



2025

RELATÓRIOS ANUAIS

Atividades e Contas



Relatório de Atividades 2025

Ao longo de 2025 foram realizadas as seguintes atividades:

1 – Representação junto de instituições e organismos oficiais

- Representação da Myos na **LPCDR - Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas**, na **Plataforma Saúde em Diálogo - Associação para a Promoção da Saúde e Protecção na Doença**, na **FENDOC - Federação Nacional de Associações de Doenças Crónicas**, na **Associação CLIP - Recursos e Desenvolvimento** e na **EUPATI Portugal (European Patients' Academy - Portugal)**, enquanto membro associado destas instituições, em reuniões e projetos por eles desenvolvidos, e ainda, nas suas assembleias gerais;
- Representação da Myos na **SIP-PT (Societal Impact of Pain - Portugal)**, na **Convenção Nacional de Saúde** e no projeto **Incluir - Pessoas com Doença**, na qualidade de membro integrante destes projetos, quer em reuniões quer em iniciativas por eles desenvolvidos;
- Presença de Carolina Lopes, na **Sessão Pública de Lançamento do Hub Nacional para a Saúde do Cérebro (HNSC)**, cuja criação é da responsabilidade da AICIB – Agência de Investigação Clínica e Inovação Biomédica. Na sessão foi também apresentado o Documento de Posição Conjunta, elaborado pelos setores que participaram do processo de criação do HNSC. A sessão decorreu no dia 4 de junho, no Auditório da Ordem dos Médicos, em Lisboa;
- Representação da Myos na sessão **“SNS 24 em movimento - Crescer com quem servimos”**, organizado pelos **Serviços Partilhados do Ministério da Saúde, E.P.E. (SPMS, E.P.E.)**, a 5 de junho, na sede destes serviços, em Lisboa. A sessão dedicou-se à partilha dos progressos e formalização das parcerias estratégicas que contribuem para a construção de melhores serviços digitais do SNS 24, tendo sido muito informativa e importante para o conhecimento das alterações que se irão desenvolver no SNS24 para o apoio de todos. Esteve presente Inês Lopes;

– Representação da Myos na cerimónia de **tomada de posse do Bastonário da Ordem dos Médicos**, no decorrer da reeleição para o mandato trienal (2025-28) do Dr. Carlos Cortes. A cerimónia decorreu a 26 de junho, na Sede da Ordem dos Médicos, em Lisboa, estando presentes Inês Afonso Lopes e Muna Sidarus;

– Representação da Myos na **Lição de Jubilação do Professor Doutor Jaime da Cunha Branco**, intitulada **"Espaço de Recordações, Culto de Emoções"**, promovida pela **Universidade NOVA de Lisboa** e a **NOVA Medical School**. O evento decorreu no dia 15 de novembro, no Auditório da Reitoria da NOVA, em Lisboa. Foi um momento de reconhecimento e celebração do percurso académico e científico do Professor Jaime da Cunha Branco, marcado por uma vida dedicada ao ensino, à investigação e ao serviço público. Presidente do Conselho Técnico-Científico (CTC) da Myos e seu sócio honorário, o Prof Jaime Branco esteve sempre disponível para apoiar a associação. Estiveram presentes Inês Afonso Lopes e Muna Sidarus da Direção da Myos, assim como a Professora Doutora Rita Canaipa, membro do CTC da Myos;

– No âmbito da representação da associação na **Societal Impact of Pain Portugal (SIP PT)**, assegurada por Muna Sidarus, em 2025 a Myos passou a integrar o **Comité executivo da SIP PT**, passando a participar em reuniões quinzenais. Com um maior envolvimento da representante da Myos nas iniciativas desta plataforma de associações, destacamos algumas das ações desenvolvidas durante o ano:

- Reuniões da SIP PT com partidos políticos, entidades governamentais e privadas, em particular com: Secretaria de Estado da Região Autónoma da Madeira, Secretaria de Estado da Saúde, Direção Geral de Saúde, Entidade Reguladora da Saúde, e Farmacêutica Viatrix;
- No seguimento do trabalho desenvolvido em 2024, com a criação de um **"Inquérito sobre o Impacto da Dor Crónica no Emprego"** para avaliar melhor o impacto da dor crónica na vida profissional, visando recolher dados sobre absentismo, produtividade e adaptação dos postos de trabalho, entre outros dados para compreender melhor o panorama nacional. A iniciativa visa a recolha de dados estatísticos para ajudar a fundamentar a necessidade de medidas mais justas, junto dos decisores políticos e empregadores. Durante o ano de 2025, as várias associações que compõem a SIP PT, uma das quais a Myos, **fizeram um reforço na divulgação do questionário** para recolha de um maior número de respostas de pessoas que vivem com diversos tipos de patologias, que tenham dor crónica.

Pode consultar a iniciativa aqui:

<https://sip-pt.pt/inquerito-sobre-o-impacto-da-dor-cronica-no-emprego/>

- Apoio na **divulgação do "Questionário sobre Dor Crónica, Saúde Mental e Práticas de Autogestão"**, desenvolvido pela **Pain Alliance Europe (PAE)**, à qual a SIP PT está ligada, cujo objetivo foi o de compreender como a dor crónica afeta a saúde mental e o papel das estratégias de autogestão na melhoria do seu bem-estar. A PAE é uma organização que congrega associações e plataformas

relacionadas com a Dor Crónica, que atuam em 17 países europeus. O seu objetivo é a sensibilização para esta problemática e a alertar para a necessidade de implementar medidas mais eficazes para reduzir o impacto da dor crónica na Europa. Para mais informações: <https://pae-eu.eu/>

2 – Representação e trabalho conjunto com associações congéneres nacionais

2.1 – Grupo de Trabalho colaborativo das Associações de Fibromialgia

Durante o ano de 2025 **deu-se continuidade ao Grupo de Trabalho das três associações de Fibromialgia** atualmente a funcionar em Portugal (MYOS e APJOF com um âmbito nacional e FIBRO com um âmbito regional). Este grupo foi criado com o objetivo de desenvolver ações conjuntas de representação da Fibromialgia e de defesa dos doentes. Neste âmbito, **deu-se seguimento ao trabalho relacionado com a Petição “Políticas de Saúde e Inclusão Social para Pessoas com Fibromialgia” dirigida à Assembleia da República (AR)**, solicitando a sua intervenção na criação e/ou revisão de políticas de saúde e apoio social para os doentes. Durante o ano realizaram-se várias reuniões entre as associações para: planeamento da iniciativa; criação de comunicados conjuntos para a AR, a Comissão de Saúde e os Grupos Parlamentares; preparação da apresentação para a audição na CS; preparação de um documento complementar à petição para servir de apoio à elaboração de propostas por parte dos Grupos Parlamentares, etc. A Myos foi representada nas reuniões de trabalho pela presidente, Inês Afonso Lopes, tendo recebido apoio da restante direção na análise e desenvolvimento do projeto.

Para dar um **breve enquadramento** dos pontos-chave sobre a petição no ano de 2024: Em setembro, depois de uma extensa divulgação, conseguiu-se alcançar a meta das 7500 assinaturas necessárias. Em dezembro, foi submetida na plataforma da AR, e após validação do processo, ficou registada como Petição Nº 123/XVI/1, com um total de 8040 assinaturas validadas. No fim de 2024, foi ainda enviado um comunicado conjunto para os diversos Grupos Parlamentares a solicitar reuniões para apresentação da iniciativa. Até ao final do ano realizaram-se as reuniões com os Grupos Parlamentares: BE, CDS-PP, PCP e CHEGA.

Petição no site “Petição Pública” onde foram recolhidas assinaturas:

<https://peticaopublica.com/pview.aspx?pi=fibromialgiapt>

Publicação da Petição Nº 123/XVI/1 no site da AR:

<https://participacao.parlamento.pt/initiatives/4595>

Processo completo da Petição no site do Parlamento:

<https://www.parlamento.pt/ActividadeParlamentar/Paginas/DetalhePeticao.aspx?BID=34168>

Publicação da Petição em Diário da República:

[\[DAR II série B n.º 54, 2025.01.25, da 1.ª SL da XVI Leg \(pág. 27-29\)\]](#)

– Reuniões com Grupos Parlamentares em 2025

Em 2025, deu-se continuidade ao agendamento de **reuniões com os Grupos Parlamentares para apresentação da iniciativa da petição**, tendo sido realizadas com o **GP do LIVRE** a 10 de janeiro e com o **GP do PSD** a 27 de fevereiro. Os restantes GP não chegaram a agendar reuniões antes da audição pública na Comissão de Saúde.

– Apreciação da Petição pela Comissão de Saúde da AR

A 15 de janeiro de 2025, a **petição baixou à Comissão de Saúde (CS) para apreciação e deliberação** neste órgão do parlamento com competências na área da saúde que, após audição das associações e análise do conteúdo da petição, elaborou um relatório final com recomendações à Assembleia da República e seus grupos parlamentares.

Link para [Nota de Admissibilidade da Petição na Comissão de Saúde](#)

No dia 21 de fevereiro, decorreu a **audição pública na CS das 3 associações de Fibromialgia** que lançaram a petição. Em representação das associações estiveram presentes: *Inês Afonso Lopes*, (Presidente da MYOS), *Joana Vicente* (Presidente da APJOF) e *Cidália Martins* (Presidente da Mesa da Assembleia Geral da FIBRO). Dado o tempo limitado deste tipo de audiências, foi feita uma explicação sucinta da Fibromialgia, da iniciativa da petição conjunta e dos vários pontos que dela constam.

Vídeo da gravação da audiência:

<https://canal.parlamento.pt/cid/8504/audicao-de-peticionarios>

Após a realização de todos os procedimentos, a **comissão elaborou um Relatório Final com recomendações** que foi enviado para o Exmo. Senhor Presidente da Assembleia da República e para os Grupos Parlamentares. Com isto, a Comissão de Saúde, a 12 de março, deu por concluída a sua intervenção no processo, seguindo o mesmo para discussão em Plenário da AR.

Link para [Relatório Final de apreciação pela Comissão de Saúde](#)

– Interrupção do processo com a dissolução da Assembleia da República e constituição da nova Legislatura

Após a conclusão da intervenção da Comissão de Saúde, o processo da petição ficou a aguardar a apresentação, por parte dos diversos grupos parlamentares, de propostas de Projetos de Resolução e/ou de Projetos-Lei e o posterior agendamento para discussão em Plenário da Assembleia da República. No entanto, na sequência das alterações políticas ocorridas em 2025, com a dissolução da Assembleia da República e a constituição de uma nova Legislatura, o processo legislativo associado à petição não avançou até ao final do ano. **A petição transitou, assim, para a XVII Legislatura, mantendo-se pendente de agendamento para discussão em Plenário**, aguardando-se a continuidade da sua tramitação parlamentar no decorrer do novo quadro legislativo;

– Entrevistas na Comunicação Social

Na sequência da divulgação efetuada no fim de 2024 junto da comunicação social, sobre a petição ter dado entrada na AR, as associações receberam no início de 2025 o convite para duas entrevistas em canais de televisão:

SIC NOTÍCIAS: Peça jornalística que foi **transmitida no telejornal e publicada no seu site, no dia 3 de fevereiro de 2025**. Na entrevista, realizada nas instalações da Myos em Lisboa, foram entrevistadas *Inês Afonso Lopes* da Myos, que apresentou algumas das medidas abordadas na petição, e *Anabela Pelica* da APJOF, que deu o testemunho da sua experiência enquanto doente. Para além da perspetiva das associações e doentes, foram ainda entrevistados posteriormente dois médicos reumatologistas, o *Prof. Dr. Jaime Branco* e o *Prof. Dr. Pereira da Silva*.

Vídeo no Site da SIC Notícias:

<https://sicnoticias.pt/saude-e-bem-estar/2025-02-03-video-deixei-de-trabalhar-doentes-com-fibromialgia-querem-que-seja-considerada-doenca-cronica-ef7abf85>

Vídeo no Facebook da SIC Notícias: <https://www.facebook.com/reel/1290721565511995>

PORTO CANAL: Entrevista em direto realizada nas instalações do canal televisivo, **no dia 5 de março de 2025**. Nesta entrevista estiveram presentes a *Enf. Catarina Vasconcelos* da APJOF, em representação das associações, e o médico reumatologista *Dr. Diogo Guimarães da Fonseca*.

Vídeo no Site do Porto Canal:

https://portocanal.sapo.pt/um_video/7749571334

2.2 – Grupo de trabalho colaborativo das Associações de EM/SFC e da Associação de COVID Longa (CL)

Durante o ano de 2025 deu-se continuação ao **Grupo de Trabalho colaborativo de duas associações de Encefalomielite Miálgica/Síndrome de Fadiga Crónica (EM/SFC)** - as associações MYOS e EM-Movimento - **com a associação de COVID Longa (CL)** - a associação APCL. O objetivo deste grupo é de desenvolver ações conjuntas para reforçar a defesa e representação dos doentes com EM/SFC e com CL em Portugal. A conjugação de esforços resulta do reconhecimento das ligações estreitas entre estas duas condições clínicas, que partilham desafios comuns ao nível do diagnóstico, acompanhamento e organização da resposta no sistema de saúde, tal como tem sido evidenciado internacionalmente, justificando assim a importância de uma abordagem coordenada e integrada. Durante o ano foram realizadas algumas reuniões de trabalho para definição de iniciativas conjuntas a desenvolver e foi mantido contacto continuado durante a implementação das iniciativas. A Myos foi representada neste trabalho conjunto por Muna Sidarus e Inês Afonso Lopes, membros da direção nacional.

– Apoio Institucional ao 1º Seminário sobre EM/SFC da EM Movimento

A Myos foi convidada a ser uma das **Parceiras Institucionais** do “**1º Seminário de Encefalomielite Miálgica/Síndrome da Fadiga Crónica - Reconhecer, Diagnosticar e Investigar**” tendo ajudado na divulgação. Este evento foi uma iniciativa **promovida pela Associação EM-Movimento**, que contou com o apoio da **Faculdade de Ciências da Saúde e Enfermagem da Universidade Católica do Porto** para a organização do mesmo. O seminário, destinado a profissionais de saúde, investigadores e estudantes, realizou-se no dia 7 de março, no auditório da Universidade Católica do Porto. Teve como objetivo promover um espaço de debate e reflexão sobre a EM/SFC com foco nos desafios do diagnóstico, tratamento e apoio às pessoas que sofrem desta condição incapacitante. Entre os palestrantes estiveram reunidos alguns dos profissionais de saúde de várias especialidades, assim como investigadores, que se têm debruçado e dedicado ao acompanhamento ou estudo da EM/SFC em Portugal. A Myos esteve representada neste evento pela presidente Inês Afonso Lopes e pela Enf. Cibeline Ramos, sócia e voluntária da Myos na região do Porto. Este evento foi também um importante momento para estabelecimento de contactos e fortalecimento de parcerias, tendo sido a primeira oportunidade de reunir presencialmente representantes das 3 associações que compõem o Grupo de Trabalho de EM/SFC e CL.

– Reunião com Bastonário da Ordem dos Médicos

No dia 9 de dezembro, as **três associações estiveram reunidas com o Bastonário da Ordem dos Médicos**, Dr. Carlos Cortes, com o objectivo de **sensibilizar para a necessidade de coordenar esforços para implementar medidas de reconhecimento da EM/SFC e da CL** e definir estratégias para melhorar a gestão destas patologias no sistema de saúde em Portugal. Entre as diversas preocupações expressadas pelas associações, foi evidenciado que a falta de um reconhecimento formal da EM/SFC por parte da DGS e da ausência de diretrizes nacionais adequadas ao diagnóstico e tratamento da EM/SFC e da CL no Sistema Nacional de Saúde tem levado a um subdiagnóstico e a um generalizado mau acompanhamento destes doentes. Isso associado ao desconhecimento da maioria dos profissionais de saúde, sobre estas condições clínicas e suas gravidades e impactos, acaba por deixar muitos dos doentes no país desamparados. No decorrer da reunião foram definidas prioridades comuns e ficou reforçada a importância da articulação e cooperação entre as associações de doentes e as entidades profissionais para a promoção de cuidados de saúde mais adequados, baseados na evidência científica e nas necessidades reais dos doentes. Nesse sentido, foi feito um desafio para o ano de 2026, para associações apresentarem duas propostas preliminares de normas, uma relativa ao percurso assistencial da pessoa com EM/SFC e outra relativa ao percurso assistencial da pessoa com COVID Longa. Esses documentos preliminares seriam apresentados à Ordem dos Médicos para posterior apreciação com sugestões de revisão e melhoria por parte dos seus Colégios de Especialidade. Os documentos finais resultantes desta colaboração seriam então posteriormente apresentados em conjunto pela Ordem dos Médicos e as associações de doentes à DGS.

3 – Representação e colaboração com instituições estrangeiras

- Manteve-se durante o ano a representação da Myos, enquanto membro associado da **ENFA - European Network of Fibromyalgia Associations** (Rede Europeia de Associações de Fibromialgia), continuando a Myos, a ser representada pela Presidente Inês Lopes. A ENFA é um organismo que engloba 25 associações europeias de Fibromialgia com o objetivo de cooperar entre si para fortalecer o reconhecimento desta patologia, na Europa;
- A Myos manteve-se membro da **World ME Alliance (WMEA)**, sendo a sua representação, desempenhada pela Vogal da Direção Muna Sidarus. A WMEA é uma aliança internacional de associações de Encefalomielite Miálgica/Síndrome de Fadiga Crónica (EM/SFC), atuando tanto a nível internacional como dentro de cada país membro. Desenvolve um trabalho colaborativo entre as várias associações, de modo a alcançar mudanças positivas na vida das pessoas com EM/SFC. Ao longo do ano foram sendo organizadas reuniões para debater iniciativas conjuntas. Destaca-se ainda participação em várias reuniões com o intuito de desenvolver uma plataforma com conteúdos de Educação Médica, a qual numa primeira fase irá listar documentos sobre EM/SFC em várias línguas;
- No âmbito da representação da Myos na SIP PT, Muna Sidarus representou a SIP PT e a Myos numa Reunião da SIP Europa, incluindo formação sobre advocacia e presença numa sessão no Parlamento Europeu, ambos os eventos ocorreram em Bruxelas.

4 – Representação em eventos de carácter técnico-científico

- Participação na sessão “**Health System preparedness and migrants: lessons from the COVID-19 pandemic**”, que decorreu no dia 18 de fevereiro, através da plataforma Zoom, e contando com a participação de Esperanza Diaz, médica e diretora do Pandemic Centre da Universidade de Bergen e autora do livro *Migrant Health: A Primary Care Perspective*. Este foi o primeiro webinar de uma série dedicada aos sistemas e políticas de saúde, com o objetivo de promover o debate e a investigação comparativa a nível nacional e internacional. Foi organizado pelo NOVA Health Systems and Policies, um grupo de investigadores das várias faculdades da Universidade NOVA de Lisboa. Em representação da Myos esteve Muna Sidarus;
- Participação no **XXV Aniversário das Jornadas da ANDAR – Associação Nacional de Doentes com Artrite Reumatoide**, no dia 9 de abril, no Hotel Altis, em Lisboa. A Myos esteve presente com o seu stand institucional de divulgação. A acompanhar o evento, estiveram Carolina Lopes e Teresa Machado;
- Participação no **28º Fórum de Apoio ao Doente Reumático** organizado pela **LPCDR - Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas**, subordinado ao tema «**Saúde e Segurança nas Doenças Reumáticas**», que decorreu a 11 de abril, no Hotel Marina

Atlântico de Ponta Delgada, na Ilha de São Miguel. Fomos representados pela sócia Carolina Monteiro, coordenadora do Núcleo da Myos de Sta. Maria;

– Participação no **3.º Encontro sobre a Dor LibertaDor CorreDor**, organizado pela **SPLS - Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde**, a 24 de maio, no Jardim da Alameda/Biblioteca Municipal, em Faro. A Myos foi representada pelos sócios Artur Campelo, Rosa Galo e Cristina Sousa. Estes Encontros reforçam a importância da saúde centrada no cidadão, promovendo redes de apoio comunitário, e mobilizando conhecimento científico de forma acessível e transformadora. O encontro deste ano, incluiu além de um Momento Artístico de Abertura, quatro Sessões Práticas de Bem-Estar (Exercícios de alívio da dor em casa (Clínica Sales Marques / MyCenter); Degustação de comida saudável e saborosa (Vanessa Mendes); Concerto Meditativo Terapêutico (Rodrigo Mendes); Pintura Livre “CorreDor” (atividade artística de expressão emocional);

– Participação na **3ª Edição do Encontro Proximidade entre Farmacêutico e o Cidadão**, subordinado ao tema **"Melhor informação, mais saúde"**, organizado pela **Plataforma Saúde em Diálogo e a Ordem dos Farmacêuticos**, a 17 de junho, no Auditório da Ordem dos Farmacêuticos, em Lisboa. O evento começou pela conferência “Strengthening Patient Information in Europe: The EURORDIS Approach and Cross-Organisational Collaboration”, que foi mote à abordagem de desafios sobre partilha de informações fidedignas relacionadas com o uso racional do medicamento, a prevenção da doença e a promoção da saúde. Foi apresentado o site Área do Cidadão do Centro de Informação do Medicamento, partilharam-se testemunhos e experiências, assim como projetos e iniciativas sobre a utilização dos serviços de saúde e a intervenção do farmacêutico na comunidade. Em representação da Myos esteve Carolina Lopes;

Link para Área do Cidadão no site: <https://ordemfarmaceuticos.pt/pt/cidadao/>

– Participação na **3ª Sessão da iniciativa “Innovation Talks: Ligados pela inovação em saúde”**, subordinada ao tema: **‘Medicina Personalizada: O Futuro é agora?’**, que foi organizada pela **Plataforma Saúde em Diálogo** e decorreu a 27 de junho, no Auditório da Ordem dos Farmacêuticos, em Lisboa. Esteve presente Muna Sidarus, em representação da Myos;

– Participação na Sessão **“Dados que Contam: Participação e Cocriação de Valor no Espaço Europeu de Dados de Saúde”**, no dia 3 de julho, organizada pela **Academia para a Capacitação das Associações de Doentes (ACAD)**, uma iniciativa da Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP-NOVA). Esta sessão deu a conhecer o que muda com a implementação do Espaço Europeu de Dados em Saúde e em que medida este pode apoiar utentes, profissionais de saúde, investigadores e decisores. Em representação da Myos esteve Muna Sidarus;

– Participação no **1º. Ciclo de Conferências da ANDAR**, dedicado ao tema: **“O sono e o sonho nas doenças reumáticas”**, que contou com os palestrantes, o Profª. Teresa Paiva - Médica Neurologista e o Prof. Gustavo Jesus – Médico Psiquiatra. Aconteceu no dia 24 de julho, na Sala Roma II do Hotel Altis, em Lisboa. Com este 1º Ciclo, deu-se início a uma série de conferências, promovidas pela ANDAR, sobre temas relacionados com a

saúde e tendo por objectivo informar, educar e envolver os doentes e a comunidade. Em representação da Myos esteve Carolina Lopes;

– Participação na **Sessão Informativa sobre Segurança de Medicamentos**, a 17 de setembro, por ocasião do Dia Mundial da Segurança dos Doentes. O evento, que decorreu nas instalações da Sanofi, visou fortalecer e reforçar a colaboração entre os diferentes parceiros do setor da saúde, alinhando a perspetiva das pessoas que vivem com doença com as práticas regulamentares em Farmacovigilância. Focou centralmente, a capacitação para a elaboração de notificações no Portal RAM e a apresentação do projeto RADAR. Esteve presente Helena Abreu;

– Participação no **9º Congresso APDI**, este ano subordinado ao tema “**A Humanização dos Cuidados de Saúde na Doença Inflamatória do Intestino**”. O evento decorreu no dia 11 de outubro, na Secção Regional do Norte da Ordem dos Médicos, no Porto. A Myos foi representada por Cibeline Ramos;

– Participação na **Conferência “10 anos da Associação Dignidade”**, que teve por temas centrais o acesso digno ao medicamento e a importância do empreendedorismo social na resposta a diversos desafios da sociedade. O evento contou com o Alto Patrocínio do Presidente da República e reuniu representantes do setor social, da saúde e da economia social. Realizando-se no dia 4 de novembro, no **Auditório da Associação Nacional das Farmácias, em Lisboa**, contou também com transmissão online. A Myos fez-se representar por Carolina Lopes;

– Participação no **XXVII Congresso Português de Reumatologia**, organizado pela **SPR – Sociedade Portuguesa de Reumatologia**, que se realizou entre 5 e 8 de novembro, no Palácio de Congressos do Algarve, na Herdade dos Salgados, em Albufeira. A Myos foi uma das associações convidadas a participar neste importante evento médico através de um **stand institucional de divulgação da Myos** e as doenças que representa. A representação da Myos neste evento esteve a cargo de Muna Sidarus, que também submeteu os resultados do projeto de estágio do seu Curso de Medicina, junto de alguns dos sócios, na Associação. Deste modo, a Myos também esteve representada na zona de exposição deste evento científico com a apresentação do **poster intitulado “Sistema Integrado de Saúde e Bem-Estar Multidisciplinar”** por parte de Muna Sidarus;

– Participação na **Conferência Anual da Plataforma Saúde em Diálogo**, desta vez dedicada ao tema: “**Acesso ao medicamento: mais equidade, mais sustentabilidade e melhor saúde**”. Decorreu a 3 de dezembro no auditório da PLMJ, em Lisboa. Em representação da Myos, presentes na assistência, estiveram Carolina Lopes e Helena Abreu.

5 – Formação (participação como formandos)

– Participação na **6ª edição do Programa da Academia para a Capacitação das Associações de Doentes (ACAD)**, durante o ano letivo 2024-2025. Este programa é

desenvolvido pela Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP-NOVA), com o apoio da Roche. O projeto tem por finalidade a capacitação de representantes de associações e advocates que pretendem defender os interesses de pessoas em situação de doença, contribuindo para os preparar para a gestão e tomada partilhada de decisão em contexto de políticas de saúde. Durante esta 6ª edição, as iniciativas em que se envolveram as organizações e associações participantes, refletindo oportunidades e desafios no trabalho colaborativo entre si, foram as seguintes:

- **Laboratório sobre Comunicação Digital**, com sessões, via Zoom, nos dias 11, 13 e 18 de março;
- **Campanha de advocacy “Participar para Transformar”**, co-desenhada por um conjunto de Associações, de entre as quais a Myos, através da participação de Rosário Bento. A campanha foi lançada no Instagram a 8 de setembro, propondo-se a consciencializar a sociedade civil para a importância da participação pública em saúde, dando a conhecer boas práticas, experiências ilustrativas do envolvimento dos cidadãos e identificando desafios que ainda comprometem uma participação efetiva e significativa dos cidadãos em contexto de saúde.

– Participação no **Encontro Anual GSK / ViiV Healthcare** com representantes de associações e grupos de pessoas com a doença. Esta foi a 13.ª edição destes Encontros, desta vez dedicando-se ao tema **“Novos desafios em saúde numa ordem global em transformação: como garantir equidade, acesso, segurança e sustentabilidade em tempos de mudança”**. O evento decorreu em formato híbrido, no dia 21 de novembro. Esteve presente na assistência, por parte da Myos, Carolina Lopes;

– Participação no evento de abertura da **7ª edição da ACAD - Academia para a Capacitação das Associações de Doentes**, promovido pela ENSP NOVA com o apoio da Roche. **“Alianças em Saúde: Construir e Inovar em Colaboração”**, foi o mote desta primeira iniciativa, que inaugurou um novo ciclo da ACAD, para o ano letivo 2025-2026, dedicado ao fortalecimento e empoderamento do movimento associativo em Portugal, destacando o papel das alianças e das parcerias colaborativas enquanto motor de transformação social, política e organizacional no campo da saúde. Estiveram presentes representando a Myos, Inês Lopes e Helena Abreu. Decorreu no dia 25 de novembro, na sede da Roche Portugal, na Amadora.

6 – Colaboração com estudos académicos e/ou formação profissional

– A associação MYOS, **apoiou durante o ano 2025, estudantes de cursos ligados à saúde** em 4 teses de final de mestrado, nas áreas de Fisioterapia em Condições Músculo-esqueléticas, Gestão de Serviços de Saúde, Psicologia Clínica, e Psicologia Clínica com base na Dor Crónica; e ainda, de 1 tese de doutoramento, na área de Ciências do Desporto. De forma a apoiar estes estudantes, fez-se o encaminhamento por e-mail dos diversos estudos e respetivos questionários para os sócios da Myos, dando

oportunidade de preencher, participar e ajudar contribuindo para a formação e o conhecimento de novos profissionais de saúde;

– À semelhança de anos anteriores, a Myos continuou a receber **estudantes de 1º ano de Medicina**, da **Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa**, no âmbito do **Módulo III.I - “Medicina Clínica: O médico, a pessoa e o doente”** da área disciplinar de Introdução à Medicina. As visitas educativas dos dois grupos de estudantes realizaram-se na sede da Myos nos dias 5 e 13 de novembro. Os estudantes receberam noções sobre Fibromialgia (FM) e sobre Encefalomielite Miálgica/Síndrome de Fadiga Crónica (EM/SFC), foi dado a conhecer o dia-a-dia dos associados e as dificuldades por eles sentidas na gestão da sua doença. Nas visitas, foi também dada a conhecer a associação e o trabalho desenvolvido;

– Em 2025, a Myos foi uma das quatro associações que **integrou o Projeto Patient Partners - Ensino Médico**, promovido pela NOVA Medical School, com o apoio da SPR - Sociedade Portuguesa de Reumatologia e da LPCDR - Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas. O objetivo do projeto é promover a participação de pessoas com doença, enquanto parceiros, no apoio à educação de futuros profissionais de saúde. Ele decorre ao longo do ano lectivo de 2025/2026, na **formação de alunos de 4º ano do curso de Medicina da NOVA Medical School, no âmbito dos seus estágios em Reumatologia realizados no Hospital Egas Moniz**. No primeiro ano de implementação, o projeto **abrangeu apenas três doenças reumáticas, Fibromialgia, Artrite Reumatóide e Espondiloartrite Axial**. Cada associação parceira escolheu dois membros para participar no projeto. Em representação da Myos e da Fibromialgia estiveram envolvidos Inês Afonso Lopes e Muna Sidarus. As sessões com os alunos decorreram semanalmente, alternando a cada semana entre as três doenças reumáticas e os sete membros selecionados pelas associações para contribuir com o seu testemunho enquanto doentes;

– A Myos apoiou o **Projeto SELFIE, um programa de fisioterapia adaptado para pessoas com Fibromialgia**, que foi desenvolvido pelo **Departamento de Fisioterapia da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal (ESS-IPS)**, no âmbito do protocolo de cooperação existente desde 2013 entre a Myos e este instituto. A implementação deste projeto esteve a cargo de **estudantes finalistas de licenciatura de fisioterapia da ESS-IPS**. O programa SELFIE, teve a **duração de 12 semanas, com 3 sessões semanais**, nas quais as estudantes realizaram sessões individuais com as participantes através de videochamada. A Myos colaborou neste projeto com a divulgação e apoio ao recrutamento de participantes entre os associados e seguidores das redes sociais, assim como, com a disponibilização do espaço da sede nacional em Lisboa para realização dos testes iniciais e finais de avaliação dos participantes. Após a conclusão do estudo, a Myos foi convidada a estar presente na **15ª Edição do Ciclo de Debates “Projetos de intervenção comunitária e investigação 2025”**, no dia 24 de junho, no auditório da ESS-IPS, em Setúbal. Em representação da Myos esteve Inês Afonso Lopes que fez parte do júri de avaliação dos trabalhos desenvolvidos no âmbito deste projeto;

- A Myos manteve a colaboração com o projeto **PULPIT – Public and Patient Involvement in Interprofessional Education of Undergraduate Healthcare Students**, a decorrer desde 2023. O ano de 2025 foi de preparação de um **Estudo Delphi**, um processo estruturado de recolha e tratamento da opinião de especialistas, tendo por objetivo desenvolver um conjunto de recomendações baseadas em evidência para orientar a integração do Envolvimento Público e dos Doentes (PPI) e da Educação Interprofissional (IPE) nos currículos de saúde do ensino superior. Da Direção da Myos, esteve Muna Sidarus, que integrou o quadro de especialistas que participaram no estudo e que teve vista alcançar um consenso internacional baseado nas recomendações, nas áreas supra referidas;
- A Myos apoiou o **Serviço de Reumatologia da ULS Região de Aveiro** na divulgação de um estudo internacional em que este participou. O estudo, designado **COVAD-3**, **pretendeu avaliar o impacto de diversas doenças reumáticas** na qualidade de vida dos doentes.

7 – Comunicação institucional

- **Site Institucional da Myos (www.myos.pt)**: Em 2025 foi mantido o funcionamento do site da Myos que é um importante veículo de informação da associação;
- **Páginas institucionais da Myos nas Redes Sociais (Facebook, Instagram e LinkedIn)**: manteve-se, dentro das possibilidades, a dinamização das páginas da Myos nas redes sociais, com a publicação de notícias relacionadas com a atividade da Myos;
- A Myos foi **convidada, pela equipa de Comunicação e Relações Públicas dos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde (SPMS)**, que é **responsável pela gestão das redes sociais do SNS** (Sistema Nacional de Saúde), **para uma colaboração na área da comunicação com o cidadão**. No âmbito do Dia Mundial da Fibromialgia, que se assinala a 12 de maio, esta equipa elaborou alguns materiais de comunicação, nomeadamente um Reel (vídeo curto) e um Carrossel (sequência de imagens), que foram inspirados no conteúdo disponível no site da Myos. Foi pedido o apoio da associação na revisão dos conteúdos criados para estes materiais e foram depois incorporadas as sugestões que a Myos apresentou para melhoria da mensagem a transmitir. Estes **conteúdos desenvolvidos foram divulgados nos dias 12 e 13 de maio nas páginas oficiais do SNS e da Myos, nas redes sociais Facebook e Instagram**. Foi utilizada a funcionalidade de “*publicação colaborativa*”, que permitiu que as duas contas, SNS e Myos, partilhassem a autoria de uma única publicação no feed ou de um Reel. Esta publicação cruzada também permitiu que os seguidores das duas contas pudessem ver em simultâneo a publicação, aumentando assim o alcance de visibilidade do conteúdo e potenciando as interações recebidas. Foi também uma oportunidade de divulgar a associação junto dos seguidores das contas do SNS nas redes sociais, apresentando a associação como um parceiro estratégico.

Publicações no Facebook do SNS:

(Reel) <https://www.facebook.com/reel/623924837357880>

(Carrossel)

<https://www.facebook.com/sns.gov.pt/posts/pfbid02poeK2oUrJLYtyUb4ykBpCGRzzSnnKj2atv18oonHX9PZw9Uk1xEXED8KksXxvwNAI>

Publicações no Instagram do SNS:

(Reel) <https://www.instagram.com/reel/DJjQNiFM0gt/>

(Carrossel) <https://www.instagram.com/p/DJmDt16svrf/>

8 – Funcionamento Interno

- **Tarefas administrativas:** Durante os últimos 3 meses passou-se a contar com o apoio de uma administrativa para a organização da contabilidade mensal da Myos, organização e despacho de e-mails institucionais, ajuda na elaboração de relatórios e planos anuais, e ainda em atividades de convívio e formação disponibilizadas aos sócios na sede nacional;
- **Protocolos de cooperação:** Durante 2025, manteve-se a atualização das listas de protocolos de cooperação da Myos, que oferecem descontos aos sócio no acesso a consultas, análises e tratamentos. Estas listas incluem acordos com médicos e profissionais de saúde a título individual, clínicas com diversas especialidades médicas, laboratórios de análises e exames, farmácias, termas, ginásios, centros de fisioterapia, apoio domiciliário, centros de terapias complementares, etc. Ao longo do ano foram estabelecidos novos protocolos de descontos (nomeadamente com a Clínica das Conchas, com a Affidea, com a Animus, com o LabMED), e renovados outros já existentes. Fizeram-se ainda diversos protocolos com Termas Medicinais.

9 – Atendimento a sócios e doentes e atividades para sócios

- **Apoio aos sócios e seus familiares:** Durante o ano, manteve-se o atendimento a funcionar principalmente via telefone e e-mail, assegurado pela voluntária Maria Carolina Lopes no horário habitual de atendimento (2^{as}, 4^{as} e 6^{as}-feiras, das 14h e 18h). Sempre que necessário, sob marcação prévia, disponibilizou-se o atendimento presencial na sede da Myos, deslocando-se nessas ocasiões uma voluntária para fazer o efeito. Este apoio continuou a revelar-se uma via para manter a filosofia de proximidade entre a Myos e as pessoas que apoia;
- **Apoio a pessoas que nos procuraram para se tornar sócios,** concretizando a sua inscrição e orientando para os serviços clínicos e terapêuticos pretendidos e prestando as informações necessárias;

- **Consultas na sede para os sócios:** Mantiveram-se na sede nacional, em Lisboa, as **consultas de Psicologia Cognitivo-Comportamental** com a Prof.^a Dra.^a Rita Canaipa, os tratamentos de **Massagem Terapêutica** com a terapeuta Carla Fernandes;
- **Sessões de Yoga Funcional:** retomou-se com regularidade as aulas de Yoga na sede da Myos, todas as terças e sextas feiras, no horário das 13 às 14h. Com estas sessões, disponibilizamos aos sócios, a possibilidade de exercitarem uma prática que combina os princípios do yoga tradicional com técnicas de treino funcional, respeitando as particularidades de cada corpo e promovendo movimentos suaves, coordenados com a respiração, e adaptados para quem tem Fibromialgia;
- Lançamento do **Programa coSaBE** (**co**aching em **Sa**úde e **Bem-E**star), que consiste em sessões de *coaching* de saúde e bem-estar e que foi desenvolvido por Muna Sidarus, médica e membro dos órgãos sociais da Myos. Esta programa ficou disponível para os sócios da Myos, através de sessões online ou presenciais;
- **Partilha de informações com os sócios:** mantivemos o contacto através do envio de e-mails, de modo que os sócios encontrassem informações pertinentes, nomeadamente sobre a associação, iniciativas desenvolvidas, investigação e cuidados de saúde. Mantivemos o encaminhamento de questionários para estudos/investigações que solicitaram o apoio e participação dos sócios;
- Divulgação do evento em celebração do **Dia Nacional da Luta Contra a Dor e os 5 anos da Unidade de Tratamento da Dor do Cluster Lusíadas Algarve**, promovido pelo **Grupo Lusíadas do Algarve**. Os sócios da Myos desta região, foram convidados a usufruir de uma sessão gratuita, entre os dias 17 e 18 de outubro, e podendo assim explorar as novidades em que se associa a realidade virtual ao tratamento da dor, através de experiências imersivas de relaxamento para controlar a dor, reduzir o stress e melhorar a qualidade de vida.

**MYOS – Associação Nacional Contra a Fibromialgia e
Síndrome de Fadiga Crónica
Demonstrações Financeiras**

Exercício de 2025



Índice

Demonstrações financeiras do exercício findo em 31 de dezembro de 2025

• Balanço em 31 de dezembro de 2025.....	3
• Demonstração dos Resultados de 2025.....	4
• Demonstração dos Fluxos de Caixa de 2025.....	5
• Anexo	
1. Nota introdutória.....	6
2. Referencial contábilístico de preparação das demonstrações financeiras.....	6
3. Principais políticas contábilísticas	7
4. Fluxos de caixa.....	7
5. Estado e Outros Entes Públicos	7
6. Prestação de Serviços.....	7
7. Subsídios à Exploração.....	8
8. Custos com o Pessoal.....	8
9. Fornecimentos e Serviços Externos.....	8

BALANÇO INDIVIDUAL
DEZEMBRO 2025

		Montantes expressos em EURO		
RUBRICAS	NOTAS	EXERCÍCIOS		
		2025	2024	
ATIVO				
Ativo corrente:	4			
Outros ativos correntes		8,00	8,00	
Caixa e depósitos bancários		48 985,65	46 934,42	
		48 993,65	46 942,42	
Total do Ativo		48 993,65	46 942,42	
CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO				
Capital próprio:				
Resultados transitados			46 942,42	44 974,95
Resultado líquido do período			2 051,23	1 967,47
Total do capital próprio		48 993,65	46 942,42	
Passivo				
Total do passivo		0,00	0,00	
Total do Capital Próprio e do Passivo		48 993,65	46 942,42	

A Direcção:_____

O Contabilista certificado:_____

MYOS - Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome da Fadiga Crónica

DEMONSTRAÇÃO INDIVIDUAL DOS RESULTADOS POR NATUREZAS

De Janeiro até Dezembro

Montantes expressos em
EURO

RUBRICAS	NOTAS	EXERCÍCIOS	
		2025	2024
RENDIMENTOS E GASTOS			
Vendas e serviços prestados	6	4 950,00	4 615,00
Subsídios à exploração	7	8 245,94	27 696,41
Fornecimentos e serviços externos	9	(10 958,13)	(30 241,46)
Outros rendimentos		0,41	0,02
Outros gastos		(186,99)	(102,50)
Resultados antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		2 051,23	1 967,47
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		2 051,23	1 967,47
Resultado antes de impostos		2 051,23	1 967,47
Resultado líquido do período		2 051,23	1 967,47

A Direcção: _____

O Contabilista certificado: _____

MYOS - Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome da Fadiga Crónica

DEMONSTRAÇÃO DOS FLUXOS DE CAIXA

31 de Dezembro 2025

	NOTAS	PERÍODO	
		2025	2024
Fluxo de caixa das atividades operacionais:			
Recebimentos de clientes		13 196,35	19 939,91
Pagamentos a fornecedores		(11 145,12)	(30 325,42)
Pagamentos ao Pessoal		0,00	0,00
Fluxo gerado pelas operações		2 051,23	(10 385,51)
Fluxos de caixa das atividades operacionais (1)		2 051,23	(10 385,51)
Fluxo de caixa das atividades de investimento			
Fluxos de caixa das atividades de investimento (2)		0,00	0,00
Fluxo de caixa das atividades de financiamento:			
Fluxos de atividades financeiras (3)		0,00	0,00
Variação de caixa e seus equivalentes (1+2+3)		2 051,23	(10 385,51)
Efeito das diferenças de Câmbio		0,00	0,00
Caixa e equivalentes no início	4	46 934,42	57 319,93
Caixa e equivalentes no final	4	48 985,65	46 934,42

A Direcção: _____

O Contabilista certificado: _____

MYOS – Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome de Fadiga Crónica
Anexo às Demonstrações Financeiras
para o exercício findo em 31 de dezembro de 2025

(Valores expressos em euros)

1. Nota introdutória

MYOS – Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome de Fadiga Crónica, de ora em diante designada de Associação ou simplesmente pela designação MYOS, com o NIF 508 931 878 com sede sita em Avenida Santos Dumont, n.º67, 1º em Lisboa, tendo como principal actividade a defesa do doente e o desenvolvimento do conhecimento dos doentes, técnicos de saúde e do público em geral acerca da fibromialgia e da Síndrome de fadiga crónica.

2. Referencial contabilístico de preparação das demonstrações financeiras

a) Referencial Contabilístico

Em 2025 as demonstrações financeiras, foram preparadas de acordo com o referencial do Sistema de Normalização Contabilística – Setor Não Lucrativo (SNC - SNL), que integra as Normas Contabilísticas de Relato Financeiro (NCRF), adaptadas pela Comissão de Normalização Contabilística (CNC) a partir das Normas Internacionais de Relato Financeiro (IFRS – anteriormente designadas por normas internacionais de contabilidade) emitidas pelo International Accounting Standards Board (IASB) e adotadas pela União Europeia (EU).

b) Pressuposto da continuidade

As demonstrações financeiras anexas foram preparadas no pressuposto da continuidade das operações, a partir dos livros e registos contabilísticos da Associação, mantidos de acordo com os princípios contabilísticos geralmente aceites em Portugal.

c) Regime do acréscimo

A Associação regista os seus rendimentos e gastos de acordo com o regime do acréscimo, pelo qual os rendimentos e ganhos são reconhecidos à medida que são gerados, independentemente do momento em que são recebidos ou pagos. As diferenças entre os montantes recebidos e pagos e os correspondentes rendimentos e gastos são registados nas rubricas de “Devedores e credores por acréscimos e diferimentos”.

d) Eventos subsequentes

Os eventos após a data do balanço que proporcionem informação adicional sobre condições que existiam nessa data são refletidos nas demonstrações financeiras.

Caso existam eventos materialmente relevantes após a data do balanço, são divulgados no anexo às demonstrações financeiras.

e) Derrogação das disposições do SNC

Não existiram, no decorrer do exercício a que respeitam estas demonstrações financeiras, quaisquer casos excecionais que implicassem a derrogação de qualquer disposição prevista pelo SNC.

3. Principais políticas contabilísticas

As principais políticas de contabilidade aplicadas na elaboração das demonstrações financeiras são as que abaixo se descrevem. Estas políticas foram consistentemente aplicadas a todos os exercícios apresentados, salvo indicação em contrário.

3.1 Moeda funcional e de apresentação

As demonstrações financeiras são apresentadas em euros. O euro é a moeda funcional e de apresentação.

3.2 Caixa e equivalentes de caixa

Esta rubrica inclui caixa, depósitos à ordem em bancos e outros investimentos de curto prazo de alta liquidez com maturidades até três meses.

4. Fluxos de caixa

Em 31 de Dezembro de 2025 e 2024, os saldos de Caixa, Depósitos Bancários e Equivalentes de Caixa, apresentavam-se como se segue:

	<u>31/dez/25</u>	<u>31/dez/24</u>
Caixa	0,00	8,51
Depósito à Ordem	<u>48 993,65</u>	<u>46 925,91</u>
Caixa e Depósitos à Ordem	<u><u>48 993,65</u></u>	<u><u>46 934,42</u></u>

Todos os saldos de caixa e os seus equivalentes estão disponíveis para uso, sendo, portanto, passíveis de realizar no curto prazo, não existindo quaisquer penhoras ou garantias prestadas sobre estes activos.

5. Estado e Outros Entes Públicos

Não existem dívidas à Administração Tributária, nem à Segurança Social.

6. Prestação de Serviços

As prestações de serviços, nos exercícios de 2025 e 2024 referem-se a quotas dos sócios.

7. Subsídios à Exploração

Os Subsídios à Exploração, nos exercícios de 2025 e 2024 divide-se da seguinte forma:

	<u>31/dez/25</u>	<u>31/dez/24</u>
Donativos Recebidos	84,60	230,23
Donativos Atribuídos pelo Tribunal	1 750,00	1 512,00
Apoio Conferência	0,00	21 888,93
Consignação IRS	5 511,37	3 750,07
Consignação IVA	<u>899,97</u>	<u>315,18</u>
	<u>8 245,94</u>	<u>27 696,41</u>

* 1ª Conferência Internacional sobre Avanços Clínicos e Científicos em Encefalomielite Miálgica/Síndrome de Fadiga Crónica (EM/SFC) e COVID Longa

8. Custos com o Pessoal

A Myos não tem trabalhadores dependente, sendo que a sua actividade é desenvolvida com o trabalho de voluntários e associados que não auferem qualquer tipo de remuneração.

9. Fornecimentos e Serviços Externos

A rubrica de Fornecimentos Externos, nos exercícios de 2025 e 2024 apresenta a seguinte repartição:

	<u>31/dez/25</u>	<u>31/dez/24</u>
Serviços Especializados	3 846,25	12 600,98
Materiais	664,05	1 066,74
Eletricidade	400,35	468,07
Água	270,82	305,13
Desloc. E Transportes	1 617,80	3 802,93
Rendas	2 837,46	2 115,54
Comunicação	1 103,99	1 145,64
Limpeza. Higiene e Conforto	119,21	110,11
Outros Serviços	<u>98,20</u>	<u>8 626,32</u>
	<u>10 958,13</u>	<u>30 241,46</u>

No ano de 2024 houve um aumento significativo desta rubrica á realização da 1ª Conferência Internacional sobre Avanços Clínicos e Científicos em Encefalomielite Miálgica/Síndrome de Fadiga Crónica (EM/SFC) e COVID Longa, sendo que estes foram totalmente suportados pelos apoios e donativos angariados (ver nota 7).

O CONTABILISTA CERTIFICADO

A DIRECÇÃO