

Vem connosco aprender a viver com DII

Ana Sampaio¹



A APDI - Associação Portuguesa de Doença Inflamatória do Intestino - Colite Ulcerosa e Doença de Crohn, fundada há 16 anos, é uma associação de doentes e para doentes com a Doença Inflamatória do Intestino (DII).

A nossa actividade está focada no apoio às pessoas afectadas pelas DII, seus familiares e amigos principalmente na vertente da auto-ajuda.

A DII pode levar algumas pessoas a sentirem-se diferentes e incapazes de viver normalmente levando ao seu isolamento. É, sobretudo, através da formação e do esclarecimento das pessoas que se vêem confrontadas com uma alteração tão profunda no seu quotidiano habitual, que procuramos intervir.

Com o intuito de ajudar mais e melhor foi criado este ano um apoio especializado para doentes com DII e seus familiares que consiste no aconselhamento psicológico, prestado nas nossas instalações, por um psicólogo clínico especializado em doenças crónicas.

Porque ser jovem é, por si só, uma fase da vida complicada com muitas dúvidas, incertezas e conflitos (internos e externos) não é fácil lidar com mais este problema da DII que acarreta mais dúvidas, ansiedade e incerteza... Para eles criamos um grupo específico que se encontra nas redes sociais, por e-mail ou telemóvel (ver contactos).

É também nosso objectivo contribuir para melhorar e ampliar os cuidados médicos ambulatoriais e, simultaneamente, promover o conhecimento destas doenças pela sociedade. Através de estreita cooperação e em parceria com os gastroenterologistas e a classe médica em geral, pessoal de enfermagem, indústria farmacêutica e entidades públicas, pretendemos ainda fomentar a investigação das causas e o tratamento destas patologias.

O nosso apoio é prestado por telefone, por e-mail ou presencialmente na nossa sede, e também, por todo o País, nas reuniões (acções de sensibilização e fórum) que vamos fazendo junto dos doentes com o apoio dos médicos.

Disponibilizamos também informação para os médicos distribuírem pelos seus doentes sob a forma de brochuras elaboradas especificamente para quem vive com DII e para os que os rodeiam (pais, professores e amigos).

Já publicámos as seguintes brochuras:

- > Dieta e Nutrição
- > Cirurgia na DII
- > Complicações na DII
- > Factores Emocionais
- > Guia das Crianças e Adolescentes
- > Guia dos Professores
- > DII na Mulher
- > Relações Sexuais e a DII

Como sabemos que o maior mito para os doentes é sem dúvida o da alimentação, a APDI apoiou o lançamento do livro “Alimentação & DII” que foi distribuído pelos nossos associados, hospitais e médicos. O objectivo é passar a mensagem de que a alimentação na Doença Inflamatória do Intestino não tem que ser enfadonha, triste, restritiva e, muito menos, pouco nutritiva. Pelo contrário, os doentes podem ter uma alimentação saudável, sem se privarem do prazer de degustar uma boa refeição, desde que o façam de um modo regrado.

É nossa missão formar e informar para a gestão diária de uma patologia, que, sendo crónica, não tem de ser vivida com fatalidade e pessimismo mas sim com qualidade de vida. Com a componente terapêutica adequada, uma alimentação saudável, exercício físico e informação acreditamos que é possível - “Ser Feliz com DII!”

Contactos APDI:	Geral	Grupo de Jovens
Telefone:	222086350 / 932086350	936376890
e-mail:	geral@apdi.org.pt	jovensapdi@gmail.com
Site:	www.apdi.org.pt	
Facebook:	www.facebook.com/apdi.portugal	
Morada:	Rua Nova das Icas n.º42 – 1.º Traseiras, Leça da Palmeira 4450-703 Matosinhos - Portugal	

¹Presidente Associação Portuguesa de Doença Inflamatória do Intestino.