# Iniciativa “Protege a saúde das mulheres que amas”

9 Março, 2021

Sociedade Portuguesa de Cardiologia alerta para doenças cardiovasculares como principal causa de morte das mulheres em Portugal.

Dia Internacional da Mulher: Várias iniciativas desenvolvidas pela Sociedade Portuguesa de Cardiologia durante o mês de março, de forma a consciencializar as portuguesas para a prevenção, diagnóstico atempado e principais desafios em tempo de pandemia.

As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte das portuguesas e que, em conjunto com o AVC, matam 1 em cada 3 mulheres*, sendo que 80% destas mortes podem ser prevenidas com a alteração do estilo de vida. Tendo por base estes dados, **a Sociedade Portuguesa de Cardiologia (SPC) desenvolve ao longo do mês de março várias iniciativas com o objetivo de consciencializar e educar as mulheres para o cuidado com a sua saúde**, no âmbito do Dia Internacional da Mulher, que se assinala hoje.

**A doença coronária é a principal causa de morte na mulher das sociedades ocidentais, ultrapassando o cancro da mama, cancro uterino e a mortalidade periparto** e, de salientar também que as **doenças cardíacas matam mais mulheres que homens e são mais fatais que todas as causas de cancro combinadas***. Face a esta realidade, a SPC lança a campanha de sensibilização e *awareness* **“Bem Me Quero[1]”** sobre as doenças cardiovasculares na mulher, de forma a construir uma plataforma de conhecimento entre o público feminino que está menos desperto para esta doença e que, num momento de confinamento, tende a ficar para segundo plano.

Cristina Gavina, Vice-Presidente da SPC, afirma ainda que estas doenças podem ser evitadas: **“80 por cento destas mortes podem ser prevenidas com alterações nos estilos de vida e educação***, além de se considerar que a doença coronária na mulher está subdiagnosticada e há um reconhecido subtratamento”.

Com o objetivo de diminuir a carga da doença cardiovascular nas mulheres portuguesas, promover o conhecimento sobre os verdadeiros sintomas e fazer com que as mulheres cuidem da sua saúde, a SPC desenvolve ainda, ao longo do mês de março, lives no Facebook sob o mote **“Protege a saúde das mulheres que amas[2]”** em conjunto com a marca farmacêutica Vichy, em que os espetadores terão a possibilidade de ver respondidas as suas dúvidas sobre a área da cardiologia, no dia 11 de março às 21 horas.

Estes lives têm como objetivo alertar as mulheres para alguns dados importantes sobre o tema, bem como sinalizar possíveis causas, alertas e consequências a que devem estar atentas. Para além disso, os espetadores terão oportunidade de colocar perguntas em antecipação na página de Facebook da Vichy Portugal e durante os lives que gostariam de ver respondidas.

**[1]Iniciativa “Bem Me Quero”:**

Programa do fórum no dia 8 de março de 2021 aqui.

**[2]Iniciativa “Protege a saúde das mulheres que amas”:**

Iniciativa de lives em Facebook com a Vichy Portugal.

11 de março às 21 horas | **Cardiologia** | Presença de Dra. Regina Ribeiras, Vice-Presidente da Sociedade Portuguesa de Cardiologia

18 de março às 21 horas | **Nutrição** | Presença de Dra. Conceição Calhau – Presidente Conselho Jurisdicional Ordem dos Nutricionistas & Professora Associada Nova Medical School

25 de março às 21 horas | **Dermatologia** | Presença de Dra. Leonor Girão – Dermatologista na Clínica de Dermatologia do Areeiro