



“Melhor Nutrição para Melhor Saúde”

Ficha Técnica do Projeto

| | |
|-----------------------------------|---|
| Tema do Projeto | Diabetes : Uma Realidade Desconhecida |
| Alunos (nome) | Ana Filipa Rodrigues Silva/ Bruna Filipa Samora Tavares / David João de Carvalho Candeias/ / Márcio José Santos Lavrador/ Valdo Rodrigues Marques |
| Docente Orientador | Professora Graça Soveral |
| Instituição(ões) de Ensino | Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa |

Objetivos

O projecto desenvolvido tem como objectivos principais:

- Facilitar o acesso à informação nutricional;
- Melhorar os hábitos de vida alimentares da população portuguesa;
- Gerir de forma integrada a diabetes;
- Reduzir a prevalência da diabetes;
- Atrasar o início das complicações major na diabetes;
- Reduzir a morbilidade e mortalidade quer por diabetes quer por maus hábitos alimentares dos portugueses.

Metodologia

Para a elaboração do trabalho efectuou-se uma pesquisa exaustiva no campo da Diabetes: estatísticas relativas aos últimos anos, dados fornecidos pela OMS, relatório anual do Observatório Nacional da Diabetes e outras instituições. Aliada a esta pesquisa efectuou-se outra no campo das novas tecnologias móveis, tendo-se verificado um crescimento elevado no que diz respeito ao uso de smartphones e suas aplicações. Desta forma, decidimos conjugar estas duas vertentes em crescimento e criar algo que auxiliasse a população Portuguesa a controlar não só a Diabetes mas também a nutrição, visto a obesidade ser a principal causa de Diabetes tipo 2 em Portugal.

Aspetos inovadores contidos no trabalho/projeto

A escolha de uma aplicação como forma de inovação justifica-se, para além dos benefícios para o utilizador, mencionados no campo dos objectivos, pelo facto desta ainda não existir no mercado Português, sendo, por isso, algo inovador no que diz respeito ao controlo da Diabetes em Portugal.

Principais conclusões

Os principais passos da estratégia de implementação do nosso projecto seriam:

- Criação da aplicação;
- Realização de programas de exposição e divulgação da aplicação em determinadas escolas secundária e universidades, farmácias e centros de saúde (de modo a atingir o nosso Target: população Portuguesa com idades >14 anos);
- Distribuição de cartazes e panfletos nos locais de exposição e divulgação;
- Código QR em todo o material de distribuição de modo a facilitar o acesso à página onde se efetuará o download da aplicação;

Em suma, com a aplicação “Plano D” pretende-se **innovar, facilitar, informar e educar** a população-alvo.

Inovar para facilitar o acesso à informação e informar para educar a população Portuguesa, tanto indivíduos saudáveis como indivíduos diabéticos, sobre os **riscos versus benefícios** da adoção de uma **alimentação controlada, equilibrada** e variada para o **bem-estar físico, emocional e social**.

A nossa aplicação apenas está direccionada para a Diabetes e Nutrição, no entanto achamos que poderia ser interessante, num futuro, desenvolver uma aplicação que englobasse: Diabetes; Nutrição; Pressão arterial e Colesterol.