# 2.ª Caminhada de Sensibilização para o Mieloma Múltiplo

17 Março, 2026

A Associação Portuguesa Contra a Leucemia (APCL), com o apoio da Sanofi e da Câmara Municipal de Cascais, assinala o Mês de Sensibilização para o Mieloma Múltiplo com a realização da 2.ª Caminhada pelo Mieloma Múltiplo.

O evento decorre no próximo sábado, 28 de março, a partir das 09h00, ao longo da linha beira-mar do Paredão de Cascais.

**Inscrições gratuitas até 27 de março através de** formulário online

Mais do que uma caminhada, esta segunda edição consolida um verdadeiro movimento de união pelo Mieloma Múltiplo, que reúne doentes, famílias, cuidadores e profissionais de saúde numa comunidade crescente e ativa. O evento tem como objetivo aumentar a literacia em saúde, promover a solidariedade e incentivar um estilo de vida saudável, através da prática de atividade física.

O Mieloma Múltiplo é uma forma de cancro que atinge as células plasmáticas na medula óssea. Esta doença caracteriza-se por sintomas como fadiga extrema, dores ou fraturas ósseas, infeções frequentes e limitações físicas, que afetam significativamente a qualidade de vida dos doentes. No entanto, o exercício físico revela um impacto positivo no bem-estar geral dos doentes, promovendo o fortalecimento muscular e a sua saúde óssea.

A APCL, a Sanofi e a Câmara Municipal de Cascais, convidam todos a juntarem-se a esta crescente comunidade e a participarem nesta importante iniciativa, com o objetivo de aumentar a consciencialização e o apoio aos doentes com Mieloma Múltiplo.

A inscrição no evento pode ser feita, de forma gratuita, através do preenchimento do **formulário online**. Todos os participantes inscritos irão receber um kit exclusivo a levantar no dia do evento.