

### XX Congresso Nacional de Esclerose Múltipla

A comunidade da Esclerose Múltipla reuniu-se nos dias 4 e 6 de dezembro sob o mote "Transformar Cuidados, Gerar Valor: Por um sistema de saúde eficiente, sustentável e centrado no doente". O XXCNEM contou com a participação de Ana Paula Martins (Ministra da Saúde), Rui Santos Ivo (Presidente do INFARMED), Sónia Esperto (Presidente do Instituto Nacional para a Reabilitação) e mais de uma dezena de especialistas, investigadores e pessoas com Esclerose Múltipla. O evento decorreu em formato híbrido a partir de Faro, evidenciando o que de melhor se faz na região do Algarve ao nível dos cuidados de saúde na área da Esclerose Múltipla.

Veja ou reveja as sessões a partir do nosso [canal de Youtube](#). O resumo do Congresso estará brevemente disponível no Boletim SPEM.



### SPEM recebe Prémio BPI Fundação "la Caixa" Capacitar 2025

A SPEM é uma das 25 instituições agraciadas com o prémio BPI Fundação "la Caixa" Capacitar 2025, que procura apoiar pessoas com deficiência ou doença mental, no âmbito da sua candidatura com a "NeuroAcademia". Este projeto, a desenvolver em 2026, vai promover a literacia e a autonomia das pessoas com doenças neurodegenerativas, promovendo sessões de grupo e apostando em conteúdos digitais. A cerimónia de entrega decorreu no passado dia 4 de dezembro, no Centro Cultural de Belém. Saiba mais [aqui](#).



### Viver Melhor com Esclerose Múltipla: novos guias

Foram lançados quatro novos títulos da coleção "Viver Melhor com Esclerose Múltipla", dedicados a temas essenciais e úteis para as pessoas com EM: Alterações na Sexualidade, Alterações Psicoemocionais, Lazer e Vagens e Surto e Pseudosurto. Este conjunto de guias começou a ser divulgado em 2024 com o objetivo de apoiar os doentes a gerir melhor a sua doença no dia-a-dia. Esta é uma iniciativa Roche em parceria com a SPEM e o Grupo de Estudos de Esclerose Múltipla (GEEM) da Sociedade Portuguesa de Neurologia. Consulte os guias [aqui](#).



### Novos Protocolos: Bairro da Saúde, Caring Point e Clínica Dentária Santo Amaro

A SPEM estabelece protocolos que oferecem aos seus sócios condições especiais em serviços de apoio ao doente, como lares, centros de dia, empresas de apoio domiciliário, ajudas técnicas, farmácias, entre outros. Foram celebrados três novos protocolos com o Bairro da Saúde, a Caring Point e a Clínica Dentária Santo Amaro, dos quais os sócios da SPEM podem desde já beneficiar. Consulte os protocolos [aqui](#).



### Concurso de pintura "Ver aEM" vai dar voz às pessoas com Esclerose Múltipla

Iniciativa conjunta da SPEM, ANEM e TEM, com o apoio da Merck, o concurso "Ver aEM" pretende dar visibilidade à experiência emocional, social e humana das pessoas que vivem com esta doença através da pintura. Podem participar sócios maiores de 18 anos, e devem apresentar uma pintura original. Serão selecionadas 30 obras que serão expostas e sujeitas a um júri. O vencedor do concurso receberá um prémio no valor de 1500€. Inscrições abertas até 1 de fevereiro. Saiba mais [aqui](#).



### Dia Nacional da Pessoa com EM na comunicação social

O Dia Nacional da Pessoa com Esclerose Múltipla (EM), assinalado todos os anos a 4 de dezembro, coincide com a data da fundação da SPEM, que em 2025 comemorou o seu 41.º aniversário. A efeméride foi visível na imprensa, na rádio e na televisão, contando com mais de 40 referências em vários órgãos de comunicação social. Alguns destaques:

📍 O programa "Casa Feliz", da SIC, recebeu o Dr. Carlos Capela, neurologista, e Alexandre Guedes da Silva, presidente da SPEM, para desmistificar esta doença e apresentar os guias "Viver Melhor com Esclerose Múltipla". Assista [aqui](#).

📺 A RTP viu a SPEM para conhecer melhor o seu trabalho e descobrir mais sobre esta doença neurológica e degenerativa. O Luís Ribeiro e a Patrícia Nascimento falaram sobre o diagnóstico e o impacto da EM nas suas vidas. Assista [aqui](#).

📺 O presidente da SPEM, Alexandre Guedes da Silva, foi convidado do programa "Diário da Manhã", da TVI, para falar sobre a patologia, os seus sintomas e os desafios de viver com a doença, abordando igualmente o concurso de pintura "Ver aEM". Assista [aqui](#).

O dossier de imprensa está disponível para consulta [aqui](#).



### Dia Nacional assinalado na Madeira com celebração religiosa

A SPEM Madeira assinalou o Dia Nacional da Pessoa com Esclerose Múltipla, com uma missa celebrada na Sé Catedral do Funchal, presidida pelo Sr. Bispo D. Nuno Brás. Este foi um momento de união, reflexão e homenagem a todos aqueles que vivem diariamente com o desafio desta patologia. O momento reuniu não só doentes mas também familiares, amigos, cuidadores e profissionais de saúde. A iniciativa contou com o apoio da Diocese do Funchal e da Câmara Municipal do Funchal.



### Saúde em Portugal: novo relatório com a colaboração da SPEM expõem progressos e fragilidades do sistema de saúde

A Convenção Nacional da Saúde apresentou, a 12 de novembro, o Relatório de Avaliação de Desempenho e Impacto do Sistema de Saúde (RADIS), que contempla mais de 30 indicadores sobre o sistema de saúde português. Alexandre Guedes da Silva, presidente da SPEM, participou no debate salientando o papel essencial das associações de doentes na difusão do inquérito que deu origem ao relatório. Conheça melhor o relatório [aqui](#).



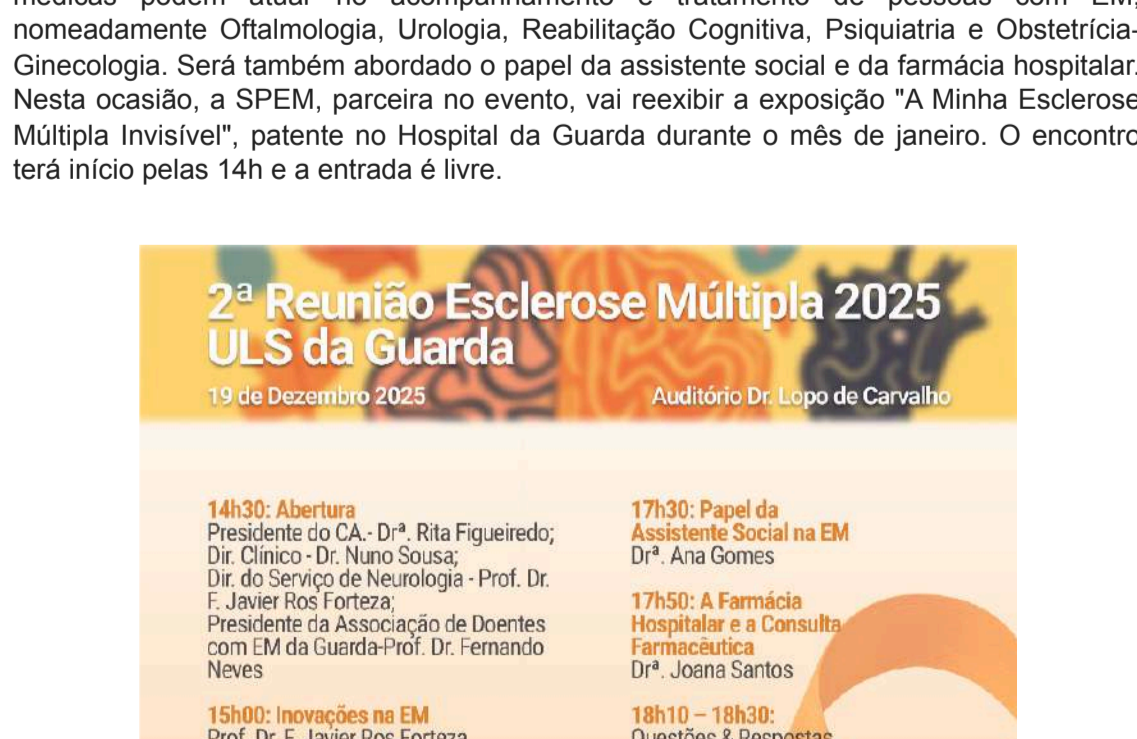
### Portugal é o 7º país europeu com maior número de ensaios clínicos dedicados à Esclerose Múltipla

Gostaria de contribuir para o desenvolvimento de novos medicamentos e produtos de saúde? Agora é mais fácil saber os ensaios clínicos a decorrer em Portugal e na União Europeia através do mapa interativo disponibilizado pelo Sistema de Informação sobre Ensaios Clínicos (CTIS). Em novembro de 2025, eram 113 os ensaios clínicos associados à Esclerose Múltipla, ocupando Portugal a 7ª posição na lista de países com maior número de ensaios clínicos em curso (25). Saiba mais [aqui](#).



### Agosto solidário a favor da SPEM

O Clube de Amfifóres de Lisboa e Vale do Tejo celebrou a 11 de novembro, na Fundação Cidade de Lisboa, um Agosto muito especial e solidário, no qual a SPEM marcou presença. Este grupo decidiu apoiar a nossa causa com uma campanha de angariação de donativos e de material novo para melhor equipar as nossas respostas de neuroreabilitação e atividade física. Agradecemos ao Clube a generosidade!



### Peregrinar com e pela Esclerose Múltipla!

Natural de São Paulo, Marcelo Rezende foi diagnosticado com EM aos 21 anos. Agora, aos 39, decidiu viajar até Portugal e cumprir um sonho: fazer o Caminho de Santiago de Compostela, a pé, a partir da terra do seu avô. Antes de começar a sua jornada no Porto, visitou a SPEM Lisboa onde teve a oportunidade de conhecer a nossa instituição. Realizou esta jornada por si e também pela causa que é de todos. Obrigado, Marcelo!



### NOS Madeira apoia SPEM com ação solidária e ecológica

A empresa juntou mais de 30 colaboradores na sua tradicional Ação de Natal Solidária. A iniciativa vai com uma caminhada de cerca de 9 quilómetros, sob o mote "Cada KM Conta". Por cada quilómetro percorrido, a NOS Madeira doou 5 euros à SPEM, com o objetivo de apoiar programas direcionados à melhoria da qualidade de vida de pessoas com Esclerose Múltipla e respetivas famílias. A SPEM expressa o seu sincero agradecimento pela generosa iniciativa da NOS Madeiral



### Meia Maratona dos Descobrimentos 2025

A SPEM voltou a assumir o papel de parceira social da Meia Maratona dos Descobrimentos que decorreu no passado dia 30 de novembro, com partida na Praça do Império (Belém) e chegada no Museu da Marinha, em Lisboa. A Meia Maratona dos Descobrimentos é um evento anual de corrida de estrada que mistura desporto com turismo urbano e história. O nosso obrigado à Xistarca por mais um ano de parceria!



### SPEM Leiria no Leiria Natal

A nossa Delegação Distrital de Leiria está presente, como é tradição, no Leiria Natal 2025. Convidamos a visitar a banquinha da SPEM até 21 de dezembro onde pode comprar um café da avó, uma fatia de bolo caseiro, um pão com chourço, uma girinja com copo de chocolate, um presente para um familiar ou amigo e assim ajudar a nossa associação a realizar os sonhos dos nossos utentes. Apareça!



### Unidade Local de Saúde da Guarda promove 2ª Reunião sobre Esclerose Múltipla

No próximo dia 19 de dezembro, o Auditório Dr. Lopo de Carvalho recebe um encontro dedicado à Esclerose Múltipla, contando com a participação de vários profissionais de saúde da ULS Guarda. Este evento pretende evidenciar como diferentes especialidades médicas podem atuar no acompanhamento e tratamento de pessoas com EM, nomeadamente Oftalmologia, Urologia, Reabilitação Cognitiva, Psiquiatria e Obstetria-Ginecologia. Será também abordado o papel da assistente social e da farmácia hospitalar. Nesta ocasião, a SPEM, parceira no evento, vai reexibir a exposição "A Minha Esclerose Múltipla Invisível", patente no Hospital da Guarda durante o mês de janeiro. O encontro terá início pelas 14h e a entrada é livre.

### 2ª Reunião Esclerose Múltipla 2025 ULS da Guarda

19 de Dezembro 2025 | Auditório Dr. Lopo de Carvalho

- |  |  |
|--|--|
| <p>14h30: Abertura<br/>Presidente da ULS: Dr.ª Rita Figueiredo;<br/>Dr. Clínico - Dr. Nuno Sousa;<br/>Dr. do Serviço de Neurologia - Prof. Dr. F. Javier Ros Forteza<br/>Presidente da Associação de Doentes com EM da Guarda - Prof. Dr. Fernando Neves</p> | <p>17h30: Papel da Assistente Social na EM<br/>Dr.ª Ana Gomes</p>  |
| <p>15h00: Inovações na EM<br/>Prof. Dr. F. Javier Ros Forteza</p>  | <p>17h50: A Farmácia Hospitalar e a Consulta Farmacéutica<br/>Dr.ª Joana Santos</p>  |
| <p>15h20: Papel da Oftalmologia na EM<br/>Dr. Henrique Fernandes</p>   | <p>18h10 - 18h30: Questões &amp; Respostas</p>   |
| <p>15h40: Papel da Urologia na EM<br/>Dr. Luis Sousa</p>   | <p>18h30 - 18h50: Espaço do Utente</p>   |
| <p>16h00: Papel da Reabilitação Cognitiva na EM<br/>Fátima Pereira; Paula Quaresma e Maria Jose Almeida<br/>Terapeuta Ocupacional: Maria Rosário Saraiva</p>   | <p>18h50 - 19h10: Questões &amp; Respostas</p>   |
| <p>16h20: Coffee Break</p>   | <p>19h10 - 19h30: Encerramento<br/>Prof. F. Javier Ros Forteza e o Presidente da Associação de Doentes com EM da Guarda - Prof. Dr. Fernando Neves</p> |
| <p>16h50: Papel da Psiquiatria na EM<br/>Dr.ª Joana Novais</p>   |  |
| <p>17h10: Papel da Obstetria-Ginecologia na EM<br/>Dr.ª Joana Duarte</p>   |  |

Organização: Serviço de Neurologia, Unidade de Formação e Gabinete de Comunicação e Imagens



Gostou da nossa Newsletter? Reencaminhe-a para um amigo!

[Subscrição da Newsletter](#)  
[Newsletters \(edições anteriores\)](#)

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



Contactos gerais:

E-mail: [com@spem.pt](mailto:com@spem.pt)

Telefone: 218 650 480