

férias activas

Convívio e aventura são os trunfos para os jovens com doença inflamatória do intestino

EM PORTUGAL, CERCA DE 15 MIL PESSOAS sofrem de doença inflamatória do intestino (DII), uma designação que abrange vários distúrbios crónicos que envolvem o aparelho digestivo, sendo os principais a doença de Crohn e a colite ulcerosa. Embora possam surgir em qualquer idade, o «grande pico acontece na faixa dos 20 a 25 anos», diz Ana Sampaio, presidente da Associação Portuguesa de Doença Inflamatória do Intestino (APDI). «Muitas vezes estes jovens isolam-se porque nem sempre querem dizer que têm a doença e porque os pais os tratam como crianças», afirma. Para lhes mostrar uma forma mais positiva de viverem com a doença, as associações da área propõem experiências de intercâmbio.

QUEBRAR BARREIRAS

«Foi surpreendente ver a quantidade de jovens de diferentes países com a mesma doença que eu». As palavras são de Sofia Moura, de 19 anos, que participou no primeiro acampamento europeu de jovens com DII e cujo testemunho foi incluído num Boletim Informativo da APDI, juntamente com o dos outros dois portugueses participantes.

A experiência teve lugar em Agosto do ano passado em Apeldoorn, na Holanda, e terá continuidade este ano em Voorthuizen, no mesmo país. A aposta nos campos de férias para adultos, adolescentes e crianças com DII toma forma num projecto chamado «Esc», promovido pelo EYG, o grupo de trabalho «de jovens e para jovens» da *European Federation of Crohn's and Ulcerative Colitis Associations*, que apoia as associações nacionais de DDI na promoção dos seus próprios campos de férias.

ACEITAR O REPTO

Nos dias 2 e 3 de Julho terá lugar, em Montargil, o primeiro encontro do género em Portugal, dirigido a portadores de DII com idades entre 18 e 25 anos, que se podem fazer acompanhar por familiares e/ou amigos, portadores ou não da doença. O objectivo «não é dizer-lhes mais uma vez o que têm que fazer, mas transmitir a mensagem “faz o que o jovem que tens ao teu lado também faz”», diz Ana Sampaio, presidente da associação promotora. O programa inclui actividades para «falar da problemática da doença e trocar experiências», mas também «workshops de culinária para desmitificar a ideia de que só podem comer alguns alimentos» e actividades radicais, «para conviverem e não pensarem “não posso exigir isso do meu corpo”».

Com prognóstico imprevisível e sintomas desagradáveis, a doença inflamatória do intestino afecta a qualidade de vida. «Nos momentos de crise, os jovens podem ter alguma dificuldade em gerir o dia-a-dia e ter que se ausentar da escola. No entanto, seguindo as indicações médicas, podem levar uma vida igual à de qualquer outro jovem», afirma a responsável *

RAIO-X

AS DUAS PRINCIPAIS DOENÇAS INFLAMATÓRIAS DO INTESTINO

DOENÇA DE CROHN

Pode afectar qualquer parte do tubo digestivo, sobretudo o intestino delgado. Evolui por períodos de agravamento e remissão.

COLITE ULCEROSA

Afecta a camada interna que reveste o intestino grosso (cólon), esta fica inflamada e apresenta feridas na superfície (úlceras) que podem sangrar. Agudiza de tempos a tempos.

FONTE: ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE DOENÇA INFLAMATÓRIA DO INTESTINO (APDI)

DICA

Para saber mais e participar nesta ou noutras iniciativas da APDI clique em www.apdi.org.pt