

Município de Anadia e ULS de Aveiro lançam programa Diabetes em Movimento®

O Município de Anadia, em parceria com a Unidade Local de Saúde (ULS) da Região de Aveiro, vai implementar, a partir de outubro de 2026, o programa Diabetes em Movimento®, uma iniciativa comunitária de exercício físico dirigida a pessoas com diabetes tipo 2. Este projeto integra a estratégia nacional de promoção da saúde, sendo coordenado pela Direção-Geral da Saúde, através do Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física e do Programa Nacional para a Diabetes.

Em Anadia, as sessões vão decorrer às segundas, quartas e sextas-feiras, das 15h às 16h30, no Pavilhão de Desportos de Anadia, e serão dinamizadas por profissionais do Serviço de Atividades Desportivas do Município de Anadia e enfermeiros da ULS da Região de Aveiro. A participação nas sessões é gratuita, mediante referenciação pelos médicos e enfermeiros das unidades de saúde familiar (USF).

O programa Diabetes em Movimento® é multi-institucional, multidisciplinar e multicomponente. Representa um esforço conjunto para disponibilizar uma resposta estruturada, segura e eficaz de promoção da atividade física para pessoas com diabetes tipo 2.

A diabetes continua a ser um dos principais desafios de saúde pública em Portugal, afetando mais de um milhão de pessoas. A prática regular de atividade física é um dos pilares fundamentais do tratamento, contribuindo para melhorar o controlo metabólico, reduzir o risco cardiovascular e aumentar a funcionalidade e a qualidade de vida.

Com esta adesão, o Município de Anadia reforça o seu compromisso com a promoção da saúde e o bem-estar e a qualidade de vida da população, alinhando-se com as melhores práticas nacionais na área da prevenção e gestão da doença crónica.