

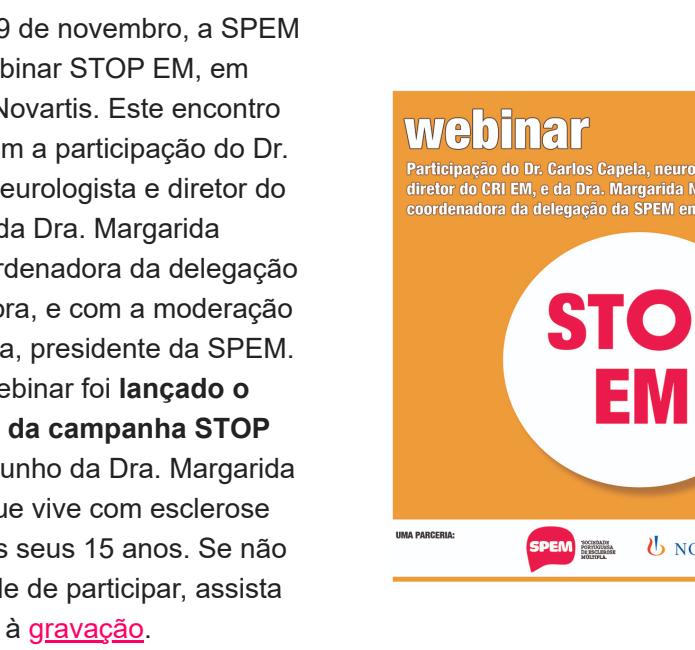


Newsletter #12 dezembro 2023

EM'Foco

Conferência Dia Europeu das Pessoas com Deficiência

A edição de 2023 da conferência do Dia Europeu das Pessoas com Deficiência aconteceu em Bruxelas nos dias 30 de novembro e 1 de dezembro. A Comissão Europeia organizou esta conferência anual em parceria com o Fórum Europeu das Pessoas com Deficiência para assinalar o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência. Este evento de dois dias reuniu mais de 400 decisores políticos, especialistas de alto nível e defensores da deficiência. A ampla participação das pessoas com deficiência permitiu ouvir as suas **preocupações e aspirações** e estabelecer um diálogo com as autoridades públicas e outras partes interessadas. Alexandre Silva, presidente da SPEM, esteve presente neste encontro. Na imagem, podemos vê-lo com Jorge Gouveia da direção da CNOD (Confederação Nacional de Organizações de Pessoas com Deficiência). Assista [aqui](#) à gravação dos dois dias do evento.



CNEM 2023 - Gravações disponíveis online

Nos dias 1 e 2 de dezembro, a SPEM realizou o seu 18.º Congresso Nacional de Esclerose Múltipla (CNEM), no Centro de Inovação Social da Fundação Eugénio de Almeida, em Évora. Se não teve oportunidade de estar presente ou assistir online em direto, poderá ainda visualizar os diversos vídeos entre os dias 1 e 2, disponíveis no [Facebook da SPEM](#). Durante os dois dias de congresso, cujo foco eram os Caminhos para a Autonomia, dezenas de especialistas das mais variadas áreas abriram diálogos e partilharam experiências e ideias para levar mais longe a independência das pessoas com esclerose múltipla. Assista [aqui](#) e inspire-se!

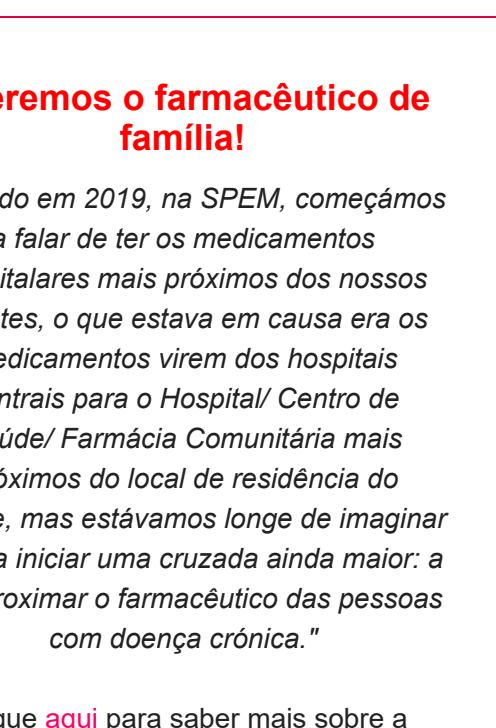


Webinar STOP EM

No passado dia 29 de novembro, a SPEM realizou o Webinar STOP EM, em parceria com a Novartis. Este encontro online, contou com a participação do Dr. Carlos Capela, neurologista e diretor do CRI EM, e da Dra. Margarida Navalhinhas, coordenadora da delegação da SPEM em Évora, e com a moderação de Alexandre Silva, presidente da SPEM. No final do Webinar foi lançado o [primeiro vídeo da campanha STOP EM](#) com o testemunho da Dra. Margarida Navalhinhas, que vive com esclerose múltipla desde os seus 15 anos. Se não teve oportunidade de participar, assista agora à [gravação](#).



A importância do diagnóstico e tratamento precoce da EM



Para assinalar o Dia Nacional da Pessoa com Esclerose Múltipla, a 4 de dezembro, o Campus Neurológico (CNS) - centro com abordagem multidisciplinar especializado em doenças neurológicas, partilha um [artigo de opinião da Dra. Marisa Brum](#), neurologista do CNS, sobre a importância do diagnóstico e tratamento precoce da esclerose múltipla. Leia [aqui](#) o artigo na íntegra e saiba mais sobre o CNS.



Webinar Dia Nacional da Pessoa com Esclerose Múltipla

No passado dia 3 de dezembro, a Associação de Doentes de Dor Crónica dos Açores (ADDCA) e a SPEM organizaram em conjunto um Webinar a propósito do Dia Nacional da Pessoa com Esclerose Múltipla, que se celebra anualmente a 4 de dezembro. O encontro contou com as intervenções de Maria Teresa Flor de Lima, vice-presidente da ADDCA, Alexandre Silva, presidente da SPEM, Ana Mécia, enfermeira, e Hélia Cabral, médica dentista. A iniciativa focou a **problemática da dor**, que é um sintoma invisível e transversal a muitas patologias, sendo um dos mais comuns na esclerose múltipla. Para quem não conseguiu assistir em direto, pode agora aceder à gravação do Webinar [aqui](#).

Dificuldade em engolir

A disfagia ou dificuldade em engolir é um dos sintomas invisíveis da esclerose múltipla, provocado pela fraqueza, descoordenação ou entorpecimento dos músculos da boca e da garganta. As alterações na deglutição comprometem seriamente a autonomia do paciente, na medida em que o simples ato de comer e beber pode ser um desafio. Engasgo, asfixia, sensação de comida presa, dificuldade na mastigação ou dificuldade em engolir líquidos ou substâncias sólidas são sintomas frequentes. Clique [aqui](#) para saber quais os tratamentos e conselhos práticos sobre **deglutição e disfagia** na esclerose múltipla.



Queremos o farmacêutico de família!

"Quando em 2019, na SPEM, começámos a falar de ter os medicamentos hospitalares mais próximos dos nossos doentes, o que estava em causa era os medicamentos virem dos hospitais centrais para o Hospital/ Centro de Saúde/ Farmácia Comunitária mais próximos do local de residência do doente, mas estávamos longe de imaginar estar a iniciar uma cruzada ainda maior: a de aproximar o farmacêutico das pessoas com doença crónica."



Clique [aqui](#) para saber mais sobre a opinião de Paulo Gonçalves, da direção da SPEM, em relação à **proximidade entre o farmacêutico e o cidadão**.



É Natal, época de sonhos, esperanças renovadas e mensagens trocadas: com carinho e amizade.

Aos nossos associados, amigos e familiares, desejamos que as realizações alcançadas este ano, sejam apenas sementes plantadas, que serão colhidas com maior sucesso no próximo ano.

Boas Festas!

SPEM | Esclerose Múltipla | Notícias e Eventos | Parceiros | Projetos | Envolve-se | Contactos

Número geral 218 650 480

Facebook

Twitter

Instagram

YouTube

Website

Copyright © 2021 Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla, Todos os direitos reservados.

O nosso endereço de e-mail é:

spem@spem.pt