



Edição 15 - mês de setembro

Informe ABNMO

[Exibir no navegador](#)

ABNMO reforça importância da saúde mental dos raros

Conviver com a Neuromielite Óptica ou outra doença crônica e rara não é fácil.

Em dias difíceis, a pressão por manter uma postura otimista a qualquer custo pode ser tão exaustiva quanto a própria condição. O mês de setembro terminou, mas continuamos reforçando a importância do acolhimento, cuidado e do olhar atento à saúde psicoemocional.

Mais uma vez, reiteramos que valorizar a própria existência e a de pessoas que estão ao nosso redor significa aceitar o próprio ritmo e o ritmo do outro, desacelerar sem culpa e entender que não estar bem o tempo todo faz parte da jornada.

Lembre-se que a sua vida não se limita a um possível CID. É urgente que derrubemos muros e tabus quando o assunto é saúde mental.

Procure apoio profissional, converse com alguém de confiança e procure pessoas com quem se conecte e que entendam a sua caminhada. A ABNMO e a Comunidade NMO possuem grupos de apoio às pessoas com o diagnóstico e suas famílias.

Entre em contato caso queira fazer parte. Envie uma mensagem - [WhatsApp oficial da ABNMO](#).

ABNMO apoia conscientização sobre a Fibrose Cística

Você sabe o que é a Fibrose Cística?

É uma condição genética e hereditária, que altera o transporte de sais nas células, fazendo com que secreções (como muco e suor) fiquem mais espessas, acumulando-se

Em setembro, celebramos o mês de conscientização desta doença rara - o **Setembro Roxo**. [Saiba mais \(clique aqui\)!](#)

A Paraíba abriga um dos melhores centros de referência para cuidados de doenças desmielinizantes, como a Esclerose Múltipla e NMO



MAS AINDA HÁ POUCOS REGISTROS DE DIAGNÓSTICOS NO ESTADO.

ONDE ESTÃO AS PESSOAS QUE VIVEM COM ESSAS DOENÇAS?

Confira dois trechos da médica neurologista Bianca Oliveira, atuante na região, no âmbito da 13ª Caravana EM PB:

- [O Centro de Referência da Paraíba;](#)
- [Onde estão os pacientes?](#)

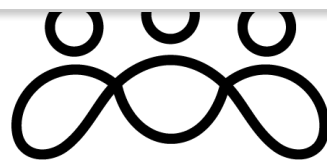
JORNADA DO DIAGNÓSTICO NMO

A ABNMO iniciou uma série de conteúdos sobre a Jornada do Diagnóstico da Neuromielite Óptica (NMO). Afinal, esse processo não começa no dia do resultado de um exame. Às vezes, começa antes mesmo de se perceber o primeiro sintoma.

Se você tem um diagnóstico raro como o de NMO, convidamos você a acompanhar esta série e, caso se sinta confortável, compartilhe um pouco da sua jornada conosco nos comentários.

Confira os primeiros posts:

- [O que é Jornada do Diagnóstico?](#)
 - [Quantos profissionais de saúde você se consultou antes de chegar ao neurologista?](#)
-



ABNMO

Associação Brasileira
de Neuromielite Óptica

Em outubro, completamos quatro anos de muito trabalho e dedicação à conscientização e visibilidade de quem vive com a Neuromielite Óptica (NMO) e outras doenças desmielinizantes.

Convidamos você a comemorar com a gente!

Compartilhe um momento especial que teve conosco no Instagram e marque o nosso perfil @abnmo.official.

Acompanhe nossos canais oficiais:



Com carinho,

Equipe ABNMO ❤️

Associação Brasileira de Neuromielite Óptica

Copyright (C) | 2026 |. Todos os direitos reservados.

Quer mudar como você recebe esses e-mails?

Você pode [atualizar suas preferências](#) ou [cancelar a assinatura](#)