

PLATAFORMA SIP PT

Plataforma para o Impacto Social da Dor



ASSOCIAÇÃO DE DOENTES DE DOR CRÓNICA DOS AÇORES

A Associação de Doentes de Dor Crónica dos Açores (ADDCA) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) sem fins lucrativos, fundada em 2005.

A ADDCA foi a primeira associação em Portugal e a segunda na Península Ibérica, dedicada especificamente à "Dor Crónica" como Doença. Esta Associação tem procurado responder aos interesses e necessidades de pessoas com dor crónica e seus familiares.

A ADDCA é membro da Pain Alliance Europe (PAE) e é fundadora da plataforma SIP Portugal (Impacto Social da Dor).

A ADDCA participa anualmente no evento internacional das Cem Cidades Contra a Dor, que se realizará este ano em outubro com o tema: "Dor Crónica. As sombras por detrás da cura. As necessidades a serem atendidas".

A ADDCA tem participado em projetos de Literacia em Dor (webinars e e-book). A ADDCA continua a desenvolver protocolos com outras Associações e Entidades Internacionais (ACN, ISAL, SPEM, Força 3P, APJOF).



Esta Associação tem como objetivos:

- Promover o bem-estar físico e psicológico dos utentes;
- Disponibilizar serviços diferenciados, atendendo às necessidades e interesses dos utentes;
- Combater a solidão e o isolamento social;
- Promover uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

2023 na ADDCA

Setembro, mês da consciencialização da dor

2023 é considerado o ano Mundial da IASP da Terapia Integrativa da Dor. Neste sentido, a ADDCA procurou dinamizar novas atividades assentes nas terapias complementares e integrativas, através da implementação do yoga e meditação, pilates, dança e pintura. A ADDCA tem realizado atividades que estimulem as funções cognitivas, a motricidade fina e o bem-estar dos indivíduos (e.g., trabalhos manuais, jardinagem, sessões de cinema, culinária, jogos, passeios, visitas a exposições, entre outras).

A prática regular destas atividades pode trazer diversos benefícios para as pessoas com dor crónica, no controlo e alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida. A ADDCA, em parceria com a Câmara Municipal de Ponta Delgada, tem desenvolvido o Projeto SIOSLIFE e "Literacia Digital". A ADDCA irá inovar na dinamização de Grupos de Apoio para pessoas com dor crónica.

Em setembro, a ADDCA irá realizar um congresso dedicado ao tema Fibromialgia, em colaboração com a Associação Portuguesa de Fibromialgia (APJOF), de forma a assinalar o mês da consciencialização da dor.