

Diabetes em Movimento®

Departamento de Educação Física e Desporto



**Relatório de Estágio do Curso de 2º Ciclo em
Ciências da Educação Física e Desporto –
Especialização em Exercício Físico e Saúde**

**Catarina Rafaela dos Santos Ferreira
(N.º 21530)**

Orientador: Dr. João Viana

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre (artigo 15º do Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, alterado pelos Decretos-Leis n.ºs 107/2008, de 25 de junho, 230/2009, de 14 de setembro e 115/2013, de 7 de agosto)

Outubro, 2016



1-Introdução

O presente relatório de estágio relata todas as atividades realizadas ao longo da unidade curricular Estágio, sendo parte integrante do 2º ano do Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Exercício Físico e Saúde, do Instituto Universitário da Maia.

Este estágio decorreu durante o ano lectivo 2015/2016 com os orientadores Professor Alberto Alves e o Professor João Viana.

O estágio orientou-se, principalmente, em observar todo o trabalho e procedimentos utilizados no projecto Diabetes em Movimento .

A Diabetes Mellitus é considerada um problema de Saúde pública mundial, estimando-se que a doença atinja um numero crescente de pessoas. Desta forma, este relatório pretende descrever a Diabetes Mellitus e a importância do exercício físico para os portadores desta doença, salientando o papel extremamente importante do programa Diabetes em Movimento® nos locais onde já foi implementado.