PLATAFORMA SIP PT

Plataforma para o Impacto Social da Dor

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE FIBROMIALGIA

A APJOF – Associação Portuguesa de Fibromialgia foi fundada a 27 de Abril de 2016.

Temos como missão apoiar as pessoas diagnosticadas com Fibromialgia e os seus familiares, proporcionando os mecanismos necessários para o seu bem-estar, nomeadamente com protocolos em várias áreas da saúde, apoio via telefone, por e-mail ou através dos núcleos de apoio.

Envolvemo-nos com outras instituições e associações da área da saúde (nacionais e europeias) e tentamos estar presentes em formações e eventos que sejam interessantes para estarmos sempre atualizadas, para melhor apoiarmos esta causa.

E também lutamos para criar legislação inclusiva para pessoas com este diagnóstico.
Somos uma associação sem fins lucrativos, para pessoas de todas as idades, residentes em Portugal.

Em Fevereiro de 2023 a APJOF foi reconhecida pelo Ministério da Saúde e Direção Geral da Saúde como Associação de Defesa dos Utentes de Saúde.
A primeira associação de Fibromialgia reconhecida no país.

Um resumo:

A Fibromialgia é uma doença crónica caracterizada por dor generalizada (que pode ser incapacitante), fadiga e distúrbios do sono.
A sua causa exata é desconhecida, e o diagnóstico frequentemente requer a exclusão de outras patologias.
O tratamento envolve abordagens multidisciplinares para alívio da dor e melhoria da qualidade de vida.

Recursos disponíveis (Gratuito)

E-book's

Fibromialgia - Familiares & Amigos
Dirigido a familiares e amigos, para auxiliar na compreensão e aceitação da FM.

Registo diário da Fibromialgia
Para auxiliar o paciente a gerir a FM e preparar as consultas.

Fui diagnosticado com Fibromialgia. E agora?
Dirigido a quem recebeu o diagnóstico recentemente, para uma melhor compreensão e ajudar na aceitação, adaptação e medo do novo diagnóstico.

Guia da Fibromialgia
Tem o objetivo de responder a questões frequentes

Palestras

Webinares de diversos temas relacionados com Fibromialgia e com vários profissionais de saúde.

FM em Movimento

Série de exercícios físicos, elaborada por Fisioterapeutas.

Linha de apoio

913 535 311
17h às 20h, quintas e sábados.
Msg via WhatsApp todos os dias.

Estes e muitos outros recursos no nosso site e redes sociais.

- apjof.weebly.com
- @APJOF
- info.apjof@gmail.com

Scanne com o seu telemóvel os códigos QR para aceder ao conteúdo.