

Este mês aprenda a...

Proteger-se do cancro da mama

+ COMO: Através dos *workshops Tome Conta de Si*, organizados pela Associação Laço em parceria com a empresa Dama de Copas. São destinados a sensibilizar e educar para um estilo de vida que minimize o risco de doença. Serão também abordados temas como a importância do diagnóstico precoce, o programa de rastreio, os fatores de risco e o que fazer caso detete algum problema.

+ QUANDO
25 de outubro e 22 novembro (Lisboa);
18 de outubro e 29 de novembro (Porto).

+ ONDE
Lojas Dama de Copas de Lisboa
(Rua de Sta. Justa, nº 87) e Porto
(Rua Sá da Bandeira, nº 373).

+ PREÇO
Gratuito.

+ INFORMAÇÕES
dama@damadecopas.pt

TOME NOTA

No próximo dia 6, sete cidades da região centro promovem caminhadas contra o cancro da mama. Saiba mais em www.ligacontraocancro.pt



€13,95

O ESSENCIAL SOBRE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Deco Proteste

Aprenda a calcular as suas necessidades energéticas diárias, a planear a ementa semanal e a preparar refeições equilibradas para a família.



€16,60

USE A CABEÇA

Dr. Daniel Freeman
e Jason Freeman
Bertrand

Um psicólogo clínico e um editor de livros de autoajuda revelam-lhe dados essenciais para compreender a forma como o seu cérebro funciona.



€14,90

FAMILIÁRIO & AGENDA DOS PAIS

Eduardo Sá
D. Quixote

Sugestões, projetos, lembretes, fotografias, preocupações, reclamações. Uma agenda com espaço para todas as vertentes da vida de um pai (ou mãe) empenhado.

É VERDADE QUE...



PROF. DRA. MARIA
AUGUSTA SOARES

Professora na Faculdade de Farmácia
da Universidade de Lisboa

AS CRIANÇAS NÃO DEVEM TOMAR ÁCIDO ACETILSALICÍLICO?

❶ O ácido acetilsalicílico (aspirina e outros) e os seus derivados não devem ser utilizados por crianças até aos 12 anos, de acordo com a legislação e recomendações europeias e mundiais. Esta é a idade de referência, mas há países em que é prolongada até mais tarde.

❷ A instituição desta contraindicação para o ácido acetilsalicílico e os seus derivados resultou do facto de haver fortes suspeitas da ligação entre a toma de ácido acetilsalicílico por crianças e o aparecimento da síndrome de Reye, uma doença rara mas muito grave e frequentemente fatal que envolve o fígado e o cérebro.

❸ Afeta essencialmente crianças e adolescentes que recuperam de uma doença viral como varicela ou síndrome gripal e tomaram ácido acetilsalicílico.

❹ Os sinais e sintomas da síndrome de Reye incluem confusão, convulsões e perda de consciência que requerem tratamento de emergência e um diagnóstico e tratamento precoces.