



# 13 DE OUTUBRO DIA MUNDIAL DE CUIDADOS PALIATIVOS

#BecauseIMatter #PorqueEuImporto #PorqueYoImporto

**CUIDADOS PALIATIVOS: PORQUE EU IMPORTO**

**Kit de materiais 2018**



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Agradecimentos

Contribuintes: Petra Burger; Dr Helena Davies; Nabanita Mandal; Huyaam Samuels; Dr Stephen Watiti; Lucy Watts, MBE.

Editor: Kate Francklin, The WHPCA



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Prefácio - Helena Davies, WHPCA Direct Stakeholder Trustee

Cuidados paliativos - #PorqueEuImporto!

O tema do Dia Mundial de Cuidados Paliativos deste ano é: Cuidados Paliativos - #PorqueEuImporto! Isso tem grande relevância para mim em nível pessoal e também como defensor dos cuidados paliativos para todos que precisam dele globalmente.

O cuidado paliativo é um direito humano básico que deve ser parte integrante de todos os programas de cobertura universal de saúde (Universal Health Coverage - UHC). Central para os cuidados paliativos é o objetivo de otimizar a qualidade de vida de indivíduos com doenças graves ou que limitem a vida. O tratamento da dor para permitir que uma vida seja bem vivida é fundamental, mas também o cuidado holístico com atenção às necessidades físicas, psicológicas, sociais e espirituais.

Até meus 30 e poucos anos eu era o quadro estereotipado de saúde e fitness; muito esportivo, pedalando por toda parte, trabalhava como consultora em pediatria, viajava com frequência e gostava das delícias de criar dois meninos pequenos. Em 1997, aos 36 anos, fui diagnosticada com uma doença inflamatória que necessitava de esteróides e uma variedade de outros medicamentos para controlá-la. Eu estive seis meses ausente do trabalho no início de 98 e novamente em 2000, mas ao longo dos 10 anos de 1997 a 2007, apesar de precisar de medicação e ter altos e baixos, vivi uma vida plena e ocupada.

No entanto, um grande surto de inflamação muscular e nervosa em 2008 resultou na perda de uma grande parte de minha mobilidade, e recebendo alta hospitalar fiquei dependente de cadeira de rodas elétrica, de uma variedade de medicamentos e incapaz de trabalhar.

Na última década, tive várias internações hospitalares e adquiri muitos novos diagnósticos, incluindo câncer de mama. Eu tive que chegar a um acordo com uma vida muito diferente em meus 40 e 50 anos do que eu imaginava, vivido no contexto de doença



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

grave limitante da vida. No entanto, a contribuição dos cuidados paliativos permitiu-me ter uma boa qualidade de vida, embora enquadrada neste novo contexto.

Eu também tenho tido a sorte de que excelentes cuidados paliativos tenham sido prestados gratuitamente dentro do National Health Service (NHS) do Reino Unido, e talvez o mais importante, eu senti que eu importava. Eu fui ouvida, de modo que meus provedores de saúde entenderam o que mais importava para mim e foram capazes de tomar decisões e opções de tratamento disponíveis para mim com base nesse conhecimento. Os cuidados paliativos permitiram que eu agisse o melhor possível dentro do contexto de minhas deficiências físicas, para me envolver na vida apesar de minhas limitações e reter o máximo de minha dignidade quanto possível.

No entanto, questões claras ainda existem em todo o mundo. Por exemplo, na Índia até recentemente, em 2014, regulamentos desnecessariamente restritivos significavam que era quase impossível acessar a morfina oral para o tratamento da dor severa. Nesse contexto, eu não teria conseguido acessar esse alívio básico da dor em cinco dos nove anos em que recebi cuidados paliativos.

O cuidado paliativo é considerado um direito humano básico, que deve estar disponível para todos, independentemente de sua origem social, política ou econômica. Em países onde a cobertura universal de saúde existe, os cuidados paliativos devem ser parte integrante do sistema e não uma reflexão tardia, já que as pessoas estão à beira da morte.

É importante ressaltar que os pacientes, que são as partes interessadas e diretamente afetadas por doenças graves / limitadoras da vida, devem participar de todos os aspectos dos cuidados paliativos, desde influenciar a política do governo até estar no centro de seus próprios cuidados.

O Dia Mundial de Cuidados Paliativos é uma oportunidade para todos e qualquer um fazer a diferença. Advogar para nós mesmos ou em nome daqueles que são afetados por doenças graves ou que limitam a vida, particularmente aqueles que precisam de saúde em países de baixa e média renda. A Comissão Lancet de Cuidados Paliativos e Alívio da Dor enfatizou tanto o número desproporcional de indivíduos com doença grave com limitação de vida nos países de baixa renda quanto o fraco acesso a cuidados paliativos, mesmo o simples alívio da dor, para muitos desses indivíduos. Um pacote essencial de



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

cuidados paliativos para esses países, descrito pela Comissão Lancet, custaria apenas US\$ 3 por pessoa.

Eu tenho sorte. O contexto no qual os cuidados paliativos são fornecidos inevitavelmente varia enormemente. Os países têm diferentes métodos de prestação de cuidados de saúde e muitos não têm cuidados paliativos como um componente integral dos cuidados de saúde. Apesar disso, devemos destacar a necessidade de cuidados paliativos e o envolvimento de partes interessadas diretas em todos os níveis.

Precisamos de vozes nos níveis de política internacional e nacional, nos níveis locais de hospice, vila ou cidade, no desenvolvimento de materiais de ensino e pesquisa e no desenvolvimento de pacotes de cuidados paliativos. Isso vai ajudar a garantir que as necessidades do paciente sejam atendidas e pacotes de cuidados paliativos e políticas não simplesmente refletem a visão de mundo das pessoas que estão no poder, onde eles são desenvolvidos.

As pessoas afetadas por doenças graves e limitadoras da vida têm estado envolvidas no desenvolvimento das mensagens e materiais para o Dia Mundial de Cuidados Paliativos desde o início. Pessoas de todo o mundo compartilharam generosamente suas histórias e o que é realmente importante para elas. As principais declarações encapsulam isso.

Pedimos a você que escute as pessoas afetadas por doenças que limitam a vida, apoie-as na demanda de cuidados paliativos essenciais e exija cuidados paliativos para todos que dela necessitam, em qualquer lugar, mas especialmente nos países de baixa e média renda.

O kit de materiais do Dia Mundial de Cuidados Paliativos fornece recursos que podem ser modificados para sua configuração para ajudá-lo a compartilhar as principais mensagens e subtemas.

Obrigado pela ajuda! #PorqueEuImporto.

**Helena Davies,**  
**The Worldwide Hospice Palliative Care Alliance**  
**Direct Stakeholder Trustee**



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## ÍNDICE

<b>Prefácio - Helena Davies, WHPCA Direct Stakeholder Trustee</b>	<b>3</b>
<b>Usando este kit de materiais</b>	<b>7</b>
<b>Introdução</b>	<b>7</b>
<b>O que são cuidados paliativos?</b>	<b>8</b>
<b>Campanha deste ano</b>	<b>8</b>
<b>Dia Mundial de Cuidados Paliativos 2018</b>	<b>9</b>
<b>Prêmios dos Campeões de Cuidados Paliativos</b>	<b>9</b>
<b>Cuidados paliativos - Porque Eu Importo!</b>	<b>10</b>
<b>Mensagens principais da campanha</b>	<b>10</b>
<b>Porque Eu Importo</b>	<b>10</b>
<b>O que importa para mim</b>	<b>12</b>
<b>Por que os cuidados paliativos são importantes para mim?</b>	<b>13</b>
<b>Recomendações</b>	<b>15</b>
<b>Governos</b>	<b>15</b>
<b>Prestadores de cuidados de saúde</b>	<b>15</b>
<b>Organizações de cuidados paliativos</b>	<b>15</b>
<b>Público</b>	<b>16</b>
<b>Como marcar o Dia Mundial de Cuidados Paliativos</b>	<b>17</b>
<b>Recursos</b>	<b>17</b>
<b>Apoiando o Dia Mundial de Cuidados Paliativos nas redes sociais</b>	<b>18</b>
<b>Dia Mundial de Cuidados Paliativos 2018</b>	<b>18</b>
<b>Trabalhando com a imprensa</b>	<b>19</b>
<b>Conclusão</b>	<b>19</b>



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Usando este kit de materiais

Este kit de materiais fornece aos indivíduos e organizações idéias e orientações sobre como evidenciar o Dia Mundial de Cuidados Paliativos em 2018.

Contém mensagens-chave, ideias e recursos para apoiar o dia e divulgar as principais mensagens da campanha.

O tema deste ano é: "Cuidados paliativos - Porque Eu importo". Isso fala da experiência individual de pessoas diretamente afetadas por doenças ameaçadoras à vida. Destaca a importância de ouvir as pessoas diretamente afetadas ao planejar políticas de saúde, atendimento individual e qualquer trabalho a favor da causa ou de comunicação em hospitais e cuidados paliativos em todo o mundo.

Juntos, como trabalhadores e apoiadores de cuidados paliativos e pessoas diretamente afetadas por doenças ameaçadoras à vida, podemos exigir cuidados paliativos de qualidade para todos, como parte da Cobertura Universal de Saúde.

## Introdução

As pessoas diretamente afetadas por doenças ameaçadoras a vida devem estar no centro dos cuidados paliativos, mas com que frequência elas estão envolvidas em comunicações, reivindicações e governança em organizações de cuidados paliativos? Apesar de serem os mais fortes defensores de sua própria saúde e cuidados, eles são frequentemente negligenciados, marginalizados ou supostamente doentes demais para falar.

Este ano, convidamos todos os que trabalham em cuidados paliativos para desafiar suas suposições sobre quem você está trabalhando e fazer mais para envolvê-los no trabalho que você faz. Para as pessoas que são diretamente afetadas por doenças graves - ou afetadas como familiares ou cuidadores - aproveite esta oportunidade para falar e deixar o mundo saber o que é importante para você!

As pessoas diretamente afetadas por doenças graves participaram desde o início do Dia Mundial de Cuidados Paliativos, desde a consulta sobre o tema, até a elaboração e



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

aprovação de mensagens-chave, até a criação e compartilhamento de histórias, imagens e vídeos para mídias sociais.

Esta deve ser a norma para todos os Dia Mundial de Cuidados Paliativos. Nós o encorajamos a procurar os pacientes e as famílias envolvidas com o seu hospice ou equipe de cuidados paliativos para ver como juntos você pode elevar suas vozes para exigir cuidados paliativos de qualidade para todos como parte da Cobertura Universal de Saúde.

## O que são cuidados paliativos?

O elemento central dos cuidados paliativos é o alívio do sofrimento. O objetivo é melhorar a qualidade de vida das pessoas e familiares afetados por doenças que ameaçam e limitam a vida.

Definição da OMS de cuidados paliativos para adultos e crianças

O WHPCA apoia a definição da OMS:

“Os cuidados paliativos são uma abordagem que melhora a qualidade de vida dos pacientes e suas famílias que enfrentam problemas associados a doenças potencialmente fatais, através da prevenção e alívio do sofrimento, identificação precoce e avaliação e tratamento impecável da dor e outros problemas, físicos e psicossociais e espirituais”.

Os cuidados paliativos devem ser integrados aos sistemas de saúde no nível primário de atenção à saúde, e a educação básica, intermediária e especializada deve ser implementada para os profissionais de saúde globalmente. É uma parte fundamental dos cuidados de saúde, sendo da responsabilidade dos governos nacionais garantir um sistema de cuidados de saúde que trata do sofrimento até ao fim da vida e ao luto por entes queridos.

## Campanha deste ano

Durante a campanha, pediremos às pessoas que tomem medidas específicas que melhorem a compreensão pública dos cuidados paliativos e incentivem os governos a dedicar tempo e dinheiro aos cuidados paliativos como parte da Cobertura Universal de





#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

Saúde para melhorar a qualidade de vida das pessoas que vivem com doenças ameaçadoras a vida e suas famílias.

Um aspecto fundamental da campanha do Dia Mundial de Cuidados Paliativos deste ano será pedir aos governos que escutem as pessoas que precisam ou tenham acesso aos cuidados paliativos e apoiem a inclusão do pacote essencial de cuidados paliativos em todos os esquemas nacionais de CUS.

Mas apenas ouvir não é suficiente! Pessoas diretamente afetadas por doenças sérias também devem ser incluídas nos serviços de cuidados paliativos e na sua reivindicação. Eles são uma parte vital da solução e devem ser incluídos e envolvidos em mudanças positivas para melhorar o acesso a serviços de cuidados paliativos de qualidade em todo o mundo.

## **Dia Mundial de Cuidados Paliativos 2018**

O WHPCA produzirá um relatório, a ser divulgado no Dia Mundial em 13 de outubro, publicando cartas escritas por interessados diretos em cuidados paliativos para representantes do governo e da ONU em todo o mundo.

## **Prêmios dos Campeões de Cuidados Paliativos**

O Prêmio de Campeões de Cuidados Paliativos será anunciado no Dia Mundial de Cuidados Paliativos. Haverá 10 prêmios no total, reconhecendo as extraordinárias contribuições feitas pelos indivíduos aos cuidados paliativos em países de baixa e média renda.



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Cuidados paliativos - Porque Eu Importo!

### O tema para 2018 é: "Cuidados paliativos - Porque Eu importo"

Os subtemas do Dia Mundial de Cuidados Paliativos deste ano são: Porque eu sou importante, o que importa para mim e por que os cuidados paliativos são importantes para mim?

### Mensagens principais da campanha

- Ouça as pessoas diretamente afetadas por doenças ameaçadoras a vida.
- Apoiar pessoas com doenças graves a exigirem cuidados paliativos de qualidade para todos, como parte da Cobertura Universal de Saúde.
- Todos, em todos os lugares, devem receber os cuidados de que precisam quando enfrentam doenças graves.

### Porque Eu Importo

Eu importo! Ouça-me ao discutir meus cuidados e políticas de planejamento que afetarão minha vida.

Obter cuidados apropriados é um direito humano básico e deve fazer parte de todos os programas de CUS. Com base no princípio de "não deixar ninguém para trás", os cuidados paliativos são uma abordagem holística essencial para alcançar o desenvolvimento sustentável para todos.

Os governos devem tratar os seus cidadãos de forma equitativa, proporcionando-lhes o cuidado de que necessitam. Eles devem distribuir equitativamente serviços de saúde, incluindo cuidados paliativos para todas as pessoas, incluindo pessoas idosas e crianças, e pessoas com deficiência. Os governos devem financiar cuidados paliativos para disponibilizá-los a todos.

Todos os profissionais de saúde, assistentes sociais e profissionais de saúde aliados devem ser treinados em cuidados paliativos. Os profissionais de saúde devem aprender sobre cuidados paliativos, praticar cuidados paliativos e manter valores e princípios de cuidados paliativos em seu trabalho.



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

Hospices e prestadores de cuidados paliativos devem ter assistência financeira para prestar cuidados paliativos a todos que dela necessitam.

Eu confio em cuidados paliativos para alcançar e manter uma ótima qualidade de vida, então por que o acesso é limitado?

### **Mensagens-chave - porque eu importo**

- Escute pessoas com experiência direta de doença grave ao discutir cuidados individuais e planejar políticas de saúde.
- Pessoas diretamente afetadas por doenças sérias também devem ser incluídas nos serviços de cuidados paliativos e sua reivindicação.
- Pessoas com experiência direta de doença grave são uma parte vital da solução e devem ser envolvidas e envolvidas em mudanças positivas para melhorar o acesso a serviços de cuidados paliativos de qualidade em todo o mundo.
- As pessoas que sofrem de doença grave são tão importantes quanto aquelas que não apresentam problemas de saúde.
- Obter cuidados de saúde apropriados é um direito humano básico e deve fazer parte de todos os programas de CUS.
- Os governos devem distribuir equitativamente serviços de saúde, incluindo cuidados paliativos para todas as pessoas, incluindo pessoas idosas e crianças.
- Com base no princípio de "não deixar ninguém para trás", os cuidados paliativos são uma abordagem holística essencial para alcançar o desenvolvimento sustentável para todos.
- Cuidados paliativos são essenciais para alcançar e manter uma ótima qualidade de vida, então por que há acesso limitado?
- Todas as pessoas merecem a melhor qualidade de vida possível.
- Todas as pessoas merecem excelente dor e controle dos sintomas.
- Todos os profissionais de saúde, assistentes sociais e profissionais de saúde aliados devem ser treinados em cuidados paliativos.
- Os profissionais de saúde devem aprender sobre cuidados paliativos, praticar cuidados paliativos e manter valores e princípios de cuidados paliativos em seu trabalho.



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

- Todas as pessoas com deficiência devem ter acesso a cuidados paliativos.
- Hospícios e prestadores de cuidados paliativos devem ter assistência financeira para prestar cuidados paliativos a todos que dela necessitam.
- Cuidados paliativos são assuntos de todos.

## O que importa para mim

Pessoas com doenças graves devem ser capazes de viver uma vida onde são tratadas com igual respeito àqueles que não precisam de cuidados paliativos. Elas devem ser capacitadas a viver uma vida em que possam ser respeitadas e funcionem igualmente na sociedade.

O alívio da dor é essencial para permitir que as pessoas diretamente afetadas por doenças graves se envolvam o máximo possível na vida. É também vital assegurar que as necessidades psicológicas e espirituais das pessoas sejam apoiadas, juntamente com as necessidades físicas, para que possam funcionar de forma digna e ponderada.

É importante que o estigma associado ao HIV e às doenças crônicas, como o câncer, seja erradicado, para que todas as pessoas possam viver uma vida plena e digna.

Todos nós devemos apoiar as pessoas diretamente afetadas por doenças graves para exigir que os governos disponibilizem cuidados paliativos para todos como parte da cobertura universal de saúde.

Exija que meu governo disponibilize cuidados paliativos para todos como parte da CUS!

## Mensagens-chave - O que importa para mim

- Pessoas com doença grave devem ser tratadas com igual respeito àqueles que não precisam de cuidados paliativos
- As pessoas que sofrem de doenças graves devem ser respeitadas e capacitadas para funcionar igualmente na sociedade
- As pessoas que sofrem de doença grave devem receber cuidados, como alívio da dor, e devem ser capazes de se envolver o máximo possível na vida.



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

- As pessoas que sofrem de doença grave devem ter as suas necessidades psicológicas e espirituais apoiadas - bem como as suas necessidades físicas - para atuarem de forma digna e ponderada.
- Devemos erradicar o estigma associado ao HIV e às doenças crônicas, como o câncer, para que todas as pessoas possam viver uma vida plena e digna, independentemente do seu estado de saúde.
- Os governos devem disponibilizar os cuidados paliativos para todos como parte da cobertura universal de saúde.

## Por que os cuidados paliativos são importantes para mim?

Os cuidados paliativos melhoram a qualidade de vida das pessoas diretamente afetadas por doenças graves e suas famílias. Ajuda as pessoas a terem a qualidade de vida a que aspiram no contexto das dificuldades de saúde.

Ajuda as pessoas que enfrentam doenças graves a funcionarem da forma mais completa possível e contribuem para a sociedade da maneira que desejam, ajudando a garantir que as pessoas estejam livres da dor, essenciais para otimizar o funcionamento diário.

Algumas doenças, e os medicamentos usados para resolvê-los, precisarão de gerenciamento a longo prazo. Os cuidados paliativos ajudarão a lidar não apenas com os efeitos da doença, mas também com os efeitos colaterais dos medicamentos.

O cuidado paliativo é um direito humano. As pessoas devem poder ter acesso aos cuidados paliativos e assim que forem diagnosticadas com uma condição de risco de vida ou limitação de vida, e não apenas no final da vida.

Cuidados paliativos são mais eficazes quando iniciados precocemente no curso de uma doença. Este cuidado pode ser realizado em conjunto com o tratamento, como a terapia anti-câncer ou a terapia anti-retroviral.

Apoiar membros da família e cuidadores é um aspecto fundamental dos cuidados paliativos. Isso é para melhorar sua qualidade de vida e bem-estar, uma área frequentemente negligenciada de atendimento.



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

Minha equipe de cuidados paliativos me ajuda a combater o isolamento social que sinto devido à minha doença.

### **Mensagens-chave - Por que os cuidados paliativos são importantes para mim?**

- Com os cuidados paliativos, as pessoas são apoiadas para viver com boa qualidade de vida no contexto das dificuldades de saúde.
- O cuidado paliativo permite que pessoas com doença grave atuem da forma mais completa possível.
- O cuidado paliativo visa gerenciar a dor e otimizar o funcionamento diário
- Os cuidados paliativos abordam não apenas os efeitos da doença, mas também os efeitos colaterais dos medicamentos.
- O cuidado paliativo ajuda a combater o isolamento social e o estigma.
- Cuidados paliativos são sobre viver, não morrer!



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Recomendações

Todos nós podemos tomar medidas específicas para garantir que as pessoas com experiência direta de doença grave sejam ouvidas e habilitadas a participar na tomada de decisões de cuidados de saúde e para avançar os cuidados paliativos para todos como parte da CUS.

## Governos

1. Consulte as pessoas com experiência direta de doença grave ao elaborar políticas de saúde.
2. Garantir que os cuidados paliativos sejam incluídos nos planos nacionais de cobertura universal de saúde.
3. Reservar fundos para cuidados paliativos nos orçamentos nacionais.
4. Apoiar a inclusão de cuidados paliativos nos documentos de planejamento da ONU.

## Prestadores de cuidados de saúde

1. Ouça as pessoas com doenças graves ao planejar seus cuidados.
2. Envolver as equipes de cuidados paliativos em um estágio inicial no cuidado às pessoas com doenças que limitam a vida.
3. Pergunte às pessoas o que elas querem.
4. Apresente-se.

## Organizações de cuidados paliativos

1. Empregue pessoas com experiência direta de doença grave em sua organização.
2. Convide pessoas com experiência direta de doença grave para se juntarem ao seu Conselho de Administração.
3. Envolver as pessoas com experiência direta de doença grave em cuidados paliativos.



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

4. Envolver pessoas com experiência direta em planejamento de comunicação e elaboração de materiais. Não use apenas como "estudos de caso".

## Público

1. Mostrar solidariedade com pessoas diretamente afetadas por doenças graves para exigir cuidados paliativos para todos como parte da cobertura universal de saúde.
2. Oponha-se ao estigma relacionado a pessoas que vivem com doenças graves, como o HIV ou o câncer.





#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Como marcar o Dia Mundial de Cuidados Paliativos

O Dia Mundial de Cuidados Paliativos é comemorado em todo o mundo por indivíduos e organizações com uma paixão por cuidados paliativos!

Você pode se juntar a essa comunidade global organizando um evento em sua região.

## Recursos

O WHPCA desenvolveu recursos que você pode usar para apoiar sua campanha no Dia Mundial de Cuidados Paliativos. Esses incluem:

- Cartazes do dia mundial de cuidados paliativos - use os cartazes padrão da data, ou personalize-os com sua própria foto ou texto traduzido.
- Cartaz de publicidade do evento - Faça o download do pôster do Dia Mundial e modifique-o no seu computador ou manualmente para incluir detalhes do seu evento do Dia Mundial.
- Mensagens-chave - É vital que falemos em uma só voz para ampliar nossas mensagens para o Dia Mundial de CP de 2018. Faça o download das mensagens-chave para usar em suas comunicações sobre o evento!



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Apoiando o Dia Mundial de Cuidados Paliativos nas redes sociais

Mostre seu apoio ao Dia Mundial de Cuidados Paliativos em mídias sociais atualizando sua foto de perfil do Facebook com o tema: <http://www.facebook.com/fbcameraeffects/tryit/264607451061254/>

Você é diretamente afetado por doença grave? Compartilhe o que mais importa para você em uma mensagem curta, usando as hastags oficiais da campanha #BecauseIMatter #PorqueEuImporto #PorqueYoImporto.

Grave um pequeno vídeo, informando o que é mais importante para você como alguém diretamente afetado por doenças sérias.

Siga @WorldHospiceDay, @WHPCA, @ANCPAcademiaNacionaldeCuidadosPaliativos, @ALCP, @SECPAL e @APCP no Facebook e no Twitter para atualizações

Poste mensagens sobre o tema da campanha deste ano, usando as hastags oficiais #BecauseIMatter #PorqueEuImporto #PorqueYoImporto #WHPCDay18

Marque a ANCP, ALCP, SECPAL, APCP e a WHPCA em seus posts do Facebook!

## Dia Mundial de Cuidados Paliativos 2018

Use as sugestões de tweets para dar impulso para sua campanha ou evento do Dia Mundial de Cuidados Paliativos, e envie um tweet no dia (13 de outubro) para participar da conversa global. Abaixo sugestões de Tweets gerais:

- Hoje é o Dia Mundial de Cuidados Paliativos! Ajude a divulgar. #BecauseIMatter #PorqueEuImporto #PorqueYoImporto #WHPCDay18
- 13 de outubro é o Dia Mundial de Cuidados Paliativos! Ajude a divulgar. #BecauseIMatter #PorqueEuImporto #PorqueYoImporto #WHPCDay18
- Hoje é o Dia Mundial de Cuidados Paliativos. Mostre seu apoio e exija #CuidadosPaliativos da qualidade para tudo como parte da Cobertura Universal de Saúde. #BecauseIMatter #PorqueEuImporto #PorqueYoImporto #WHPCDay18



#PorqueEuImporto #BecauseIMatter #PorqueYoImporto

## Trabalhando com a imprensa

Depois de planejar o evento do Dia Mundial de Cuidados Paliativos, é importante informar as pessoas sobre isso. A imprensa local podem ajudar a fazer isso.

Você pode usar as Mensagens Chave do Dia Mundial de Cuidados Paliativos disponíveis neste kit de materiais.

## Conclusão

Pessoas com experiência direta de doença grave podem ser os mais poderosos defensores dos cuidados paliativos. Este Dia Mundial de Cuidados Paliativos tem como objetivo exigir cuidados paliativos de qualidade para todas pessoas diretamente afetadas, como parte da Cobertura Universal de Saúde.

Este kit de materiais oferece mensagens-chave, conselhos e recursos que você pode usar para espalhar a palavra em seu país, seu local de trabalho ou on-line.

Juntos, podemos garantir que as vozes das pessoas diretamente afetadas por doenças sérias sejam ouvidas em alto e bom tom para exigir cuidados paliativos de qualidade para todos, como parte da Cobertura Universal de Saúde.