



abrafnews

RESPIRAR,
VIVER
E SE INFORMAR.

associação brasileira de apoio à família
com hipertensão pulmonar e doenças correlatas. Edição 14/2020



FUNDO DE APOIO AO PACIENTE AR DE ESPERANÇA

Em maio, a ABRAF lançou uma campanha de arrecadação de recursos para o seu Fundo de Apoio ao Paciente Ar de Esperança.

Este fundo tem o objetivo de prover recursos para os pacientes poderem suprir outras necessidades do seu tratamento, que não sejam decorrentes de medicação.

Em especial, essa campanha irá doar cestas básicas, máscaras, luvas e oxímetros para proteção dos pacientes da pandemia do coronavírus.

CLIQUE AQUI

E se inscreva para receber uma doação.



Na próxima newsletter, divulgaremos a lista de todos os beneficiados com os recursos!

DESTAQUES

5 de maio:

- Dia Mundial da HP.
- Dia Mundial da Asma.

Pág. 2

Novo site da ABRAF.
Pacientes colunistas.

Pág. 3

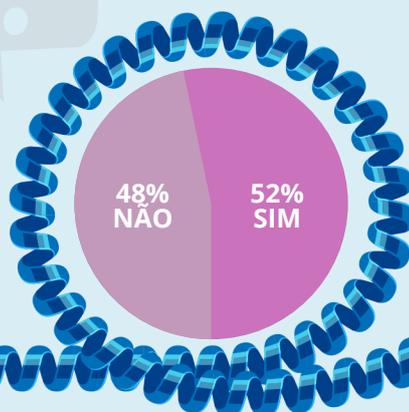
Encontros On-line.
Coral da ABRAF.
Por que o uso de máscaras é importante?

Pág. 3

INTERATIVIDADE

VOCÊ TEM O TELEFONE DO SEU MÉDICO PARA TIRAR DÚVIDAS?

Essa foi a pergunta da semana de 11 de maio. Confira o gráfico de respostas:



5 DE MAIO - DIA MUNDIAL DA HIPERTENSÃO PULMONAR

A data é celebrada no mundo todo e relembra a primeira morte conhecida de uma criança pela doença. Por essa razão, o dia 5 de maio se tornou um marco para promover a conscientização da Hipertensão Pulmonar e alertar sobre os sintomas.



5 DE MAIO - DIA MUNDIAL DA ASMA

Mas a data não é exclusividade da hipertensão pulmonar. Dia 5 de maio também é o dia de conscientizar sobre a asma, e a ABRAF trouxe para os seus seguidores dicas simples e eficientes de como manter uma casa adequada para os pacientes com asma.

- 👉 Mantenha o ambiente sempre limpo.
- 👉 Evite animais com pelos, como cães e gatos.
- 👉 Tente não fazer o uso de cortinas, tapetes felpudos, estantes com livros ou outros objetos que acumulem poeira.
- 👉 Procure sempre manter o quarto arejado e limpo. Use traveseiros e forros de cama especiais para reduzir a exposição aos ácaros.

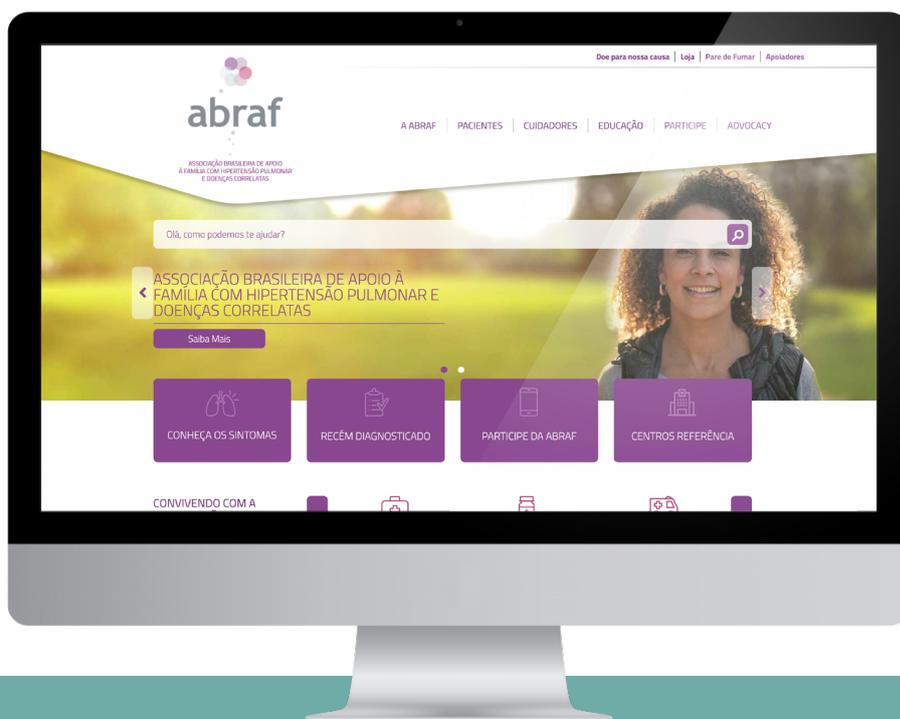
NOVO SITE DA ABRAF NO AR

A ABRAF está com site novo. Por enquanto, somente informações sobre hipertensão pulmonar estão disponíveis, mas, em breve, teremos uma seção especial para doenças correlatas.

A nova página traz não apenas informações sobre a doença, mas guias práticos, orientações sobre como se portar nas consultas, viagens etc., além de formas de se envolver mais na organização.

CLIQUE AQUI

e dê uma olhada.



PACIENTES COLUNISTAS

Uma das áreas do novo site da ABRAF é destinada a dar voz a quem tem hipertensão pulmonar. Na seção "Pacientes colunistas", queremos aproximar você, paciente que procura informações, de outras pessoas que já convivem com a doença e têm muito a compartilhar. Nossas duas colunistas são Aline Câmara e Marina Kolya.

Você tem facilidade para escrever e quer fazer parte da nossa equipe de colunistas?

Envie sua mensagem para contato@abraf.org junto com um texto de modelo sobre o tema que gostaria de abordar.

**TEAM
Phenomenal
HOPE
BRASIL**
PERCO FÔLEGO POR VOCÊ



TREINO ONLINE

A equipe de atletas patrocinada pela Bayer se uniu aos Teams dos Estados Unidos, África e Alemanha para um treino online semanal. Como as provas esportivas estão suspensas por conta do novo coronavírus, os treinos online não apenas mantêm os atletas ativos como também são uma forma de divulgação da nossa causa e de envolvimento dos participantes.

A programação é variada: já teve Poundfit, Hitt, Funcional e Crossfit. Quer acompanhar de perto? Os encontros acontecem todo domingo, às 11h.

Fique ligado nas redes sociais do Team!

 teamphbrasil.org.br

 [/teamphbrasil](https://www.facebook.com/teamphbrasil)

 [/teamphbrasil](https://www.instagram.com/teamphbrasil)

ENCONTROS ON-LINE

O grupo de apoio de Santa Catarina realizou o primeiro encontro virtual para reunir pacientes e familiares neste momento de pandemia de covid-19.

O encontro foi realizado no dia 31 de maio, pelo aplicativo TeamLink. O uso da tecnologia pode aproximar as pessoas em tempos de distanciamento social e tem a

vantagem de permitir a participação de pacientes de cidades distantes ou com dificuldade de locomoção.



CORAL DA ABRAF

A pandemia do novo coronavírus não abateu o nosso coral. Para continuar os trabalhos, nossos cantores estão ensaiando duas vezes por semana, de forma remota.

Além de ajudar na melhora da capacidade de canto, os ensaios também têm servido para promover uma integração dos pacientes mesmo em tempos de pandemia.

“ Cada vez mais vamos nos superando... já me apeguei a esse coral.
Paciente Érica Silva ”

POR QUE O USO DA MÁSCARA É IMPORTANTE?

Recebemos de alguns pacientes vídeos e posts informando que o uso da máscara é desnecessário e que até poderia fazer mal! Para evitar a disseminação desse tipo de Fake News e manter os pacientes e familiares informados a respeito do que é correto fazer para se proteger, convidamos a Dra. Marina Lima, pneumologista e membro do nosso Comitê Científico, para falar sobre o assunto.



[CLIQUE AQUI](#)
e confira o vídeo.

