

“Prevenção como estratégia de intervenção em relação a Diabetes”

COLÓQUIO

**Estagiária do curso técnico de Apoio
Psicossocial : Marta Campeão**



Apresentação da sessão informativa



Enfermeira Rosário – O que é realmente a Diabetes?



Alunas de controlo Alimentar- O que é uma alimentação Saudável?



Psicóloga Patrícia Pitadas- A psicologia é importante para a Diabetes?



O público-alvo - Será que foi benéfico?



Um breve resumo da sessão Informativa

A sessão iniciou-se com uma breve introdução ao tema.

De seguida a enfermeira Rosário começou a falar da Diabetes no seu todo, onde falou dos sintomas, causas e como era importante ter uma vida ativa na Diabetes.

As alunas de controlo alimentar Neuza Fernandes e Ana Vicente também foram uma mais valia para o colóquio pois falaram da sua experiência no curso que escolheram e o porquê de terem escolhido esse mesmo curso. Também fizeram um breve resumo do que era uma Alimentação Saudável e quantas refeições devemos fazer num dia e os alimentos mais adequados para uma refeição saudável.

A psicóloga Patrícia Pitadas teve um papel fundamental nesta sessão informativa pois foi explicar um pouco como funciona a psicologia nestes casos de aparecimento de doenças crónicas nos adolescentes, que não são nada fáceis de lidar, sobretudo na idade da adolescência e fez algumas perguntas relacionadas com o aparecimento da Diabetes e o que fariam para mudar a sua rotina diária.

- O público-alvo, de um modo geral, foi muito recetivo ao tema tratado mantendo uma boa postura e interesse e participou de modo satisfatório fazendo perguntas e dando a sua opinião.
- Por fim, intervimos na sessão e disse porque motivo escolhi este tema: pelo o fato da minha irmã ter Diabetes. Transmiti algumas palavras de sensibilização para que os alunos percebessem que uma alimentação saudável é importante para o nosso bem estar.