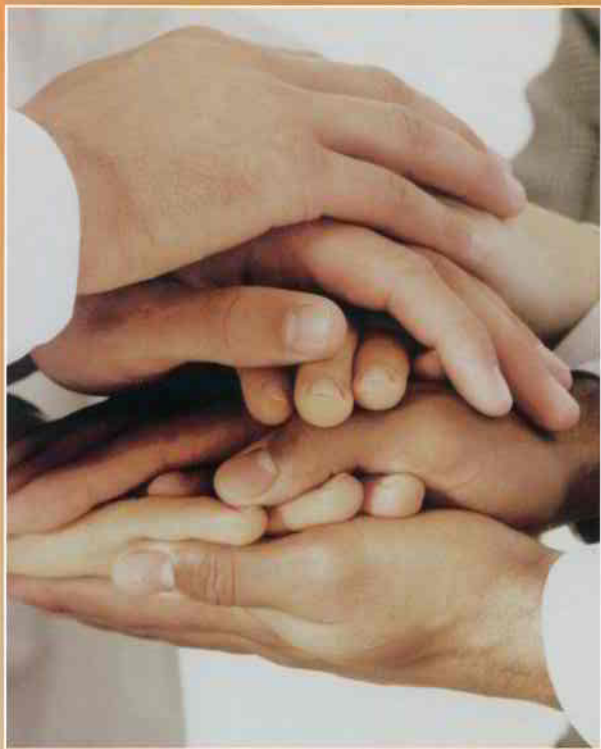


# Apoio Psicológico na Hemofilia e outros distúrbios hemorrágicos



*O bem-estar psicológico  
interfere significativamente  
na sua qualidade de vida.*

*Faça dele uma prioridade!*

## **A QUEM NOS DIRIGIMOS?**

- a pessoas com Hemofilia ou outros distúrbios hemorrágicos;
- a portadoras;
- aos pais e familiares;
- aos profissionais de saúde.



## **PORQUÊ O ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO?**

- A interiorização do diagnóstico de uma doença crónica pode desencadear diversos sentimentos como o choque, a rejeição, a negação, o medo e a revolta, sendo por isso importante a intervenção do psicólogo, que presta um apoio emocional, tão necessário.
- É importante uma adequação plena a nível psicossocial de forma a garantir uma melhor qualidade de vida e uma maior autonomia, no sentido da aceitação do diagnóstico.
- O tratamento disponibilizado é eficaz no controlo dos sintomas físicos, no entanto não é suficiente para controlar todos os factores intervenientes neste processo.
- A ausência de um suporte social e emocional origina dificuldades no desenvolvimento de competências necessárias no dia-a-dia, criando um desajustamento na vida da pessoa com implicações na sua capacidade de resistência e na sua forma de lidar com as emoções e preocupações.

## **O QUE É O GABINETE DE APOIO PSICOLÓGICO?**

É um serviço disponibilizado pela Associação Portuguesa dos Hemofílicos que tem como objectivo assegurar o ajustamento psicossocial da pessoa, de forma preventiva ou curativa. A intervenção psicológica é essencial para o desenvolvimento e interpretação de informação por vezes dolorosa. O psicólogo pode ajudar na normalização do quotidiano promovendo um equilíbrio entre os factores internos que dificultam o ajustamento e os que proporcionam uma maior adaptação.

## **O QUE PODE ESPERAR DO GABINETE DE APOIO PSICOLÓGICO?**

A intervenção psicológica prestada por este gabinete assenta nos seguintes objectivos:

- fomentar a resistência pessoal através da promoção da autonomia, do autocuidado e da confiança, das capacidades pessoais e do desenvolvimento da auto-estima;
- aumentar a resistência à adversidade;
- promover a protecção familiar desenvolvendo um ambiente estável e previsível no qual se preste apoio emocional à pessoa;
- facilitar a flexibilidade relativamente à mudança e manutenção de objectivos, de forma a aumentar a tolerância aos limites;
- melhorar a protecção do ambiente escolar e social por intermédio de uma boa integração.

## **ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS PELO GABINETE DE APOIO PSICOLÓGICO**

- Acompanhamento individual;
- Grupos de apoio a crianças, adolescentes, adultos, pais/familiares, portadoras;
- Acções de formação/Acções de sensibilização em estabelecimentos de ensino e instituições de saúde ou outras que o solicitem;
- Realizações de Workshops.

Se não recebe qualquer correspondência da APH e quiser saber mais acerca das actividades que o GAP disponibiliza, este é um meio fácil de o fazer.

Ficamos à sua espera!  
Só assim poderemos ir ao seu encontro.

Destaque ou copie este talão e envie-o num envelope para:

**Gabinete de Apoio Psicológico – APH**

Av. João Paulo II, Lote 530, Loja A

1950-158 Lisboa

Nome: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Data de nasc.: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_

Tem alguma das seguintes coagulopatias?

Qual?

Hemofilia:      A       B

Von Willebrand:    1       2       3

Outros distúrbios hemorrágicos: \_\_\_\_\_

É portadora?    Sim     Não

É familiar de alguém com algum destes distúrbios?

Sim     Não

Que familiar? \_\_\_\_\_

Qual o distúrbio? \_\_\_\_\_

# Apoio Psicológico na Hemofilia e outros distúrbios hemorrágicos



*O bem-estar psicológico  
interfere significativamente  
na sua qualidade de vida.*

*Faça dele uma prioridade!*

# GABINETE DE APOIO PSICOLÓGICO

**Associação Portuguesa dos Hemofílicos**

---

**Onde estamos...**

Av. João Paulo II, lote 530, Loja A  
1950-158 Lisboa

**Metro:** Chelas

**Autocarros:** 49, 755 e 759

**Contacte-nos...**

**Telf.:** + (351) 218 598 491

**Fax:** + (351) 218 371 065

**E-mail:** gabinete.psicologia@aphemofilicos.org.pt

**Website:** www.aphemofilicos.org.pt

---

*A pensar na melhoria  
da sua qualidade de vida*

