

Vive com Hipercolesterolemia Familiar (FH)?

Junte-se a uma comunidade acolhedora que ajuda a melhorar os cuidados na FH!

Do que se trata?

Pessoas que vivem com FH e as suas famílias estão a reunir-se para partilhar experiências da vida real, de forma a tomar os cuidados melhores, mais precoces e mais acessíveis. Em colaboração com a FH Europe Foundation, a rede europeia de doentes com FH, estamos a desenvolver o projeto FH-EARLY para compreender o que é mais importante para si.

Quem pode participar?

- Adultos que vivem com FH ou que apoiam alguém com FH (pais, parceiros, cuidadores).
- Pode participar online a partir de qualquer lugar (se não tem a certeza de que tem FH, mas lhe foi dito que tem colesterol muito elevado ou histórico familiar, também é bem-vindo/a).

Sobre o que iremos falar?

- Como é viver com FH
- Desafios do dia a dia e o que ajuda na sua rotina
- O tipo de apoio que recebe de amigos/familiares e o apoio que falta
- A sua opinião sobre novas ferramentas que estamos a testar no projeto:
 - um teste genético mais rápido e de menor custo para FH,
 - um novo exame de sangue para avaliar o risco cardíaco individual, e
 - uma aplicação útil (assistente digital) que responde a perguntas e acompanha os cuidados relacionados com a FH.

A sua voz é importante - juntos podemos melhorar o futuro dos cuidados para pessoas que vivem com FH

O que terá de fazer? Escolha como pretende participar:

Chat de grupo online (60-90 min.):
conversar com outras pessoas
sobre a vida diária com FH



<https://forms.gle/PB1G7E6TL3Inx7UJ7>

Inquérito online (~20 min.):
partilhar a sua opinião ao
seu ritmo



<https://forms.gle/HcfAXNPBARiVXuoee9>

Tem dúvidas adicionais? Por favor, contacte:
Magda (anthousi@fheurope.org) / Cristina (cristina.gb@ino-med.ro)

Apoio adicional

Viver com FH pode, por vezes, ser desafiante não só do ponto de vista médico, mas também emocional. Durante o projeto, iremos também partilhar informações sobre recursos de apoio disponíveis, incluindo opções de apoio psicológico.

Para mais informações sobre apoio psicológico e psicossocial em Portugal, contacte Sofia Vaz Pinto (sofiaguedesvp@gmail.com), ou Elsie Evans, FH Europe Foundation (elsie@fheurope.org)