

Assunto: Dia Mundial da Diabetes 2014 – 14 de novembro.

Para: Todos os Serviços de Saúde

No próximo dia 14 de novembro comemora-se o Dia Mundial da Diabetes. A Campanha de 2014 é a primeira de três anos (2014-16) e abordará especificamente o tema da alimentação saudável, a sua importância na prevenção da diabetes tipo 2 e na gestão eficaz desta doença de forma a evitar complicações.

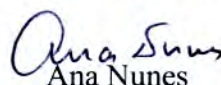
A última estimativa da *International Diabetes Federation* indica que 382 milhões de pessoas vivem com diabetes em todo o mundo. Prevê-se que, no ano 2035, 592 milhões de pessoas ou uma em cada dez pessoas terão a doença. Mais de 316 milhões de pessoas estão, atualmente, em alto risco de desenvolver diabetes tipo 2. Este número deverá aumentar para quase 500 milhões dentro de uma geração. O que torna a diabetes particularmente ameaçadora é que, em grande parte do mundo, esta doença permanece sem diagnóstico.

Estes fatos e números reiteram a necessidade de uma ação urgente. A maioria dos casos de diabetes tipo 2 pode ser prevenida e as complicações graves da diabetes podem ser evitadas, através da adoção de um estilo de vida saudável. Este ano, será colocada a atenção na importância de começar o dia com um pequeno-almoço saudável.

A Campanha vai continuar a promover a importância de uma ação imediata para proteger a saúde e o bem-estar das gerações futuras e alcançar resultados significativos para as pessoas com diabetes e pessoas em risco

Neste sentido, o Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM, através do Programa Regional de Prevenção e Controlo de Diabetes, solicita os bons officios na afixação conjunta dos cartazes, em anexo, sensibilizando a população para esta problemática.

A Presidente do Conselho Diretivo



Ana Nunes

DIABETES

Alimentação
saudável começa
com o
pequeno-almoço

DIABETES:
PROTEGER O NOSSO FUTURO
www.worlddiabetesday.org



dia mundial da diabetes
14 de novembro

SRAS
Secretaria Regional dos Assuntos Sociais

Instituto de Administração da Saúde
e Assuntos Sociais, IP-RAM



Sumo de laranja natural +
pão com queijo

OU



Leite com fruta (batido)
+ pão com fiambre

OU



Ovo cozido
+ pão torrado + fruta

OU



logurte + bolachas +
fruta

OU



Cereais cornflakes com
leite + fruta