



NOTÍCIAS  
**APLL**  
Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas  
TRIMESTRAL - JUNHO 2021

### NESTA EDIÇÃO:

- Webinar no dia 28 de julho  
À conversa com .... Luzia Travado
- Plano Europeu de Luta contra o Cancro 2021- aprovado na Presidência Portuguesa da UE
- Setembro:  
Mês consciencialização doenças malignas do sangue



**APLL**  
Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas  
**Perto de Si, Pela sua Saúde!**

As atividades do projeto “**Perto de si, pela Sua Saúde**”, terão início no dia 28 de julho, no âmbito deste projeto serão organizadas diversificadas atividades a decorrer durante o 20º aniversário da APLL. Fique atento ao nosso site!

## À conversa com ..... a Doutora Luzia Travado

– Clínica e investigadora em Psico-oncologia, do Centro Clínico da Fundação Champalimaud

**Webinar - 28 de julho, 18h30 hrs**

**Tema:**  
“Os efeitos da Pandemia na nossa Saúde Mental”

Pretende-se debater as seguintes questões:

- A Pandemia impôs uma mudança radical no estilo de vida, a imposição de isolamento, para evitar contágios.
- Afinal, quais os principais efeitos da pandemia na saúde mental?

- **Se.....** tem dúvidas, questões que gostasse de ver respondidas pela nossa convidada, não hesite!
- envie-nos as suas questões/dúvidas até ao dia 25.07.2021, para o email [geral.apll@gmail.com](mailto:geral.apll@gmail.com)

Deve indicar:

- Nome e localidade
- 1 ou 2 perguntas que considerem de maior interesse

Para assistir ao *webinar* basta aceder ao *link*

<https://us02web.zoom.us/j/81660970828?pwd=NjdwWjdRZitiWGcvMGxqbStOOUpXUT09> (ID da reunião: 816 6097 0828, senha de acesso: 803333).



## Plano Europeu de Luta Contra o Cancro

A Comissão Europeia apresentou, no dia 3 de fevereiro, uma nova abordagem em matéria de prevenção, tratamento e cuidados, com o Plano Europeu de Luta contra o Cancro, durante a presidência portuguesa.

[https://ec.europa.eu/portugal/news/europe-beating-cancer-plan-new-eu-approach-prevention-treatment-care\\_pt](https://ec.europa.eu/portugal/news/europe-beating-cancer-plan-new-eu-approach-prevention-treatment-care_pt)

Este plano de luta tem por base **quatro domínios de ação** fundamentais, com 10 iniciativas emblemáticas e diversas ações de apoio.



### PREVENÇÃO

A prevenção mediante ações que incidem sobre os principais fatores de risco, nomeadamente o tabaco (com o objetivo de fazer com que menos de 5 % da população consuma tabaco até 2040), o consumo nocivo de álcool, a poluição ambiental e as substâncias perigosas.

Além disso, a campanha «HealthyLifestyle4All» (um estilo de vida saudável para todos) irá promover hábitos alimentares saudáveis e a atividade física.

Para prevenir os cancros causados por infeções, o Plano de Luta contra o Cancro tem por objetivo vacinar, pelo menos, 90 % da população-alvo de raparigas na UE e aumentar significativamente a vacinação dos rapazes até 2030.



### DETEÇÃO PRECOCE

A deteção precoce do cancro, através da melhoria em matéria de acesso, qualidade e diagnóstico, e do auxílio prestado aos Estados-Membros a fim de garantir que, até 2025, 90 % da população da UE que preenche os critérios para o rastreio do cancro da mama, do colo do útero e do cancro colorretal tenha acesso a esse rastreio. Para alcançar este objetivo, será apresentado um novo programa apoiado pela UE no domínio do rastreio do cancro.



Imagens do relatório Cancro Cada Dia Conta - Da Prioridade à Ação

<https://www.apifarma.pt/wpcontent/uploads/2021/05/Apresentacao-Estudo-Moai--26-05-2021.pdf>

# Plano Europeu de Luta Contra o Cancro



## TRATAMENTO

O diagnóstico e tratamento através de ações destinadas a assegurar cuidados oncológicos mais integrados e abrangentes, e a combater a desigualdade no acesso a cuidados de saúde e medicamentos de qualidade.

Até 2030, 90 % dos doentes elegíveis devem ter acesso aos centros nacionais integrados de oncologia interligados através de uma nova rede da UE.

Além disso, será lançada uma nova iniciativa «Diagnóstico e tratamento do cancro para todos» até ao final de 2021, a fim de melhorar o acesso a diagnósticos e tratamentos inovadores do cancro, e uma iniciativa europeia para melhorar o conhecimento no domínio do cancro (UNCAN.eu) contribuirá para identificar as pessoas que apresentam um risco elevado de desenvolver um dos cancros mais comuns.

Será dada especial atenção às crianças, através do lançamento da **iniciativa «Ajudar as crianças com cancro»**, a fim de garantir que as crianças têm acesso rápido e nas melhores condições à deteção, ao diagnóstico, ao tratamento e aos cuidados de saúde.

Por último, a fim de identificar tendências, disparidades e desigualdades entre Estados-Membros e regiões, será criado, em 2021, um **registo das desigualdades no domínio do cancro**.



## QUALIDADE DE VIDA

A melhoria da qualidade de vida dos doentes e sobreviventes do cancro, nomeadamente no que respeita à readaptação, à potencial recorrência de tumores, às doenças metastáticas e às medidas de apoio à integração social e à reintegração no local de trabalho.

Será lançada a iniciativa «Uma melhor vida para os doentes com cancro», centrada nos cuidados de acompanhamento.



Mais informações sobre o Plano Europeu Contra o Cancro:

[https://ec.europa.eu/info/law/better-regulation/have-your-say/initiatives/12154-Plano-europeu-de-luta-contr-o-cancro\\_pt](https://ec.europa.eu/info/law/better-regulation/have-your-say/initiatives/12154-Plano-europeu-de-luta-contr-o-cancro_pt)

## + Setembro mês de sensibilização sobre as doenças malignas do sangue

O mês de setembro é dedicado à consciencialização para as doenças malignas do sangue (hemato-oncológicas), e por essa razão, assinala-se no dia 15 de setembro o Dia Mundial do Linfoma e no dia 22 de setembro o Dia Mundial da Leucemia Mielóide Crónica.

Assim, a APLL irá desenvolver várias atividades no interesse de todos, nomeadamente uma caminhada no dia 18 de setembro e um webinar sobre este tema, no dia 22 de setembro, via ZOOM às 18:30h.

Junte-se a nós, participe!



No dia 18, vamos continuar a assinalar os 20 anos da APLL, apelando a todos, doentes, familiares e amigos que promovam pequenos passeios/caminhadas no Porto (em local a designar) ou na área da sua residência.

No Porto, ou em qualquer outro ponto do país, importante é que se junte a esta iniciativa. Envie-nos fotos e vídeos, que posteriormente publicaremos no site da APLL.

Reserve a data!

Participe!

Faça a sua t-shirt para o evento!

Ser-lhe-á atribuído um certificado de participação.

**Nota:** Esta atividade está condicionada, pela evolução da pandemia e respetivas autorizações das Autoridades de Saúde.

**APLL**  
Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas

**Sede**  
Estrada Interior da Circunvalação, 6657  
4200-177, Porto  
Portugal

**Contactos**  
T: +351 225 488 000  
M: +351 914 349 313

**Apoios a esta edição:**



[www.apll.org](http://www.apll.org)  
[geral@apll.org](mailto:geral@apll.org)  
[facebook.com/apllassociacao/](https://facebook.com/apllassociacao/)