



# Portugal AVC apresentou-se em 1.º Encontro Nacional



**MEMBROS DOS ÓRGÃOS SOCIAIS:** Prof. José Manuel Calheiros (presidente da Assembleia-Geral – AG), Prof.ª Elsa Azevedo (vice-presidente), Gisela Viana (secretária da AG), Ana Lúcia Rodrigues (vice-presidente da AG), Dr.ª Ana Alves (vice-presidente), Diana Wong Ramos (tesoureira), Edgar Mota (vogal do Conselho Fiscal), Anabela Resende (secretária da Direção) e António Conceição (presidente). Ausentes na foto: Dr.ª Juliana Sá (presidente do Conselho Fiscal) e Ana Santos (vogal do Conselho Fiscal)

PT.AVC – União de Sobreviventes, Familiares e Amigos ou, mais simplesmente, Portugal AVC. Assim se chama a associação apresentada publicamente no dia 5 de outubro deste ano, no Porto, durante o seu 1.º Encontro Nacional, que contou com a presença de doentes, familiares e amigos, bem como médicos, fisioterapeutas e outros profissionais de saúde ligados a esta área.

Cláudia Sobral Azevedo

A ideia de constituir uma associação de sobreviventes de AVC surgiu da necessidade de unir pessoas que vivem diariamente com as sequelas desta doença, as suas famílias e cuidadores. «Sentia-se a falta de uma associação protagonizada pelos próprios sobreviventes, com uma perceção única do problema, para que façam ouvir a sua voz», explica António Conceição, presidente da PT.AVC e, ele próprio, sobrevivente de um AVC. De acordo com o responsável, os principais objetivos da associação são «fomentar experiências locais, promover a criação de grupos de ajuda mútua, fornecer informação precisa, simples e de qualidade (através do *website* e do Facebook) e dar voz própria a estas pessoas na sociedade, junto de entidades públicas e privadas».

O presidente da SPAVC, Prof. Castro Lopes, é um dos grandes entusiastas da criação da PT.AVC, que considera «uma feliz iniciativa». Lembrando que o AVC pode ser prevenido e tratado, Castro Lopes refere que se trata, sobretudo, de «uma questão de relógio», pelo que é preciso reconhecer os sintomas e exi-

gir o encaminhamento imediato para uma Unidade de AVC.

Também o Prof. José Manuel Calheiros, presidente da Assembleia-Geral da PT.AVC e professor catedrático de Epidemiologia e Medicina Preventiva na Faculdade de Ciências Médicas da Universidade de Beira Interior, aplaude a iniciativa, com a qual sonha há décadas, mas mostra-se muito preocupado com o estado da prevenção do AVC em Portugal. «O Serviço Nacional de Saúde está

a claudicar. Há muito por fazer e expectativas que não são simples de concretizar, mas o caminho será certamente mais fácil se estivermos todos juntos», afirma.

## Grupos de ajuda mútua e reabilitação

Este 1.º Encontro Nacional contou com a partilha de experiências internacionais de apoio a sobreviventes de AVC em Israel e Espanha. Em Barcelona, o Projeto Hospigam tem promovido grupos de ajuda mútua para pessoas que sofreram um AVC e querem partilhar informação, experiências, sentimentos, necessidades e estratégias de adaptação na fase pós-alta. Segundo a Dr.ª Inmaculada Bori, diretora da Unidade de Reabilitação Neurológica e Dano Cerebral do Hospital Universitari de la Vall d'Hebron, esta intervenção grupal em hospital de agudos permite «romper o isolamento social, proporcionar suporte emocional e material, melhorar a autoestima e a qualidade de vida dos doentes». De 15 em 15 dias, os sobreviventes reúnem-se no hospital e debatem temas-chave, como a família, a sexualidade, a integração, as ajudas disponíveis e os seus direitos.

A sessão contou com intervenções sobre a reabilitação dos sobreviventes de AVC, a cargo da Dr.ª Ana Alves, especialista em Medicina Física e de Reabilitação, e do Prof. Vítor Tedim Cruz, diretor do Serviço de Neurologia da Unidade Local de Saúde de Matosinhos/Hospital Pedro Hispano. Houve ainda tempo para os testemunhos de dois sobreviventes de AVC, Dário Madeira e Diana Ramos (membro da Direção), e tomaram posse os órgãos sociais da PT.AVC para 2016/2019, nos quais se incluem sobreviventes, cuidadores e profissionais de saúde de todo o País. 🍷

## Quem é o presidente da PT.AVC?

Há cerca de oito anos, António Conceição estava a trabalhar numa agência bancária, da qual era gerente, quando começou a perder força na perna e no braço direitos, sem perceber o que se passava. «Não conhecia os sintomas do AVC, mas os meus colegas chamaram o 112 e fui imediatamente assistido», recorda o presidente da Portugal AVC, hoje com 50 anos de idade. Esteve internado cerca de um mês e passou outros três num centro de reabilitação. Apesar das sequelas visíveis, a recuperação foi «muito boa», como reconhece. A sua determinação, a fisioterapia e a qualidade dos cuidados de saúde a que teve acesso foram determinantes. Voltou a trabalhar no banco e, hoje, adaptou-se a uma vida que considera praticamente normal. António Conceição quer ser mais um exemplo e lutar pelos direitos de todos os que, como ele, ganharam «uma espécie de euromilhões ao contrário».