <p>Este dia foi criado para reforçar os princípios enunciados na Carta Europeia dos Direitos do Doente, para que estes sejam uma realidade para todos os cidadãos europeus.</p> <p>Este ano o tema do Dia Europeu dos Direitos dos Doentes são os medicamentos de terapia avançada, por forma a fomentar, entre outras, a recolha de ideias para alimentar iniciativas da UE, trocar e discutir diferentes experiências, melhores práticas e soluções mais eficazes para a inclusão de medicamentos de terapia avançada pelos sistemas nacionais de saúde dos vários estados-membros.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #direitosdosdoentes #patientsrightsday</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=256418933399438&set=a.223289586712373</p>	Foto	Efemérides	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0fDsfxmBK1mN2SjALGmH4XBZkUbHEc77rkjUnXWTKMrNvXxZJPiGBWfQ4kguci8Scl	2023-04-18 08:30:05	0	3	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Não perca o primeiro webinar, "A Linguagem na Comunicação", que decorrerá no dia 19 de abril, entre as 19 e as 20h.</p> <p>Inscrição: bit.ly/3UxN9pl</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=254470783594253&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0BgtttPL3JV1YmS2cwRKiNegWRL2C7BhTz81RESBui6RVSi3wwrYviMW5qBiJvnW3l	2023-04-14 12:30:04	0	6	6
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>No âmbito do lançamento do Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes, o Grupo de Estudos de Educação em Diabetes promove o Ciclo de webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no primeiro webinar, "A Linguagem na Comunicação", que decorrerá no dia 19 de abril, entre as 19 e as 20h, através do link: bit.ly/3UxN9pl</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p> <p>with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=253610893680242&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02SodetwoUyuv7z9ZquPBHXepJ3BvdxByybXQZsm3sfR6ASbT8YnncGkXPhaBtrgari	2023-04-12 20:10:03	0	7	6

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Dia Mundial da Saúde</p> <p>Instituído pela Organização Mundial da Saúde (World Health Organization (WHO)) em 1948, este dia é todos os anos subordinado a um tema específico, sendo o tema deste ano Saúde para todos.</p> <p>A SPD assinala a data e reforça a importância da comunicação na promoção da saúde. Segundo a Enf.ª Dulce do Ó, coordenadora do Grupo de Estudos de Educação e co-autora do Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes, disponível no site da SPD, "A comunicação eficaz é uma ferramenta fundamental para promover a relação colaborativa, a partilha da informação e das decisões informadas, tendo em vista a promoção da saúde individual e das comunidades."</p> <p>O Grupo de Estudos de Educação irá em breve dinamizar um ciclo de webinars "À conversa sobre comunicação...", fique atento!</p> <p>#SPDiabetologia #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #Saúde #diamundialdasaude #HealthForAll #WHO75 with 2 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0wWS5GsXAKYV38skzoSNtX5GZJyJGZetnWzqMCruY3xLbFbrJkdWeRNBu5f2AEtNYI</p>	foto	Efemérides	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0wWS5GsXAKYV38skzoSNtX5GZJyJGZetnWzqMCruY3xLbFbrJkdWeRNBu5f2AEtNYI	2023-04-07 10:30:03	0	4	2
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Dia Mundial da Atividade Física</p> <p>Este dia pretende promover a prática de atividade física junto da população, ilustrando todos os benefícios do exercício físico. A atividade física previne o aparecimento de doenças, reduz o stress, entre outros benefícios. A recomendação é de fazer 30 minutos de exercício físico por dia.</p> <p>No entanto, e como mencionado pelo Prof. João Raposo em entrevista à HealthNews.pt, "se nós queremos que a promoção da atividade física seja uma realidade, temos de ter espaços que sejam facilitadores de as pessoas se mexerem naturalmente. (...) passeios seguros que evitem as quedas ou que diminuam o risco de quedas é muito importante; os espaços cicláveis; os espaços para os miúdos brincarem desde cedo." A promoção e a prática da atividade física é, por isso, responsabilidade de todos!</p> <p>#SPDiabetologia #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #AtividadeFisica #ExercicioFisico with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=250312794010052&set=a.223289586712373</p>	Foto	Efemérides	Sim	Facebook	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid029PmS6smWMBnXWLVz86TrgcDysHDUSBclM9LneA6P7zXkQSoKRd51haDYpgHKLfWCEI	2023-04-06 11:00:04	0	7	9
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>No dia em que foi apresentada a 10ª Edição do relatório Diabetes: Factos e Números, o Professor João Raposo, Presidente da Sociedade Portuguesa de Diabetologia e do Observatório Nacional para a Diabetes, realçou, em entrevista ao Público, as assimetrias regionais existentes em Portugal.</p> <p>Texto completo: bit.ly/40QBtjP</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #OND with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=247767507597914&set=a.223289586712373</p>	Foto	Participação nos OCS	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid05PUhnFz8ymNbrDo7hwYYesPx9AbKnnpXsQhQq9PnpyrvJoSCbzhnmcMATccpwinl	2023-04-01 11:00:04	0	10	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Já está disponível para consulta e download o relatório "Diabetes: Factos e Números", relativo aos anos 2019, 2020 e 2021: http://bit.ly/4370HfQ</p> <p>#diabetes #SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #OND with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=247364810971517&set=a.223289586712373</p>	Foto	noticias da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0W1jC6kQiCHJfDfGbk7UDE9csyz1YqFMtX8qFLjaQa1aqowrH4ApV6Aayh4fVRbNLI	2023-03-31 19:00:05	0	16	2

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O Observatório Nacional da Diabetes, da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, irá realizar amanhã, dia 31 de março, às 11h30, a apresentação pública do relatório "Diabetes: Factos e Números", relativo aos anos 2019, 2020 e 2021.</p> <p>Marque na sua agenda e acompanhe a apresentação no YouTube da SPD: bit.ly/3ZmuvSI with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=246629711045027&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid028VM2MbVgJQixj2nYsdN7BceYUJct2XPGE5YAemCnA2gY1gTUB8spGcgJHsDH21jyl	2023-03-30 09:00:04	0	21	2
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>A 2ª Corrida / Caminhada pela Diabetes decorreu no passado sábado, dia 18 de março, em Vilamoura. Nesta iniciativa que pretende sensibilizar para a importância do exercício físico no controlo e prevenção da diabetes, a procura excedeu as expectativas e as inscrições esgotaram dias antes do evento.</p> <p>A SPD agradece a todos os participantes, e à Diabetes Team Portugal, à Abbott e à Novo Nordisk por terem apoiado este evento!!</p> <p>News Farma</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPDiabetologia #19congressoportuguesdiabetes #corridapeladiabetes with 6 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02sbbuii36fV2iJ5Eakn2Dc6rDQ8t8niM2NKeHCRPA8sAcPb5bixv73jMLHMNgqFmwtl</p>	foto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02sbbuii36fV2iJ5Eakn2Dc6rDQ8t8niM2NKeHCRPA8sAcPb5bixv73jMLHMNgqFmwtl	2023-03-23 09:00:05	2	24	3
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Órgãos Sociais SPD 2023-2026</p> <p>Foram eleitos e tomaram posse, no passado dia 16 de março, os órgãos sociais da SPD para o triénio 2023-2026.</p> <p>A SPD agradece o contributo dos elementos dos órgãos sociais que cessaram as suas funções e conta com o apoio de todos os sócios neste triénio que agora se inicia.</p> <p>#spdiabetologia #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #diabetes #19congressoportuguesdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=242897041418294&set=a.223289586712373</p>	Foto	noticias da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0hpNBU3CkJenf4uzxmdhcuYe89CKG7KWopuGxBDQ5x34uCzNqenAUmJPbVYTQwwdl	2023-03-22 19:00:08	2	33	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Foram atribuídos, no #19congressoportuguesdiabetes, prémios para as melhores comunicações orais e posters. Veja a lista de premiados em: https://spd.pt/#/premios-19-congresso-portugues-de-diabetes.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=242640708110594&set=a.223289586712373</p>	Foto	outros	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0xJjk9ZiW7NQncU85KdEtanpZyY2uqm9duHBPAQshv2DCkWCrdtb6ZdEF3WLWtSEBI	2023-03-22 09:00:06	0	17	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Em entrevista ao "Jornal da Tarde", da RTP, no dia 16 de março de 2023, a Professora Doutora Mariana Monteiro, Vice-Presidente da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, realça que a pandemia diminuiu o número de rastreios da Diabetes e das suas complicações, nomeadamente nos cuidados de saúde primários. Confira no vídeo abaixo</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #ObservatorioNacionalDiabetes #OND #diabetes with a video: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/740779464392062/</p>	texto	Noticias de OCS	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02Km5VFzyhnrWYGJKuNMZQ3Khr44Y6eYbLZFcj58XDuP7HBvEx1dcjwCEN9QwVKqrI	2023-03-21 19:00:06	0	13	8

Prémios e Bolsas SPD - Resultados										
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Os resultados dos Prémios e Bolsas da Sociedade Portuguesa de Diabetologia foram divulgados na Sessão de Encerramento do 19º Congresso Português de Diabetes. Se não esteve presente, já pode consultar os resultados no link: bit.ly/3YVux3u</p> <p>A SPD felicita todos os premiados e agradece também a todos os candidatos que fizeram com que a escolha dos trabalhos premiados fosse uma árdua tarefa. (Mais fotos no site)</p> <p>News Farma</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #19congressoportuguesdiabetes with 6 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0HfJuU1i4FdcPK7V51VCVskelM5yAEAUcYGUbdx1Dg6NDMyWZeV4czrkCuyjXxUhl</p>	foto	outros	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0HfJuU1i4FdcPK7V51VCVskelM5yAEAUcYGUbdx1Dg6NDMyWZeV4czrkCuyjXxUhl	2023-03-21 09:00:05	0	24	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes, lançado oficialmente durante o 19º Congresso Português de Diabetes, pretende compilar revisões, evidências e reflexões de um grupo de profissionais especialistas na área da diabetes e em diferentes contextos. Um dos objetivos é o de contribuir para a reflexão sobre esta temática e fornecer a todos os profissionais de saúde os instrumentos e mecanismos que transformem o "simples" ato de transmitir algo numa potente arma terapêutica.</p> <p>A SPD agradece ao Grupo de Estudos de Educação (GED), aos autores, e a todos aqueles que tornaram possível a criação deste Manual.</p> <p>Mais informações e download do Manual em: http://bit.ly/40kKrWd</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #GruposdeEstudo #GED with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=241840024857329&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid033doTT8XdoYUoreYxGVAvArTaxK1hSqaCx8RJfuQBwC7o483B4b9e15RoVT38GqfXI	2023-03-20 19:00:06	0	27	8
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Foram apresentados, na Sessão de Abertura do 19º Congresso Português de Diabetes, os novos logotipos dos 14 Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.</p> <p>Assista agora também ao vídeo de apresentação: https://www.youtube.com/watch?v=pVxj-Wek3j4</p> <p>#19congressoportuguesdiabetes #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #gruposdeestudo with a video: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/901875851018824/</p>	video	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0mbmaxS75Euy7En83BUxi7WuCQ39aFpsRHqYpa5fza79XW35Tts6pj9gU1rkZ19AI	2023-03-20 09:00:13	0	6	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Realiza-se entre 16 e 18 de março, no Centro de Congressos do Algarve, em Vilamoura, o 19º Congresso Português de Diabetes que promete ser um momento importante na análise da situação da diabetes em Portugal, quer através dos cursos pré-congresso quer no que se relaciona com os temas em análise e discussão durante o encontro. Em antecipação, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) apresenta no dia 14 de março, às 18h30, via Facebook e Canal Youtube, um webinar moderado pelo Presidente da SPD, João Raposo, que conta com a presença de Hélder Ferreira (Presidente da Comissão Organizadora do Congresso); Rita Nortadas (Secretária Geral da SPD e médica diabetologista); Edite Nascimento (assistente graduada sénior de Medicina Interna; Grupo de Estudos de Educação da SPD) e Lia Vieira de Jesus (nutricionista clínica; Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD). Contamos com a sua presença.</p> <p>with a video: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/656582382893190/</p>	video	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/656582382893190/	2023-03-14 18:30:08	15	15	4

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Começa daqui a 5 minutos, junte-se a nós!</p> <p>Em antecipação ao 19º Congresso Português de Diabetes, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) apresenta terça-feira, dia 14 de março, às 18h30, via Facebook e Canal Youtube, um webinar moderado pelo Presidente da SPD, João Raposo, que conta com a presença de Hélder Ferreira (Presidente da Comissão Organizadora do Congresso); Rita Nortadas (Secretária Geral da SPD e médica diabetologista); Edite Nascimento (assistente graduada sénior de Medicina Interna; Grupo de Estudos de Educação da SPD) e Lia Vieira de Jesus (nutricionista clínica; Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD).</p>	texto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02refnjXmMrc7EaiWSn4ZDGTJcC6t3frCFCY8MSiJnFxm245iDuvZPboEdjXW1rkCul	2023-03-14 18:24:14	0	7	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>19º Congresso Português de Diabetes 16 - 18 março 2023</p> <p>Inscrições e informações em www.diabetologia2023.com</p> <p>Mensagem da Dra. Lia Vieira de Jesus, Nutricionista e Coordenadora do Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD a propósito da 19ª edição do Congresso Português de Diabetes, destacando os simpósios organizados pelos diferentes Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #19congressoportuguesdiabetes with a video: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/490797533112598/</p>	video	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0v7wn9WHG7QKVCd5hvnFybMD17zC9y84qtbJvgtf4hp3U4t9ssdsNjCiwKquqJ4u5l	2023-03-13 19:00:16	0	5	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Segundo os dados recolhidos pelo Observatório Nacional da Diabetes (OND), o número de pessoas com a doença aumentou 20%, em sete anos, e Portugal integra o top 3 da Europa em termos de prevalência.</p> <p>Em entrevista ao Diário de Notícias, o Prof. Dr. João Raposo, presidente da SPD, realça que "há anos que consideramos a diabetes um problema prioritário, que tem um plano nacional para travar o seu crescimento, mas não estamos a conseguir efetivar essa missão".</p> <p>Os dados do último relatório do OND serão divulgados no 19º Congresso Português de Diabetes, que se realiza entre 16 e 18 de março no Centro de Congressos do Algarve.</p> <p>Veja a reportagem completa em bit.ly/3mR9SQY.</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #19congressoportuguesdiabetes #observatorionacionaldiabetes #diabetes #diabetologia with 2 Attachments: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0uYCVReRoQaSiNyV5xgUwWVsBwrdX1GpVbLBBTA3Wb3nrA4mwF7ihjUxdwSkair2dl</p>	foto	Participação nos OCS	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0uYCVReRoQaSiNyV5xgUwWVsBwrdX1GpVbLBBTA3Wb3nrA4mwF7ihjUxdwSkair2dl	2023-03-13 12:00:08	0	6	5
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Em antecipação ao 19º Congresso Português de Diabetes, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) apresenta terça-feira, dia 14 de março, às 18h30, via Facebook e Canal Youtube, um webinar moderado pelo Presidente da SPD, João Raposo, que conta com a presença de Hélder Ferreira (Presidente da Comissão Organizadora do Congresso); Rita Nortadas (Secretária Geral da SPD e médica diabetologista); Edite Nascimento (assistente graduada sénior de Medicina Interna; Grupo de Estudos de Educação da SPD) e Lia Vieira de Jesus (nutricionista clínica; Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD).</p> <p>Contamos com a sua presença!</p>	texto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid036EHxxQZ56W5tGtKUoo6etSGbixjXvdN47WU5hxiMRRTCBnJXpMLbitbUbRD4X2bPI	2023-03-11 23:34:22	0	10	0

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	Realiza-se entre 16 e 18 de março, no Centro de Congressos do Algarve, em Vilamoura, o 19º Congresso Português de Diabetes que promete ser um momento importante na análise da situação da diabetes em Portugal, quer através dos cursos pré-congresso quer no que se relaciona com os temas em análise e discussão durante o encontro. Em antecipação, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) apresenta no dia 14 de março, às 18h30, via Facebook e Canal Youtube, um webinar moderado pelo Presidente da SPD, João Raposo, que conta com a presença de Hélder Ferreira (Presidente da Comissão Organizadora do Congresso); Rita Nortadas (Secretária Geral da SPD e médica diabetologista); Edite Nascimento (assistente graduada sénior de Medicina Interna; Grupo de Estudos de Educação da SPD) e Lia Vieira de Jesus (nutricionista clínica; Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD). Contamos com a sua presença	texto	Eventos da Associação	Não		https://www.facebook.com/events/732186058403703/	2023-03-10 20:04:06	0	6	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	19º Congresso Português de Diabetes 16 - 18 março 2023 Inscrições e informação em www.diabetologia2023.com Mensagem da Dra. Rita Nortadas, Secretária-Geral da SPD a propósito da 19ª edição do Congresso Português de Diabetes, destacando a importância dos cursos Pré-Congresso, este ano focados na perfusão subcutânea contínua de insulina, insuficiência cardíaca, doença renal e investigação em diabetes. #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #19congressoportuguesdiabetes with a video: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/737334428030700/	video	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid036AocGhvQHPXuX2KRtoJmc6oRdRCEKAHGq6vcJesKpSRUM46hZJ2aK9xVUzFofYvczl	2023-03-10 17:30:11	0	7	3
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	19º Congresso Português de Diabetes 16 - 18 março 2023 Inscrições e informação em www.diabetologia2023.com Mensagem da Professora Ana Escoval a propósito da 19ª edição do Congresso Português de Diabetes, destacando a importância do Congresso, "não só para os profissionais de saúde, como também para a comunidade académica, para os pacientes e para as suas associações". #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #19congressoportuguesdiabetes with a video: https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/videos/195944829717257/	video	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0aT2WYzvdBv76GSMBQsMmYnneYRt8Az36hxakEv5PaHzLFdYd8KzBxBpPJc9RigZPI	2023-03-09 19:00:10	0	3	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	Em entrevista à HealthNews.pt, o Professor Joao Raposo, além de explicar por que são necessárias medidas eficazes de #prevenção da #diabetes, faz uma antevisão do 19.º Congresso Português de Diabetes. Os cursos pré-congresso abordarão temas atuais e centrais na gestão da diabetes e as sessões de abertura e encerramento focar-se-ão na diabetes no contexto de emergência humanitária e na literacia em saúde, respetivamente. with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=235230662184932&set=a.223289586712373	Foto	Participação nos OCS	sim	facebook	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0zX4SNwLnLdabX4ZsMeD3KLuSaDzFYbhVq3VfRYTfLkpS4BTW8V85u1o6tQGGtCAl	2023-03-08 19:00:05	0	8	2

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O presidente da Comissão Organizadora do 19.º Congresso Português de Diabetes, Dr. Hélder Ferreira, apela, em entrevista à News Farma, à participação para um encontro com temas "um pouco esquecidos", como a saúde mental, sexual e oral na pessoa com diabetes. Com o objetivo de "manifestar a troca e partilha de conhecimento para melhorar o atendimento a pessoas com diabetes", o 19.º Congresso Português de Diabetes decorre de 16 a 18 de março, no Centro de Congressos do Algarve, em Vilamoura.</p> <p>Ver o vídeo bit.ly/3ZalziH</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #19congressoportuguesdiabetes #mydiabetes #newsfarma with a story: https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fbit.ly%2F3ZalziH&h=AT0dcRg2B8KLpBALnMSw7Rj2R1rXpxmWbBw691yUI_Ht2XjyYXlhVBhDlyYR-yx0BgR1EZ8tNR16-JbdBO_kW7euHZPMAxlut0e3le688Bj-dO-3GjWCo5okTTWPKet61VSYi84fcw&s=1</p>	texto	Participação nos OCS	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0oS46waNbaLkdvdFeBwsKXiStKkvXRbWfbwYwo6K5r7L7FZTxCYdumdCpofi7z4l	2023-03-02 19:00:08	0	4	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Em entrevista à MyDiabetes News Farma, o Prof. Doutor João Raposo faz a antevisão do 19.º Congresso Português de Diabetes, que se realiza no Centro de Congressos do Algarve já este mês, de 16 a 18 de março.</p> <p>Ver o artigo completo bit.ly/41DrwY0</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #19congressoportuguesdiabetes #mydiabetes #newsfarma with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=231286129246052&set=a.223289586712373</p>	Foto	Participação nos OCS	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02DMGNZw7kFde1DTEZpuTP5GvYzLVvuFZ7Bv4G9TwqTuYiQAKmqUfcSuitbwa51zl	2023-03-01 19:01:55	0	8	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Falta 1 Mês - 19º Congresso Português de Diabetes</p> <p>Junte-se a nós e não perca: Cursos Pré-Congresso (inscrições em www.diabetologia2023.com): - Novas tecnologias avançadas na diabetes: PSCI - Diabetes e Rim - Diabetes e Insuficiência cardíaca - Diabetes: Investigação inspirada no passado, voltada para o futuro 2.ª Corrida/Caminhada pela Diabetes (inscrições em bit.ly/3Xe8gxa)</p> <p>Mais informações, inscrições e programa disponíveis em: www.diabetologia2023.com #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #19CongressoPortuguesDiabetes #CorridaPelaDiabetes #diabetesteampt with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=227432169631448&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0MPeVoVqbMUUUnmOkz2iNbkXQsx3unV4S53Kva3niDBkd9w96zLAWCwYKajjhaA7VI	2023-02-16 16:00:04	0	6	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O Curso Pré-Congresso Diabetes: Investigação inspirada no passado, voltada para o futuro abordará desafios atuais na investigação em diabetes. O curso decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve.</p> <p>Inscreva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=226821866359145&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0NF8LeYNbk11yejMpN5spqaxiwt7fNjG4Li9QFaVjwFMBTd3ZSzZBih5NbmVY66Hw2l	2023-02-13 12:00:00	0	2	0

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O Curso Pré-Congresso de Diabetes e Insuficiência Cardíaca incidirá sobre os riscos associados à insuficiência cardíaca na diabetes e serão apresentados e discutidos casos clínicos relacionados com as patologias. O curso decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve, com o apoio da BIAL.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=226814633026535&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid028nVVTQzJV8LMKHa1dAreduoxGSJVNdk3zWcDaa4rEn77xQ1ae58KNyZWbyqSqFeNI	2023-02-13 11:00:04	0	1	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O Curso Pré-Congresso de Diabetes e Rim abordará diferentes desafios da doença renal crónica, nomeadamente a estratificação do risco, os tratamentos e as melhores práticas. O curso decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve, com o apoio da BIAL.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=226806716360660&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02PUL9LDvPmVxi3y6iquTTHfW76HpZynYUUPH32MeQp8cBGUWHvHvS1DRbNTP2A5WI	2023-02-13 10:00:02	0	4	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>O Curso Pré-Congresso de Novas Tecnologias Avançadas da Diabetes incidirá sobre a perfusão subcutânea contínua de insulina e decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve, com o apoio da Menarini Diagnósticos.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=226800433027955&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid02E5vFVACygiJTiVFT3o59syeKZhoUW2F34mWt42Sya3XZ13PkEqkprLett a4CPUU	2023-02-13 09:00:02	0	1	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Cursos Pré-Congresso - 19º Congresso Português de Diabetes</p> <p>Estão abertas as inscrições para os Cursos Pré-Congresso, que decorrerão na manhã de 16 de março de 2023.</p> <p>Novas tecnologias avançadas na diabetes: PSCI Diabetes e Rim Diabetes e Insuficiência cardíaca Diabetes: Investigação inspirada no passado, voltada para o futuro</p> <p>Inscrições em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #19congressoportuguesdiabetes with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=226445276396804&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0QjcU6ftRyqP8VUYKctFbhC7wY1jXNPJw6Fxxw5jMA9SJD1LNa4G26cJntRu9hZbVI	2023-02-11 12:00:04	0	12	1
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>EASD2023 - Submissão de Resumos</p> <p>Encontra-se disponível, até dia 1 de abril, a submissão de resumos para o 59º Encontro Anual da European Association for the Study of Diabetes, que decorrerá em Hamburgo entre 2 e 6 de outubro de 2023.</p> <p>Mais informações em: https://www.easd.org/</p> <p>#easd2023 #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #abstract with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=226084746432857&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Sim	website	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0hgMBurzfEMUB8jKscrX6j1Cu4CFpTTRQCfXfj1ucEJnwaaNfg3pvKXpJX4fz3Vkl	2023-02-09 12:00:02	0	3	0

Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>2ª Corrida pela Diabetes - Inscrições abertas!</p> <p>A Sociedade Portuguesa de Diabetologia, no âmbito do 19º Congresso Português de Diabetes, organiza a 2ª Corrida pela Diabetes, com o apoio da Diabetes Team Portugal, da Abbott e da Novo Nordisk.</p> <p>A prova realizar-se-á no dia 18 de Março (sábado), pelas 8h30 da manhã, com partida na Marina de Vilamoura. A caminhada terá uma distância de 5km, e a corrida será de 10km.</p> <p>Inscrições gratuitas em: https://jesusevents.pt/InscricoesOut/420/439.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #19CongressoPortuguesDiabetes #CorridaPelaDiabetes #diabetesteampt #Abbott #NovoNordisk with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=225493316492000&set=a.223289586712373</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0dnmMeXppXNSh2QCwU4RNtM8jEjFXDwEhKVmne3AnYAEgyPXGFhUXmQjpCD6zTM3Tpt	2023-02-06 08:30:01	0	12	0
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Submissão Resumos 19º Congresso Português de Diabetes</p> <p>Tem até domingo, dia 5 de fevereiro, para submeter resumos para o 19º Congresso Português de Diabetes, que se realiza de 16 a 18 de março de 2023 no Centro de Congressos do Algarve.</p> <p>Mais informações em www.diabetologia2023.com with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=224777323230266&set=a.223289586712373</p>	Foto	Informações Gerais	Não		https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid08Mp2QqKQ7AruGkBGJzycpm3FbDXqP3BgBftDVpbdkHD91Xe8sd4jnCG3BxBjifi	2023-02-02 16:00:03	0	7	2
Sociedade Portuguesa de Diabetologia	<p>Webinar "O Olho na Diabetes"</p> <p>Dia 23 de janeiro, entre as 15h e as 18h, participe neste webinar organizado pela Sociedade Portuguesa de Diabetologia com a colaboração da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia, a Associação Pan-Americana de Oftalmologia (PAAO) e a APDP Diabetes.</p> <p>A inscrição é gratuita mas obrigatória.</p> <p>Mais informações, programa e inscrições em http://bit.ly/3ZTCkka #SPDiabetologia #webinar #diabetes #olho #oftalmologia with a Photo: https://www.facebook.com/photo/?fbid=641446597756999&set=a.115948426973488</p>	Foto	Eventos da Associação	Sim	website spd	https://www.facebook.com/SociedadePortuguesaDiabetologia/posts/pfbid0241KKu3UJHXoJCU3YraDXwJBMDJ7BLmFVELLdtc9Szk1EW99ayeXnT2ds9o6baBxXpl	2023-01-17 19:13:44	0	10	15

Anexo M- Quadro de Análise da atividade da APDP no Instagram

Autor	Conteúdo	Tipo	Tema	Data	nº de reações	nº de comentários	Post URL	nº de Visualizações
Apdpdiabetes	<p>Focados em chutar a diabetes para fora de campo, várias crianças com diabetes tipo 1 acompanharam os jogadores do Sport Lisboa e Benfica e do AVS Futebol na entrada para o encontro da Taça da Liga na quinta-feira, 21 de dezembro, no Estádio da Luz.</p> <p>A ação resultou de uma parceria entre o SL Benfica e a APDP.</p> <p>Muito obrigado ao SLBenfica por proporcionar esta experiência às nossas crianças!</p> <p>Saiba mais https://apdp.pt/criancas-com-diabetes-entram-em-campo-com-jogadores-do-benfica-e-do-avs/</p>	Foto	Participação em Eventos	Fri, 22 Dec 2023 15:26:58 GMT	209	4	https://www.instagram.com/p/C1KQnh8ocPF/	
Apdpdiabetes	<p>Crianças com diabetes tipo 1 seguidas na APDP entram em campo com jogadores do Benfica e do AVS</p>	Video	Participação em Eventos	Fri, 22 Dec 2023 14:49:53 GMT	251	9	https://www.instagram.com/p/C1KMU4KtO9I/	1676
Apdpdiabetes		Foto	Noticias da Associação	Fri, 22 Dec 2023 14:37:08 GMT	25	0	https://www.instagram.com/p/C1KK6eWvCBO/	
Apdpdiabetes	<p>Natal na Terra dos Sonhos: um dia de muita diversão para as crianças da APDP</p> <p>No passado dia 14 de dezembro, o Departamento de Crianças e Jovens da APDP regressou à sede da Associação Terra dos Sonhos para celebrar a tão aguardada Festa de Natal.</p> <p>À espera das crianças estavam muitas atividades, jogos de apresentação, jogos tradicionais e de mesa, tiro ao alvo, e um lanche delicioso. A tarde culminou com a chegada triunfante do Pai Natal.</p> <p>Muito obrigada Terra dos Sonhos!</p> <p>Saiba mais https://apdp.pt/natal-na-terra-dos-sonhos/</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 19 Dec 2023 14:46:19 GMT	107	4	https://www.instagram.com/p/C1CdIFtoKIG/	
Apdpdiabetes	<p>SÁBADO DESPORTIVO</p> <p>É já este sábado, dia 16 de dezembro, que voltamos ao Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, para mais uma manhã desportiva, a última que a APDP organizará em 2023.</p> <p>Das 10h00 às 12h30, com o ponto de encontro na entrada do Parque mais perto do Metro (linha amarela).</p> <p>para pessoas com diabetes de todas as idades.</p> <p>treino em grupo, com a professora Dora Sol.</p> <p>não esquecer de levar garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas agradecemos a sua inscrição para os contactos: carla.trincheiras@apdp.pt ou 21381612.</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 13 Dec 2023 19:00:47 GMT	14	0	https://www.instagram.com/p/C0zd7khtnx1/	

Apdpdiabetes	<p>João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP, é um dos palestrantes da Cimeira de Alto Nível sobre sistemas de saúde e co-organizada pela OMS/Europa, o Ministério dos Assuntos Sociais da Estónia e o Observatório Europeu de Sistemas e Políticas de Saúde.</p> <p>Esta Cimeira, intitulada “Confiança e transformação: sistemas de saúde resilientes e sustentáveis para o futuro”, comemora os 15 anos da Carta de Tallinn: Sistemas de Saúde para a Saúde e a Prosperidade, que reafirma e adota os valores consagrados em anteriores cartas, convenções e declarações.</p> <p>O objetivo da Carta de Tallinn é o de confirmar o compromisso dos Estados-Membros da Região Europeia da Organização Mundial da Saúde em melhorar a saúde das populações através do reforço dos sistemas de saúde, reconhecendo as diversidades sociais, culturais e económicas.</p>	Foto	Eventos de Outras Instituições	Wed, 13 Dec 2023 12:54:48 GMT	56	2	https://www.instagram.com/p/C0y0DJ7od9_/	
Apdpdiabetes	<p>O @nucleojovem_apdp esteve na Escola Secundária da Amadora e no Colégio de Santa Maria com o projeto "Ter Diabetes tipo 1 na Escola". Foram abrangidas 7 turmas, quase 200 alunos do 5.º ao 10.º anos. O projeto consiste em realizar sessões informativas sobre viver com diabetes, em turmas que tenham alunos com diabetes tipo 1. Os moderadores são membros do Núcleo Jovem APDP, que também têm diabetes.</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 30 Nov 2023 16:59:18 GMT	62	1	https://www.instagram.com/p/C0Rxs_i_U4J/	
Apdpdiabetes	<p>HIGH LEVEL TECHNICAL SUMMIT</p> <p>No segundo dia da Cimeira de Alto Nível a decorrer em Belgrado, na Sérvia, João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP e membro do Board da IDF Europa, moderou a sessão: “Como criar um sistema de cuidados mais centrado nas pessoas com diabetes?”</p> <p>Esta reunião, promovida pela Organização Mundial da Saúde-Europa e pela Federação Internacional da Diabetes-Europa, tem como objetivo “Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados”.</p> <p>#apdpdiabetes #OMSEurope #IDFEurope #advocacy #diabetismellitus</p>	Foto	Participação em Eventos	Wed, 29 Nov 2023 10:20:31 GMT	37	0	https://www.instagram.com/p/C0OfQ5totVV/	
Apdpdiabetes	<p>HIGH LEVEL TECHNICAL SUMMIT</p> <p>Hoje, durante a Cimeira de Alto Nível, a decorrer em Belgrado, Sérvia, com o objetivo de discutir planos de ação que abordem a diabetes na Europa, foi assinada a declaração conjunta entre a Organização Mundial da Saúde e a Federação Internacional da Diabetes, para “Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados”.</p> <p>#apdpdiabetes #omseurope #IDFEurope</p>	Foto	Participação em Eventos	Tue, 28 Nov 2023 17:07:22 GMT	53	1	https://www.instagram.com/p/COMpB47tW3t/	
Apdpdiabetes	<p>Alexandra Costa tem diabetes tipo 1 e promete não deixar que a diabetes interrompa a sua vida. Ela é um testemunho e uma inspiração de como se pode viver uma vida normal se a diabetes for bem controlada e tratada.</p>	Video	Outras	Tue, 28 Nov 2023 16:10:43 GMT	159	12	https://www.instagram.com/p/COMifPvr1IV/	1607

Apdpdiabetes	<p>HIGH LEVEL TECHNICAL SUMMIT</p> <p>Os especialistas da APDP, João Filipe Raposo, José Manuel Boavida e Rita Nortadas, estão hoje e amanhã, em Belgrado, Sérvia, a participar na Cimeira de Alto Nível da Organização Mundial da Saúde (OMS)-Europa, sob o tema “Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados”.</p> <p>Esta iniciativa, promovida pela OMS em parceria com a Federação Internacional da Diabetes-Europa, pretende discutir como tornar a diabetes uma prioridade na era da permacrise. Tem como objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> relembrar os compromissos assumidos pela ONU, OMS e UE, sobre diabetes; analisar o progresso em direção às Metas Globais da Diabetes; apresentar intervenções baseadas em evidência; empoderar e envolver as pessoas que vivem com diabetes para gerar recomendações e resultados que reflitam as suas necessidades e preferências; produzir uma declaração para servir como instrumento de advocacia e apelo à ação. <p>#diabetesmellitus #advocacy #apdpdiabetes #IDFEurope</p>	Foto	Participação em Eventos	Tue, 28 Nov 2023 12:15:38 GMT	71	3	https://www.instagram.com/p/COMHpJmIGBF/	
Apdpdiabetes	<p>Alexandra Costa, coordenadora do @nucleojovem_apdp foi entrevistada pela Organização Mundial da Saúde (OMS)/Europa, no âmbito da Cimeira Técnica de Alto Nível “Acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados” organizada pela OMS/Europa e pela Federação Internacional de Diabetes (IDF) Europa.</p> <p>Os participantes na cimeira reúnem-se dias 28 e 29 de novembro de 2023 em Belgrado, na Sérvia, para discutir como tornar a diabetes uma prioridade na era da permacrise.</p> <p>Leia a entrevista completa aqui https://www.who.int/europe/news-room/feature-stories/item/it-s-important-to-me-that-diabetes-doesn-t-interrupt-my-life</p> <p>@alexandramfcosta</p>	Foto	Participação nos ocs	Mon, 27 Nov 2023 14:41:58 GMT	116	4	https://www.instagram.com/p/C0JzmCco4Nx/	
Apdpdiabetes	Caminhada Lisboa 2023	Video	Eventos da Associação	Sat, 25 Nov 2023 18:06:37 GMT	121	6	https://www.instagram.com/p/C0FBZmjsVM3/	1023
Apdpdiabetes	5.º CONGRESSO NACIONAL DA APDP - 484 participantes! Obrigado por estarem connosco. #apdpdiabetes #centroismaili	Foto	Eventos da Associação	Fri, 24 Nov 2023 17:20:09 GMT	74	2	https://www.instagram.com/p/C0CXT_isnc_/	

Apdpdiabetes	<p>5.º CONGRESSO NACIONAL DA APDP</p> <p>Momentos fotográficos do evento científico que a APDP está a promover no Centro Ismaili, em Lisboa.</p> <p>"Como comunicar na vida e na saúde", "O Coração da Diabetes", "Para além da diálise", "Obesidade", "Diabetes tipo 1 hoje e amanhã" e "Podemos mudar o futuro da diabetes tipo 2?" são alguns dos temas abordados nas sessões plenárias.</p> <p>#apdpdiabetes #centroismailisboa</p>	Foto	Eventos da Associação	Fri, 24 Nov 2023 15:08:46 GMT	87	0	https://www.instagram.com/p/COcIRtcoUAf/	
Apdpdiabetes	<p>5.º CONGRESSO NACIONAL DA APDP</p> <p>Mensagem do Ministro da Saúde, Dr. Manuel Pizarro, endereçada aos participantes do 5.º Congresso Nacional da APDP.</p>	Video	Eventos da Associação	Fri, 24 Nov 2023 14:37:15 GMT	63	4	https://www.instagram.com/p/COCEhtFKbZb/	557
Apdpdiabetes	<p>Tudo a postos para o 5.º Congresso Nacional da APDP!</p> <p>O evento começa amanhã às 10h00, com os cursos pré-congresso, e prolonga-se durante a tarde de quinta-feira e todo o dia de sexta-feira.</p> <p>Que seja um momento muito frutífero de troca de experiências e conhecimento entre profissionais de saúde</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 22 Nov 2023 11:00:22 GMT	54	1	https://www.instagram.com/p/Cz8iQk6p9s_/	
Apdpdiabetes	<p>ASSINATURA DE PROTOCOLO CASA DA DIABETES NA COVILHÃ</p> <p>A APDP assinou um protocolo de colaboração com a Câmara Municipal da Covilhã e com a Associação de Diabéticos da Serra da Estrela, que garante a cooperação financeira para a implementação do Projeto "Casa da Diabetes" no Município.</p> <p>Este projeto tem como objetivo promover a capacitação das pessoas com diabetes para a autogestão e utilização dos conhecimentos adquiridos no processo de decisão informada, contribuindo para a melhoria da compensação da diabetes, vigilância periódica e dos comportamentos alimentares e de atividade física, com a consequente promoção da saúde e da qualidade de vida.</p>	Foto	Noticias da Associação	Wed, 22 Nov 2023 09:38:50 GMT	80	2	https://www.instagram.com/p/Cz8Y7akt3Vv/	
Apdpdiabetes	<p>Falta apenas uma semana para o 5.º Congresso Nacional da APDP!</p> <p>Como já é habitual neste evento reservado a profissionais de saúde, a diabetes será abordada de forma holística, procurando juntar as várias partes que contribuem para um objetivo comum: melhorar os resultados em saúde e a vida das pessoas que vivem com a doença.</p> <p>Inscreva-se no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 16 Nov 2023 20:00:18 GMT	35	0	https://www.instagram.com/p/CzuDR1mhEgB/	

Apdpdiabetes	<p>A Caminhada Noturna pelos Miradouros de Lisboa, que assinala o mês da Diabetes, realiza-se no dia 25 de novembro (sábado) das 17h00 às 20h00, partindo da Rua D. Luís I, n.º 10 e terminando na Praça do Comércio.</p> <p>Para inscrição, basta indicar o número de pessoas que vão à caminhada através do telefone: 218173668.</p> <p>Trata-se de um percurso de cerca de 5 km, passando pelos Miradouros de Santa Catarina, São Pedro de Alcântara e do Elevador de Santa Justa.</p> <p>Pretende-se com esta atividade chamar a atenção para a diabetes e para o seu impacto na vida das pessoas e famílias, proporcionando uma experiência motivadora para a prática regular de exercício, fundamental para a saúde na diabetes.</p> <p>Sabe o seu risco de ter diabetes tipo 2? Veja como em: apdp.pt/diabetes/saiba-o-seu-risco/ #WorldDiabetesDay #KnowYourRisk</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 16 Nov 2023 17:52:55 GMT	65	3	https://www.instagram.com/p/Czt0s-DMPiT/
Apdpdiabetes	<p>A Diabetes Não Escolhe Adversários</p> <p>O FC Arouca e APDP uniram-se na consciencialização para o Dia Mundial da Diabetes (14 de novembro)</p> <p>Na partida frente ao SC Braga, a equipa entrou com camisolas alusivas a uma doença que, em 2021, afetou cerca de 14,1% da população portuguesa entre os 20 e os 79 anos, isto é, cerca de 1,1 milhões de portugueses</p> <p>#LobosDeArouca #AmorEPaixao #WorldDiabetesDay</p>	Foto	Efemérides	Tue, 14 Nov 2023 13:59:57 GMT	613	9	https://www.instagram.com/p/CzoQc3S1x3i/
Apdpdiabetes	<p>Diabetes: Saiba o seu risco, saiba o que fazer</p> <p>1 em cada 10 adultos tem diabetes em todo o mundo. Quase metade não sabe que a tem. Mais de 90% tem diabetes tipo 2. Saber o seu risco e o que fazer é importante para prevenir, diagnosticar e tratar. Em muitos casos, a diabetes tipo 2 e as suas consequências podem ser atrasadas ou prevenidas pela adoção e manutenção de estilos de vida saudáveis.</p> <p>Sabe o seu risco? Veja como no link da bio "Saiba o seu risco"</p> <p>#WorldDiabetesDay #KnowYourRisk</p>	Foto	Prevenção da Doença	Tue, 14 Nov 2023 09:00:42 GMT	108	0	https://www.instagram.com/p/CznuM9CqiXO/
Apdpdiabetes	<p>As múltiplas complicações da diabetes (ocular, cardiovascular, renal, etc.) vão ser analisadas e discutidas no 5.º Congresso Nacional da APDP, que se realiza em Lisboa, a 23 e 24 de novembro.</p> <p>Mas o programa inclui muitos outros tópicos, desde a comunicação com o doente à ecologia humana, passando pelas ferramentas digitais e pelos padrões alimentares alternativos.</p> <p>Inscreeva-se no link da bio.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Sat, 11 Nov 2023 12:00:13 GMT	59	2	https://www.instagram.com/p/CzgUXWCJMfr/

Apdpdiabetes	<p>Ainda não submeteu o seu resumo ao 5.º Congresso Nacional da APDP? Tem até ao final do dia de amanhã, dia 10 de novembro, para o fazer.</p> <p>Submeta o seu resumo no link da bio</p> <p>Pode encontrar as normas de submissão no mesmo link. Exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 09 Nov 2023 18:00:36 GMT	11	0	https://www.instagram.com/p/Czb0A7kqTjr/	
Apdpdiabetes	<p>A área da diabetes está em constante evolução – e a necessidade de atualização é uma realidade para os profissionais de saúde que se dedicam a ela.</p> <p>No 5.º Congresso Nacional da APDP, que se realiza em Lisboa, a 23 e 24 de novembro, encontra um programa abrangente proporcionado por um grupo de especialistas nacionais e internacionais.</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 07 Nov 2023 18:00:38 GMT	41	1	https://www.instagram.com/p/CzWqbinsFnN/	
Apdpdiabetes	<p>Concerto de Sérgio Nascimento - "Glico-Eu", e filmagem de videoclip</p> <p>10 de novembro - 21 horas - Grande Auditório do Fórum Maia</p> <p>Entrada gratuita!</p> <p>Sérgio Nascimento é um multi-instrumentista, compositor e produtor nascido no Porto. De momento, está a gravar o seu primeiro álbum, "Contraste", com o apoio da SPA - Sociedade Portuguesa de Autores, a estrear em Fevereiro de 2024, depois do lançamento do single "Vai", em 2021, um tema de apoio ao seu irmão e atleta Carlos Nascimento, aquando da sua participação nos Jogos Olímpicos de Tóquio, nesse mesmo ano.</p> <p>Para esta atuação, prepara o lançamento do seu segundo single "Glico-Eu", um tema alusivo à diabetes tipo 1, que vive na primeira pessoa.</p> <p>No concerto que dará no Fórum Maia, dia 10 de novembro, às 21 horas, além de uma atuação em banda com temas originais que farão parte do seu primeiro álbum, serão captadas imagens para o videoclip do referido tema, com participação do público presente.</p>	Foto	Informações Gerais	Sat, 04 Nov 2023 21:00:18 GMT	14	0	https://www.instagram.com/p/CzPQm0vJhfL/	
Apdpdiabetes	<p>A indústria farmacêutica e de dispositivos médicos tem sido uma parceira indispensável da APDP em muitas das suas atividades inovadoras, na formação de profissionais de saúde, no apoio à investigação e em intervenções na comunidade.</p> <p>A APDP agradece a todas as companhias que estão a tornar possível a concretização do seu 5.º Congresso Nacional.</p> <p>Mais informações sobre o evento no link da bio.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Video	Eventos da Associação	Fri, 03 Nov 2023 10:05:00 GMT	36	0	https://www.instagram.com/p/CzLgzLbKf5L/	407

Apdpdiabetes	<p>Se é profissional de saúde, não perca a oportunidade de submeter o seu resumo ao 5.º Congresso Nacional da APDP, até 10 de novembro.</p> <p>Submeta o seu resumo no link da bio</p> <p>Pode encontrar as normas de submissão no mesmo link.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 31 Oct 2023 15:31:53 GMT	11	0	https://www.instagram.com/p/CzEX19Rouf7/
Apdpdiabetes	<p>Sábados Desportivos da APDP: este sábado, dia 21 de outubro, vamos estar no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, para mais uma manhã de atividade física.</p> <p>O encontro é às 10h na entrada do Parque mais perto do Metro (linha amarela).</p> <p>para pessoas com diabetes de todas as idades.</p> <p>treino em grupo, ao ar livre, com a professora Dora Sol.</p> <p>leve garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas agradecemos a sua inscrição para os contactos:</p> <p>carla.trincheiras@apdp.pt</p> <p>21 381 61 12</p> <p>#diabetesmellitus #exercíciofísico #apdpdiabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 18 Oct 2023 10:02:43 GMT	21	1	https://www.instagram.com/p/CyiT1owoz-A/
Apdpdiabetes	<p>UNIR A COMUNIDADE DE JOVENS ADULTOS COM DIABETES PARA IMPULSIONAR MUDANÇAS</p> <p>O 2023 IDF EUROPE YOURAH FORUM será realizado em Lisboa, Portugal, de sábado, 21 de outubro, às 9h, até domingo, 22 de outubro, às 14h. A APDP e os Portuguese Youth Leadership Camp Alumni acolhem este primeiro evento organizado pela @idfeurope .</p> <p>Contaremos com palestrantes excecionais, sessões focadas em brainstorming e trabalho de equipa, com o objetivo de unir a comunidade jovem com diabetes, já líderes nos seus países, para impulsionar a mudança na Europa.</p> <p>#UnitedYouth4Diabetes #YOURAHFORUM2023 #IDFEUROPE</p>	Foto	Participação em Eventos	Mon, 16 Oct 2023 11:42:56 GMT	25	0	https://www.instagram.com/p/CydVt83sase/
Apdpdiabetes	<p>Se esperar pela segunda-feira vai perder a oportunidade de se inscrever por um valor mais simpático</p> <p>Não fique de fora do 5.º Congresso Nacional da APDP, o evento no qual a diabetes será debatida numa perspetiva holística pelos profissionais que lidam diariamente com a doença nas suas diversas dimensões.</p> <p>Inscreeva-se no link da bio.</p> <p>Evento exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Participação em Eventos	Fri, 13 Oct 2023 17:00:50 GMT	22	0	https://www.instagram.com/p/CyWLtjAqtsS/

Apdpdiabetes	<p>Por trás do 5.º Congresso Nacional da APDP está uma equipa de profissionais experientes e dedicados à partilha de conhecimento na área da diabetes. Conheça a equipa, totalmente formada por elementos da casa:</p> <p>Carolina Neves, endocrinologista Dulce do Ó, enfermeira Isabel Correia, enfermeira João Filipe Raposo, diretor clínico José Manuel Boavida, presidente Luís Gardete Correia, endocrinologista Rita Nortadas, diabetologista e internista Rogério Ribeiro, project manager</p> <p>O 5.º Congresso Nacional da APDP decorre a 23 e 24 de novembro, no Centro Ismaili, em Lisboa.</p> <p>Se é profissional de saúde, inscreva-se no link da bio.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 11 Oct 2023 17:00:40 GMT	89	2	https://www.instagram.com/p/CyRC Gt4s-Ez/
Apdpdiabetes	<p>Decorreu nos dias 29 e 30 de setembro, no Centro de Congressos do Estoril, o Global Health Forum, que reuniu mais de 2000 especialistas de diferentes áreas, nacionais e internacionais, para discutir as questões que moldam o futuro da saúde numa perspetiva multidisciplinar e integrada para garantir Saúde para Todos.</p> <p>Este evento teve como objetivo aumentar a consciência "individual e colectiva" sobre o "papel dos cuidados de saúde como elemento fundamental do desenvolvimento económico, da coesão social e do bem-estar e segurança dos cidadãos.</p> <p>Durante a sessão de encerramento foram entregues pelos deputados Maria Antónia Almeida Santos e João Carlos Dias Coelho os primeiros Global Health Awards, que premiaram três associações de doentes em Portugal: a Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal (APDP), a Associação Andar e a Associação Ajuda de mãe.</p> <p>A APDP esteve representada no evento pelo médico e adjunto do Diretor Clínico, Bruno Almeida.</p>	Foto	Participação em Eventos	Tue, 10 Oct 2023 13:24:39 GMT	64	1	https://www.instagram.com/p/CyOElwLlKGZ/
Apdpdiabetes	<p>É profissional de saúde e tem interesse na área da diabetes?</p> <p>No 5.º Congresso Nacional da APDP, terá acesso a um amplo painel de especialistas com visões complementares sobre as diferentes vertentes da doença. O evento será não só um momento de atualização científica sobre a dimensão clínica da diabetes, mas também uma reflexão sobre as dimensões social e económica.</p> <p>No dia 16 de outubro os valores de inscrição vão aumentar</p> <p>Aproveite e inscreva-se já no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 09 Oct 2023 17:03:27 GMT	28	0	https://www.instagram.com/p/CyL41ZKMoe4/

Apdpdiabetes	<p>Se é profissional de saúde com interesse na área da diabetes, tem até amanhã (1 de outubro) para se inscrever no 5.º Congresso Nacional da APDP beneficiando de um preço especial.</p> <p>Inscriva-se já no link da bio</p> <p>A partir de dia 2 de outubro, os valores de inscrição vão aumentar, quer para a participação no evento, quer para a inscrição nos 3 cursos pré-congresso (Insulinoterapia, Pé Diabético e Neuropatia, e Vacinação).</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Sat, 30 Sep 2023 15:00:06 GMT	16	0	https://www.instagram.com/p/Cx0fj_noEuX/
Apdpdiabetes	<p>O diretor clínico da APDP, João Filipe Raposo, foi orador convidado do Workshop "Therapeutic Patient Education Guideline and T2 Diabetes Patients Pathway", promovido pela Organização Mundial da Saúde, na Geórgia.</p>	Foto	Participação em Eventos	Fri, 29 Sep 2023 17:00:14 GMT	55	0	https://www.instagram.com/p/CxylhExo0_z/
Apdpdiabetes	<p>Fotoreportagem Sábado Bombástico</p> <p>Sábado passado, 25 pessoas com diabetes e profissionais de saúde juntaram-se para uma caminhada pelo centro de Lisboa, seguida de um momento de convívio e piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Esta iniciativa foi organizada pelo Departamento de Bombas de Adultos da APDP.</p>	Foto	Eventos da Associação	Fri, 29 Sep 2023 10:12:27 GMT	107	3	https://www.instagram.com/p/CxxZ2aloj9d/
Apdpdiabetes	<p>Como doença de causa multifatorial e multissistémica, a diabetes beneficia de uma abordagem integrada e multidisciplinar.</p> <p>Esta é a matriz do programa científico do 5.º Congresso Nacional da APDP, que decorre em Lisboa, de 23 a 24 de novembro.</p> <p>Descubra os temas selecionados no link da bio</p> <p>Evento exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 26 Sep 2023 17:00:10 GMT	49	1	https://www.instagram.com/p/CxqaH3HINUg/
Apdpdiabetes	<p>Comer Melhor, Viver Melhor</p> <p>Queremos conhecer os seus hábitos e atitudes alimentares! (para quem vive com diabetes tipo 2)</p> <p>Ajude-nos a ajudá-lo/a, para ficarmos a conhecer melhor os seus hábitos e atitudes alimentares, preenchendo o nosso questionário no link da bio.</p> <p>A alimentação saudável tem o poder de melhorar a qualidade de vida de todos, principalmente de quem tem diabetes. Para ajudar profissionais de saúde e pessoas com diabetes nesta mudança segura nos padrões alimentares, o projeto "Comer Melhor, Viver Melhor" pretende promover uma dieta saudável e sustentável para pessoas com diabetes, com base num maior consumo de alimentos de origem vegetal.</p>	Foto	Promoção da Saúde	Fri, 22 Sep 2023 09:16:25 GMT	14	0	https://www.instagram.com/p/CxfR32fITsa/

Apdpdiabetes	<p>O programa científico do 5.º Congresso Nacional da APDP é marcado pela transversalidade na área da diabetes.</p> <p>Estes são apenas alguns dos temas abordados neste evento destinado a profissionais de saúde que se dedicam a esta patologia:</p> <p>Como comunicar na vida e na saúde</p> <p>Obesidade</p> <p>Padrão alimentar alternativo</p> <p>Diabetes e doença renal</p> <p>Os olhos na diabetes</p> <p>Ecologia humana e a diabetes</p> <p>Diabetes e a mulher</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 21 Sep 2023 17:00:08 GMT	49	0	https://www.instagram.com/p/CxdjJR-ldxA/	
Apdpdiabetes	<p>O preço especial de inscrição no 5.º Congresso Nacional da APDP foi prolongado até 1 de outubro. Se é profissional de saúde, não perca a oportunidade de participar neste evento científico que junta especialistas que se dedicam à área da diabetes.</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se no link da bio.</p> <p>Estão também abertas as inscrições para os 3 cursos pré-congresso:</p> <p>Insulinoterapia</p> <p>Pé diabético e neuropatia</p> <p>Vacinação</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 18 Sep 2023 17:00:06 GMT	17	0	https://www.instagram.com/p/CxVzwWWIHKm/	
Apdpdiabetes	<p>As aulas estão a começar e encontrar estratégias para ajudar os mais novos a terem a melhor experiência possível é crucial. No caso das crianças e jovens com diabetes tipo 1, é importante que a escola seja uma aliada das famílias na gestão da diabetes.</p> <p>Conheça 4 conselhos da APDP para que todos ajudem no regresso às aulas.</p> <p>Feliz novo ano letivo! #diabetestipo1 #regressoasaulas</p>	Foto	Promoção da Saúde	Thu, 14 Sep 2023 15:02:41 GMT	62	1	https://www.instagram.com/p/CxLTI9XsGF4/	
Apdpdiabetes	<p>O Programa de Liderança em Diabetes pela voz dos seus participantes. #pld2023 #lideranca2023</p>	Video	Eventos da Associação	Tue, 12 Sep 2023 17:41:59 GMT	104	8	https://www.instagram.com/p/CxGbpXes7T4/	1225
Apdpdiabetes	<p>Programa de Liderança em Diabetes 2023, uma iniciativa da APDP. Durante 4 dias, o Município de Odivelas acolheu 12 jovens com diabetes num programa de formação sobre liderança e projetos de intervenção #pld2023 #lideranca2023</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 12 Sep 2023 09:46:24 GMT	67	1	https://www.instagram.com/p/CxFIWwjMw9p/	

Apdpdiabetes	<p>É já amanhã que arranca a 2.ª edição do Programa de Liderança em Diabetes, uma iniciativa da APDP, que decorre até 12 de setembro, em Odivelas, em parceria com a Câmara Municipal.</p> <p>Este programa destina-se a jovens entre os 18 e 30 anos com diabetes, tendo como objetivo principal capacitar para o desempenho de funções de destaque e liderança na sociedade.</p> <p>Desde comunicação em saúde e relações com a indústria farmacêutica a desenvolvimento pessoal e angariação de fundos, entre muitas outras temáticas, o programa da APDP tem como objetivo incentivar os jovens a colocar em prática os novos conhecimentos, especialmente, nas associações de pessoas com diabetes e em atividades para a defesa dos seus interesses e direitos.</p> <p>#liderança #diabetesmellitus #apdpdiabetes #odivelas #pdldiabetes2023</p>	Foto	Eventos da Associação	Fri, 08 Sep 2023 16:14:19 GMT	57	3	https://www.instagram.com/p/Cw7-kvjTdf/
Apdpdiabetes	<p>Anote estas datas: 2 e 16 de setembro vamos estar no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, para mais uma atividade do Sábado Desportivo da APDP.</p> <p>O encontro é às 10h na entrada do Parque mais perto do Metro (linha amarela).</p> <p>para pessoas com diabetes de todas as idades. treino em grupo, ao ar livre, com a professora Dora Sol. leve garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas agradecemos a sua inscrição para os contactos:</p> <p>carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12</p> <p>#diabetesmellitus #exercíciofísico #apdpdiabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Fri, 01 Sep 2023 08:15:18 GMT	24	1	https://www.instagram.com/p/CwpGL2e11Rc/
Apdpdiabetes	<p>O 5.º Congresso Nacional da APDP tem por base a experiência de 96 anos de existência da Associação.</p> <p>No evento, serão cruzadas as perspetivas de diferentes especialidades médicas, grupos de profissionais de saúde, pessoas com diabetes e cuidadores – um ecossistema que a APDP conhece como ninguém.</p> <p>Não perca a oportunidade de participar no Congresso, a 23 e 24 de novembro, no Centro Ismaili, em Lisboa. Exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>Inscreva-se no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 30 Aug 2023 10:30:05 GMT	48	2	https://www.instagram.com/p/CwkMBQzo6HZ/

Apdpdiabetes	<p>Além da sua dimensão clínica, a diabetes tem impactos socioeconómicos significativos.</p> <p>Como lidar com todas as componentes da doença, de um modo integrado e que garanta o apoio às pessoas com diabetes, seus familiares e cuidadores?</p> <p>Este será um dos temas fortes do 5.º Congresso Nacional da APDP, que decorre a 23 e 24 de novembro, em Lisboa. Um evento exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>Inscriva-se no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 23 Aug 2023 10:30:04 GMT	55	3	https://www.instagram.com/p/CwSKdAzsStw/	
Apdpdiabetes	<p>Sábado Bombástico - 23 de setembro de 2023</p> <p>O Departamento de Bombas de Adultos da APDP vai organizar mais uma atividade bombástica, dirigida às pessoas que aqui são acompanhadas.</p> <p>Junte-se à sua equipa de saúde da APDP, para uma caminhada por Lisboa, seguida de um piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Pré-inscrição bombas.adultos@apdp.pt</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 17 Aug 2023 18:00:11 GMT	25	1	https://www.instagram.com/p/CwDhMa0o2oL/	
Apdpdiabetes	<p>Não deixe passar a oportunidade de se inscrever no 5.º Congresso Nacional da APDP a um preço especial. Tem até amanhã para aproveitar o desconto de 50% na inscrição, quer no evento, quer nos cursos pré-congresso!</p> <p>Inscriva-se no link da bio</p> <p>O congresso decorre a 23 e 24 de novembro, no Centro Ismaili, em Lisboa, e é exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 14 Aug 2023 09:00:06 GMT	17	0	https://www.instagram.com/p/Cv61AH9lugo/	
Apdpdiabetes	<p>São muitos os motivos para participar no 5.º Congresso Nacional da APDP – tantos quantos os temas das sessões.</p> <p>O programa preliminar já está disponível. Pode consultá-lo e inscrever-se no link da bio.</p> <p>O evento é exclusivo para profissionais de saúde.</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Video	Eventos da Associação	Fri, 11 Aug 2023 18:00:24 GMT	32	1	https://www.instagram.com/p/Cv0Eb nGII7Y/	358

Apdpdiabetes	<p>Ainda não se inscreveu no 5.º Congresso Nacional da APDP? Aproveite o preço especial até 15 de agosto e garanta a sua presença com um desconto de 50%.</p> <p>Exclusivo para profissionais de saúde, o evento vai reunir um conjunto de especialistas nacionais e internacionais para debater os temas mais atuais na área da diabetes.</p> <p>Inscreva-se já no link da bio</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 08 Aug 2023 18:00:08 GMT	25	1	https://www.instagram.com/p/CvsWCLiKoQM/
Apdpdiabetes	<p>Se é profissional de saúde, já pode inscrever-se no 5.º Congresso Nacional da APDP! Se o fizer até 15 de agosto, poderá aproveitar o preço especial.</p> <p>Conheça o programa e inscreva-se no link da bio.</p> <p>O congresso decorre a 23 e 24 de novembro, em Lisboa, e conta com um programa científico que abarca vários tópicos da área da diabetes.</p> <p>Terão também lugar 3 cursos pré-congresso:</p> <p>Insulinoterapia Pé diabético e neuropatia Vacinação</p> <p>#congressoapdp #apdp #diabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 03 Aug 2023 19:00:09 GMT	24	1	https://www.instagram.com/p/Cvfk7ayoaUz/
Apdpdiabetes	<p>A APDP está a recrutar ORTOPTISTA</p> <p>Requisitos:</p> <p>Licenciatura em Ortopática. Envio de CV e Carta de Motivação. Ter Carta de Condução e Viatura Própria.</p> <p>Condições:</p> <p>Contrato Individual de Trabalho (12 meses). Rastreio de Retinopatia Diabética. 35h trabalho/semana.</p> <p>Condição Preferencial: Especial interesse na área da Diabetes.</p> <p>Enviar candidatura ➡ recrutamento@apdp.pt</p>	Foto	Noticias da Associação	Fri, 28 Jul 2023 15:00:31 GMT	10	0	https://www.instagram.com/p/CvPsvEFNge6/

Apdpdiabetes	<p>Sábado Bombástico - 23 de setembro de 2023</p> <p>O Departamento de Bombas de Adultos da APDP vai organizar mais uma atividade bombástica, dirigida às pessoas que aqui são acompanhadas.</p> <p>Junte-se à sua equipa de saúde da APDP, para uma caminhada por Lisboa, seguida de um piquenique no Parque Eduardo VII.</p> <p>Pré-inscrição bombas.adultos@apdp.pt</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 24 Jul 2023 14:12:07 GMT	24	0	https://www.instagram.com/p/CvFUBFrlpAM/
Apdpdiabetes	<p>Reserve já na sua agenda!</p> <p>Dias 23 e 24 de novembro, o Congresso da APDP volta ao Centro Ismaili, em Lisboa, para a sua 5.ª edição.</p> <p>Com um programa diversificado, este evento científico reúne especialistas, nacionais e internacionais, para discutir os temas que estão a moldar o futuro da diabetes e das suas múltiplas vertentes.</p> <p>Descubra mais no link da bio.</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 18 Jul 2023 13:09:14 GMT	80	1	https://www.instagram.com/p/Cu1wDQal7Nq/
Apdpdiabetes	<p>Tome nota das datas dos sábados desportivos da APDP durante o 2.º semestre deste ano:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ 1 e 15 de julho ➔ 2 e 16 de setembro ➔ 7 e 21 de outubro ➔ 4 e 18 de novembro ➔ 2 e 16 de dezembro <p>Das 10h às 12h30, no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, aproveite para treinar em grupo, ao ar livre, com a professora Dora Sol.</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 28 Jun 2023 18:00:09 GMT	24	1	https://www.instagram.com/p/CuCxcIAouy7/
Apdpdiabetes	<p>Podcast Conversas sem Açúcar</p> <p>Sê bem-vindo(a) às Conversas sem Açúcar!</p> <p>Esta nova plataforma para participantes e ouvintes, é um espaço onde todos nos podemos sentir compreendidos, validados e capacitados na nossa jornada com a Diabetes.</p> <p>Cada episódio será baseado em experiências reais, vindas de pessoas reais, sobre os desafios reais que enfrentamos, assim como as inúmeras formas que encontramos para lidar com eles.</p> <p>Convidamos pessoas com diabetes tipo 1, de todas as idades, a participar nesta série de podcasts, onde poderão partilhar a(s) sua(s) história(s). O objetivo é refletir as diferentes perspetivas sobre a vida com a diabetes e como gerimos a diabetes no nosso dia-a-dia.</p> <p>Vem participar connosco nesta jornada de descoberta e de partilha sobre nós, a nossa vida e a Diabetes.</p> <p>Inscribe-te para participar no link na bio ou através do email podcast@apdp.pt. Juntos, vamos simplificar e fortalecer a experiência de viver com Diabetes.</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 15 Jun 2023 07:37:59 GMT	84	8	https://www.instagram.com/p/CtgL6Q7MoPv/

Apdpdiabetes	<p>Candidaturas abertas para o 2.º Programa de Liderança em Diabetes - Projetos de Intervenção Até dia 14 de julho estão abertas as candidaturas para o Programa de Liderança em Diabetes, organizado pela APDP e coorganizado pela Câmara Municipal de Odivelas, sendo dirigido a jovens adultos entre os 18 e os 30 anos de idade com diabetes. Esta iniciativa decorrerá de 9 a 12 de setembro de 2023 em Odivelas.</p> <p>Candidaturas: link na bio</p> <p>O Programa de Liderança em Diabetes tem como objetivo principal a capacitação de jovens adultos para o desempenho de funções de destaque na sociedade, em particular nas associações de pessoas com diabetes e em atividade para a defesa dos seus interesses e direitos, através do desenvolvimento de projetos de intervenção.</p> <p>As sessões de trabalho serão dinâmicas e com temas diversos, tais como gestão de projetos, associativismo, modelos de liderança, organização de eventos, orçamentos ou angariação de fundos. Entre os formadores, estarão profissionais de diversas áreas e também pessoas com diabetes que frequentaram os programas de liderança europeus e mundiais da Federação Internacional de Diabetes. O programa contempla ainda momentos de atividade física, essenciais para a promoção de estilos de vida saudável e para um melhor desenvolvimento das sessões educativas, bem como momentos de cariz cultural, essenciais para o enquadramento do local onde nos encontramos.</p>	Foto	Eventos da Associação	jun. 2023 07:37:	42	0	https://www.instagram.com/p/CteAjqfs7r3/
Apdpdiabetes	<p>Hoje estreamo-nos com uma atividade de Espeleologia na gruta do Soprador do Carvalho, com 3000 a 4500 metros de extensão, sendo a maior gruta de progressão horizontal do país.</p> <p>Ajustes de glicemias e terapêuticas, porque há o risco de molhar a bomba lá em baixo, por isso desde ontem à noite que estamos a preparar-nos. Em conjunto é tudo mais fácil</p> <p>#diabetescomaltitude #diabetestipo1</p>	Foto	Eventos da Associação	jun. 2023 00:00:	107	2	https://www.instagram.com/p/CtY082fMAKn/?img_index=4
Apdpdiabetes	<p>O 2.º dia da Expedição Radical faz jus ao nome, na segunda mais difícil via ferrata do país, com dificuldade K3, 2190 metros de comprimento e 590 a 614 metros de altitude.</p> <p>Os corajosos participantes estão a desafiar-se nas alturas, juntamente com uma equipa de saúde destemida e mais unida que nunca</p> <p>#diabetescomaltitude #diabetestipo1</p>	Foto	Eventos da Associação	jun. 2023 00:00:	96	1	https://www.instagram.com/p/CtWfWUos2Dh/?img_index=4
Apdpdiabetes	<p>A 6.ª edição do projeto "Diabetes com A(l)titude" teve início hoje na Serra da Lousã. Um grupo de 20 pessoas com diabetes tipo 1, profissionais de saúde e guias da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal vão passar 3 dias radicais com o desafio de controlar a glicemia e contornar os medos em atividades físicas desafiantes. Acompanhem-nos por aqui</p> <p>#diabetescomaltitude #expedicaoradical2023</p>	Foto	Eventos da Associação	jun. 2023 00:00:	101	1	https://www.instagram.com/p/CtTpW1RM-j5/
Apdpdiabetes	<p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Estamos a recrutar Médico para integrar o nosso departamento médico, com contrato individual de trabalho (35h/semana)</p> <p>Envio de CV e carta de motivação para recrutamento@apdp.pt</p>	Foto	Noticias da Associação	un. 2023 00:00:	16	0	https://www.instagram.com/p/CtGrXdEoVaQ/
Apdpdiabetes	<p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica? Estamos a recrutar!</p> <p>Médico/a para consultas de diabetes: contrato de prestação de serviços.</p> <p>Envio de CV e carta de motivação para recrutamento@apdp.pt</p>	Foto	Noticias da Associação	un. 2023 00:00:	36	0	https://www.instagram.com/p/CtGqADI_ba/

Apdpdiabetes	A Petição n.º 85/XV/1ª - “Pelo acesso aos sistemas híbridos de perfusão sub-cutânea contínua de insulina (bombas de insulina) e pela qualidade de vida das pessoas com diabetes tipo 1 em Portugal” vai hoje a discussão na Reunião Plenária do Parlamento. Pais de crianças e jovens com diabetes e representantes da APDP estão a assistir ao vivo ao debate na Assembleia da República.	Foto	Informações Gerais	2023/06/01	209	17	https://www.instagram.com/p/Cs87HOoMa8I/
Apdpdiabetes	João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP, marca hoje presença no Parlamento Europeu como convidado da Subcomissão de Saúde Pública SANT enquanto perito na área da diabetes para a audição sobre Prevenção das Doenças Não Transmissíveis.	Foto	Participação em Eventos	jun. 2023 00:00:	188	8	https://www.instagram.com/p/Cs8gAoMz8e/
Apdpdiabetes	Estudo "Viver com Diabetes em Lisboa" Tem diabetes tipo 2 há 3 ou mais anos? Tem mais de 35 anos? Vive na Grande Lisboa e é seguido na APDP? Se respondeu a tudo que sim, esta mensagem é para si! Está a ser desenvolvido o estudo "Viver com Diabetes em Lisboa" na APDP, para conhecer e compreender a forma como as pessoas vivem com a diabetes e o que pensam sobre o acompanhamento nos serviços de saúde. Não deixe de participar! Precisamos da sua ajuda! Contacte-nos: diabetes@apdp.pt 213816101	Foto	Estudos	mai. 2023 00:00	78	6	https://www.instagram.com/p/CslZ8Dfo9et/
Apdpdiabetes	Hoje e amanhã está a decorrer o workshop “Genética e Medicina de Precisão em Doenças Raras”, dirigido a médicos, investigadores e geneticistas de Portugal, Espanha, França, Roménia, Estónia e Eslovénia. A APDP, em parceria com o European Programme on Rare Diseases, é a promotora deste importante evento científico.	Foto	Eventos da Associação	mai. 2023 00:00	61	1	https://www.instagram.com/p/CsYm08qwUj/
Apdpdiabetes	Marque na sua agenda 22 de maio, das 9h30 às 13h00 - Seminário "A Diabetes - Desafios e Soluções", em Santiago do Cacém. Local: Centro de Formação Crédito Agrícola da Costa Azul (junto ao Hospital do Litoral Alentejano) Inscrições até 17 de maio: 936330130 geral@fundacaocostazul.pt Organização: Fundação Caixa Agrícola Costa Azul Colaboração: APDP - Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal	Foto	Participação em Eventos	mai. 2023 00:00	66	0	https://www.instagram.com/p/CsQz7ZOILVO/?img_index=1
Apdpdiabetes	Assista à Talk "Diabetes - presente e futuro" Está tudo a postos para o debate que assinala o 97.º aniversário da APDP. Não perca: Hoje, às 17h00 , oiça os nossos especialistas no Facebook da APDP, no Youtube e no Site da Renascença.	Foto	Eventos da Associação	mai. 2023 00:00	42	0	https://www.instagram.com/p/CsJF8feoSCO/?img_index=1

Apdpdiabetes	<p>Assista à Talk Diabetes - Presente e Futuro.</p> <p>Dia 12 de maio, às 17h00. Transmissão em direto no Facebook da APDP, site e youtube da @renascenca</p> <p>No seu 97.º aniversário, a APDP juntou-se à Renascença para debater as grandes questões da prevenção e tratamento da diabetes:</p> <p>A obesidade terá cura? Podemos evitar as amputações? Como podem a farmácia e os medicamentos ajudar? Com o rápido desenvolvimento tecnológico que tratamentos nos reserva o futuro? Podemos pensar numa cura da diabetes?</p> <p>Oiça os especialistas numa mesa redonda moderada pelo apresentador Renato Duarte.</p> <p>São convidados da Talk Diabetes - Presente e Futuro os especialistas da APDP: a médica endocrinologista Carolina Neves; o enfermeiro do departamento do pé diabético Luís Filipe Prata; a diretora técnica da farmácia Filipa Cabral; e ainda João Filipe Raposo, diretor clínico e José Manuel Boavida, presidente da APDP.</p>	Foto	Eventos da Associação	mai. 2023 00:00:	71	3	https://www.instagram.com/p/Cr_jw-5o2TG/
Apdpdiabetes	<p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>A APDP está a recrutar enfermeiro/a para o Departamento de Pé Diabético.</p> <p>Envio de CV atualizado e carta de motivação até dia 9 de maio para recrutamento@apdp.pt</p>	Foto	Noticias da Associação	abr. 2023 00:00:	57	3	https://www.instagram.com/p/CrjA1baohv/
Apdpdiabetes	<p>As inscrições para o @idf europe Youth Leadership Lab 2023 terminam dia 17/abril. Dirigido a jovens adultos com diabetes dos 18 aos 30 anos.</p> <p>Com uma abordagem híbrida, que consistirá numa sessão de abertura e um módulo online (junho), seguido de um campo de férias presencial para jovens líderes, a decorrer na Bulgária, de 9 a 15 de julho de 2023.</p> <p>Os candidatos devem preencher o formulário de inscrição online e enviar uma carta de apoio da APDP para yll@idf-europe.org até 17 de abril de 2023. Fala connosco pelo email nucleo.jovem@apdp.pt</p> <p>Não percas a oportunidade de fazer parte de uma comunidade dinâmica de jovens líderes que trabalham juntos para responder às necessidades das pessoas que vivem com diabetes!</p> <p>INSCREVE-TE AGORA! As inscrições serão encerradas na segunda-feira - 17/abril: https://bit.ly/3LGc8ou</p>	Foto	Informações Gerais	abr. 2023 00:00:	17	0	https://www.instagram.com/p/Cq-LC0toCVc/

Apdpdiabetes	<p align="center">Casa da Diabetes em Proença-a-Nova</p> <p>É na Casa das Associações, em Proença-a-Nova, que está a decorrer o programa “Casa da Diabetes”, desenvolvido pela APDP, em parceria com o Município.</p> <p>O objetivo é capacitar as pessoas com diabetes tipo 2 com mais conhecimento sobre a gestão da doença.</p> <p>Na última sessão, dedicada à atividade física, os participantes aprenderam dicas para se manterem ativos, mesmo quando em casa e recorrendo a materiais simples, como garrações de água ou vassouras.</p> <p align="center">#diabetesmellitus #apdpdiabetes #casadadiabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	abr. 2023 00:00:	46	1	https://www.instagram.com/p/Cq6JLI_osQk/
Apdpdiabetes	<p align="center">A APDP conta com o músico Toy. E consigo? Contamos consigo?</p> <p>De 1 de abril a 30 de junho, ao entregar ao seu IRS, consigne 0,5% dos seus impostos à associação de diabetes mais antiga do mundo, sem qualquer custo para si. Basta acrescentar, na declaração de IRS, o NIF da APDP: 500 851 875.</p> <p>O seu apoio vai ajudar a garantir o melhor acompanhamento às pessoas com diabetes.</p> <p align="center">A APDP e os seus utentes agradecem!</p> <p align="center">#IRS2022 #apdpdiabetes #diabetesmellitus</p>	Foto	Notícias da Associação	abr. 2023 00:00:	30	0	https://www.instagram.com/p/Cq3l6ZsoQTD/
Apdpdiabetes	<p>João Filipe Raposo, Diretor Clínico da APDP, marcou presença no evento de lançamento da Summer Medical School, organizado pela @nova.medical.school, no passado dia 1 de abril.</p>	Foto	Participação em Eventos	abr. 2023 00:00:	76	2	https://www.instagram.com/p/CqpdCJtolzA/?img_index=1
Apdpdiabetes	<p>O European Diabetes Patient Advocacy Summit 2023 decorreu a semana passada, em Copenhaga, contando com a participação de João Filipe Raposo, diretor clínico da APDP, e Rita Nortadas, médica da APDP.</p> <p align="center">@idfeurope</p>	Foto	Participação em Eventos	abr. 2023 00:00:	75	1	https://www.instagram.com/p/CqnKYgroWs9/?img_index=1
Apdpdiabetes	<p>A Universidade de Évora acolheu, no passado dia 31 de março, o lançamento do projeto Diabetes em Rede – Alentejo, um projeto de intervenção da APDP que promove educação e rastreios da diabetes em Évora, Mora e Santiago do Cacém.</p> <p align="center">Saiba mais: https://apdp.pt/diabetes-em-rede-no-alentejo/</p>	Foto	Eventos da Associação	abr. 2023 00:00:	72	1	https://www.instagram.com/p/Cqm_mm6ogPz/?img_index=1

Apdpdiabetes	<p>Tens diabetes tipo 1 e queres participar na 6.ª edição da Expedição APDP? Este ano iremos realizar Trekking na Serra da Lousã, percorrer a Via Ferrata da Serra das Talhadas e fazer espeleologia na Gruta do Soprador do Carvalho, de 10 a 12 de junho, com um grupo de cerca de 20 participantes. Faz a tua pré-inscrição até dia 16/abril: https://forms.gle/23VgzQT5PFBbyuvx6</p> <p>Requisitos necessários: - ter diabetes tipo 1 - idade igual ou superior a 18 anos - boa compensação da diabetes - autonomia no tratamento da diabetes - boa preparação física - espírito de aventura - boa-disposição!</p> <p>A atividade é realizada com uma equipa de saúde da APDP e guias de montanha credenciados da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal. Tal como nos anos anteriores, estamos a angariar fundos para realizar esta atividade. No entanto, é necessário um pagamento de inscrição por participante. O número de participantes é limitado e todas as pré-inscrições ficarão sujeitas a validação por parte da equipa organizadora. Qualquer questão, não hesites em contactar-nos: nucleo.jovem@apdp.pt</p>	Foto	Noticias da Associação	abr. 2023 00:00:00	47	0	https://www.instagram.com/p/CqkZgHKldjd/
Apdpdiabetes	<p>A APDP conta com o músico Toy. E consigo? Contamos consigo?</p> <p>De 1 de abril a 30 de junho, ao entregar ao seu IRS, consigne 0,5% dos seus impostos à associação de diabetes mais antiga do mundo, sem qualquer custo para si. Basta acrescentar, na declaração de IRS, o NIF da APDP: 500 851 875.</p> <p>O seu apoio vai ajudar a garantir o melhor acompanhamento às pessoas com diabetes.</p> <p>A APDP e os seus utentes agradecem!</p> <p>#IRS2022 #apdpdiabetes #diabetesmellitus</p>	Foto	Noticias da Associação	mar. 2023 00:00:00	94	0	https://www.instagram.com/p/Cqcfwctoygf/
Apdpdiabetes	<p>Na APDP contamos com o apoio do cantor Toy</p> <p>E consigo? Contamos consigo?</p> <p>Novidades para breve</p> <p>#IRS2022 #diabetesmellitus #apdpdiabetes</p>	Foto	Noticias da Associação	mar. 2023 00:00:00	167	6	https://www.instagram.com/p/Cqlym3roQ6S/
Apdpdiabetes	<p>Dia Mundial da Água 22 de março de 2023</p> <p>"Sê a mudança que queres ver no mundo" é o mote da campanha global da ONU para este ano, num apelo ao uso responsável da água.</p> <p>#bethechange</p>	Foto	Efemérides	mar. 2023 00:00:00	21	0	https://www.instagram.com/p/CqFrP0so2Qg/?img_index=1

Apdpdiabetes	<p>Dia Mundial da Saúde Oral 20 de março</p> <p>A SPEMD - Sociedade Portuguesa de Estomatologia e Medicina Dentária esteve hoje na APDP a realizar rastreios orais aos utentes da associação, e a sensibilizar para a importância da saúde oral, em particular, nas pessoas com diabetes.</p> <p>Veja a reportagem sobre esta iniciativa hoje no programa "Portugal em Direto" da RTP</p> <p>#temorgulhonatuaboca #diabetesmellitus</p>	Foto	Efemérides	mar. 2023 00:00	71	0	https://www.instagram.com/p/CqA64Ekox1O/
Apdpdiabetes	<p>20 de março - DIA MUNDIAL DA SAÚDE ORAL - Tem orgulho na tua boca</p>	Foto	Efemérides	mar. 2023 00:00	30	0	https://www.instagram.com/p/CqAbBtko1kE/?img_index=1
Apdpdiabetes	<p>Dia Mundial da Saúde Oral - Tem orgulho na tua boca</p> <p>A SPEMD - Sociedade Portuguesa de Estomatologia e Medicina Dentária, em parceria com a APDP, realiza no dia 20 de março, a propósito das celebrações do Dia Mundial da Saúde Oral, rastreios orais aos utentes da associação entre as 09h00 e as 13h00, na sede da APDP.</p> <p>Sabia que as pessoas com diabetes têm uma maior tendência para desenvolver complicações orais? Principalmente se os níveis de glicemia não estiverem controlados.</p>	Foto	Participação em Eventos	mar. 2023 00:00	33	0	https://www.instagram.com/p/Cp5Hs8MliuS/
Apdpdiabetes	<p>Nova resolução europeia sobre diabetes</p> <p>A Direção da APDP está a sensibilizar os partidos políticos para a necessidade de introduzir em Portugal as medidas propostas pela resolução do Parlamento Europeu sobre prevenção, gestão e melhoria dos cuidados na diabetes.</p> <p>Hoje foi recebida, em audiência, na sede nacional do PSD.</p> <p>#patientsadvocacy #diabetesmellitus #apdpdiabetes #idf europe</p>	Foto	Outras	fev. 2023 00:00:	202	9	https://www.instagram.com/p/CpLUH_KoUyl/
Apdpdiabetes	<p>A APDP está a recrutar Médico/a Endocrinologista</p> <p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Envie-nos o seu CV atualizado e Carta de Motivação para recrutamento@apdp.pt</p> <p>Requisitos: Licenciatura em Medicina. Especialização em Endocrinologia.</p> <p>Condições: Contrato individual de trabalho. 35h trabalho/semana. Possibilidade de progressão na carreira.</p>	Foto	Noticias da Associação	fev. 2023 00:00:	56	3	https://www.instagram.com/p/CoVTBLI3Kv/

Apdpdiabetes	<p>Em mais uma sessão da Casa da Diabetes, em Prouença-a-Nova, a enfermeira Dulce do Ó e o nutricionista Manuel Laginha, ambos da APDP, dinamizaram uma conversa sobre o que procurar nos rótulos dos alimentos e o seu significado.</p> <p>Nesta sessão, dedicada à "Leitura de Rótulos", foram ainda realizados exercícios práticos de leitura de rótulos e escolha dos alimentos, para uma audiência de 18 participantes.</p> <p>#casadadiabetes #apdpdiabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	fev. 2023 00:00:	81	2	https://www.instagram.com/p/Co9hUGoqVP/?img_index=1
Apdpdiabetes	<p>No âmbito do projeto "Aceder Saúde" aconteceu ontem uma sessão sobre "Os direitos e deveres dos cidadãos migrantes com diabetes em Portugal", dinamizada pela assistente social da APDP, Marisa Araújo.</p> <p>A iniciativa aconteceu no Centro Ismaili, em Lisboa, e contou com a participação de uma dezena de refugiados e migrantes.</p> <p>O projeto "Aceder Saúde", vencedor do Prémio BPI Fundação "La Caixa" 2021, pretende aumentar a acessibilidade aos cuidados de saúde das comunidades de migrantes, refugiados e minorias étnicas com diabetes.</p>	Foto	Eventos da Associação	fev. 2023 00:00:	49	0	https://www.instagram.com/p/Coewyaiq17y/?img_index=1
Apdpdiabetes	<p>A APDP está a recrutar Auxiliar de Ação Médica!</p> <p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Envie-nos o seu CV e Carta de Motivação para recrutamento@apdp.pt até dia 6 de fevereiro.</p> <p>Requisitos: 12.º ano ou equivalente.</p> <p>Condições: 37,5 h de trabalho, semana, dias úteis.</p> <p>Áreas de atuação: Apoio ao serviço clínico da APDP.</p> <p>Condições preferenciais: Formação de auxiliar de ação médica/assistente operacional.</p> <p>Disponibilidade imediata.</p>	Foto	Noticias da Associação	jan. 2023 00:00:	25	0	https://www.instagram.com/p/CoCYOF_qZZv/
Apdpdiabetes	<p>O grupo "A Diabetes (em)Caminhada", composto por pessoas com diabetes, familiares e amigos, organiza caminhadas de cerca de 2 horas no Parque Florestal de Monsanto (Lisboa), nos últimos sábados de cada mês.</p> <p>Tome nota na sua agenda e apareça no sábado, 28 de janeiro, 9h30, no parque de estacionamento do restaurante Monte Verde.</p> <p>A participação é gratuita, mas precisamos da sua inscrição nucleo.jovem@apdp.pt</p> <p>É aconselhável levar roupa desportiva, ténis confortáveis, medidor de glicemia, água e comida.</p>	Foto	Eventos da Associação	jan. 2023 00:00:	71	1	https://www.instagram.com/p/Cnz39fI1Gz/

Apdpdiabetes	<p>A APDP está a recrutar Auxiliar de Ação Médica!</p> <p>Quer fazer parte de uma equipa de saúde dinâmica?</p> <p>Envie-nos o seu CV e Carta de Motivação para recrutamento@apdp.pt até dia 6 de fevereiro.</p> <p>Requisitos: 12.º ano ou equivalente.</p> <p>Condições: 37,5 h de trabalho, semana, dias úteis.</p> <p>Áreas de atuação: Apoio ao serviço clínico da APDP.</p> <p>Condições preferenciais: Formação de auxiliar de ação médica/assistente operacional. Disponibilidade imediata.</p>	Foto	Noticias da Associação	jan. 2023 00:00:	46	0	https://www.instagram.com/p/Cnwp73qKRER/
Apdpdiabetes	<p>Já todos ouvimos dizer: o exercício físico faz bem à saúde!</p> <p>E é a mais pura das verdades.</p> <p>Junte-se a nós em mais um Sábado Desportivo da APDP, 21 de janeiro, 10h, no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa.</p> <p>Não se esqueça de levar garrafa de água, roupa e calçado confortável.</p> <p>A participação é gratuita, mas precisamos da sua inscrição carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12</p>	Foto	Eventos da Associação	jan. 2023 00:00:	27	0	https://www.instagram.com/p/Cnl7UoLvp5n/
Apdpdiabetes	<p>A enfermeira Dulce Do Ó, da APDP, vai ser responsável pela abertura do webinar "Qual o meu/teu/nosso papel na adesão ao tratamento?", na segunda, dia 16 de janeiro, às 18h00, e vai falar sobre o papel de cada um de nós na adesão ao tratamento.</p> <p>Ainda não se inscreveu? Aproveite, e faça-o agora!</p> <p>Este webinar é de participação gratuita, mas de inscrição obrigatória https://lnkd.in/dnBjWD6c</p> <p>#adesao #webinar #paciente #beamer</p>	Foto	Eventos da Associação	jan. 2023 00:00:	38	0	https://www.instagram.com/p/CnZGDassQ-T/
Apdpdiabetes	<p>Aconteceu hoje a segunda sessão do programa "Casa da Diabetes" em Proença-a-Nova, uma iniciativa da APDP em parceria com o Município.</p> <p>Nesta atividade formativa, intitulada "Afinal o que podemos comer?", o nutricionista da APDP, Manuel Laginha, abordou a questão da alimentação na diabetes.</p> <p>"Casas da Diabetes" é um programa de educação em diabetes da APDP. Tem como objetivo criar espaços de interajuda, em várias localidades, nos quais as pessoas com diabetes possam partilhar experiências, esclarecer dúvidas e aprender a cuidar de si.</p>	Foto	Eventos da Associação	jan. 2023 00:00:	83	1	https://www.instagram.com/p/CnXiN2yLLcC/?img_index=1

Apdpdiabetes	<p>Hoje, no Centro Ismaili, em Lisboa, decorreram rastreios da diabetes a pessoas migrantes, pela equipa da APDP. As pessoas identificadas como estando em risco de desenvolver diabetes, serão encaminhadas para a associação, para integrarem o projeto "Aceder Saúde".</p> <p>Ainda no Centro Ismaili irão decorrer duas sessões dedicadas aos temas:</p> <p style="text-align: center;">Viver com Diabetes. Direitos e deveres da pessoa migrante com diabetes.</p> <p>O projeto "Aceder Saúde", vencedor do Prémio Solidário BPI Fundação "La Caixa" 2021, pretende aumentar a acessibilidade aos cuidados de saúde das comunidades de migrantes, refugiados e minorias étnicas com diabetes.</p> <p>A Linha de Apoio da APDP está disponível para os migrantes com diabetes, das 9h às 17h, através do número 213 816 161.</p>	Foto	Eventos da Associação	jan. 2023 00:00:	141	5	https://www.instagram.com/p/CnUjaqGqztW/?img_index=1
Apdpdiabetes	<p>Praticar atividade física regularmente é meio caminho andado para uma boa gestão da diabetes.</p> <p>Para pessoas com diabetes de todas idades, os Sábados Desportivos da APDP já têm datas para este ano.</p> <p>Tome nota na sua agenda e apareça amanhã, 7 de janeiro, 10h, para um treino em grupo no Parque da Quinta das Conchas, em Lisboa, com a professora Dora Sol.</p> <p>A participação é gratuita, mas precisamos da sua inscrição carla.trincheiras@apdp.pt 21 381 61 12</p>	Foto	Eventos da Associação	an. 2023 00:00:	30	0	https://www.instagram.com/p/CnEke7Mq4em/
Apdpdiabetes	<p>Em pleno Inverno chuvoso, as gripes e constipações da época persistem, e não é só a covid-19 que ameaça o nosso bem estar. Todos estamos sujeitos a infeções respiratórias pelos agentes virais sazonais que as provocam, no entanto, as pessoas com diabetes podem estar particularmente vulneráveis pelo compromisso das suas defesas imunitárias.</p> <p>O que é possível fazer para prevenir gripes e constipações?</p> <p>Conheça as recomendações da médica endocrinologista da APDP, @dra_carolina_neves</p>	Foto	Informações Gerais	an. 2023 00:00:	86	1	https://www.instagram.com/p/Cm9PcWUqD2X/?img_index=1

Anexo N- Quadro de Análise da atividade da SPD no Instagram

Autor	Conteúdo	Tipo	Tema	Data	Nº de reações	Nº de Comentári	Post URL	Nº de Visualizaçõ
SPD	Um Feliz Natal a todos, são os votos da Sociedade Portuguesa de Diabetologia. #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes	Foto	Noticias da Associação	Fri, 22 Dec 2023 16:30:35 GMT	20	0	https://www.instagram.com/p/C1kX5aMICHy/	
SPD	Não perca de 7 a 9 de março de 2024 no Centro de Congressos do Algarve, Vilamoura o 20º Congresso Português de Diabetes Para saber mais consulte: https://lnkd.in/deB6A7bZ #spd Diabetologia #SPD	Foto	Eventos da Associação	Thu, 14 Dec 2023 17:51:17 GMT	32	0	https://www.instagram.com/p/C016xgLRWQx/	
SPD	A Declaração da Cimeira de Alto Nível, divulgada no segundo dia do encontro que decorre em Belgrado, na Sérvia, promovida pela Organização Mundial da Saúde-Europa e pela Federação Internacional da Diabetes-Europa, relembra as metas e objetivos a concretizar até 2030 no que diz respeito ao controlo da Diabetes, e que saíram da 75ª Conferencia Mundial de Saúde, salientando ainda no documento final “ser importante envolver todos os Estados-Membros nestas determinações e, especialmente, as pessoas que vivem com diabetes”, uma vez que “o número de pessoas que vivem com diabetes na Europa continua a aumentar, apesar de alguns tipos de diabetes puderem ser prevenido”	Foto	Eventos de Outras Instituições	Wed, 29 Nov 2023 19:00:40 GMT	22	0	https://www.instagram.com/p/C0PayhCtBKW/	
SPD	Webinar “O Nutricionista nos Cuidados de Saúde Primários” Junte-se a nós e inscreva-se no próximo webinar, “O Nutricionista nos Cuidados de Saúde Primários, que decorrerá no dia 6 de dezembro entre as 18h30 e as 19h, através do link: https://forms.office.com/e/cwu55kC51W	Foto	Eventos da Associação	Wed, 29 Nov 2023 15:44:49 GMT	10	0	https://www.instagram.com/p/COPEYAYL4jn/	
SPD	O presidente da SPD, Joao Raposo, foi hoje o moderador da mesa de debate sobre o tema "Como desenhar um sistema de cuidados centrado na pessoa com diabetes", na Conferência conjunta da Organizacao Mundial de Saude e da Federacao Internacional da Diabetes, que decorre em Belgrado (Servia)	Foto	Participação em Eventos	Wed, 29 Nov 2023 10:16:52 GMT	19	0	https://www.instagram.com/p/CO0e2JRM-5n/	
SPD	OMS quer melhorar a deteção da diabetes Foi assinado hoje, dia 28 de Novembro em Belgrado, Sérvia, pela World Health Organization (WHO) em conjunto com a Federação Internacional da Diabetes, a declaração que visa acelerar a implementação dos compromissos para melhorar a deteção da diabetes e a qualidade dos cuidados. A declaração procura vincar a vontade da OMS em melhorar a capacidade de deteção da doença.	Foto	Informações Gerais	Tue, 28 Nov 2023 18:30:37 GMT	9	0	https://www.instagram.com/p/COMyjnLap/	
SPD	Webinar “Diabetes e a Visão: A Visão da Diabetologia, da Oftalmologia e da Ciência” Junte-se a nós e inscreva-se no próximo webinar, “Diabetes e a Visão: A Visão da Diabetologia, da Oftalmologia e da Ciência, que decorrerá no dia 4 de dezembro entre as 19h e as 20h, através do link: https://forms.office.com/e/LH9R2aXN9Y	Foto	Eventos da Associação	Tue, 28 Nov 2023 15:56:47 GMT	24	0	https://www.instagram.com/p/COMg8vlrkMS/	
SPD	A diabetes atinge mais de um milhão de portugueses e cerca de 537 milhões de pessoas a nível mundial. É essencial que as pessoas conheçam o risco de virem a desenvolver diabetes tipo 2. Assim, poderão retardar ou prevenir a doença. É também de realçar o impacto das complicações relacionadas com a diabetes e a importância de ter acesso à informação e aos cuidados corretos para garantir um tratamento e uma gestão atempados, e é precisamente este o lema deste ano do #DiaMundialDaDiabetes. Ao longo deste mês, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia e os seus Grupos de Estudo dinamizam várias atividades para aumentar a consciencialização para a diabetes. Acompanhe-nos! Para mais informações https://spd.pt/#/dia-mundial-da-diabetes-2023 https://www.spd.pt https://worlddiabetesday.org/ #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #ifnotnowwhen #worlddiabetesday #DiabetesAwarenessMonth	Foto	Prevenção da Doença	Tue, 14 Nov 2023 08:00:21 GMT	122	0	https://www.instagram.com/p/CznnS_OKJbH/	

SPD	<p>Dia Mundial da Diabetes - Sessões de Divulgação GIFT/SPD</p> <p>O Grupo de Estudos de Investigação Fundamental e Translacional (GIFT) da Sociedade Portuguesa de Diabetologia realizará sessões de divulgação em cinco cidades portuguesas - Leiria, Lisboa, Coimbra, Vila Real e Porto - na próxima semana, em celebração do Dia Mundial da Diabetes.</p> <p>Participarão nessas sessões investigadores, médicos, nutricionistas, profissionais do desporto e pessoas com diabetes, promovendo a troca de ideias em encontros informais. As conversas terão como foco central a diabetes, visando aumentar a literacia sobre a doença e discutir os mais recentes avanços científicos.</p> <p>Os temas abordados incluirão a origem dos vários tipos de diabetes, a importância da modificação do estilo de vida na prevenção da doença, opções de tratamento e as últimas pesquisas científicas na área.</p> <p>Junte-se a nós para aprender e partilhar conhecimentos!</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #diamundialdadiabetes #DiabetesAwarenessMonth #WorldDiabetesDay #GIFT</p>	Foto	Efemérides	Fri, 10 Nov 2023 21:25:13 GMT	49	1	https://www.instagram.com/p/CzewOqmtvWn/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no próximo webinar, "O Nutricionista no Internamento Hospitalar", que decorrerá no dia 17 de novembro, entre as 18h30 e as 19h, através do link na bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 06 Nov 2023 08:30:13 GMT	6	0	https://www.instagram.com/p/CzTEW3EutOb/
SPD	<p>Webinar "Investigação em Enfermagem: da Conceção à Prática"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no webinar "Investigação em Enfermagem: da Conceção à Prática" organizado pelo Grupo de Estudos de Enfermagem em Diabetes da SPD, que decorrerá no dia 14 de novembro, entre as 19h e as 20h, através do link na bio.</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 31 Oct 2023 18:30:20 GMT	10	0	https://www.instagram.com/p/CzEsQ3HCyz2/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no terceiro webinar, "O Nutricionista na Consulta Externa Hospitalar", que decorrerá já esta sexta-feira, dia 3 de novembro, entre as 18h30 e as 19h, através do link na bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 30 Oct 2023 08:30:15 GMT	5	0	https://www.instagram.com/p/CzBCy-irJs1/
SPD	<p>Republicação do Up Date 2023 do Guideline LusoBrasileiro para o Manejo Terapêutico do Diabetes Mellitus tipo 2 pela Revista Portuguesa de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo que tive a honra de ser um dos autores.</p>	Foto	Informações Gerais	Sat, 21 Oct 2023 23:22:05 GMT	41	2	https://www.instagram.com/p/CyrdtEJOb0/
SPD	<p>A Escola SPD 2023, subordinada ao tema "A Comunicar é que nos (des)entendemos!" e organizada pelos Grupos de Estudos de Enfermagem em Diabetes (GEED), de Educação (GED) e pelo Grupo de Estudos de Cuidados de Saúde Primários (GECSP), realizar-se-á em formato virtual, via Zoom, nos dias 6 e 7 de novembro, entre as 18h e as 20h30.</p> <p>As inscrições são gratuitas, mas limitadas. Veja o programa no site (www.spd.pt) e inscreva-se através do link: https://forms.office.com/e/dEL4WfQ0bb.</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 19 Oct 2023 17:10:07 GMT	8	0	https://www.instagram.com/p/Cylpi-AJ6Fo/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no segundo webinar, "O Nutricionista na Integração de Cuidados de Nutrição: Saúde Escolar", que decorrerá já para a semana, no dia 27 de outubro (sexta-feira), entre as 18h30 e as 19h, através do link da bio</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 19 Oct 2023 07:30:10 GMT	6	0	https://www.instagram.com/p/CyknLEYCzvw/

SPD	<p>Aniversário SPD</p> <p>A Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD), fundada em 13 de outubro de 1987, é a Sociedade Científica que congrega os profissionais de múltiplas áreas e que se unem em torno de um objeto comum: o estudo da diabetes nas suas múltiplas dimensões.</p> <p>Valorizamos as pessoas - profissionais de saúde, investigadores, pessoas com diabetes, cuidadores e pessoas na nossa comunidade. É para elas que nos propomos desenvolver as nossas atividades.</p> <p>Valorizamos os resultados do trabalho de todos os sócios da SPD. Queremos ser capazes de demonstrar, em Portugal e fora do nosso país também, o que de melhor fazemos.</p> <p>Na SPD valorizamos o conhecimento que todos os sócios têm – é através dele que melhor poderemos ter estratégias adaptadas à nossa realidade. A SPD enquanto sociedade científica, tem de continuar a ser o local de convergência deste conhecimento.</p> <p>Valorizamos as parcerias que foram concretizadas ao longo da nossa história. Com elas foi possível desenvolver atividades comuns, desenvolver recomendações, potenciar e aumentar a eficiência das nossas ações.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #SPDiabetologia #aniversario</p>	Foto	Notícias da Associação	Fri, 13 Oct 2023 13:00:57 GMT	28	2	https://www.instagram.com/p/CyVwQxhu2-c/
SPD	<p>Neste Dia Mundial da Visão, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia tem o gosto de anunciar a criação do Grupo de Estudos de Diabetes e Visão.</p> <p>O GEDV surge da vontade de profissionais de diferentes áreas clínicas e da investigação estudarem em conjunto as complicações oculares da diabetes e o seu impacto funcional.</p> <p>Os seus objetivos são:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver e divulgar material de apoio à comunidade científica e à população; - Colaborar com os diferentes Grupos de Estudo da SPD e com outras sociedades científicas em projetos de investigação ou dirigidos à população; - Desenvolver e apoiar projetos de investigação na área clínica e epidemiológica. <p>Caso se queira juntar ao grupo, preencha a ficha de atualização de dados de sócio (link disponível na bio)! Caso ainda não seja sócio, junte-se a nós através do link disponível na bio!</p> <p>#SPDiabetologia #SPD #diabetes #sociedadeportuguesadiabetologia #visão #diamundialdavisão</p>	Foto	Efemérides	Thu, 12 Oct 2023 16:01:24 GMT	17	0	https://www.instagram.com/p/CyTgHiTrtkD/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no primeiro webinar, "O Nutricionista na Consulta com Migrantes", que decorrerá já para a semana, no dia 16 de outubro, entre as 18h30 e as 19h, através do link da bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 10 Oct 2023 17:00:44 GMT	4	0	https://www.instagram.com/p/CyOdUPboEG8/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos"</p> <p>O Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD promove o Ciclo de webinars "Nutrição 360: O Nutricionista em diversos contextos".</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no primeiro webinar, "O Nutricionista na Consulta com Migrantes", que decorrerá no dia 16 de outubro, entre as 18h30 e as 19h, através do link da bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GENA #nutrição #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Fri, 29 Sep 2023 08:15:08 GMT	9	0	https://www.instagram.com/p/CxxMbAolWLC/
SPD	<p>É com tristeza e consternação que a Sociedade Portuguesa de Diabetologia informa do falecimento da Dra. Maria Liliana Guerreiro, Sócia-fundadora da SPD e Diretora de Serviço de Endocrinologia do Hospital Egas Moniz (1985-2006).</p> <p>A SPD endereça sentidas condolências à família, amigos e colegas da Dra. Liliana.</p>	Foto	Informações Gerais	Thu, 21 Sep 2023 08:00:08 GMT	35	0	https://www.instagram.com/p/CxckWRLNmyg/

SPD	<p>Foram publicadas as Recomendações Luso-Brasileiras baseadas na evidência para a gestão da terapêutica na diabetes tipo 2. Este trabalho resulta da colaboração da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, da @spedm.pt, da @sbd_diabetes, e da @sbemnacional.</p> <p>Leia o documento completo no link da bio.</p> <p>#diabetes #diabetologia #recomendaçõesterapêuticas #terapêutica #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPDiabetologia #diabetestipo2</p>	Foto	Participação em Eventos	Fri, 21 Jul 2023 08:00:04 GMT	21	1	https://www.instagram.com/p/Cu87Df2tIjw/
SPD	<p>Fundo Educacional SPD para a EASD 2023</p> <p>Encontram-se abertas, até 30 de junho de 2023, as candidaturas para o Fundo Educacional de apoio à participação na EASD 2023 para sócios SPD com resumos aceites para apresentação.</p> <p>Mais informações no site da SPD e no link da bio</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #EASD #easd2023 #diabetologia #congresso</p>	Foto	noticias da Associação	Tue, 13 Jun 2023 17:30:07 GMT	7	0	https://www.instagram.com/p/CtcGFYOoVbO/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Não perca o terceiro e último webinar deste ciclo de webinars, "A Comunicação na Relação Terapêutica", que decorrerá daqui a uma semana, dia 14 de junho, entre as 19 e as 20h.</p> <p>Inscrição no link da bio</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 07 Jun 2023 06:30:08 GMT	14	0	https://www.instagram.com/p/CtLdyOioFeb/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Não perca o segundo webinar, "A Comunicação no Hoje e Amanhã", que decorrerá já daqui a uma semana, no dia 24 de maio, entre as 19 e as 20h.</p> <p>Inscrição no link da bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 17 May 2023 07:30:06 GMT	13	0	https://www.instagram.com/p/CsVf9ERo8UL/
SPD	<p>Dia Europeu dos Direitos dos Doentes</p> <p>Este dia foi criado para reforçar os princípios enunciados na Carta Europeia dos Direitos do Doente, para que estes sejam uma realidade para todos os cidadãos europeus.</p> <p>Este ano o tema do Dia Europeu dos Direitos dos Doentes são os medicamentos de terapia avançada, por forma a fomentar, entre outras, a recolha de ideias para alimentar iniciativas da UE, trocar e discutir diferentes experiências, melhores práticas e soluções mais eficazes para a inclusão de medicamentos de terapia avançada pelos sistemas nacionais de saúde dos vários estados-membros.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #direitosdosdoentes #patientsrightsday</p>	Foto	Efemérides	Tue, 18 Apr 2023 07:30:06 GMT	6	0	https://www.instagram.com/p/CrK05xGt74g/
SPD	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Não perca o primeiro webinar, "A Linguagem na Comunicação", que decorrerá no dia 19 de abril, entre as 19 e as 20h, através do link da bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Fri, 14 Apr 2023 11:30:07 GMT	8	0	https://www.instagram.com/p/CrA9MHKoSuh/

SPD	<p>Ciclo de Webinars "A Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>No âmbito do lançamento do Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes, o Grupo de Estudos de Educação em Diabetes promove o Ciclo de webinars "À Conversa sobre Comunicação..."</p> <p>Junte-se a nós e inscreva-se no primeiro webinar, "A Linguagem na Comunicação", que decorrerá no dia 19 de abril, entre as 19 e as 20h, através do link da bio.</p> <p>#SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #GED #comunicação #diabetes #diabetologia #webinar</p>	Foto	Eventos da Associação	Wed, 12 Apr 2023 19:10:06 GMT	18	1	https://www.instagram.com/p/Cq8oPhEP3R2/
SPD	<p>Dia Mundial da Saúde</p> <p>Instituído pela Organização Mundial da Saúde (@who) em 1948, este dia é todos os anos subordinado a um tema específico, sendo o tema deste ano Saúde para todos.</p> <p>A SPD assinala a data e reforça a importância da comunicação na promoção da saúde. Segundo a Enf.ª Dulce do Ó, coordenadora do Grupo de Estudos de Educação e co-autora do Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes, disponível no site da SPD, "A comunicação eficaz é uma ferramenta fundamental para promover a relação colaborativa, a partilha da informação e das decisões informadas, tendo em vista a promoção da saúde individual e das comunidades."</p> <p>O Grupo de Estudos de Educação irá em breve dinamizar um ciclo de webinars "À conversa sobre comunicação...", fique atento!</p> <p>#SPDiabetologia #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #Saúde #diamundialdasaude #HealthForAll #WHO75</p>	Foto	Efemérides	Fri, 07 Apr 2023 09:30:07 GMT	12	0	https://www.instagram.com/p/Cqut5O8oFdz/
SPD	<p>Dia Mundial da Atividade Física</p> <p>Este dia pretende promover a prática de atividade física junto da população, ilustrando todos os benefícios do exercício físico. A atividade física previne o aparecimento de doenças, reduz o stress, entre outros benefícios. A recomendação é de fazer 30 minutos de exercício físico por dia.</p> <p>No entanto, e como mencionado pelo Prof. João Raposo em entrevista à @healthnews.pt, "se nós queremos que a promoção da atividade física seja uma realidade, temos de ter espaços que sejam facilitadores de as pessoas se mexerem naturalmente. (...) passeios seguros que evitem as quedas ou que diminuam o risco de quedas é muito importante; os espaços cicláveis; os espaços para os miúdos brincarem desde cedo."</p> <p>A promoção e a prática da atividade física é, por isso, responsabilidade de todos!</p> <p>#SPDiabetologia #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #AtividadeFísica #ExercícioFísico</p>	Foto	Efemérides	Thu, 06 Apr 2023 10:00:07 GMT	18	0	https://www.instagram.com/p/CqsMh6eopax/
SPD	<p>No dia em que foi apresentada a 10ª Edição do relatório Diabetes: Factos e Números, o Professor João Raposo, Presidente da Sociedade Portuguesa de Diabetologia e do Observatório Nacional para a Diabetes, realçou, em entrevista ao @publico.pt, as assimetrias regionais existentes em Portugal.</p> <p>Texto completo: bit.ly/40QBtjP</p> <p>#diabetes #SPDiabetologia #SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #OND</p>	Foto	Participação nos OCS	Sat, 01 Apr 2023 10:00:08 GMT	24	0	https://www.instagram.com/p/CqfUjvDNMYI/
SPD	<p>Já está disponível para consulta e download o relatório "Diabetes: Factos e Números", relativo aos anos 2019, 2020 e 2021. Link disponível na bio.</p> <p>#diabetes #SPD #SPDiabetologia #sociedadeportuguesadiabetologia #OND</p>	Foto	outras	Fri, 31 Mar 2023 18:00:08 GMT	42	1	https://www.instagram.com/p/CqdmseHN9q4/
SPD	<p>O Observatório Nacional da Diabetes, da Sociedade Portuguesa de Diabetologia, irá realizar amanhã, dia 31 de março, às 11h30, a apresentação pública do relatório "Diabetes: Factos e Números", relativo aos anos 2019, 2020 e 2021.</p> <p>Marque na sua agenda e acompanhe a apresentação no YouTube da SPD: bit.ly/3ZmuvSI</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 30 Mar 2023 08:00:07 GMT	37	0	https://www.instagram.com/p/CqZ907CIZPS/

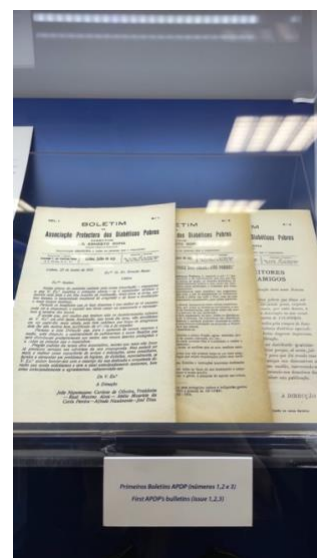
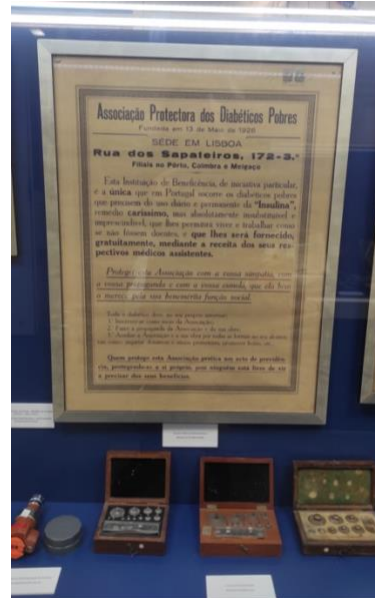
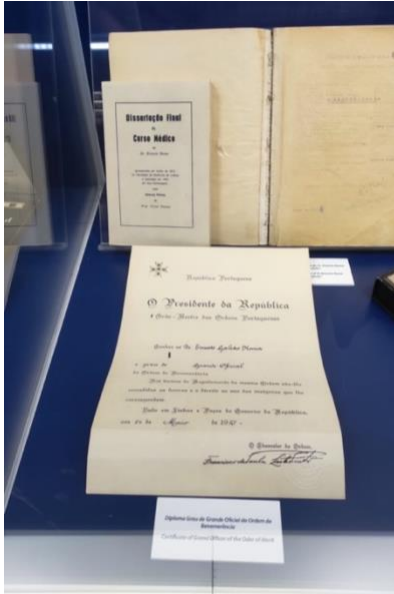
SPD	<p>A 2ª Corrida / Caminhada pela Diabetes decorreu no passado sábado, dia 18 de março, em Vilamoura. Nesta iniciativa que pretende sensibilizar para a importância do exercício físico no controlo e prevenção da diabetes, a procura excedeu as expectativas e as inscrições esgotaram dias antes do evento.</p> <p>A SPD agradece a todos os participantes, e à @diabetesteamportugal, à @abbottglobal e à @novonordisk por terem apoiado este evento!</p> <p>NewsFarma</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPDiabetologia #19congressoportuguesdiabetes #corridapeladiabetes</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 23 Mar 2023 09:00:08 GMT	53	1	https://www.instagram.com/p/CqICijGoMhO/	
SPD	<p>Órgãos Sociais SPD 2023-2026</p> <p>Foram eleitos e tomaram posse, no passado dia 16 de março, os órgãos sociais da SPD para o triénio 2023-2026.</p> <p>A SPD agradece o contributo dos elementos dos órgãos sociais que cessaram as suas funções e conta com o apoio de todos os sócios neste triénio que agora se inicia.</p> <p>#spdiabetologia #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #diabetes #19congressoportuguesdiabetes</p>	Foto	noticias da Associação	Wed, 22 Mar 2023 19:00:18 GMT	50	0	https://www.instagram.com/p/CqGibNao2Me/	
SPD	<p>Foram atribuídos, no #19congressoportuguesdiabetes, prémios para as melhores comunicações orais e posters. Veja a lista de premiados no site da #SPD.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia</p>	Foto	outras	Wed, 22 Mar 2023 09:00:09 GMT	21	0	https://www.instagram.com/p/CqFdvrlr-5s/	
SPD	<p>Prémios e Bolsas SPD - Resultados</p> <p>Os resultados dos Prémios e Bolsas da Sociedade Portuguesa de Diabetologia foram divulgados na Sessão de Encerramento do 19º Congresso Português de Diabetes. Se não esteve presente, já pode consultar os resultados no site da SPD.</p> <p>A SPD felicita todos os premiados e agradece também a todos os candidatos que fizeram com que a escolha dos trabalhos premiados fosse uma árdua tarefa. (Mais fotos no site)</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #19congressoportuguesdiabetes</p> <p>News Farma</p>	Foto	outras	Tue, 21 Mar 2023 09:00:11 GMT	62	2	https://www.instagram.com/p/CqC49KqtSNm/	
SPD	<p>O Manual de Comunicação Eficaz na Diabetes, lançado oficialmente durante o 19º Congresso Português de Diabetes, pretende compilar revisões, evidências e reflexões de um grupo de profissionais especialistas na área da diabetes e em diferentes contextos. Um dos objetivos é o de contribuir para a reflexão sobre esta temática e fornecer a todos os profissionais de saúde os instrumentos e mecanismos que transformem o “simples” ato de transmitir algo numa potente arma terapêutica.</p> <p>A SPD agradece ao Grupo de Estudos de Educação (GED), aos autores, e a todos aqueles que tornaram possível a criação deste Manual.</p> <p>Mais informações e download do Manual no link da bio.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #GruposdeEstudo #GED</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 20 Mar 2023 19:00:09 GMT	43	0	https://www.instagram.com/p/CqBY0b1oz02/	
SPD	<p>Foram apresentados, na Sessão de Abertura do 19º Congresso Português de Diabetes, os novos logotipos dos 14 Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.</p> <p>Assista ao vídeo de apresentação, também disponível no link da bio</p> <p>#19congressoportuguesdiabetes #SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #gruposdeestudo</p>	Video	Eventos da Associação	Mon, 20 Mar 2023 09:00:38 GMT	17	0	https://www.instagram.com/p/CqAULnbocXI/	160

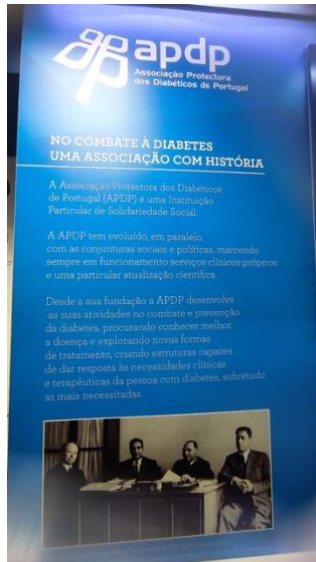
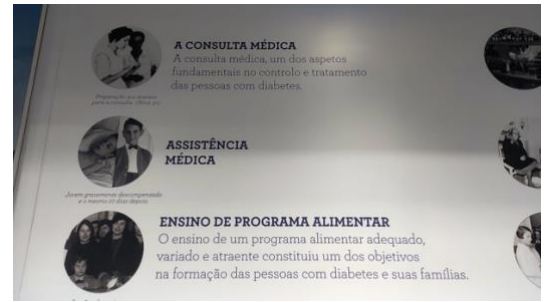
SPD	<p>19º Congresso Português de Diabetes 16 - 18 março 2023</p> <p>Inscrições e informações no link da bio.</p> <p>Mensagem da Dra. Lia Vieira de Jesus, Nutricionista e Coordenadora do Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD a propósito da 19ª edição do Congresso Português de Diabetes, destacando os simpósios organizados pelos diferentes Grupos de Estudo da Sociedade Portuguesa de Diabetologia.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #19congressoportuguesdiabetes</p>	Video	Eventos da Associação	Mon, 13 Mar 2023 19:01:00 GMT	12	0	https://www.instagram.com/p/CpvXTi4oJ3J/	162
SPD	<p>Segundo os dados recolhidos pelo Observatório Nacional da Diabetes (OND), o número de pessoas com a doença aumentou 20%, em sete anos, e Portugal integra o top 3 da Europa em termos de prevalência.</p> <p>Em entrevista ao @diariodenoticias.pt, o Prof. Dr. João Raposo, presidente da SPD, realça que "há anos que consideramos a diabetes um problema prioritário, que tem um plano nacional para travar o seu crescimento, mas não estamos a conseguir efetivar essa missão".</p> <p>Os dados do último relatório do OND serão divulgados no 19º Congresso Português de Diabetes, que se realiza entre 16 e 18 de março no Centro de Congressos do Algarve.</p> <p>Veja a reportagem completa no link da bio.</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #19congressoportuguesdiabetes #observatorionacionaldiabetes #diabetes #diabetologia</p>	Foto	Participação nos OCS	Mon, 13 Mar 2023 12:00:10 GMT	22	0	https://www.instagram.com/p/CpunMY3I22s/	
SPD	<p>Em antecipação ao 19º Congresso Português de Diabetes, a Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) apresenta terça-feira, dia 14 de março, às 18h30, via Facebook e Canal Youtube, um webinar moderado pelo Presidente da SPD, João Raposo, que conta com a presença de Hélder Ferreira (Presidente da Comissão Organizadora do Congresso); Rita Nortadas (Secretária Geral da SPD e médica diabetologista); Edite Nascimento (assistente graduada sénior de Medicina Interna; Grupo de Estudos de Educação da SPD) e Lia Vieira de Jesus (nutricionista clínica; Grupo de Estudos de Nutrição e Alimentação da SPD).</p> <p>Contamos com a sua presença, link para assistir na bio.</p>	Foto	Eventos da Associação	Sun, 12 Mar 2023 11:00:05 GMT	38	0	https://www.instagram.com/p/Cpr7hVMImCm/	
SPD	<p>19º Congresso Português de Diabetes 16 - 18 março 2023</p> <p>Inscrições e informação no link da bio.</p> <p>Mensagem da Dra. Rita Nortadas, Secretária-Geral da SPD, a propósito da 19ª edição do Congresso Português de Diabetes, destacando a importância dos cursos Pré-Congresso, este ano focados na perfusão subcutânea contínua de insulina, insuficiência cardíaca, doença renal e investigação em diabetes.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #19congressoportuguesdiabetes</p>	Video	Eventos da Associação	Fri, 10 Mar 2023 17:30:44 GMT	37	0	https://www.instagram.com/p/CpnemYkluKk/	334
SPD	<p>19º Congresso Português de Diabetes 16 - 18 março 2023</p> <p>Inscrições e informação no link da bio.</p> <p>Mensagem da Professora Ana Escoval a propósito da 19ª edição do Congresso Português de Diabetes, destacando a importância do Congresso, "não só para os profissionais de saúde, como também para a comunidade académica, para os pacientes e para as suas associações".</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #SPD #19congressoportuguesdiabetes</p>	Video	Eventos da Associação	Thu, 09 Mar 2023 19:01:09 GMT	13	0	https://www.instagram.com/p/CplEItWoUQY/	135
SPD	<p>Em entrevista à HealthNews.pt, o Professor Joao Raposo, além de explicar por que são necessárias medidas eficazes de prevenção da diabetes, faz uma antevisão do 19.º Congresso Português de Diabetes. Os cursos pré-congresso abordarão temas atuais e centrais na gestão da diabetes e as sessões de abertura e encerramento focar-se-ão na diabetes no contexto de emergência humanitária e na literacia em saúde, respetivamente.</p>	Foto	Participação nos OCS	Wed, 08 Mar 2023 19:00:06 GMT	34	0	https://www.instagram.com/p/CpifRoRxAz/	

SPD	<p>O presidente da Comissão Organizadora do 19.º Congresso Português de Diabetes, Dr. Hélder Ferreira, apela, em entrevista à News Farma, à participação para um encontro com temas “um pouco esquecidos”, como a saúde mental, sexual e oral na pessoa com diabetes. Com o objetivo de “manifestar a troca e partilha de conhecimento para melhorar o atendimento a pessoas com diabetes”, o 19.º Congresso Português de Diabetes decorre de 16 a 18 de março, no Centro de Congressos do Algarve, em Vilamoura.</p> <p>Ver o vídeo bit.ly/3ZalziH</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #19congressoportuguesdiabetes #mydiabetes #newsfarma</p>	Foto	Participação nos OCS	Thu, 02 Mar 2023 19:00:07 GMT	9	0	https://www.instagram.com/p/CpTCgfsMn65/	
SPD	<p>Em entrevista à MyDiabetes, o Prof. Doutor João Raposo faz a antevisão do 19.º Congresso Português de Diabetes, que se realiza no Centro de Congressos do Algarve já este mês, de 16 a 18 de março.</p> <p>Ver o artigo completo bit.ly/41DrwY0</p> <p>#SPD #SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetes #19congressoportuguesdiabetes #mydiabetes #newsfarma</p>	Foto	Participação nos OCS	Wed, 01 Mar 2023 19:01:24 GMT	19	0	https://www.instagram.com/p/CpQd27LoFrX/	
SPD	<p>Falta 1 Mês - 19º Congresso Português de Diabetes</p> <p>Junte-se a nós e não perca:</p> <p>Cursos Pré-Congresso (inscrições em www.diabetologia2023.com):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Novas tecnologias avançadas na diabetes: PSCI - Diabetes e Rim - Diabetes e Insuficiência cardíaca - Diabetes: Investigação inspirada no passado, voltada para o futuro <p>2.ª Corrida/Caminhada pela Diabetes (inscrições em bit.ly/3Xe8gxa)</p> <p>Mais informações, inscrições e programa disponíveis em: www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #SPD #19CongressoPortuguesDiabetes #CorridaPelaDiabetes #diabetesteampt</p>	Foto	Eventos da Associação	Thu, 16 Feb 2023 16:00:07 GMT	17	0	https://www.instagram.com/p/Couqxyzo55Z/	
SPD	<p>O Curso Pré-Congresso Diabetes: Investigação inspirada no passado, voltada para o futuro abordará desafios atuais na investigação em diabetes. O curso decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia</p>	Foto	Informações Gerais	Mon, 13 Feb 2023 12:00:03 GMT	9	0	https://www.instagram.com/p/Comg67Aqut/	
SPD	<p>O Curso Pré-Congresso de Diabetes e Insuficiência Cardíaca incidirá sobre os riscos associados à insuficiência cardíaca na diabetes e serão apresentados e discutidos casos clínicos relacionados com as patologias. O curso decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve, com o apoio da BIAL.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia</p>	Foto	Informações Gerais	Mon, 13 Feb 2023 11:00:05 GMT	26	0	https://www.instagram.com/p/ComaDw2ssZz/	
SPD	<p>O Curso Pré-Congresso de Diabetes e Rim abordará diferentes desafios da doença renal crónica, nomeadamente a estratificação do risco, os tratamentos e as melhores práticas. O curso decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve, com o apoio da BIAL.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia</p>	Foto	Informações Gerais	Mon, 13 Feb 2023 10:00:05 GMT	12	0	https://www.instagram.com/p/ComTMSIs6-j/	

SPD	<p>O Curso Pré-Congresso de Novas Tecnologias Avançadas da Diabetes incidirá sobre a perfusão subcutânea contínua de insulina e decorrerá no dia 16 de março de 2023, entre as 10h30 e as 12h30 no Centro de Congressos do Algarve, com o apoio da Menarini Diagnósticos.</p> <p>Inscriva-se em www.diabetologia2023.com</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #19CongressoPortuguesDiabetes #SPD #diabetes #diabetologia</p>	Foto	Informações Gerais	Mon, 13 Feb 2023 09:00:06 GMT	11	0	https://www.instagram.com/p/ComMU5U sjDP/
SPD	<p>Cursos Pré-Congresso - 19º Congresso Português de Diabetes</p> <p>Estão abertas as inscrições para os Cursos Pré-Congresso, que decorrerão na manhã de 16 de março de 2023.</p> <p>Novas tecnologias avançadas na diabetes: PSCI Diabetes e Rim Diabetes e Insuficiência cardíaca Diabetes: Investigação inspirada no passado, voltada para o futuro</p> <p>Inscrições no link da bio.</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #19congressoportuguesdiabetes</p>	Foto	Informações Gerais	Sat, 11 Feb 2023 12:00:08 GMT	20	0	https://www.instagram.com/p/CohXVvmo aKw/
SPD	<p>2ª Corrida pela Diabetes - Inscrições abertas!</p> <p>A Sociedade Portuguesa de Diabetologia, no âmbito do 19º Congresso Português de Diabetes, organiza a 2ª Corrida pela Diabetes, com o apoio da @diabetesteamportugal, da @abbottglobal e da @novonordisk.</p> <p>A prova realizar-se-á no dia 18 de Março (sábado), pelas 8h30 da manhã, com partida na Marina de Vilamoura. A caminhada terá uma distância de 5km, e a corrida será de 10km.</p> <p>Inscrições gratuitas no link da bio</p> <p>#SociedadePortuguesaDiabetologia #diabetologia #diabetes #19CongressoPortuguesDiabetes #CorridaPelaDiabetes #diabetesteamppt #Abbott #NovoNordisk</p>	Foto	Eventos da Associação	Mon, 06 Feb 2023 08:30:04 GMT	23	0	https://www.instagram.com/p/CoUHUzZMAeB/
SPD	<p>Submissão Resumos 19º Congresso Português de Diabetes</p> <p>Tem até domingo, dia 5 de fevereiro, para submeter resumos para o 19º Congresso Português de Diabetes, que se realiza de 16 a 18 de março de 2023 no Centro de Congressos do Algarve.</p> <p>Mais informações em www.diabetologia2023.com</p>	Foto	Informações Gerais	Thu, 02 Feb 2023 16:00:04 GMT	30	0	https://www.instagram.com/p/CoKnpOiM uqN/
SPD	<p>Webinar "O Olho na Diabetes"</p> <p>Dia 23 de janeiro, entre as 15h e as 18h, participe neste webinar organizado pela Sociedade Portuguesa de Diabetologia com a colaboração da @spoftalmologia, a Associação Pan-Americana de Oftalmologia (PAAO) e a @apdpdiabetes.</p> <p>A inscrição é gratuita mas obrigatória.</p> <p>Mais informações, programa e inscrições no link da bio e no site.</p> <p>#SPDiabetologia #webinar #diabetes #olho #oftalmologia</p>	Foto	Eventos da Associação	Tue, 17 Jan 2023 19:11:03 GMT	25	1	https://www.instagram.com/p/CnhwyBCM 1qs/

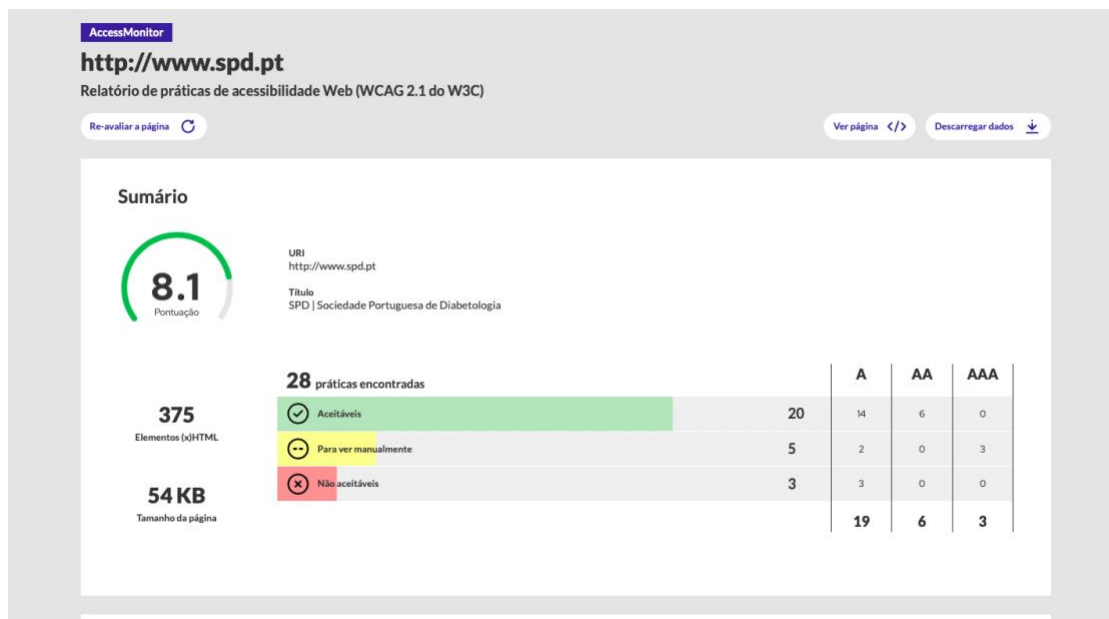
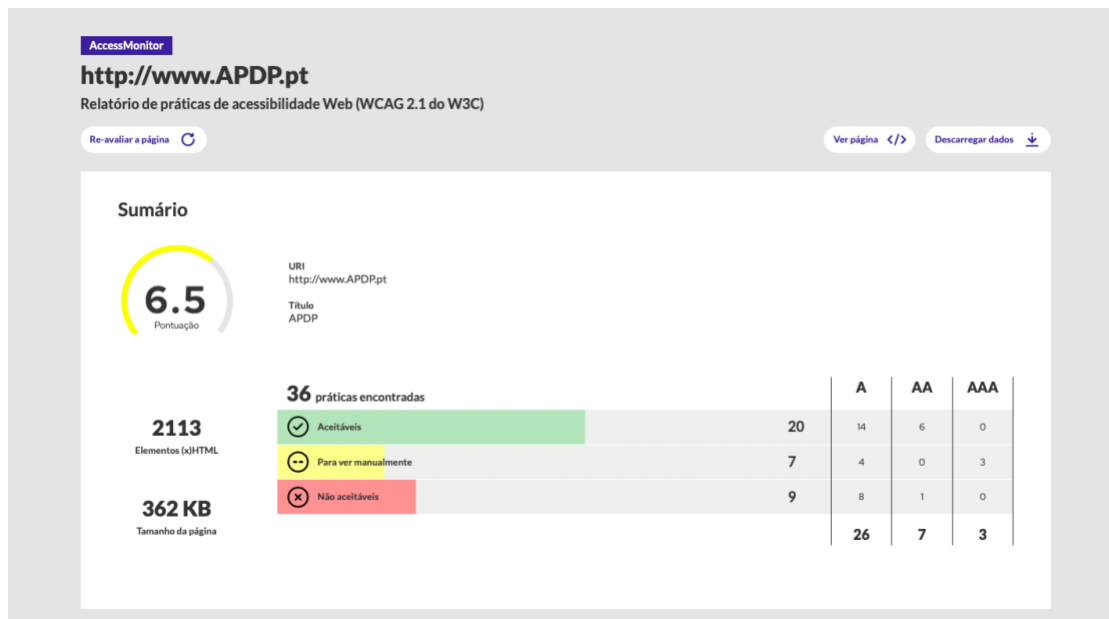
Anexo O- Registo fotográfico da visita ao Museu da Diabetes - APDP







Anexo P- Relatórios de Práticas de acessibilidade Web



Anexo Q - Atividade da APDP e SPD no Facebook

Tipo de Publicação	APDP	SPD
Imagem	135	54
Vídeo	10	5
Texto	43	5
Total de Publicações:	188	64

Temas das publicações

Tema da Publicação	APDP	SPD
Efemérides	5	10
Promoção da saúde	2	0
Prevenção da doença	3	1
Estudos	4	0
Eventos da Associação	69	28
Eventos de outras Instituições	4	0
Participação em Eventos	28	2
Notícias da Associação	29	5
Notícias dos OCS	7	1
Participação nos OCS	9	5
Informações Gerais	23	8
Outros	5	3

Publicações com Ligações Externas no Facebook

Associação	Website da Associação	Website Externo	Facebook	Total de Publicações
APDP	46	61	5	112
SPD	21	20	2	43

Anexo R- Atividade da APDP e SPD no Instagram

Tipo de Publicação	APDP	SPD
Imagem	91	51
Vídeo	7	4
Total de Publicações:	98	55

Temas das publicações

Tema da Publicação	APDP	SPD
Efemérides	4	5
Promoção da saúde	2	0
Prevenção da doença	1	1
Estudos	1	0
Eventos da Associação	55	25
Eventos de outras Instituições	1	1
Participação em Eventos	14	2
Notícias da Associação	13	4
Notícias dos OCS	0	0
Participação nos OCS	1	5
Informações Gerais	4	9
Outros	2	3