

28 a 30
de outubro
2016
Bragança
Portugal



I Congresso Nacional

Ciências Biomédicas Laboratoriais

I Encontro Nacional
de Estudantes

Livro de Resumos



Instituto Politécnico de Castelo Branco
Escola Superior de Saúde
Dr. Lopes Dias



UNIVERSIDADE DO ALGARVE
ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE



INSTITUTO POLITÉCNICO
DE SAÚDE DO NORTE
ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DO VALE DO SOUSA
ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DO VALE DO RIBE



ESTeSC
COIMBRA
HEALTH SCHOOL



ESCOLA SUPERIOR DE
TECNOLOGIA DA SAÚDE
DE LISBOA
INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA



ESCOLA SUPERIOR
DE TECNOLOGIA DA SAÚDE



INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA
Escola Superior de Saúde

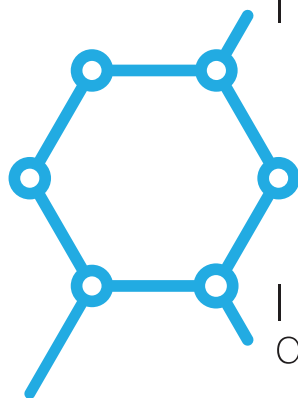
COM O ALTO PATROCÍNIO DE SUA EXCELÊNCIA



O Presidente da República



28 a 30
de outubro
2016
Bragança
Portugal



I Congresso Nacional

Ciências Biomédicas Laboratoriais

I Encontro Nacional
de Estudantes

Título	I Congresso Nacional de Ciências Biomédicas Laboratoriais: Livro de Resumos
Editores	Josiana Vaz Amadeu Ferro Clarisse Pais Helena Pimentel Sara Ricardo
Design e paginação	Atilano Suarez Serviços de Imagem do Instituto Politécnico de Bragança
Editor	Instituto Politécnico de Bragança
ISBN	978-972-745-211-8
Handle	http://hdl.handle.net/10198/13540

Apoio



Bragança
Município

Atividade Física e Impacto em Marcadores Bioquímicos em Diabéticos: Revisão Sistemática da Literatura

Eduarda Barreira

Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde – edubarreira4@hotmail.com

Ana Maria Pereira

Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde – amgpereira@ipb.pt

Josiana Vaz

Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde; CIMO-Centro de Investigação de Montanha – josiana@ipb.pt

André Novo

Escola Superior de Saúde de Bragança-IPB – andre@ipb.pt

Resumo

Introdução: A diabetes mellitus é uma patologia crónica com grande expansão a nível mundial. Estima-se que o número de portadores de diabetes aumente rapidamente nas próximas décadas devido ao envelhecimento da população. Como tal é fulcral consciencializar as pessoas para a adoção de estilos de vida mais ativos. A implementação de programas de intervenção com ênfase na promoção da atividade física tem demonstrado ser um ponto importante no tratamento desta patologia já que permitem um melhor controlo glicémico e perfil lipídico.

Objetivos: Verificar qual a efetividade da implementação de um programa de atividade física nos valores de glicémia e perfil lipídico em portadores de diabetes mellitus.

Metodologia: Revisão sistemática da literatura publicada nos anos 2010-2015 através da metodologia PICO na base de dados PubMed/Medline. Pretende-se responder à questão de investigação: “Qual a efetividade da implementação de um programa de atividade física nos valores de glicémia e perfil lipídico em indivíduos idosos portadores de diabetes mellitus?”

Resultados: Após a aplicação dos critérios de inclusão foram selecionados artigos 13, de um total de 6600. Os artigos selecionados demonstram que a implementação de programas de atividade física baseados em exercícios aeróbios, resistência, flexibilidade e combinados supervisionados melhoram significativamente os níveis de glicémia e perfil lipídico.

Conclusão: A implementação de programas de atividade física de acordo com informações cientificamente válidas são pilares fundamentais no tratamento da diabetes mellitus devendo ser fomentada a sua implementação.

Palavras-chave:

Atividade Física, Diabetes Mellitus, Perfil lipídico.