

BOLETIM INFORMATIVO DA LIGA PORTUGUESA CONTRA AS DOENÇAS REUMÁTICAS

N Ú M E R O 1 8 . A B R I L / M A I O / J U N H O . 2 0 0 5

EDITORIAL



A Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas (LPCDR) vai realizar em Lisboa, nos dias 14 e 15 de Outubro próximo o 8º Fórum de Apoio ao Doente Reumático.

Os Fóruns da Liga são realizações abertas a todos os doentes e profissionais de saúde que se interessem pelas Doenças Reumáticas. É um espaço em que são apresentados e discutidos temas na área da Reumatologia, mas que pela sua universalidade também interessam a outras especialidades médicas e à comunidade em geral.

Este ano os temas em debate vão ser os seguintes:

- O papel das Associações de Doentes no Sistema Nacional de Farmacovigilância.
- Jornalismo e Medicina – um equívoco português.
- Acesso aos novos tratamentos e sistema de comparticipação em Espanha.
- Respeitar a pessoa, promover a saúde global.
- A importância do diagnóstico precoce em Reumatologia.

São assuntos da maior importância e actualidade que irão ser apresentados respectivamente pelos seguintes oradores:

- Dr^a. Regina Carmona – Directora do Departamento de Farmacovigilância do INFARMED.
- Dr. Carlos Pinto Coelho – Jornalista.
- Prof. Jesús Tornero Molina – Presidente da Sociedade Espanhola de Reumatologia e Director do Serviço de Reumatologia do Hospital Universitario de Guadalajara.
- Padre Victor Feytor Pinto – Coordenador Nacional da Pastoral de Saúde.
- Prof. Jaime Branco – Director do Serviço de Reumatologia do Hospital de Egas Moniz, Prof. de Reumatologia da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa e Vice-Presidente da LPCDR.

Para além dos membros da LPCDR, contamos ainda com as seguintes participações:

- Prof. António Lopes Vaz – Professor Jubilado de Reumatologia da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto.
- Prof. Mário Viana de Queiroz – Professor de Reumatologia da Faculdade de Medicina da Universidade Clássica de Lisboa, Director do Serviço de Reumatologia do Hospital de Santa Maria e Presidente da Mesa da Assembleia Geral da LPCDR.
- Dr^a. Rosa Maria Gonçalves – Médica, em representação da Plataforma Saúde em Diálogo.
- Dr. Luís Pisco – Presidente da Associação Portuguesa de Médicos de Clínica Geral.
- Dr^a. Maria da Luz – Farmacêutica, em representação da Associação Nacional de Farmácias.
- Dr. Mário Beja Santos – Sociólogo, em representação da União dos Consumidores.

Quer pelos temas, quer pelos participantes, este Fórum desperta um grande interesse e expectativa. Contamos com a sua presença que será imprescindível para o êxito desta realização.

Dr. Ribeiro da Silva (Presidente da LPCDR)

EXERCÍCIOS PARA AS SUAS DORES NAS COSTAS

INFORMAÇÃO
DO SEU
MÉDICO

LOMBALGIAS

Exercícios para as suas dores nas costas

A grande maioria das pessoas tem dores nas costas nalguma altura da sua vida, sendo estas mais frequentes à medida que envelhecem. O seu médico pode sugerir medicamentos que pode tomar quando os sintomas o incomodarem, mas um programa regular de exercícios simples e ligeiros, tais como os que a seguir se apresentam, podem ser muito úteis a longo prazo.



1. Respiração abdominal diafragmática

Deite-se de costas, com os joelhos levantados e os pés assentes no chão. Inspire através do nariz e deixe a sua barriga expandir. Expire lentamente através da boca. Realize cada um dos exercícios que se seguem, suavemente, algumas vezes por dia.



2. Encolher os ombros

Levante os ombros na direcção das orelhas. Inspire ao levantar e expire ao baixar os ombros.



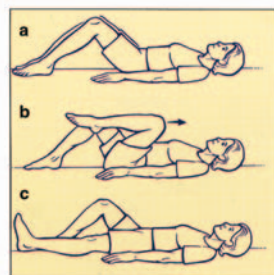
3. Deslizamento das pernas
Dobre uma das pernas pelo joelho. Deslize-a para o chão. Relaxe e descanse. Deslize-a novamente para a posição inicial. Repita alternadamente com a outra perna.



4. Rotações da cabeça

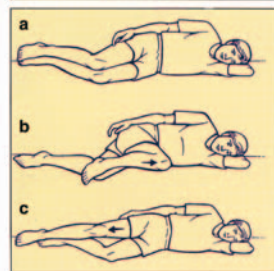
Rode a cabeça para o lado direito, volte à posição neutra e descanse, depois rode a cabeça para o lado esquerdo e volte à posição central.

Exercícios para as suas dores nas costas



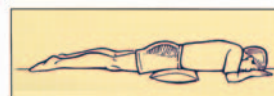
5. Levar um joelho ao peito

Comece pela posição básica de respiração diafragmática, deitado de costas com os joelhos levantados e os pés assentes no chão (a). Leve um joelho ao peito o mais acima que consiga, sem desconforto (b). Baixe o pé até ao chão, depois deixe a perna deslizar e descanse (c). Coloque a perna na posição inicial. Repita alternadamente com a outra perna.



6. Levar o joelho ao peito deitado de lado

Deite-se de lado em posição fetal (ligeiramente flectido sobre si próprio) (a). Leve a perna de cima até ao peito, deixando o joelho cair para o chão suavemente (b). Depois deslize a perna para trás, estendendo o joelho (c). Leve a perna para a posição inicial e descanse. Efectue este exercício 3 vezes, depois role para o outro lado e repita com a outra perna.



7. Contrair as nádegas

Vire-se de barriga para baixo e coloque uma almofada debaixo da barriga. Contraia os músculos das nádegas e mantenha a contração durante 2 segundos. Relaxe e des-

NOTÍCIAS E EVENTOS

II CONGRESSO NACIONAL DE DOENÇAS RARAS



hormona de crescimento nestes casos. No plano da educação, com a colaboração de vários professores, terapeutas e médicos, salientou-se o apoio que a criança, a sua família e a própria escola necessitam, assim como a comunidade, que precisa de estar minimamente preparada para lidar com estas situações e facilitar à criança a sua integração social.

No âmbito da intervenção precoce foram focadas as suas vantagens por educadores, professores e médicos, que debateram este tema. Referiram-se ainda aos direitos da criança e às terapias na reabilitação. Por último, realizaram-se “workshops” para famílias sobre cada síndrome.

Vanda Serras (associada e voluntária)

Nos dias 12 e 13 de Fevereiro, realizou-se o II Congresso Nacional de Doenças Raras, que teve como oradores no painel da saúde os Profs. Dr. Ângelo Selicorni, Dr. Chris Oliver, Dr. Tony Holland, com a intervenção da Dra. Rosa Pina, Dra. Guilhermina Fonseca, ambas endocrinologistas, e o Dr. Gonçalo Cordeiro Ferreira, pediatra.

Foram tratados os síndromes de Cornélia de Lange, (salientando a importância da descoberta deste gene) de Angelman e de Prader-Willi, respectivamente pelos três Professores, que falaram sobre as características psicomotoras destas doenças, relacionando-as com as suas manifestações e comportamentos. Foi ainda argumentado entre todos os intervenientes os prós e os contras da aplicação da

ENCONTROS “OS ESPAÇOS (IN)VISÍVEIS DA REABILITAÇÃO”

ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE LISBOA CALOUSTE GULBENKIAN

A Liga esteve presente no dia 28 de Fevereiro num colóquio organizado pela Escola de Enfermagem, onde Fernanda Ruaz apresentou “os espaços (in)visíveis” que considerou importantes na sua vivência como pessoa com doença crónica.

Os espaços (in)visíveis do sucesso da vida de uma pessoa com doença crónica

Pessoais e Familiares:

- O Amor incondicional da família
- A Educação
- O optimismo realista
- A aceitação da doença
- O espírito de humor
- O culto da amizade
- A gratidão

Sociais:

- Facilidades de acesso a tratamento continuado e de qualidade: consultas, medicação, cirurgias, internamento
- Acesso à escolha de médicos
- Competência e humanismo do pessoal de saúde
- Facilidade de comunicação com os médicos

*“Os espaços (in)visíveis da
Reabilitação
Conviver com a doença crónica”*



AUDIÊNCIA COM O PRESIDENTE DA REPÚBLICA



ALPCDR esteve presente numa audiência convocada por sua Excelência, o Senhor Presidente da República no dia 15 de Fevereiro, onde estiveram representadas 49 associações de doentes.

O objectivo era dar a conhecer as diferentes preocupações com que cada associação e os seus associados se deparam no quotidiano. Desta primeira audiência saiu um grupo de trabalho designado por “Comissão representativa das Associações de Doentes” que procurará, em conjunto, definir políticas de saúde em parceria.

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas . Director: Dr. Ribeiro da Silva

Elaborada com o apoio da PFIZER

Concepção Gráfica e Paginação: ECOMUNICAÇÃO, LDA

Tiragem: 6 500 exemplares . Nº de Registo ICS: 123896 . Distribuição Gratuita

SIMPÓSIO SATÉLITE NO INFARMED FORMAÇÃO



A Vice Presidente da Liga, Fernanda Ruaz, participou, em representação da Plataforma Saúde em Diálogo, num Simpósio internacional sobre Farmacovigilância, organizado pelo Infarmed, no passado dia 6 de Março (mais pormenores no site).

Resumo da apresentação: Minimizar o risco inerente à utilização de fármacos cada vez mais potentes, garantindo o acesso a medicamentos seguros, é o objectivo final da Farmacovigilância. Para as Associações de Doentes, a verificação da discrepância entre a subnotificação das reacções adversas medicamentosas e o conhecimento da realidade, onde a mortalidade e morbilidade acontecem com frequência, nomeadamente em doentes crónicos polimedicados, denuncia uma situação preocupante, que urge modificar, apesar do reconhecimento do trabalho já desenvolvido neste domínio. A esperança nos novos medicamentos, designadamente os resultantes da biotecnologia e as terapias genéticas, que serão certamente as grandes apostas farmacológicas do futuro próximo, estão ainda muito aliados ao medo da sua utilização por parte dos doentes, principalmente pela falta de informação e transparência dos riscos/benefícios. Mais e melhor informação, mais cooperação entre as autoridades reguladoras, indústria farmacêutica, profissionais de saúde e doentes, representados pelas suas Associações, parece ser consensual. É tempo de passar da teoria à praxis.



Teve lugar na Associação Nacional de Farmácias, nos dias 7 e 8 de Março um curso de formação subordinada ao tema "Como gerir com eficácia as exigências do dia a dia profissional" para as associações que integram a Plataforma Saúde em Diálogo. Foram abordados diversos temas tais como "Qualidade da comunicação", "Técnicas de assertividade", "Parâmetros de um conflito" e "Potenciadores da pressão".

"CORRENDO OU ANDANDO, COM A LIGA LÁ VAMOS CHEGANDO"

Com este lema e espírito, a Liga esteve uma vez mais presente na Mini-Maratona de Lisboa, que se realizou no passado dia 13 de Março. A boa disposição reinou, como atestam as imagens. Este ano, o clima esteve do nosso lado, ajudando na caminhada de sete quilómetros, ao longo da qual, houve oportunidade de falar, conviver, bem como trocar impressões com outros "atletas", sempre curiosos acerca da nossa "camisola" e causa.



A LIGA NA TELEVISÃO

O Dr. Ribeiro da Silva e a Dra. Fernanda Ruaz, enquanto Presidente e Vice Presidente da Liga, respectivamente, bem como uma farmacêutica em representação da ANF (Associação Nacional de Farmácias), foram convidados do programa "Tudo em família" na "2" no passado dia 18 de Março, o qual foi dedicado às doenças reumáticas.

SEMANA DA SAÚDE "VIVA +"



De 6 a 10 de Abril, a Câmara Municipal de Oeiras promoveu a realização da Semana da Saúde "Viva +", com o intuito de:

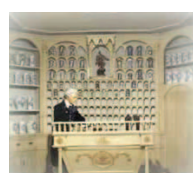
- **Intervir**, através da realização de diversos rastreios, desenvolvimento de sessões de actividade física e de actividades lúdico-pedagógicas.
- **Informar**, através da presença de diversas entidades, palestras e distribuição de material informativo.

A Liga esteve presente, com a distribuição e divulgação de diversos folhetos e uma sessão de informação e sensibilização sobre doenças reumáticas, para a qual contamos com a colaboração da Dra. Cristina Catita, Reumatologista e nossa associada.

V JORNADAS DA ANDAR

A Liga esteve presente nas V Jornadas da ANDAR que se realizaram em Lisboa, no passado dia 5 de Abril. A ANDAR comemora este ano o seu 10º aniversário

VISITA AO MUSEU DA FARMÁCIA



No âmbito das actividades de cultura e lazer organizadas pelo Grupo de Voluntariado, 30 associados da Liga visitaram no dia 29 de Maio, o Museu da Farmácia, considerado o melhor da Europa no seu género. Foi mais uma tarde em que à alegria do convívio se juntou o prazer de conhecer um espaço de grande interesse cultural e artístico. À Dra Maria da Luz Sequeira, da ANF, a Liga apresenta o agradecimento pelo patrocínio desta visita.

NOTÍCIAS E EVENTOS

COLÓQUIO EM ODIVELAS



A Liga esteve presente, a convite do Gabinete de Saúde da Câmara Municipal de Odivelas, num colóquio realizado no dia 7 de Abril – Dia Mundial da Saúde – subordinado ao tema “Cada mãe e cada filho contam”.

Foram desenvolvidos e focados diversos aspectos, dos quais importa reter: reduzir as diferenças no acesso aos cuidados de saúde; a importância da educação sexual e planeamento familiar; melhores cuidados durante e depois da gravidez; melhores condições para conciliação pessoal e profissional. E ainda, a importância da promoção da saúde física e mental da família durante a gravidez e primeiro ano de vida da criança, reflectindo-se na formação de um ser equilibrado e feliz.

ASSEMBLEIA GERAL DA LIGA

Realizou-se, no dia 9 de Abril, a Assembleia Geral Ordinária para Apresentação do Relatório de Actividades e o Balanço e Contas, relativas ao ano de 2004.

VISITA DA EURODEPUTADA DRA. ILDA FIGUEIREDO À LIGA



Na sequência da acção ‘Alliance Against Arthritis’ realizada pela EULAR em Março do presente ano, a LPCDR estabeleceu contacto com a Eurodeputada do PCP, Dra. Ilda Figueiredo. A Eurodeputada portuguesa chegou inclusive a apresentar à Comissão Europeia uma Pergunta Parlamentar Escrita sobre a necessidade de apoio para as pessoas com doenças reumáticas após a reunião que na altura teve com representantes da LPCDR, até agora sem resposta. Em agradecimento pela sua actuação e para melhor a informar sobre a realidade portuguesa, a Liga teve a honra de receber a Dra. Ilda Figueiredo na sua sede no passado dia 22 de Abril. Neste encontro falou-se da situação das pessoas com doenças reumáticas em Portugal, estando presentes alguns associados que deram a conhecer as suas vivências, focando temas como o acesso a consultas de especialidade, ao medicamento e tratamento, a discriminação no trabalho, entre outros. Apresentámos ainda as actividades desenvolvidas pela Liga e as condições insuficientes que temos ao nosso dispor para servir a população que nos procura. Pelo apoio demonstrado e vontade em cooperar, agradecemos à Sra. Deputada. Bem-haja!

CORRIDA TERRY FOX

No dia 7 de Maio, alguns associados, voluntários e amigos da LPCDR, participaram na 10ª edição da Corrida Terry Fox, a favor da Liga Portuguesa contra o Cancro (Núcleo Regional do Sul)



EVENTOS A REALIZAR

8º FÓRUM DE APOIO AO DOENTE REUMÁTICO

Mais um ano em que a Liga leva a cabo o seu Fórum anual de Apoio ao Doente Reumático. É o oitavo e irá realizar-se nos dias 14 e 15 de Outubro, no Hotel Tivoli Tejo (Parque das Nações) em Lisboa. O tema deste ano é **“Informação, Comunicação e Saúde”**. Para inscrições e mais informações, contacte a Liga.

PROGRAMA

Sexta-feira, 14 de Outubro de 2005

09h00 Recepção de Participantes

09h30 **Sessão de Abertura**

10h00 **O papel das Associações de Doentes no Sistema Nacional de Farmacovigilância**

Orador:

Dra. Regina Carmona (Médica, Directora do Dpto. Farmacovigilância do INFARMED)

Presidente de mesa:

Dr. Ribeiro da Silva (Reumatologista HSM, Presidente da LPCDR)

Moderador:

Dra. Maria da Luz Sequeira (Associação Nacional de Farmácias)

Debate

11h00 Pausa para café

11h30 **Jornalismo e Medicina – Um equívoco português**

Orador:

Dr. Carlos Pinto Coelho (Jornalista)

Presidente de mesa:

Prof. Viana de Queiroz (Prof. Reumatologia da Faculdade de Medicina de Lisboa, Dir. Serv. Reumatologia HSM, Presidente da Mesa de Assembleia Geral da LPCDR)

Moderador:

Dr. Mário Beja Santos (União dos Consumidores)

Debate

12h30 Almoço

14h00 **Acesso aos novos tratamentos e sistema de participação em Espanha**

Orador:

Prof. Jesús Tornero Molina (Presidente da Sociedade

Espanhola de Reumatologia, Dir.Serv. Reumatologia do Hospital Universitário de Guadalajara)

Presidente de mesa:

Prof. António Lopes Vaz (Prof. Reumatologia da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto)

Moderador:

Dra. Rita Baleiro (Voluntária da LPCDR e representante na EULAR)

Debate

15h00 **Respeitar a pessoa, promover a saúde global**

Orador:

Padre Victor Feytor Pinto (Coordenador Nacional da Pastoral da Saúde)

Presidente de mesa:

Dra. Rosa Maria Gonçalves (Médica, Plataforma Saúde em Diálogo)

Moderador:

Dra. Fernanda Ruaz (Vice Presidente da LPCDR)

Debate

16h00 Pausa para café

16h30 **A importância do Diagnóstico Precoce em Reumatologia**

Orador:

Prof. Jaime Branco (Dir. Serv. Reumatologia HEM, Professor Agregado de Reumatologia da Faculdade de Ciências Médicas da Univ. Nova de Lisboa, Vice Presidente da LPCDR)

Presidente de mesa:

Dr. Luís Pisco (Presidente da Associação Portuguesa de Médicos de Clínica Geral)

Moderador:

Irene Domingues (Secretária Geral da LPCDR)

Debate

Sábado, 15 de Outubro de 2005

09h00 Recepção de Participantes

09h30 **A importância do Voluntariado na Liga**

Oradores:

Maria Diamantina Rodrigues (Orientadora do Voluntariado da LPCDR)

Dra. Arlete Rodrigues (Voluntária da LPCDR)

Debate

10h30 Pausa para café e **Sessão de Relaxamento**

11h30 **MANIFESTO - Gestão activa na doença (Workshop)**

Orientadores:

Dra. Sandra Canadelo (Voluntária da LPCDR, membro da Direcção do PARE Manifesto)

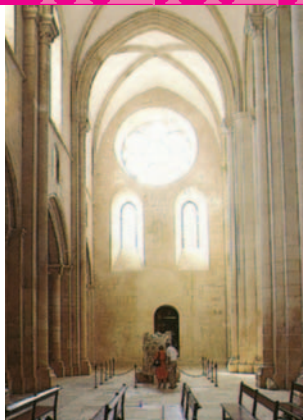
Dra. Rita Baleiro (Voluntária da LPCDR e representante na EULAR)

Vanda Serras (Voluntária da LPCDR)

12h30 **Encerramento**

Irene Domingues (Secretária Geral da LPCDR)

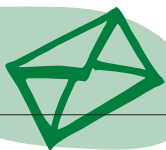
EVENTOS A REALIZAR



PASSEIO E PIQUENIQUE

Irá realizar-se uma visita ao Museu de Alcobaça juntamente com o piquenique-convívio-anual da Liga, no dia 18 de Setembro. Para inscrições e informações contacte-nos até fim de Julho.

CORREIO DO LEITOR



CRÓNICAS DA ZU (Continuação da crónica do Boletim nº15)



A artrite reumatóide fez acontecer amizade

Olá, Amigos!

O médico, que seguia a Salomé naquela altura, informou-a que iria ter lugar em Lisboa, o Fórum anual organizado pela Liga Contra as

Doenças Reumáticas. A Salomé inscreveu-se logo, assim como o pai e o futuro marido; eu não pude ir.

No final do dia, os três estavam bastante entusiasmados e satisfeitos com tudo o que lhes tinha sido transmitido nas diferentes intervenções e com tudo o que tinham aprendido naquele dia. A troca de opiniões com outros doentes, o conhecerem familiares de outros doentes com artrite reumatóide e outras doenças reumáticas, o encontrarem pessoas alegres e bem dispostas, tudo contribuiu para que viessem do Fórum entusiasmadíssimos para partilharem

comigo as experiências vividas naquele dia. Entre nós os quatro falou-se da artrite reumatóide como nunca até ali se tinha falado; cada um queria saber ou explicar mais e mais, falámos durante horas sobre aquela estranha doença que tanto atormentava a nossa querida Salomé, aquela doença que tinha entrado nas nossas vidas e que era uma desconhecida até então...a partir desse Fórum começámos todos a perceber que não estávamos sozinhos... A Salomé comprou, no Fórum, o livro da Dra. Fernanda Ruaz, "Andar para além da dor". Deitei-me e dispus-me a lê-lo. Li-o de uma ponta à outra, sem parar... era impossível parar de ler aquelas palavras que tanto me estavam a ensinar... afinal eram estas as palavras que eu queria ler ou ouvir desde que a Salomé adoecera!!!

É um testemunho tão apaixonante, tão vivencial, tão pungente, de alguém que sofre de Artrite Reumatóide desde os 10 anos de idade, é uma lição de vida... foi com a leitura de cada palavra que eu comecei a perceber o que a minha Salomé sofria... ninguém consegue medir a dor do outro.... Mas a Fernanda tem a capacidade de com as suas palavras, de com o seu discurso simples fazer-nos "sentir" como é a DOR, a DOR do levantar, a DOR do caminhar, a DOR crónica, a DOR de todos os dias...a DOR que tira a vontade de tudo... A DOR!!!! No dia seguinte, peguei num papel e numa caneta e escrevi-lhe uma carta... eu tinha que dar-lhe a saber o quanto foi importante para mim a leitura do seu livro, o quanto foi importante para mim ela ter tido a coragem de partilhar comigo a sua vida, o seu sofrimento, a sua Artrite Reumatóide, dizer-lhe que depois da leitura do seu livro eu deixara de ter tantos temores e receios.

Depois dessa carta, trocámos mais cartas e hoje partilhamos experiências, partilhamos dúvidas e anseios; continuo a ter uma admiração enorme pela Fernanda Ruaz... a Artrite Reumatóide fez acontecer Amizade...

(Continua...)
Até breve, **Zu**



Só um conselho

Meu Amigo de caminhada,
Mexa-se o mais que puder! Faça exercício físico na medida das suas capacidades, recorra às técnicas de reabilitação e até há bons profissionais nesta área. Nos dias em que estiver menos bem, que porventura tenha que ficar no sofá ou até na cama, sem o seu exercício físico, exercite a mente. Sonhe, sonhe muito alto, "realize um filme", vá à praia, "vá à lua", mas não pare de sonhar.

Já agora posso fazer-lhe um pedido? Posso? Então lá vai - faça a sua higiene matinal, vista-se, olhe-se no espelho envaideça-se com o seu aspecto, mas nunca se deixe ficar o dia inteiro dentro do pijama ou do roupão. Ame-se tal qual como é!

Irene Domingues
(Secretária Geral)

NOTÍCIAS INTERNACIONAIS

BRUXELAS, ALLIANCE AGAINST ARTHRITIS



Entre 27 de Fevereiro e 1 de Março realizou-se o 2º evento AAA - Alliance Against Arthritis no Hotel Renaissance, em Bruxelas. Os objectivos repartiram-se entre uma acção de formação destinada a preparar os intervenientes das diversas associações de doentes da EULAR para o trabalho

a nível europeu, workshops de preparação prática para a realização de contactos com parlamentares e o efectivo contacto com Membros do Parlamento Europeu, organizado previamente pela EULAR e os diversos representantes.

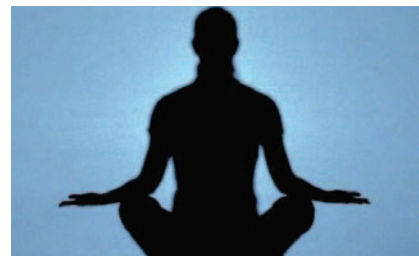
No âmbito desta acção, as representantes portuguesas, Sandra Canadelo e Vanda Serras, encontraram-se com a eurodeputada portuguesa, Ilda Figueiredo, cujo partido no Parlamento Europeu é o GUE/NGL (Grupo Confederal da Esquerda Unitária Europeia/Esquerda Nórdica Verde) e em Portugal o Partido Comunista Português. A deputada reagiu de uma forma bastante positiva perante as informações que lhe fornecemos sobre as doenças reumáticas. Prometeu disseminar a informação sobre as patologias que representamos a nível do hemiciclo e junto dos seus colegas eurodeputados.

Lamentamos não nos ter sido possível aceder a outros membros portugueses do Parlamento Europeu que não responderam, infelizmente, aos nossos contactos, situação que esperamos se venha a alterar em breve.

**Sandra Canadelo
e Vanda Serras**

INFORMAÇÃO

INSCRIÇÕES PARA RELAXAMENTO



Informamos os associados interessados, que em Setembro se iniciará um novo ciclo de sessões de Relaxamento. Para inscrição e outros esclarecimentos, contacte a Liga.

LX AMIGO

Os idosos e pessoas com deficiência, residentes em Lisboa passaram a usufruir de um serviço gratuito de pequenas reparações domésticas – o projecto LX Amigo. O serviço pode ser requisitado através da Linha Azul 808215050 e consiste em equipas municipais especializadas que se deslocam às habitações dos munícipes para efectuar reparações domésticas, a nível de canalizações, problemas eléctricos, arranjo de fechaduras, substituição de vidros partidos e outros consertos.



Se deseja tornar-se sócio da Liga Portuguesa contra as Doenças Reumáticas preencha, recorte e envie esta ficha para:

Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas

Sede: Av. de Ceuta-Norte, Lt.13 - Loja 2 . 1350-410 Lisboa . Telf.: 21 364 87 76 . Fax: 21 364 87 69
lpcdr@lpcdr.org.pt . www.lpcdr.org.pt

Nome: _____
Morada: _____
Código Postal: _____ Localidade: _____
Data de Nascimento: _____ Profissão: _____
Telefone: _____ Telemóvel: _____ Fax: _____ E-mail: _____
☐ Sim. De que doença sofre? _____
É Doente Reumático? ☐ Não. Porque se tornou sócio da Liga? _____
☐ Tem algum familiar, doente reumático? De que doença sofre? _____

Condições de Adesão: • Anuidade de €15; • Forma de pagamento Anual; • Através de Cheque dirigido à LPCDR ou por transferência bancária (pelo seu banco ou multibanco) para o NIB: 003201080020001640926 ou por depósito no Barclays Bank conta nº 00 2000164 09
• A inscrição só pode ser feita mediante o pagamento da anuidade.

10 ANOS DE PARCERIAS

PFIZER APOIA O PROGRAMA “PATIENT PARTNERS” DESDE 1995

O *Patient Partners* (PP) é um projecto global educacional orientado por e para pessoas com doença reumática, desenhado para melhorar a gestão do tratamento dos doentes, sendo o único do seu género com este objectivo, implementado em 23 países, 11 dos quais são europeus. Desde 1995 o Programa *Patient Partners* (PP) procura juntar e envolver pessoas com doenças reumáticas motivadas para aprender e compreender não só a terminologia médica mas também algumas noções científicas (de anatomia, por exemplo). Há uma formação específica para trabalhar com médicos, estudantes de medicina e profissionais de saúde envolvidos no tratamento dos doentes, para a promoção de um melhor conhecimento actual das doenças reumáticas.

O PP permite que o contacto desenvolvido entre os doentes, médicos e estudantes de medicina leve a troca de experiências que contribui para uma informação adicional sobre doenças reumáticas, originando uma maior compreensão destas condições, e o seu impacto real na qualidade de vida das pessoas.

Ao trabalharem em conjunto com os médicos e estudantes de medicina, os doentes falam da sua história pessoal e da sua experiência com a doença, proporcionando um conhecimento interactivo que não se aprende através dos livros de texto. Os membros do PP podem dar o seu *feedback* enquanto doentes, de forma a que os profissio-

nais de saúde compreendam o desafio que existe no dia-a-dia das suas vidas.

Dez anos após o seu início, um painel internacional e independente de especialistas reformulou o Programa, de forma a reflectir melhor o desenvolvimento e o pensamento médico científico da reumatologia actual.

A principal atenção vai agora para o médico de família que muitas vezes tem o primeiro contacto com o doente reumático. Existem novas necessidades de educação e formação para o clínico de medicina geral e familiar na orientação das várias doenças musculoesqueléticas.

O diagnóstico precoce é cada vez mais um objectivo primordial na missão deste Programa, que pretende abranger cada vez mais doenças reumáticas além da artrite reumatóide e da osteoartrite.

Para mais informações visite o site www.patient-partners.org

