



*Plataforma Saúde  
em Diálogo*

## **I JORNADAS DIÁLOGOS EM SAÚDE**

### **PROMOVER A SAÚDE DO DOENTE CRÓNICO**

**UNIVERSIDADE DO ALGARVE, 29.04.2017**

Estas Jornadas foram iniciativa de duas associadas da Plataforma Saúde em Diálogo – a Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas e a Associação de Doentes de Lúpus.

A Plataforma, através do seu Espaço Saúde em Diálogo, em Faro, personificado na sua responsável e Psicóloga Alda Martins, participou na organização. A Direcção esteve representada pela sua Presidente na sessão de abertura e durante o decorrer dos trabalhos.

Um dos principais objectivos da Plataforma é precisamente apoiar as suas associadas na concretização das actividades que prosseguem. Foi o que aconteceu aqui com grande enriquecimento para a Plataforma dada a riqueza do programa e das intervenções dos diversos especialistas escolhidos.

Os objectivos destas Jornadas foram:

- Promover o diálogo com as abordagens terapêuticas complementares orientadas para as doenças reumáticas;
- Promover a proatividade das pessoas com doença reumática na gestão da sua saúde;
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com doenças reumáticas no Algarve.

No decorrer dos trabalhos foi possível constatar, até pela forma como os temas foram abordados, a sua transversalidade, interessando pessoas com outras doenças crónicas.

Desde logo, o tópico das abordagens terapêuticas complementares, que são muitas, uma mais outras menos reconhecidas, umas com evidência científica demonstrada, outras nem tanto. Contudo, é um facto que as mesmas ocupam um espaço cada vez maior na abordagem das doenças reumáticas e, certamente, noutras patologias.

Da palestra do Professor Augusto Faustino ficou claro que, dadas as características das doenças reumáticas, com uma história natural longa e variável, com apresentações clínicas muito diversas, com especificidades muito próprias em cada indivíduo, as abordagens terapêuticas complementares (e nunca alternativas) têm que ser pensadas, caso a caso e para cada momento da doença.

O Professor distinguiu, por um lado, o processo patogénico, por outro a destruição anatómica (lesão). Focou os aspectos da dor, da incapacidade funcional, da deformação do aparelho



locomotor. Referiu ainda a importância de combater a dor – “a dor não tratada transforma-se em doença”.

Quanto a que terapêutica complementar escolher, onde, com quem, este especialista aconselha: escolher com o reumatologista e tendo em conta o objectivo terapêutico (tratar a dor, tensão psíquica, complicações mecânicas, perturbações do sono), escolher local e técnico credenciado, não insistir em terapêuticas que não aliviam ou até acentuam os sintomas.

Por fim, quanto ao que falta fazer – Maior cooperação e interacção disciplinar.

Estas mensagens foram sendo secundadas ao longo do dia, nomeadamente no painel dedicado à Nutrição e Estilos de Vida (Dra. Sandra Pais – a importância do exercício nas doenças reumáticas; Fisioterapeuta Sofia Guerreiro – Pilates Clínico).

Ainda dentro deste painel, a Professora Maria Palma Mateus da Escola Superior de Saúde do Algarve, falou das dúvidas e mitos sobre a alimentação sem glúten. Seguiu-se um “show cooking sem glúten”, no qual pudemos provar pão, panquecas, quiches e outras iguarias sem esta proteína.

O Dr. Luis Dutschmann, especialista com muitos anos de experiência clínica e também Presidente da Associação de Doentes de Lúpus, brindou-nos com uma excelente apresentação, muito simples e pragmática, muito focada na importância de não abandonar a terapêutica e da possibilidade de se recuperar uma vida com qualidade.

As questões da adesão à terapêutica foram também muito bem desenvolvidas pela Dra. Fernanda Paixão (especialista do Hospital Fernando da Fonseca).

Infelizmente o adiantado da hora e a necessidade de não perder o autocarro de regresso a Lisboa, não nos permitiu participar, como moderadora, na mesa redonda sobre “A necessidades dos Doentes Algarvios”, com representante da ARS do Algarve (Prof. Renato Santos), representante do CHAlgarve (Dra. Célia Ribeiro, reumatologista); e representantes das duas associações (Maria do Rosário Morujão – LPCDR e Luis Dutschmann da Associação dos Doentes de Lúpus).

Mesa redonda que foi certamente o momento para conhecer a visão dos representantes dos doentes sobre os vários tópicos que foram sendo desenvolvidos ao longo do dia, qual o seu posicionamento quanto a questões tão importantes como a adesão à terapêutica, a gestão da doença, o papel e o acesso às terapias não farmacológicas. Certamente que também não ficou por explorar a situação das pessoas com doenças reumáticas no Algarve.



*Plataforma Saúde  
em Diálogo*