

2019-11-08 18:03:36

<http://justnews.pt/noticias/cancro-da-mama-ipo-coimbra-organiza-tertulua-flashmob-e-sessao-de-estetica>



## **IPO Coimbra alerta para a prevenção do cancro da mama com flashmob e tertúlia**

Profissionais de saúde e doentes participaram num flashmob no átrio do IPO de Coimbra com o propósito de assinalar o Dia Nacional da Prevenção do Cancro da Mama. A iniciativa, subordinada ao tema “Outubro Rosa, Causa Poderosa”, contou ainda com uma tertúlia, partilha de experiências e uma sessão de estética.

A ação, que contou com o especial empenho de um grupo de enfermeiros, reuniu um conjunto diverso de profissionais, incluindo a presidente do Conselho de Administração do IPO Coimbra, Margarida Ornelas.



Em declarações à Just News, Conceição Silva, cirurgiã e coordenadora do Grupo Multidisciplinar de Patologia Mamária do IPO de Coimbra, mostrou-se bastante satisfeita com as atividades que assinalaram o dia dedicado à prevenção da doença oncológica que mais afeta as mulheres no mundo ocidental:

“Apesar de o IPO de Coimbra se preocupar essencialmente com o diagnóstico e o tratamento, também queremos focar-nos na prevenção. Foi com esse objetivo que os enfermeiros do Serviço de Cirurgia quiseram organizar o evento.”

Um dos temas abordados na tertúlia foi, inevitavelmente, a importância do rastreio. “As mulheres devem fazer rastreios, mas também saber fazer o autoexame da mama. Este é aliás o grande problema: a maioria não o faz, mensalmente, acabando por não conhecer a sua própria mama, não detetando, por conseguinte, alguma alteração.”



Da sua experiência, a cirurgiã acredita que o problema não se deve ao desconhecimento. “As mulheres têm noção de que devem fazer a apalpação, mas esquecem-se facilmente.”  
Contudo, como alertou: “É fundamental estar atenta, porque 1 em cada 8 mulheres vai ter cancro da mama.”

Outros temas abordados foram a importância da autoestima. “Contámos com uma sessão de estética. As mulheres devem cuidar da sua imagem, mesmo quando estão em tratamento e quando surge a alopecia.”



No evento participou, entre outros, a blogger Gabriela Fonseca, autora do “Blog Dia de Mudança”, no qual escreve sobre o que é viver com cancro. “É fundamental trocar experiências”, reforçou Conceição Silva.



Equipa envolvida na organização do evento: Conceição Silva, Rosário Velez (vogal executiva do Conselho de Administração), Margarida Ornelas, Dulce Helena Carvalho (enfermeira chefe) e as enfermeiras Ana Filipa Sousa, Susana Simões e Cristina Costeira (ausentes na foto: Ana País, diretora clínica) Ana Vaz (médica) e Monica Duarte (enfermeira).