

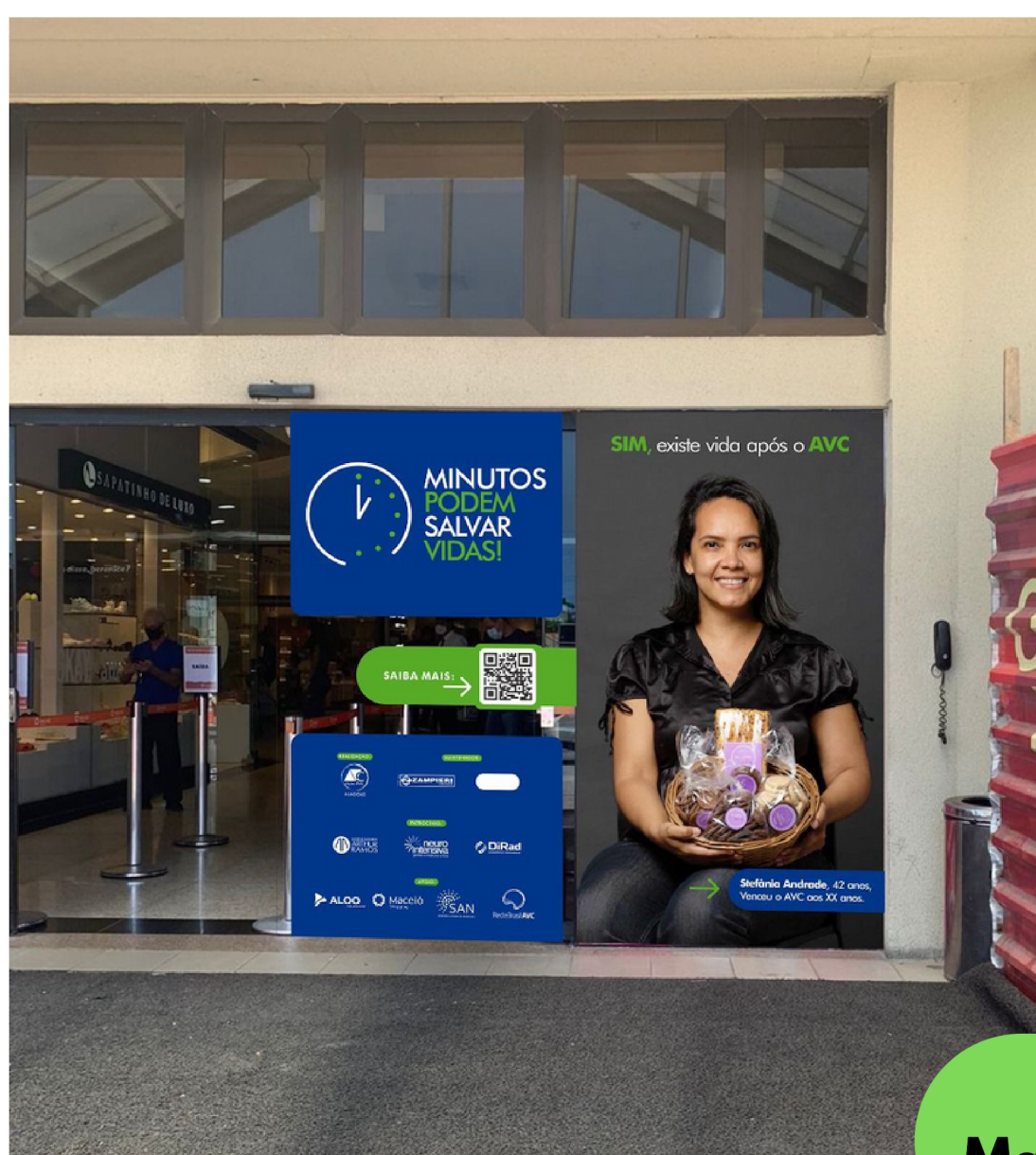


I Exposição Histórias que Inspiram



A AÇÃO AVC realizou em Outubro de 2021, como parte da XII CAMPANHA AÇÃO AVC, alusiva ao Dia Mundial do AVC - uma exposição volante, que leva, além de informações de prevenção e do pós AVC, o trabalho de jovens que venceram o AVC, participantes do grupo de apoio e são grandes exemplos de inspiração.





Portas do Maceió Shopping

MINUTOS PODEM SALVAR VIDAS!

29 de Outubro
DIA MUNDIAL DO AVC

SAIBA MAIS: →

REALIZAÇÃO:

MANTENEDOR:

PALESTRANTE:

APÓIO:

A Associação Ação AVC
convida você para a
I Exposição **Histórias que inspiram**

Nos dias
27 à 29
Outubro

SORRIA

ABRACE

MÚSICA

URGENTE

→ **Stefânia Andrade,**
Venceu o AVC aos 19 anos.

SIM, existe vida após o AVC



MINUTOS **PODEM** SALVAR VIDAS!



↓ Aprenda os Sinais do AVC e ganhe #TempoPrecioso

Se apresentar algum desses sinais, pode ser um AVC.
Na dúvida faça o teste.



SORRIA

Peça para dar um sorriso,
veja se a boca fica torta



ABRACE

Peça para elevar os braços,
veja se um braço está fraco



MÚSICA

Peça que cante uma música,
veja se tem dificuldade na fala



URGENTE

Ligue para SAMU 192 ou
procure imediatamente um
Hospital de referência em AVC

REALIZAÇÃO:



MANTENEDOR:



PATROCÍNIO:



APOIO:



Porta Mesa

29 de Outubro
DIA MUNDIAL DO AVC



Associação Ação AVC
Apresenta:

**I Exposição Histórias
que Inspiram**



Jovens que venceram o AVC, reescreveram suas vidas e hoje tomaram-se inspiração para muitos pacientes e familiares que atravessam a luta da reabilitação pós AVC.

**Conheçam a história de superação e
os trabalhos criados e produzidos por:**



Guilherme Sylos



Simone Rezende



Renan Alves



Stefânia Andrade

REALIZAÇÃO



PARTECIPANDO



PARCEIROS



APÓIO





QUEM SOMOS

SAIBA MAIS →



A AÇÃO AVC foi fundada em 2010 em Maceió, com propósito de compartilhar conhecimento e inspirar pessoas a superarem as limitações muitas vezes impostas pelo AVC.

NOSSOS PROJETOS

- Campanha Mundial do AVC, anualmente desde sua fundação.
- Palestras de prevenção nas empresas para os colaboradores;
- Grupo de Apoio a pacientes e familiares – Presencial e online
- Rodas Amigas - projeto de recebimento e doação de cadeira de rodas;
- SIMPÓSIO ALAGOANO DE AVC - Evento voltado a profissionais da saúde;
- SEMANA AÇÃO AVC - Evento voltado a pacientes, familiares e cuidadores.

Saiba mais sobre o AVC | Da Prevenção à Reabilitação.

www.acaoavc.org.br



Sede: Rua João Camerino . 200D . Pajuçara . Maceió/AL



(82) 98839-6000



www.acaoavc.org.br



/acaoavc



@acaoavc



t.me/acaoavcoficial



/AçãoAVC

REALIZAÇÃO



MANTENEDOR



PATROCÍNIO



APOIO





Histórias que inspiram

Guilherme Syllós, 38 anos.

@guilherme.syllós

Teve um AVC Hemorrágico em 2004, aos 24 anos. Retornou para casa sem capacidade de andar, ler, escrever e com afasia (dificuldade com a fala).

Mas, desistir não foi uma opção. Fez faculdade de Design e atualmente é designer gráfico e fotógrafo.

Logo após o AVC, ele mal conseguia desenhar um círculo. Hoje, no entanto, seu trabalho com mandalas é referência. Foi o inspirador e co-fundador da AÇÃO AVC, com o intuito de ajudar pessoas que também convivem com o AVC. PARTICIPA DO GRUPO DE APOIO AÇÃO AVC.

SAIBA MAIS:



SAIBA MAIS:



REALIZAÇÃO



MANTENEDOR



Artigo 17 da Lei 13.005/2014

ZAMPIERI

PATROCÍNIO



ALAGÓIS

Artigo 17 da Lei 13.005/2014



ARTHEUR RAMOS



DiRad



neuro intensiva

APOIO



ALOO



Maceió



RedeBrasil AVC



SAN



**Simone Ferreira Santiago
Rezende, 38 anos.**

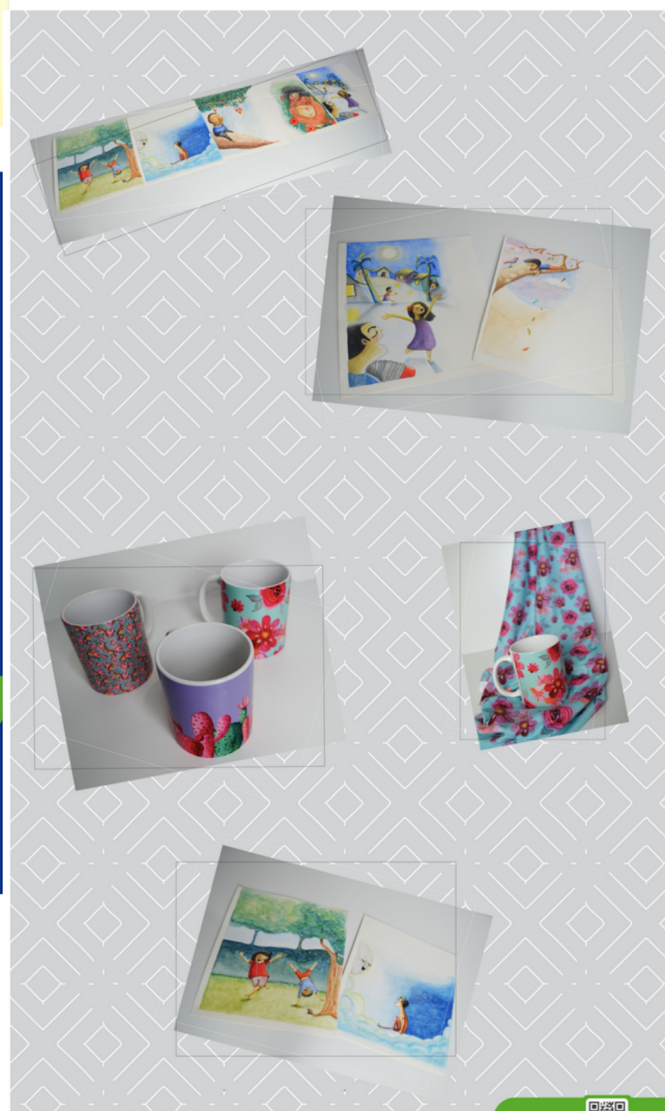
@irmaos.santiago_

Em junho de 2020, aos 37 anos, teve uma trombose venosa cerebral, que evoluiu para hemorragia. Professora, da rede estadual, mora em Londrina – PR, mãe de uma menina de 6 anos, não tinha uma alimentação saudável e era sedentária.

Os médicos afirmaram ser uma espécie rara de AVC. Apesar da gravidade, não teve sequelas motoras, mas convive com algumas sequelas neurológicas, como troca de palavras.

Atualmente faz aquarelas, estamparias e é ilustradora de livros infantis.
PARTICIPA DO GRUPO DE APOIO AÇÃO AVC.

SAIBA MAIS:



SAIBA MAIS:





Histórias que **inspiram** ←

Renan Alves, 29 anos.

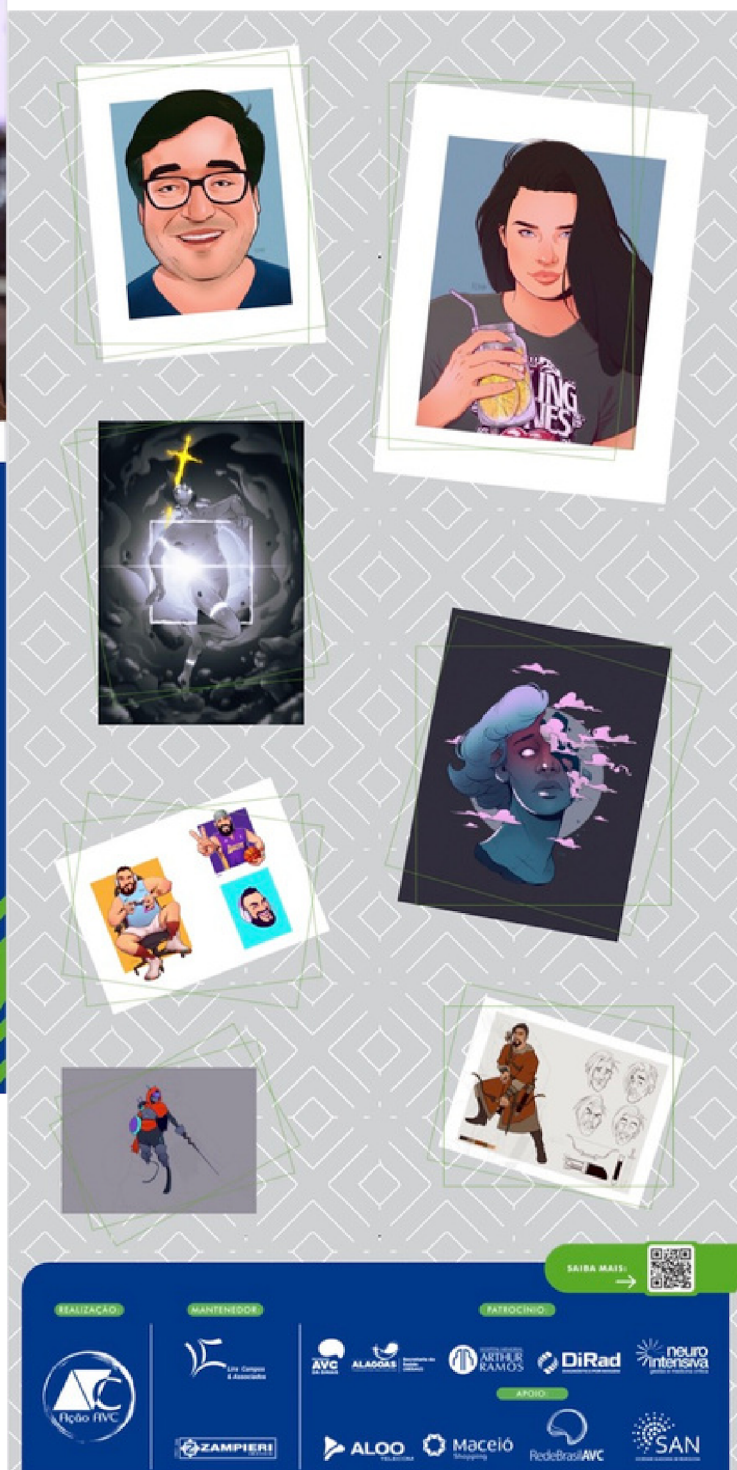
@o_renaan

É ilustrador, mora na cidade de Rio do Sul, em Santa Catarina. Em maio de 2019, teve um AVC Hemorrágico, causado por uma doença congênita, MAV (malformação arteriovenosa).

Por trabalhar com desenhos e ilustrações, perceber que não tinha mais precisão para fazer uma linha, por exemplo, foi muito frustrante.

O apoio da família, parentes e amigos, foi fundamental para a reabilitação, e hoje adaptou-se, fazendo desenhos digitais com a mão esquerda. PARTICIPA DO GRUPO DE APOIO AÇÃO AVC.

SAIBA MAIS:



SAIBA MAIS:



REALIZAÇÃO:



MANTENEDOR:



PATROCÍNIO:



Histórias que **inspiram** ←

Stefânia Valeska Viana de Andrade, 42 anos.

@menu100gluten

Foi vítima de um AVC isquêmico em 1999, muito jovem, aos 19 anos. Fez faculdade de Serviço Social, casou-se, teve dois filhos e trabalhou como gerente de loja até 2019.

Em 2020 descobriu que é celiaca (intolerância ao glúten) e enxergou uma oportunidade de empreender. Há mais de um ano vende produtos sem glúten e sem lactose. Tem hemiparesia como sequela do AVC, o que limita os movimentos do lado esquerdo do corpo.

Como lição da doença e em nome da sua saúde, não deixa que nada a abale, pois para tudo há uma solução. PARTICIPA DO GRUPO DE APOIO AÇÃO AVC.

SAIBA MAIS:



SAIBA MAIS:



REALIZAÇÃO



MANTENEDOR



ZAMPIERI

PATROCÍNIO



ALOO

Maceió

RedeBrasilAVC

SAN

MINUTOS **PODEM** SALVAR VIDAS!

↓ Aprenda os Sinais do AVC e ganhe #TempoPrecioso

Qualquer alteração súbita de uma função neurológica pode ser um AVC.
Na dúvida, faça o teste:



SORRIA

Peça para dar um sorriso, veja se a boca fica torta



ABRACE

Peça para elevar os braços, veja se um braço está fraco



MÚSICA

Peça que cante uma música, veja se tem dificuldade na fala



URGENTE

Ligue para SAMU 192 ou procure imediatamente um Hospital de referência em AVC

Minutos podem salvar a mobilidade



REALIZAÇÃO



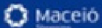
MANTENEDORES



PATROCÍNIO



APOIO



MINUTOS **PODEM** SALVAR VIDAS!

Existe a possibilidade de tratamento se os sintomas forem reconhecidos rapidamente

O AVC é a segunda causa de morte no mundo e a principal causa de incapacidade



16

milhões de pessoas por ano sofrem um AVC

1 em cada 4 pessoas sofrerá um AVC durante a vida



O **AVC** pode ocorrer em qualquer idade e qualquer momento

Saiba mais acessando o site www.acaoavc.org.br



REALIZAÇÃO



MANTENEDORES



PATROCÍNIO



APOIO





Associação Ação AVC

Explica:



SAIBA MAIS: →



O AVC (Acidente Vascular Cerebral) é uma alteração súbita do fluxo sanguíneo cerebral, ocorrendo comprometimento de circulação de sangue em alguma região.

Saiba mais sobre as diferenças de um **AVC ISQUÊMICO** e um **AVC HEMORRÁGICO**

- **AVC ISQUÊMICO** - Ocorre quando há obstrução de uma artéria responsável por levar sangue ao cérebro. Sem nutrientes e oxigênio, parte do cérebro pode morrer.
- **O AVC HEMORRÁGICO** - Ocorre pela interrupção no fluxo sanguíneo, mas pelo vazamento de sangue para fora das artérias, contempla cerca dos 15% dos casos.

REALIZAÇÃO



MANTENEDOR



PATROCÍNIO



PARCEIRO



MINUTOS **PODEM** **SALVAR VIDAS!**



Como **PREVENIR** O AVC?

Conheça os 10 fatores de risco que podem evitar 90% dos casos de AVC

- ⚠ **1. HIPERTENSÃO ARTERIAL** - controle a pressão alta - com mudança de hábitos, estilo de vida ou medicação.
- ⚠ **2. SEDENTARISMO** - fazer exercícios FÍSICOS moderados - 5 vezes por semana.
- ⚠ **3. DIETA INADEQUADA** - Tenha uma dieta saudável e balanceada evitando alimentos processados.
- ⚠ **4. COLESTEROL ALTERADO** - reduza o colesterol com dieta adequada, atividades físicas ou adesão à medicação.
- ⚠ **5. OBESIDADE** - Mantenha o peso em nível saudável.
- ⚠ **6. TABAGISMO** - Pare de fumar e evite o fumo passivo.
- ⚠ **7. BEBIDAS ALCÓOLICAS** - reduza a ingestão de bebidas alcoólicas.
- ⚠ **8. FIBRILAÇÃO ATRIAL** - é uma doença cardíaca, identifique e realize tratamento médico.
- ⚠ **9. DIABETES** - Se você tem diabetes, converse com seu médico sobre como reduzir as chances de AVC.
- ⚠ **10. ESTRESSE** - Administre o estresse, depressão e ansiedade.



Dicas AÇÃO AVC:

Sabia que a mandala pode ser usada como terapia complementar? Mandalas para colorir:



Quer fazer meditação?

Assista o vídeo dos 10 fatores de risco que podem REDUZIR EM 90% sua chance de ter um AVC:



Quer conhecer a história da Ação AVC e nossos projetos?

Você sabe como reconhecer os sinais do AVC? Em 1 minuto vc fica sabendo:



VOCÊ CONHECE O APLICATIVO QUE MOSTRA SEU RISCO DE TER UM AVC?
O RISCÔMETRO lhe ajuda

Participe do workshop especial para quem sofreu AVC e familiares ONLINE E GRATUITO



Saiba mais acessando
o site www.acaoavc.org.br →



SIM, existe vida após o AVC

O AVC pode acontecer com qualquer pessoa, em qualquer lugar e em qualquer idade - bebês, crianças, adolescentes e idosos. As sequelas e os tipos de tratamentos necessários após o AVC variam muito, dependendo do local e intensidade afetados.

A resiliência e determinação são importantes para quem está vencendo o AVC dia a dia e reconstruindo sua vida, abrindo caminhos para novas possibilidades em sua jornada de recuperação.

A I Exposição Histórias que Inspiram – AÇÃO AVC, trás exemplos de pessoas que ajustaram suas vidas após o AVC, encontraram seu “novo normal”, desenvolveram novas aptidões e dão o testemunho vivo de que SIM, EXISTE VIDA APÓS O AVC.

INSCRIÇÃO GRUPO DE APOIO →





Confira a I Exposição
Histórias que Inspiram
no link do vídeo

Conteúdos do site www.acaoavc.org.br

PACIENTES E FAMILIARES

- O AVC
- Prevenção do AVC
- Eu tive um AVC e agora?
- Vida após o AVC
- Terapias complementares pós AVC
- Cuidadores e familiares
- Historias que Inspiram

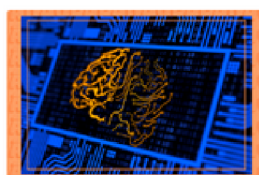
PACIENTES E FAMILIARES



03/09/2021
EXERCÍCIOS DIÁRIOS APÓS O AVC



07/08/2021
ADAPTAÇÃO DA CASA APÓS O AVC



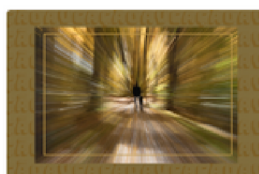
27/07/2021
NEUROPLASTICIDADE



08/06/2021
TOXINA BOTULÍNICA NO TRATAMENTO DO AVC



06/05/2021
FATORES COGNITIVOS E EMOCIONAIS APÓS O AVC



06/05/2021
EPILEPSIA APÓS O AVC



04/05/2021
SEXUALIDADE APÓS O AVC



29/04/2021
AVC EM MULHERES



28/04/2021
AVC E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

