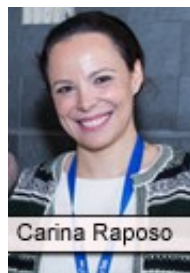


2017-02-05 15:20:36

<http://justnews.pt/noticias/lancamento-da-forca-3p-e-possivel-ter-qualidade-de-vida-e-ser-feliz-mesmo-com-dor>

## Lançamento da Força 3P: «é possível ter qualidade de vida e ser feliz mesmo com dor»

É fazendo um apelo à Paciência, à Persistência e à Positividade que surge a Força 3P – Associação de Pessoas com Dor, criada por um grupo de utentes da Unidade de Dor Crónica do Centro Hospitalar e Universitário do Porto (CHUP). Segundo a enfermeira Carina Raposo, que integra aquela Unidade, pretende-se sensibilizar toda a sociedade para esta condição.

37% da população portuguesa tem dor crónica, o que origina graves repercussões na sua vida, como elevado absentismo laboral e desemprego. É precisamente para sensibilizar a população para esta problemática, “que não se vê e que nem sempre é valorizada”, que foi criada a Força 3P.

Tudo começou com a 3.ª edição da Escola para Pessoas com Dor, criada pela Cátedra de Medicina da Dor da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, na qual participaram utentes da Unidade de Dor Crónica do CHUP, como explica Alexandra Carrilho de Oliveira, uma das fundadoras: “Aprendemos muito nessa formação, deixámos de ser doentes com dor e passámos a ser pessoas com dor.”

E continuou: “Com Paciência, Persistência e Positividade, sabemos que é possível ter qualidade de vida e ser feliz mesmo com dor, por isso, o nosso objetivo é levar esta mensagem a toda a sociedade, incluindo a quem esteja a lidar com a dor, profissionais de saúde, cuidadores, entidades patronais, etc.”



Maria Emília Esteves, Alexandra Carrilho de Oliveira, Cláudia Rodrigues e Carina Raposo.

Alexandra Carrilho de Oliveira salientou ainda “a força e o empenho da equipa do CHUP que ajudou a avançar

com este projeto, nomeadamente, a enfermeira Carina Raposo e o Prof. José Castro Lopes, que colaboram na Escola para Pessoas com Dor”.

Cláudia Rodrigues e Maria Emília Esteves também são fundadoras da Força 3P e garantem que “é possível olhar a dor de outra forma, sem que esta condicione demasiado a nossa vida”. Mais: “não se está sozinho, há muitas pessoas nesta condição, é possível ter ajuda.”

A apresentação pública da Força 3P vai ter lugar no dia 13 de março, na Fundação Manuel António da Mota, no Porto.



*Partilhar informação,  
Mais informação,  
Melhor informação,  
em Saúde.*

## Notícias exclusivas

Diariamente, de 2.<sup>a</sup> a domingo, informação atual e relevante!

Subscrever  
newsletter