



## INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM

### FICHA DE PROJETO I&D

**ACRÓNIMO:** **TEENPOWER**

**TÍTULO EM PORTUGUÊS:** E-capacitar os adolescentes para prevenir a obesidade

**TÍTULO EM INGLÊS:** E-empowering teenagers to prevent obesity

**REFERÊNCIA:** AAC nº 02/SAICT/2016 - Referência nº POCI-01-0145-FEDER-023557

**ENTIDADE FINANCIADORA / PROGRAMA DE FINANCIAMENTO:** FCT Programa Modernização e Valorização dos Politécnicos - Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional – FEDER, Programa Operacional Competitividade e Internacionalização do PORTUGAL 2020

**INVESTIMENTO ELEGÍVEL:** 149.701,30€

**TAXAS DE FINANCIAMENTO:** 100%

**PROMOTOR (IPSANTARÉM OU OUTRO):** INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA

**INVESTIGADOR RESPONSÁVEL:** Prof. Pedro Sousa (IPLeiria)

**PARCEIROS (IPSANTARÉM OU OUTRO):**

INSTITUTO POLITÉCNICO SANTARÉM  
INSTITUTO POLITECNICO DE CASTELO BRANCO  
MUNICÍPIO DE LEIRIA

**EQUIPA:**

**INVESTIGADOR RESPONSÁVEL (IPSANTARÉM):** Regina Ferreira (ESSS-IPSANTARÉM / UI-IPS)

**INVESTIGADOR RESPONSÁVEL (IPSANTARÉM) – ÁREA EXERCÍCIO:** Rita Santos Rocha (ESDRM-IPSANTARÉM / UI-IPS / CIPER-FMH)

**OUTROS INVESTIGADORES (IPSANTARÉM):**

Maria do Carmo Figueiredo (ESSS-IPSANTARÉM / UI-IPS)  
Nuno Pimenta (ESDRM-IPSANTARÉM / UI-IPS / CIPER-FMH)

**DATA DE INÍCIO:** 2017-09-01. **DATA DE FIM:** 2019-02-28

**DOMÍNIO CIENTÍFICO E SUBÁREA CIENTÍFICA:** Ciências Médicas e da Saúde

**Área Científica Principal:** Ciências da Saúde

**Área Científica Secundária:** Cuidados de Saúde e Serviços

## RESUMO EM PORTUGUÊS E/OU INGLÊS:

### RESUMO:

Projeto transdisciplinar de investigação-ação baseada na prática que prevê o desenvolvimento de intervenções inovadoras de promoção de comportamentos saudáveis. Parte de uma necessidade territorial identificada e discutida com os atores locais (profissionais de saúde e comunidade escolar) face à inexistência de uma estratégia integrada, criativa e dinâmica de prevenção da obesidade e promoção de comportamentos salutogénicos nos adolescentes.

A obesidade na adolescência atingiu proporções epidémicas, sendo urgente encontrar estratégias efetivas de prevenção e recursos apropriados que induzam a mudança no indivíduo, família e comunidade(1, 8). Os componentes nucleares dos programas de prevenção tradicionais não têm conseguido obter a adesão pretendida (9). A solução poderá passar por um contato mais extenso e frequente com a equipa de saúde e pela utilização de outros canais de comunicação e tecnologias mais interativas e dinâmicas com os adolescentes (9).

Atendendo à experiência da equipa de investigação no desenvolvimento de produtos inovadores e soluções tecnológicas aplicadas aos cuidados de saúde (10), esta necessidade foi assumida como uma oportunidade de trabalhar em rede e aproveitar sinergias entre parceiros da região. Os politécnicos de Leiria, Santarém e Castelo Branco serão copromotores deste projeto, com a participação do ACES Pinhal Litoral (ARS Centro) e da Câmara Municipal de Leiria, parceiros fundamentais tanto na fase de desenvolvimento como na implementação do programa de intervenção. Será adotada uma metodologia ágil de desenvolvimento do produto, uma abordagem de planeamento e execução iterativa e incremental, num diálogo intenso e permanente com profissionais de saúde, docentes e adolescentes durante todo o processo de desenvolvimento da plataforma/app.

O objetivo principal consiste no desenvolvimento, implementação e avaliação de um programa de promoção de comportamentos saudáveis e prevenção de obesidade na adolescência, baseado na e-terapia e assente na metodologia de gestão de caso. O projeto visa o empowerment cognitivo-comportamental dos adolescentes, através do contacto aumentado e interativo entre adolescente e equipa de saúde multidisciplinar. A inclusão das Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) permite otimizar os recursos e maximizar o impacto, em complementaridade com as abordagens convencionais.

O projeto Inclui a realização de 3 estudos complementares: (E1) análise dos determinantes da saúde dos adolescentes, (E2) avaliação da usabilidade do programa de intervenção TeenPower, (E3) implementação e avaliação da adesão ao programa TeenPower.

A avaliação positiva do programa de intervenção irá fomentar a inclusão das TIC na promoção de comportamentos salutogénicos e prevenção da obesidade, criando interfaces tecnológicas que permitam personalizar os parâmetros da intervenção e agilizar os processos de monitorização e acompanhamento.

**ABSTRACT:**

Transdisciplinary practice-based action research project that aims to develop innovative interventions to promote healthy behaviors. Project called from a territorial issue, identified and discussed with local stakeholders (health professionals and school community), in the absence of an integrated, creative and dynamic strategy of overweight prevention and promotion of salutogenic behaviors in adolescents.

Adolescent obesity has reached epidemic proportions, being urgent to find effective prevention strategies and adequate resources that induce change at the individual, family and community level (1). The core components of classic prevention programs have been unable to obtain the desired adherence (9). The solution may involve a more extensive and frequent contact with the healthcare team and the use of alternative communication channels and interacting/dynamic technologies with adolescents (9).

Given the research team's experience in developing innovative products and healthcare technological solutions (10), this need was faced as an opportunity to network and explore synergies between territorial partners. The polytechnics of Leiria, Santarém and Castelo Branco are co-promoters of this project. The local primary healthcare stakeholders (ACES Pinhal Litoral / ARS Centro) and Câmara Municipal de Leiria (City Hall) are key partners in the development phase and in the implementation of the intervention program. An agile product development process will be adopted, an iterative and incremental approach for planning and implementing, in an intense and permanent dialogue with healthcare professionals, teachers and adolescents throughout the platform development/app process.

The main goal is the development, implementation and evaluation of a program for the promotion of healthy behaviors and prevention of obesity in adolescence, based on e-therapy and sustained by the case management methodology. The project is directed to the cognitive-behavioral empowerment of adolescents, through increased and interactive contact between adolescents and multidisciplinary healthcare team. The use of Information and Communication Technologies (ICT) in the intervention can optimize resources and maximize impact, as a complement to conventional approaches,

The project includes the development of three complementary studies: (S1) evaluation of adolescents' health status and cognitive-behavioral indicators, (S2) usability evaluation of the TeenPower platform and app (S3) implementation and adherence evaluation to the TeenPower intervention program.

The positive evaluation of the intervention program will stimulate the inclusion of ICT in the promotion of salutogenic behaviors and overweight prevention, creating technological interfaces that will allow customizing the intervention parameters and facilitating the monitoring and tracking.

**SHORT ABSTRACT:**

Projeto transdisciplinar de investigação-ação que prevê o desenvolvimento de intervenções inovadoras de empowerment cognitivo-comportamental dos adolescentes, através do contacto aumentado e interativo entre adolescente e equipa de saúde multidisciplinar. Parte de uma necessidade sentida na prática pelos profissionais de saúde e comunidade escolar, face à inexistência de uma estratégia integrada, criativa e dinâmica de prevenção da obesidade e promoção de comportamentos salutogénicos nos adolescentes.

Os politécnicos de Leiria, Santarém e Castelo Branco serão copromotores deste projeto, com a participação do ACES Pinhal Litoral (ARS Centro) e da Câmara Municipal de Leiria, parceiros fundamentais tanto na fase de desenvolvimento como na implementação do programa de intervenção.

O objetivo principal consiste no desenvolvimento, implementação e avaliação de um programa de promoção de comportamentos saudáveis e prevenção de obesidade na adolescência, baseado na e-terapia e assente na metodologia de gestão de caso.

### **LINK PARA PÁGINA DO PROJETO:**

Site de divulgação do projeto ([bit.do/teenpower](http://bit.do/teenpower)).

### **OUTROS LNKS:**

[HTTPS://WWW.IPLEIRIA.PT/](https://www.ipleiria.pt/)

### **OUTRAS INFORMAÇÕES:**

#### NOTÍCIAS

RTP1: <https://youtu.be/H-JkyQiXacg>

[HTTP://WWW.VOLTAOCONHECIMENTO.PT/SINGLE-POST/2017/08/05/ETAPA-1](http://www.voltaaoconhecimento.pt/single-post/2017/08/05/ETAPA-1)

### **O/AS INVESTIGADOR(A)S,**

Regina Ferreira  
Rita Santos Rocha  
20-07-2017