



PORTUGAL NEWS

BETTER NEWS

MAIO 26,
CIÊNCIA / 2015

ASSOCIAÇÃO RESPIRA DESAFIA POPULAÇÃO A SUBIR ESCADÓRIO DO SANTUÁRIO DO BOM JESUS

A Associação Respira está a convidar a população a subir o escadório do Bom Jesus com uma mola nasal e respirando por uma palhinha, uma iniciativa que visa alertar para as consequências do consumo de tabaco.

A acção vai realizar-se no Dia Mundial Sem Tabaco, dia 31 de Maio, e pretende mostrar como se sente uma pessoa com DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica) – cerca de 80% dos casos de DPOC são consequência do tabagismo.

“Convidamos todos os visitantes e turistas do Santuário Bom Jesus a subir as escadas com uma mola nasal colocada, respirando por uma palhinha, para que percebam as limitações de uma pessoa que sofre desta doença. Ao experienciarem as dificuldades, acreditamos que as pessoas vão refletir e mudar o seu comportamento face ao tabaco”, explica a direcção da Respira em comunicado.

De acordo com a associação, a palhinha representa a bronco constrição que caracteriza a DPOC. “[Vai sentir] seu peito mais apertado e terá alguma dificuldade em voltar a enchê-lo. [Agora] imagine respirar assim todo o dia, todos os dias”, alerta a Repira.

Segundo, Carlos Robalo Cordeiro, Presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia, estudos indicam que a DPOC afecta cerca de 14% da população portuguesa com mais de 40 anos.

As pessoas com DPOC têm muita dificuldade ou podem não conseguir desempenhar tarefas diárias banais, como fazer a higiene diária, realizar tarefas domésticas, subir

tarefas diárias diárias, como fazer a higiene diária, realizar tarefas domésticas, subir escadas ou conduzir. Na Europa, a DPCO afecta 44 milhões de pessoas na Europa e estima-se que seja a terceira causa de morte em 2030.

A acção de sensibilização decorre conta com o apoio da Confraria do Bom Jesus, da Junta de Freguesia de S. Victor, do Grupo Jovem Coop, das Farmácias Holon, da Trepel – Equipamentos Médicos e das Águas do Fastio.

COMO FUNCIONA O TESTE À POPULAÇÃO?

- 1.Pegue numa palhinha
- 2.Faça uma inspiração profunda. Aperte o nariz e tape-o com a mola nasal.
- 3.Inspire e expire lentamente, através da palhinha.

Foto: *Turismo En Portugal* / *Creative Commons*

Ler mais: [Associação Respira desafia população a subir escadório do Santuário do Bom Jesus](#)