

MÊS DO  
CORAÇÃO



# de **CORAÇÃO CHEIO** & SEM RESERVAS



Com a AADIC escute o seu coração!



[www.aadic.pt](http://www.aadic.pt)

Maio, Mês do Coração

## **AADIC lança campanha motivacional para doentes com insuficiência cardíaca**

**Para assinalar o Mês do Coração, a Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca (IC) promove uma campanha com o mote “de Coração Cheio & Sem Reservas”. A iniciativa é dirigida pela primeira vez aos doentes com insuficiência cardíaca sobre a premissa que é possível viver com qualidade de vida.**

Em Portugal existam cerca de 400 mil pessoas com insuficiência cardíaca, sendo possível que grande parte destes ainda estejam subdiagnosticados e subtratados. Estima-se que a sua prevalência possa aumentar entre 50 a 70% até 2030. Atualmente, representa a 1ª causa de internamento hospitalar após os 65 anos.

*“A pandemia veio intensificar esta problemática porque, infelizmente, os diagnósticos ficaram suspensos e os próprios doentes assumem que tiveram medo de se dirigir ao hospital para receber os respetivos cuidados de saúde.*

*O objetivo da nossa Associação é apoiar os doentes e por isso, nesta fase, que marca o mês do coração, decidimos promover uma campanha dirigida a eles com um foco motivacional, mostrando que é possível viver com qualidade de vida, desde que o doente: cumpra as recomendações médicas; tome a medicação corretamente; tenha cuidados com a alimentação; pratique atividade física; não fume nem beba bebidas alcoólicas e tenha apoio adequado para autogerir a sua doença no dia a dia.”, explica a Dra. Maria José Rebocho, cardiologista e membro técnico científico da AADIC.*

A campanha **“de Coração Cheio & Sem Reservas”** lança um movimento solidário ao desafiar a sociedade civil, os sócios e os profissionais de saúde, a vestirem uma camisola vermelha pela insuficiência cardíaca, durante o mês de maio, e a partilhar em fotografia esse registo na página de Facebook da AADIC. No final do mês do coração a Associação irá criar um cartaz com os rostos que se associaram à campanha.

A cidade de Lisboa será também palco desta campanha através de vários *mupis* JCDECAUX.

*“A Insuficiência Cardíaca é uma doença frequente, em especial nos estratos etários mais elevados, muitas vezes diagnosticada tardiamente, com internamentos hospitalares recorrentes e mortalidade elevada.*

*No mês de Maio, em que se celebra o Mês do Coração, a AADIC através desta sua iniciativa pretende, em geral, chamar a atenção da opinião pública para esta doença, ainda insuficientemente compreendida pela população, ao mesmo tempo que se dirige, em particular, aos doentes com IC sublinhando que é possível viver com qualidade de vida desde que se observem os cuidados necessários”, conclui Dr. Luís Filipe Pereira, presidente da AADIC.*

**Junte-se a esta causa, com a AADIC escute o seu coração!**  
**#deCoraçãoCheio #SemReservas #DeVermelhoPelaIC #AADIC**

**Sobre a Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca:**

A Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca (AADIC) reúne doentes, familiares e amigos, e tem por objetivo promover, incentivar, orientar e dar apoio na área da Insuficiência Cardíaca, nomeadamente através da informação à população e promoção de melhores cuidados de saúde para esta condição.

<https://aadic.pt/>

<https://www.facebook.com/aadicardiaca>

<https://www.linkedin.com/company/aadic-associa%C3%A7%C3%A3o-de-apoio-aos-doentes-com-insufici%C3%Aancia-card%C3%ADaca/>

<https://www.youtube.com/channel/UC3lWvQd-KhfsIDsv9k8cSMw>

**Sobre a Insuficiência Cardíaca:**

A Insuficiência Cardíaca (IC) é uma condição grave de saúde, que se caracteriza pela incapacidade do coração bombear sangue para o corpo em quantidade suficiente. Esta incapacidade faz com que o sangue não forneça os nutrientes e oxigénio em quantidade suficiente ao organismo para que este funcione normalmente.

A IC desenvolve-se, geralmente, devido a outro problema de saúde como, por exemplo, hipertensão arterial, enfarte do miocárdio ou problemas coronários. Apesar de se poder desenvolver em qualquer idade (devido a outras doenças que afectam o coração), é mais comum com o avançar da idade.

**Para mais informações, por favor contactar:**

Sara Ferreira / [sferreira@creativepress.pt](mailto:sferreira@creativepress.pt) / 915 720 024