

# Dossier de Projecto

---



## DIABPT UNITED



Janeiro de 2015

## Enquadramento: A Diabetes

A diabetes é uma condição que afecta mais de 382 milhões de pessoas em todo o Mundo e mais de um milhão de portugueses. É uma doença crónica que, quando mal controlada, pode levar a diversas complicações tais como falência renal, amputações, cegueira ou problema cardiovasculares.

Em qualquer pessoa, as células produzem energia utilizando glicose (açúcar) e oxigénio. A insulina é uma hormona que permite a entrada da glicose nas células. Numa pessoa sem diabetes, a insulina é produzida por células específicas do pâncreas e em quantidade suficiente para manter a glicémia (concentração de açúcar no sangue) dentro de uma gama de valores. Uma pessoa com Diabetes Tipo 1 (DT1) não consegue produzir insulina, uma vez que estas células foram destruídas pelo próprio sistema imunológico (doença auto-imune). Este tipo de diabetes não pode ser prevenido e aparece normalmente em crianças e jovens, sendo necessária a administração de insulina, normalmente através de múltiplas injeções diárias. Uma pessoa com Diabetes Tipo 2 (DT2) produz pouca insulina ou a insulina produzida não é eficaz. Normalmente, este tipo aparece associado a maus hábitos alimentares, sedentarismo e excesso de peso, pelo que pode ser prevenido. O tratamento é também muito diferente da DT1: o início de actividade física e uma dieta saudável podem ser suficientes para manter a glicémia controlada, podendo ser auxiliada por medicação oral. Em alguns casos pode também ser necessária a administração de insulina, sem que isto signifique uma maior gravidade da saúde da pessoa. A DT2 aparece geralmente em pessoas mais velhas, embora o diagnóstico em crianças esteja a tornar-se mais comum. Este tipo de diabetes representa também cerca de 90% do mais de 1 milhão de casos de diabetes em Portugal.

## Quem Somos?

Com o objectivo de desmistificar a Diabetes, o Núcleo Jovem da Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal (**NJA**) e a Associação de Jovens Diabéticos de Portugal (**AJDP**) promovem, desde 2012, a realização de jogos de futebol regulares com a participação de elementos de ambas as associações. Durante o ano de 2014, juntou-se a este grupo a **Diabentejo**.

O que inicialmente era um grupo de amigos a jogar futebol rapidamente se tornou numa iniciativa com bastante adesão, onde os jogos de futebol de 7 contavam com 14 jogadores com



diabetes. E foi assim que surgiu a ideia de participarmos no DiaEuro 2013, na Croácia.

## Quais os Objectivos?

O objectivo principal é estabelecer uma equipa de futsal composta por jogadores com diabetes orientada por um treinador da modalidade e acompanhada por um enfermeiro.

Relativamente aos jogadores, a equipa irá integrar jogadores com diabetes com idade superior a 18 anos e de várias localidades. Será realizada uma campanha de recrutamento de jogadores junto de diversas associações. Para além dos treinos regulares, já iniciados no final de 2014, realizar-se-ão jogos contra outras equipas.

O treinador será Paulo Gonçalves, que já orientou a equipa para a participação no DiaEuro 2014, assistido pelo treinador adjunto Bruno Rocha. O enfermeiro Manuel Cardoso, que já acompanhou a equipa em 2013 e 2014, irá continuar a trabalhar com a equipa.

Para além dos objectivos desportivos, a formação e divulgação desta equipa irá promover o desporto junto dos jovens com diabetes e das suas famílias, bem como a prática da actividade física de uma forma geral. A participação em torneios e outras iniciativas irá contribuir para consolidar a ideia que a diabetes não deverá ser uma limitação para a prática desportiva, em particular não deverá inibir as pessoas com diabetes de participarem em competições lado a lado com atletas sem diabetes. Através da participação em outras actividades das associações como sessões de esclarecimento em escolas e congressos científicos, os elementos da equipa poderão também desmistificar a diabetes junto do público.

## Plano de Actividades

Os treinos começaram em Novembro de 2014, com um treino semanal. No decorrer de 2015 iremos passar a 2 treinos semanais, a ter lugar na zona do Seixal com a possibilidade de termos o apoio da Câmara Municipal do Seixal (CMS). Será necessário a compra de material de treino (coletes, pinos, bolas e outros). Para que a equipa possa incluir jogadores de várias localidades de Portugal, será criado um fundo para apoiar as deslocações dos jogadores que vivam fora da zona Metropolitana de Lisboa. Caso o apoio da CMS não se materialize teremos necessidade de incluir no orçamento o aluguer de campo para treino.

Iremos iniciar em 2015 um processo de recrutamento, pelo que será necessário o aluguer de campos de futsal fora dos habituais locais de treino e a deslocação de alguns elementos da equipa, assim como a impressão de panfletos de divulgação.

Durante o ano de 2015, a equipa participará em torneios de futsal, não só como preparação para o DiaEuro 2015 mas também como forma de divulgação da equipa. Para estes torneios, serão adquiridos equipamentos para a equipa.





# DiaEuro 2015

Após a vitória da equipa romena na edição de 2014, a Federação de Associações de Diabéticos da Roménia irá organizar a edição de 2015, em Cluj-Napoca, durante o mês de Julho. A equipa portuguesa quer marcar presença nesta competição, e para tal conta com a contribuição da Vossa empresa. A comitiva será constituída por 10 jogadores, o treinador Paulo Gonçalves, o Enf. Manuel Cardoso e um representante das associações.

Em termos de material, cada jogador deverá ter dois equipamentos completos (meias, calções e camisolas), sendo obrigatório que cada camisola tenha o número do jogador e o nome do País. Em adição, cada elemento da comitiva deverá ter um fato de treino (calças e casaco), roupa casual (calções e 2 pólos) e uma t-shirt. Os equipamentos a adquirir serão usados no Diaeuro 2015 e Diaeuro 2016.

Através da parceria com a empresa de comunicação H+K Strategies, a participação neste evento terá cobertura mediática de diversos sites, jornais e programas televisivos. É de salientar que já no passado esta cobertura foi atingida, com participação no “Manhã CM” e menções na SIC Notícias, assim como o acompanhamento feito no site “A Bola” à participação em 2014.

## Cobertura Mediática em 2013 e 2014



### Portugal derrota Ucrânia (2-1) e defronta Eslováquia nos 'quartos' do DiaEuro 2014

Redação  
Impresionável! A equipa port. DiaEuro 2014 terminou a fase demonstrando enorme eficácia desta primeira fase.

### Alentejano no Campeonato Europeu de Futebol para Diabéticos O lado positivo da doença

Não se queriam cansar, mas não podiam parar de jogar. O lado positivo da doença é o facto de não se cansarem e de não terem problemas de saúde. O lado negativo é o facto de não terem problemas de saúde. O lado positivo da doença é o facto de não se cansarem e de não terem problemas de saúde. O lado negativo é o facto de não terem problemas de saúde.



CAMPEONATO DA EUROPA NA HUNGRIA. A Seleção portuguesa futebol de diabéticos insulino-dependentes vai participar no Europeu, que decorrerá em Hungria. Na foto, o grupo de selecionados num treino em Vale de Milhazes

## Orçamento

Treinos Regulares	
Material de Treino	100€
Despesas de Deslocação / aluguer pavilhão	2500€
Campanha de Recrutamento	
Aluguer de Campos	250€
Deslocações	500€
Material de Divulgação	200€
Torneios	
Equipamentos	700€
DiaEuro 2015	
Equipamentos + Roupa + Estampagens	900€
Viagens Ida e Volta para Cluj	5000€
Outras despesas (inscrições, transfers...)	400€
Outras Despesas	
Roll-up	150€
Faixa	300€