



NOTA DE IMPRENSA

IPS lança três projetos comunitários *online* na área da Saúde **Sobreviventes de cancro e hipertensos são o público alvo**

Setúbal, 18 de fevereiro de 2021 – O Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) promove, ao longo da próxima semana, **dois *webinars* para apresentação de projetos comunitários na área da Saúde**, visando a melhoria da qualidade de vida dos sobreviventes de cancro e da população com diagnóstico de hipertensão arterial (HTA).

Os três projetos, desenvolvidos por finalistas da **licenciatura em Fisioterapia da Escola Superior de Saúde (ESS/IPS)**, no âmbito dos Projetos de Intervenção Comunitária, propõem programas adaptados a cada condição clínica, que contemplam sessões de atividade física *online*, uma componente educacional e de sensibilização para suporte à autogestão de sintomas e limitações físicas, e a respetiva avaliação de resultados.

Na primeira sessão, agendada para **terça-feira, dia 23, pelas 17h00**, será feita a apresentação pública dos **projetos “Venci a batalha contra o cancro, e agora?” e “Seja Ativa Online!”**, dirigindo-se à comunidade académica do IPS, população em geral e, em particular, ao Grupo de Apoio de Setúbal da Liga Portuguesa contra o Cancro, no âmbito das comemorações do Dia Mundial do Cancro, recentemente assinalado.

O primeiro projeto comunitário, dinamizado pelo estudante David Pádua, tem como objetivo melhorar a qualidade de vida em sobreviventes de cancro, assim como a sua capacidade funcional na realização das atividades da vida diária, através de um programa combinado de exercício aeróbio e de força muscular, com acréscimo de uma componente educacional, realizados *online*. No total, estão previstas entre 24 a 36 sessões de exercício terapêutico, duas a três vezes por semana.

Concebido pelas estudantes Ana Catarina Faria e Fátima Ginja, o projeto “Seja Ativa Online!” diz respeito em particular às sobreviventes de cancro da mama, sobretudo as que padecem de fadiga associada, propondo um programa de telerreabilitação de 12 semanas, com o objetivo de promover hábitos de atividade física através da educação e de um plano de exercícios.

Tendo como público alvo a **população com diagnóstico de hipertensão arterial**, onde se inclui a própria comunidade IPS, e utentes dos centros de saúde da área envolvente, o terceiro projeto académico, denominado “**HTAoff – REABon**”, vai ser apresentado na **quarta-feira, dia 24, pelas 17h00**.

A proposta é das estudantes Carlota Rêgo, Leonila Freitas e Maria Inês Cordeiro, que pretendem intervir junto dos utentes com hipertensão, entre os 19 e os 74 anos, no sentido de um

incremento dos níveis de atividade física e de uma melhoria da gestão da sua condição. Entre os principais resultados esperados estão a diminuição dos níveis de pressão arterial e do risco de doenças cardiovasculares, bem como uma melhoria global da qualidade de vida.

Ambas as sessões são livres, gratuitas, e podem ser acompanhadas através dos seguintes links:

23 de fevereiro (cancro): <https://videoconf-colibri.zoom.us/j/87846120130>

24 de fevereiro (hipertensão): <https://videoconf-colibri.zoom.us/j/88209759602>

--

Carla Ferreira
Gabinete de Imagem e Comunicação | Imprensa



Instituto Politécnico de Setúbal
Campus do IPS, Estefanilha
2910-761 Setúbal, Portugal
Tel. +351 265 710 814 | E. imprensa@ips.pt
www.ips.pt

Siga-nos nas redes sociais:



--

Sobre o IPS:

Há 40 anos a fazer um caminho consolidado no ensino superior público, o Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) integra cinco Escolas Superiores – Escola Superior de Tecnologia de Setúbal, Escola Superior de Educação, Escola Superior de Ciências Empresariais, Escola Superior de Saúde (campus de Setúbal) e Escola Superior de Tecnologia do Barreiro (campus do Barreiro). Atualmente dispõe de uma vasta oferta formativa, entre cursos técnicos superiores profissionais, licenciaturas, pós-graduações e mestrados, que abarca importantes áreas do conhecimento: engenharias, tecnologias, ciências sociais, educação, desporto, ciências empresariais e saúde. A forte componente prática do ensino, bem como a formação em contexto de trabalho e o estímulo de competências nas áreas da inovação e do empreendedorismo, são traços distintivos do seu ADN. É considerada uma referência não só nas metodologias pedagógicas adotadas, com foco principal no estudante, como também na estreita ligação que mantém com as empresas e organizações da região. Destas duas grandes apostas resulta o seu desempenho no que toca à empregabilidade, com a segunda taxa mais elevada de todo o ensino politécnico (www.ips.pt).