

# Encontro Portugal AVC Juntos para Superar! Portalegre

9 novembro 2024

Auditório Dr. Francisco Tomatas, Campus Politécnico de Portalegre

- 14h00** **Receção a participantes e oradores**  
**Apresentação geral e de continuidade**  
Selma Valente, Sobrevivente de AVC
- 14h15** **Abertura**  
António Conceição, Presidente da Portugal AVC – União de Sobreviventes, Familiares e Amigos  
Joaquim Duarte Araújo, Presidente do Cons. Adm. da ULS Alto Alentejo\*  
Fermelinda Carvalho, Presidente da Câmara Municipal de Portalegre\*
- 14h30** **Painel 1 | Reabilitação e a sua realidade**  
Moderação: Pedro Figueiredo, Diretor da Serviço de MFR na ULS Alto Alentejo  
**O que é a reabilitação (multidisciplinar)?**  
Ana Campolargo (Especialista em Medicina Física e Reabilitação, Membro da Direção da Portugal AVC)  
**Reabilitação enquanto direito e necessidade: a realidade local**  
Carlos Rodrigues, Fisioterapeuta, Professor Adjunto no Instituto Politécnico de Portalegre  
Questões e debate
- 15h10** **Na prática - Evitar o sedentarismo, também no sobrevivente de AVC**  
Cátia Antunes, Fisioterapeuta
- 15h20** **Painel 2 | A vida pós AVC**  
Moderação: Isabel Lavadinho, Diretora do Serviço de Medicina na ULS Alto Alentejo  
**A intervenção dos cuidados de saúde primários no pós-AVC**  
Ana Garção, Enfermeira de Reabilitação na UCC Ammaya (CS Portalegre)  
**Sequelas “invisíveis” (e “desvalorizadas”?) do AVC**  
Jerina Nogueira, Médica de Medicina Interna  
Questões e debate
- 16h00** Intervalo / Coffee-break
- 16h20** **Painel 3 | Manter-se ativo**  
Moderação: João Mendes, Enfermeiro na ULS Alto Alentejo  
**Importância do exercício físico no pós-AVC**  
Pedro Candeias, Técnico de exercício físico e mestrando em Saúde e Exercício  
**Manter a mente ativa**  
Vânia Cunha, Psicóloga na ULS Alto Alentejo  
Questões e debate
- 17h00** **Na prática – Dança sentada**  
Teresa Gôja e Sara Gôja
- 17h10** **Testemunhos de sobreviventes e cuidadores do GAM Portalegre da Portugal AVC**
- 17h25** **Encerramento**  
Francisco Monteiro, Subdiretor da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Portalegre  
Marta Gôja, Direção da Portugal AVC – União de Sobreviventes, Familiares e Amigos

**Durante a manhã, decorrerá no Mercado Municipal de Portalegre uma ação de sensibilização, informação e rastreios, com diversos postos e exibição de posters sobre o AVC, dirigida a toda a comunidade.**

**Programa e inscrições em [portugalavc.pt](http://portugalavc.pt)**

Participação sujeita a inscrição prévia



\* Em confirmação.

Iniciativa:



Apoios:



Patrocinadores comerciais:

