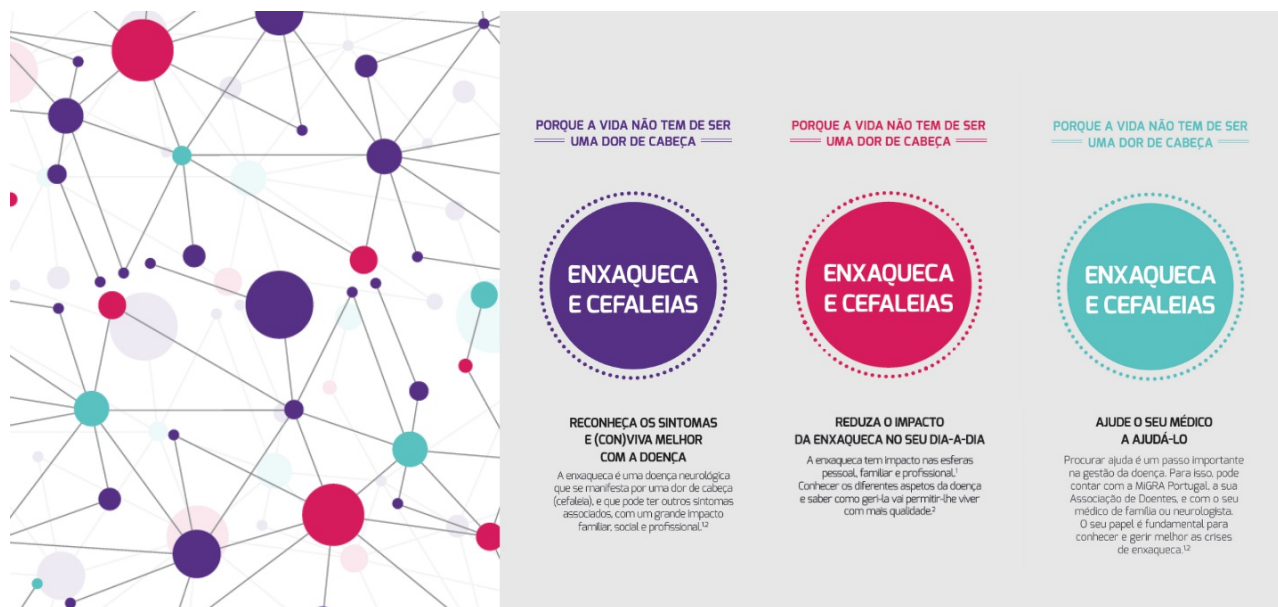


“Porque a vida não tem de ser uma dor de cabeça”

Novartis e MiGRA Portugal lançam campanha de sensibilização para desmistificar a enxaqueca

Maio 26, 2021



Em conjunto com a MiGRA Portugal, Associação Portuguesa de Doentes com Enxaqueca e Cefaleias, a Novartis lançou a campanha “Porque a vida não tem de ser uma dor de cabeça”, para ajudar os doentes a reconhecer e gerir melhor a enxaqueca e cefaleias. A iniciativa, que pretende capacitar o doente e desmistificar alguns conceitos da doença, através da disponibilização de informação simples e fidedigna, conta também com a colaboração da Sociedade Portuguesa de Cefaleias e da Sociedade Portuguesa de Neurologia.

No âmbito da campanha foram lançados três guias, em formato *online* e impresso, que vão ajudar a identificar os sintomas e os diferentes tipos de enxaqueca e cefaleias e incluem, também, recomendações práticas de neurologistas. Para complementar, estão também disponíveis vídeos que permitem compreender a doença para uma melhor gestão da mesma.

Segundo a presidente da MiGRA Portugal, Madalena Plácido, “a enxaqueca tem um impacto muito forte no dia a dia do doente, criando muitas limitações ao nível pessoal, profissional e das relações sociais. É muito importante que o doente saiba que não deve resignar-se ao impacto da enxaqueca na sua vida e que pode e deve procurar ajuda para controlar os sintomas.”

Apenas se conhecermos a doença e os seus sintomas, vamos conseguir geri-la melhor, por isso a capacitação dos doentes é um dos passos mais importantes da gestão da doença.

Madalena Plácido, presidente da MiGRA Portugal, Madalena Plácido

Os guias estão disponíveis para download no [site da MiGRA Portugal](#), onde é possível encontrar mais informação sobre a doença e diferentes formas de apoio. Os vídeos, podem, também, ser vistos no [canal de Youtube da associação](#), ou através do QR Code existente nos guias.

- Guia 1: Reconheça os sintomas e (com)viva melhor com a Doença;
 - Guia 2: Reduza o impacto da enxaqueca no seu dia-a-dia;
 - Guia 3 - Enxaqueca e Cefaleias: ajude o seu médico a ajudá-lo.
-

Source URL: <https://www.novartis.com/pt-pt/stories/porque-vida-nao-tem-de-ser-uma-dor-de-cabeca>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/pt-pt/pt-pt/stories/porque-vida-nao-tem-de-ser-uma-dor-de-cabeca>
- <https://www.novartis.com/pt-pt/pt-pt/taxonomy/term/61>
- <https://migraportugal.pt/>
- https://www.youtube.com/channel/UCUOeNaSGA0LIXeJI_MEtvAQ/videos
- <https://migraportugal.pt/materiais-de-apoio-ao-doente/reconheca-os-sintomas-e-conviva-melhor-com-a-enxaqueca-e-cefaleias/>
- <https://migraportugal.pt/materiais-de-apoio-ao-doente/reduza-o-impacto-da-enxaqueca-no-seu-dia-a-dia/>
- <https://migraportugal.pt/materiais-de-apoio-ao-doente/enxaqueca-e-cefaleias-ajude-o-seu-medico-a-ajuda-lo/>