

# REGISTE A SUA SAÚDE E O SEU BEM-ESTAR COM A APP **STAR**

**Rastreador de Sintomas** para pessoas com **amiloiose ATTR** e respetivas famílias.

Disponível agora para download gratuito



Download on the  
**App Store**



GET IT ON  
**Google Play**

Desenvolvido e financiado pela Alnylam Pharmaceuticals®



“Precisamos de ferramentas para incentivar os doentes a descrever os seus sintomas de forma clara e específica.”

**- Professor Philip Hawkins, National Amyloidosis Centre  
University College, Londres, Reino Unido.**

**A STAR** é uma App de rastreio de sintomas digital para pessoas com **amiloidose ATTR**.

A **amiloidose ATTR hereditária**, também conhecida como **ATTRh** ou **ATTRv**, é uma doença hereditária, que pode afetar múltiplas partes do corpo. É causada por uma mutação genética, que afeta a função de uma proteína designada por transtirretina (TTR). Isto causa a formação de depósitos amiloides no coração, nervos, aparelho gastrointestinal e outros órgãos.

Os sintomas podem variar bastante nas pessoas com a doença e, por vezes, pode parecer que não estão relacionados. Diferentes sintomas podem aparecer em diferentes momentos e pode não ter todos os sintomas.

Uma vez que os sintomas da **amiloidose ATTR** podem tornar-se mais graves com o tempo, é importante falar com o seu médico sobre os sintomas assim que possível. Quanto mais partilhar com a equipa de cuidados de saúde, mais a equipa poderá ajudar.



A **amiloidose ATTR** pode ser sentida de forma diferente por cada doente e, portanto, é importante registar todos os sintomas, por mais triviais que possam parecer.

A gestão dos sintomas é um processo contínuo. Ao partilhar o máximo possível de informações com o seu médico e equipa de cuidados de saúde, estará a fornecer-lhes um panorama mais exato da sua doença, para que o possam ajudar a reduzir o impacto na sua vida diária.

### **O controlo regular dos sintomas pode ajudá-lo:**

- a **reconhecer** e desenvolver um maior entendimento dos seus sintomas
- a **identificar** alterações numa fase inicial ou quaisquer sintomas novos, assim que surgem
- a **registar** as alterações que causaram mais impacto no seu bem-estar e estilo de vida
- a **comunicar** melhor quaisquer alterações da doença com o seu médico e com a equipa de cuidados de saúde na próxima consulta
- a **exercer um maior controlo** da sua saúde e a partilhar isso em debates sobre cuidados futuros

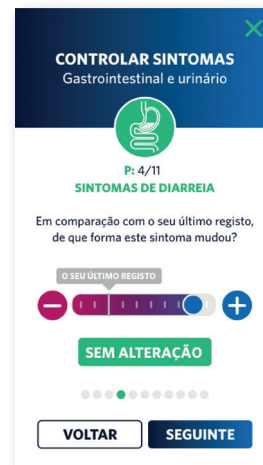
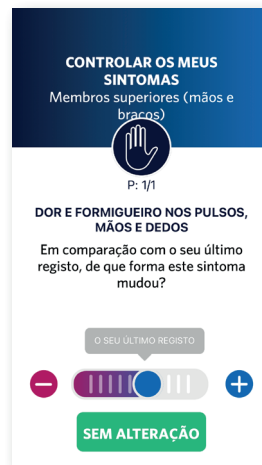
“A doença pode fazer muitos danos se a deixar evoluir. Portanto, ter conhecimento e estar vigilante ajudam a evitar degradações irreversíveis, tais como a falta de sensibilidade nas pernas.”

- Jean-Christophe, doente com amiloidose ATTR hereditária, França.

A **STAR** torna o registo diário dos sintomas mais rápido e mais fácil para si e para a sua família.

Desenvolvida por médicos e doentes com amiloidose ATTR hereditária, permite captar quaisquer preocupações, alterações ou novos sintomas, para não se esquecer de falar sobre isso com o seu médico.

**O menu de navegação fácil, com os sintomas mais frequentes, é simples e permite controlar a forma como se sente e quaisquer alterações na sua saúde e bem-estar.**



- **Identificar e registar** os seus sintomas gerais, por parte do corpo
- **Registar alterações de sintomas** com um simples clique, quando for mais conveniente para si
- **Anotar diariamente** o impacto de cada sintoma nas atividades diárias, no humor, nos níveis de energia e no relacionamento com familiares e amigos
- **Optar por partilhar relatórios** com o seu médico em relação a quaisquer alterações dos sintomas e o seu impacto ao longo do tempo

**CONTROLAR OS MEUS SINTOMAS**  
Gastrointestinal e urinário

P: 6/11

**SINTOMAS DE OBSTIPAÇÃO**  
Em comparação com o seu último registo, de que forma este sintoma mudou?

O SEU ÚLTIMO REGISTO

SEM ALTERAÇÃO

VOLTAR SEGUINTE

**REGISTO DO DIA A DIA**  
Registe o impacto dos seus sintomas no seu bem-estar

**Estado de saúde geral**  
Que áreas pretende registar?

Humor

Níveis de energia

Capacidade de realizar tarefas diárias ou trabalho

Impacto nas relações com familiares e amigos

VOLTAR SEGUINTE

**REGISTO DO DIA A DIA**  
Registe o impacto dos seus sintomas no seu bem-estar

**ESTADO DE SAÚDE GERAL**

**NÍVEIS DE ENERGIA:**  
Que descrição se adequa melhor?

Selecione uma opção

Sente-se vivo e com muita energia

Tem menos energia do que é normal

Sensação de cansaço

Sensação de exaustão

VOLTAR CONCLUIR



# Encontre o caminho para uma saúde melhor com a App **STAR: Rastreador de Sintomas** para pessoas com amiloidose ATTR.

Disponível agora para download gratuito



## Para mais informações:

UK ATTR Amyloidosis Patients' Association [info@ttramylodosis.uk](mailto:info@ttramylodosis.uk)

*A UK ATTR Amyloidosis Patients' Association atua para fornecer extensas informações e apoio aos doentes.*

ATTR Amyloidosis All Ireland Support Group [amymattr@gmail.com](mailto:amymattr@gmail.com)

*O ATTR Amyloidosis All Ireland Support Group oferece apoio aos doentes afetados por amiloidose ATTR hereditária ou amiloidose ATTR de tipo selvagem. Estamos empenhados em aumentar a sensibilização para garantir que as pessoas são diagnosticadas e têm acesso aos tratamentos disponíveis o mais precocemente possível.*

A App STAR: Rastreador de Sintomas não tem uma finalidade médica. Foi criada para manter um registo dos sintomas dos utilizadores, a forma como os sintomas mudam ao longo do tempo e o seu impacto no bem-estar e estilo de vida dos doentes. A App não se destina a ser utilizada como ferramenta de monitorização da doença, nem de análise de sintomas. Para avaliar sintomas, recomendamos que os utilizadores falem com o seu médico. Além disso, a STAR: Rastreador de Sintomas não faz diagnósticos médicos. Recomendamos que os utilizadores procurem aconselhamento médico sempre que tiverem qualquer dúvida sobre a sua saúde.