



Recomendação

Sensibilização, Informação e Atuação Rápida em Situações de AVC

Exposição de Motivos

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é uma das principais causas de morte e incapacidade em Portugal, afetando milhares de pessoas todos os anos. Em muitos casos, as sequelas graves ou fatais resultam não da falta de meios médicos, mas do atraso no reconhecimento dos sintomas e na chamada imediata dos serviços de emergência.

É hoje consensual, do ponto de vista médico e científico, que o tempo é o fator mais determinante no prognóstico de um AVC. Minutos podem significar a diferença entre a recuperação total, uma incapacidade permanente ou a morte. Apesar disso, uma parte significativa da população ainda não reconhece os sinais de alerta nem sabe como agir corretamente perante uma suspeita de AVC.

A Junta de Freguesia, enquanto entidade de proximidade, tem um papel fundamental na educação cívica, prevenção e proteção da população, sobretudo dos mais idosos, que são o grupo de maior risco, mas também salienta que o AVC em idades jovens tem vindo a aumentar.

Fundamentação

Os sinais clássicos de AVC são simples de identificar e podem ser divulgados de forma clara através da regra FAST:

- F – Face: desvio da boca ou assimetria facial
- A – Arms: dificuldade em levantar um braço
- S – Speech: dificuldade em falar ou discurso confuso
- T – Time: ligar imediatamente 112

A difusão sistemática desta informação salva vidas e reduz drasticamente os custos humanos, sociais e económicos associados ao AVC.

Assim, a Assembleia de Freguesia recomenda que a Junta de Freguesia:

1. Promova campanhas de sensibilização sobre o AVC, explicando de forma simples:
 - Os principais sinais de alerta

- A importância da atuação imediata
- A obrigatoriedade de ligar 112 sem hesitação

2. Disponibilize materiais informativos visíveis e permanentes, nomeadamente:

- Cartazes informativos em edifícios públicos da freguesia
- Juntas, coletividades, associações, centros de dia, lares, mercados e espaços de grande afluência
- Informação resumida em locais de espera (ex.: balcões de atendimento)

3. Realize ações de esclarecimento presenciais, em articulação com:

- Bombeiros; Proteção Civil; Centros de Saúde ou profissionais de saúde; Associações locais e seniores

4. Inclua a temática do AVC em ações educativas regulares, especialmente dirigidas a:

- População idosa; Cuidadores informais; Comerciantes e funcionários de atendimento ao público

5. Utilize os canais de comunicação da Junta, como:

- Redes sociais; Site institucional; Boletins informativos para divulgar informação clara e repetida sobre como agir perante um AVC.

Conclusão

Informar salva vidas. Uma população esclarecida reage mais rápido, pede ajuda mais cedo e reduz significativamente as consequências de um AVC. Esta é uma medida de baixo custo, alto impacto social e plenamente alinhada com as responsabilidades de proximidade da Junta de Freguesia.

Nestes termos, a Assembleia de Freguesia recomenda a aprovação e implementação das medidas acima descritas, em benefício da saúde, segurança e bem-estar dos fregueses.

Lisboa, 13 de Abril 2026

O Eleito da Junta de Freguesia de Santa Maria Maior,

Rui Filipe Ramos Ferreira