

# Jornal do Dador

N.º 26 — Edição trimestral

**23<sup>o</sup>** Convívio Nacional  
e 17<sup>o</sup> Convívio Internacional de  
Dadores Benévolos de Sangue

BORBA . SÁBADO . 8 JULHO . 06

## Células Estaminais do Sangue do Cordão Umbilical

**A**s células estaminais são células que se podem diferenciar em diversos tipos celulares, tendo igualmente a capacidade de se auto-renovar e dividir indefinidamente.

Uma fonte de células estaminais (além de outras, como o transplante de medula óssea) é o sangue do cordão umbilical.

## Cantinho histórico



**A**lhós Vedros, deriva da palavra latina "*Alius Vetus*", que, evoluindo através dos tempos deu origem ao vocábulo *velho* e *vedros*, de significado idêntico.

## A evolução...



**D**esde a última edição deste jornal, em que demos início à construção da nova Sede Social, a obra tem avançado a bom ritmo. Neste momento estamos na fase da instalação eléctrica.

Todo este trabalho só foi possível graças à solidária parceria entre a nossa Associação, Instituto Português do Sangue, Câmara Municipal da Moita, Junta de Freguesia da Baixa da Banheira e a Firma Alfredo Floriano e Filho.

Contamos ainda com a preciosa contribuição, quer monetária quer em materiais, de algumas empresas do Concelho da Moita e não só.

**14<sup>o</sup>**

**Aniversário**

**A** Associação de Dadores de Sangue da Baixa da Banheira irá realizar o seu XIV aniversário no dia 18 de Junho nas futuras instalações da nova Sede Social.

Se é nosso associado e quer participar nestas comemorações inscreva-se.

A sua participação é fundamental.

## Grupos sanguíneos e sua compatibilidade

GRUPOS SANGUÍNEOS			
Grupo . Sanguineo	%	Grupo Sanguineo	%
A RH +	38 %	A RH -	7 %
B RH +	8 %	B RH -	4 %
O RH +	36 %	O RH -	6 %
AB RH +	4 %	AB -	0,6 %

COMPATIBILIDADE DOS GRUPOS SANGUÍNEOS		
Se É	Pode Receber de	Pode dar a
A RH +	A +, A - 0 +, 0 -,	A +, AB +
B RH +	B+, B-, 0 +, 0 -	AB +, B +
O RH +	0 +, 0 -	0 +, A+, B+, AB+
AB RH +	Todos + e -	AB +
A RH -	A-, 0 -	A-, A+, AB-, AB+
B RH -	B-, 0 -	B-, B+, AB -, AB+
O RH -	0-	Todos + e -
AB RH -	Todos RH-	AB -, AB +

## Ficha Técnica



Propriedade: Associação de Dadores de Sangue da Baixa da Banheira.

Av. Capitães de Abril nº 23,  
2835-022 Baixa da Banheira.

Tel. 212020139

Fax: 212025440

E-mail: [dadores-sangue@sapo.pt](mailto:dadores-sangue@sapo.pt)

Impressão: Câmara Municipal da Moita

Tiragem: 1.400 exemplares

## Índice

Ficha técnica	2
Homenagem	3
A evolução...	4
O apelo...	6
14º aniversário	7
Passatempos	7
Cantinho histórico	8
Colheitas de sangue	9
Células estaminais do sangue do cordão umbilical	10
Convívio Nacional de Dadores Benévolos de Sangue	11
Culinária	12

## **Homenagem**



Faleceu no passado dia 12 de Março o nosso amigo e companheiro, Armando Pereira Rosa Pólvara, Vice-Presidente da Direcção desta prestigiada Associação de Dadores de Sangue.

À família enlutada e em nome dos Órgãos Sociais desta Associação e demais Dadores de Sangue, apresentamos as mais sentidas condolências.

Armando Pereira esteve e estará sempre presente no seio desta Associação, a casa que ele ajudou a criar e à qual deu sempre o melhor de si próprio.

“Armando partiste sem ver totalmente concretizada a obra da nossa nova Sede Social. Assististe ao início deste evento pelo qual tanto lutaste para que fosse realizado. Onde quer que estejas, os nossos agradecimentos por tudo o que de bom fizeste. Estarás sempre na memória de todos os teus colegas que fazem parte dos Corpos Sociais desta Associação.”

Fica aqui a nossa homenagem

**A Direcção**

### **Adeus Amigo**

Nas asas da morte voaste  
E de nós te ausentaste  
Todos temos o tempo determinado  
É o que diz o Jesus amado

Temos o tempo de viver  
E o tempo de morrer  
Há o tempo de chegar  
E o tempo de regressar

Para nós o tempo parou  
Porque de um amigo sensato como tu  
A morte inesperada a todos chocou  
Tiveste pressa de partir  
Mas sabias que um dia tinhas que ir

Partiste sem nada dizeres  
Desalentado e sem esperança  
Não quiseste enfrentar a doença  
E esperares para mais anos viveres

Dois filhos sem teu ombro para chorar  
Sem a tua voz amiga para os confortar  
Uma esposa que vai sofrer a solidão  
Cada noite que passa na escuridão

Deixaste a ditosa tristeza  
De jamais contigo acompanhar  
Porém resta a certeza  
Que a tua obra vai continuar

Adeus amigo e até sempre.

**São Neto e Vítor Neto**



## A evolução...

A nossa obra continua a crescer. Seguem-se as principais fases, documentadas por data e com fotografias.

No dia 7 de Fevereiro ficou concluída a cofragem da lage e iniciou-se a ferragem da mesma.



A fase seguinte foi a de alvenaria, que teve início no dia 15 de Março.



A colocação da tubagem para a electricidade e incêndio teve início no dia 10 de Fevereiro.



No dia 13 do mesmo mês efectuou-se a betunagem da lage, ficando a obra parada durante 1 mês para que a lage solidificasse.

Não havendo espaço de arrumação no R/c aproveitamos racionalmente o sótão, construindo várias arrecadações.



## Continuação



No dia 12 de Abril deu-se início à colocação da telha, ficando esta fase concluída a 28 do mesmo mês.



Após a conclusão da fase de alvenaria iniciou-se no dia 3 de Abril o **reboco exterior**.



Neste momento demos início à instalação eléctrica. Este trabalho está a ser executado voluntariamente por um associado nosso, assim como todo o material eléctrico foi oferecido por uma empresa pertencente a um nosso associado.

## O apelo...

A rápida evolução da nossa Sede Social só foi possível graças à solidária parceria entre a nossa Associação, Instituto Português do Sangue, Câmara Municipal da Moita, Junta de Freguesia da Baixa da Banheira e a Firma Alfredo Floriano e Filho.

Nestes últimos meses alguns membros da Comissão de Obra, eleita por esta Associação para acompanhar a construção da nova Sede Social, têm visitado empresas do Concelho da Moita no sentido de angariar ajudas para finalizar a obra, uma vez que neste momento não temos verba para ir mais além.

Estas visitas têm dado frutos, pois para além de termos sido bem recebidos temos tido ajudas, essencialmente em termos materiais. Neste momento, para além da parte eléctrica, já referida anteriormente, temos a canalização que também foi oferecida, tanto a mão-de-obra como o material. Algumas empresas contribuíram com diversos materiais, tais como, alumínio, pedras mármore, portas interiores, entre outros.

Oportunamente divulgaremos as ajudas obtidas para que esta Associação concretize este sonho há muito acalentado.

Neste momento, os subsídios recebidos para efectuar esta obra já foram gastos, inclusive alguma verba amealhada por esta Associação ao longo destes 14 anos de existência. Temos apenas o suficiente para pagar as

despesas inerentes à nossa actividade.

### **A obra está em risco de parar.**

Estamos absolutamente convictos, que só será possível terminar a obra com a colaboração consciente e responsável, daqueles que se juntem a nós sabendo de antemão que todos somos potenciais candidatos a um dia termos necessidade de sangue para salvar a nossa vida ou a vida daqueles que nos são mais queridos.

Nesse sentido, solicitamos a sua preciosa contribuição para que o sonho se concretize e possamos com melhores condições, continuar o nosso trabalho humanitário para que o sangue nunca falte sempre que uma vida **que pode ser a sua**, estiver em causa.

Se todos contribuirmos, certamente que nos sentiremos muito mais em paz com a nossa consciência na eventualidade de um dia precisarmos do apoio desta Associação.

Antecipadamente Convictos, do bom acolhimento por parte de V. Ex.<sup>a</sup>, Aqui ficam os nossos mais profundos agradecimentos.

### **Dar Sangue é Dar Vida.**

## Convite

No dia 18 de Junho de 2006 esta Associação irá comemorar 14 anos de existência, em prol da população do concelho da Moita.

A cerimónia irá ter lugar nas instalações da futura sede social.

## Programa

**11:00—Recepção aos convidados nas instalações da futura Sede Social.**

**12:00—Visita às instalações da nova Sede Social.**

**13:00—Almoço.**

**15:00—Sessão solene com entrega de diplomas e medalhas aos dadores e certificados aos convidados.**

Terminamos a nossa festa com bolo de aniversário.

O local onde irá ser realizado o almoço tem capacidade para 200 pessoas, pelo que solicitamos confirmação até dia 11 de Junho, através de:

- carta;
- telefone n.º 212 020 139;
- fax n.º 212 025 440;
- e-mail: [dadores-sangue@sapo.pt](mailto:dadores-sangue@sapo.pt)

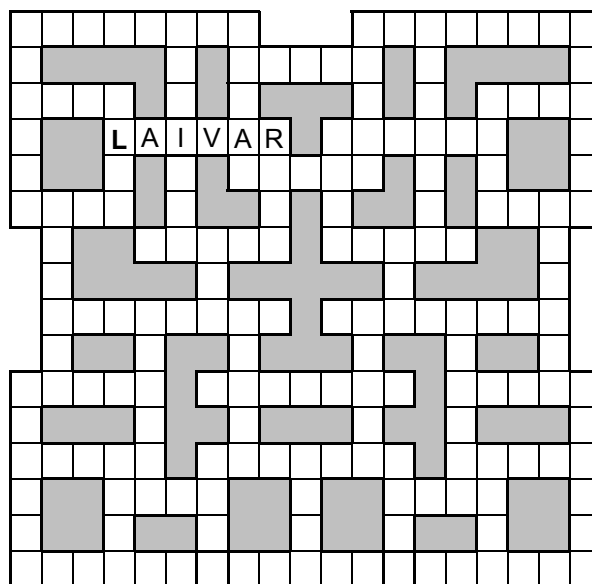
Esperamos que este dia tenha o brilho e a dignidade que os nossos associados merecem. A sua participação na comemoração do nosso aniversário é da maior importância.

## Passatempos

### CRUZADEX

Coloque no diagrama as palavras seguintes:

8	6	5	4	3
CABOTINO	ADREDE	ACUAR	AEDO	GAS
CINABRIO	AFAZER	AVEAO	AIEA	OCO
CONFEITO	AGUAPE	BORGA	ALMA	REI
IMEDIATO	CAUCHU	CIFRA	ARCA	UME
	INCOLA	CREDO	AVAL	
7	LAIVAR	DADOR	CAMA	
GAVETAO	NUNCIO	LORPA	CEAR	
NOVENTA	OBLATA	MUMIA	ERRE	
RABICHO	OPERAR	NAIFA	OBRA	
RINISMO	PINULA	NUNCA	ORAR	
	RAZOAR	ODIAR	RENA	
	ZARPAR	PORTE	UCHA	
		REGIO	UNHA	



## Cantinho Histórico



Alhos Vedros, deriva da palavra latina "*Alius Vetus*", que, evoluindo através dos tempos deu origem ao vocábulo *velho* e *vedros*, de significado idêntico.

São várias as explicações para a atribuição do nome, porém não existe qualquer conclusão. Geograficamente, a vila situa-se no Concelho da Moita, Distrito de Setúbal, uma vila ribeirinha da margem sul, situada junto da reserva natural do estuário do tejo, na periferia da capital.

A sua História fez-se ao longo de séculos, tendo-lhe sido atribuído foral no século XVI, mais precisamente no ano de 1514, por El Rei D. Manuel e, até 1834, foi sua donatária a ordem de Santiago e Comenda.

As suas raízes remontam a tempos pré-históricos, tendo sofrido várias ocupações (romana, por AÚLIO CORNÉLIO PALMA no século II d. c.) e invasões visigóticas, germânicas e muçulmanas.

Em 1514 Alhos Vedros incluía várias aldeias : Lavradio, Barreiro, Telha, Palhais, Moita, Quinta de Martim Afonso e Sarilhos Pequenos.

Alhos Vedros orgulha-se de ter sido durante longa data um concelho importante, exercendo um poder forte sobre as terras vizinhas.

A confirmar este dado podem observar-se os inúmeros vestígios históricos, ainda hoje presentes na zona, tais como:

⇒ O Campo da Forca, o actual bairro Gouveia, onde, segundo a tradição, eram executados pela força os condenados à morte.

⇒ O Pelourinho do século XVI, símbolo do poder que Alhos Vedros tinha sobre as terras limítrofes, como Concelho que era.



⇒ A cadeia, cujas ruínas se encontram visíveis na parte antiga da vila.

⇒ O Paço Real, situado junto ao cais da vila, local onde se refugiou o rei D. João I para fugir à epidemia da peste, que assolava na altura a cidade de Lisboa, vitimando D. Filipa de Lencastre, sua mulher.

⇒ Aliada ao património da vila existe a tradição religiosa da população, implementada desde longa data e bem patente na Igreja Matriz, cuja fundação remonta a alguns séculos, desconhecendo-se a data da sua construção.



⇒ O Poço Mourisco, construído antes da fundação de Portugal, no tempo da dominação mourisca. Segundo a tradição oral, teria sido construído durante a dominação árabe, daí o designar-se de poço "mourisco". Mas na verdade, trata-se de um poço quinhentista, decorado com elementos colhidos da natureza, sendo de realçar o ramo de oliveira com azeitonas, a flor de liz e a cabaça, símbolo do peregrino da ordem de Santiago. Segundo uma lenda popular *quando algum rapaz ou rapariga conseguir partir a cabaça, nele esculpida, com a cabeça, dela sairá um tesouro*





## Continuação

*imenso de moedas em ouro que o/a tornará feliz para toda a vida.*

⇒ A Capela da Santa Casa da Misericórdia, construída em 1587 que está associada à necessidade do serviço religioso da população. Pensa-se que terá sido construída com as receitas da Santa Casa e donativos de benfeitores.



⇒ O Moinho de Maré remonta ao início do séc. XVII e laborou até 1940. Pertenceu à família de Tristão Mendonça Furtado, os fidalgos da "Casa da Cova". Este moinho de maré integra-se no complexo industrial moageiro da margem sul, foi adquirido pela Câmara Municipal da Moita em 1986, visando o seu aproveitamento museológico.



Registam-se ainda outros vestígios, relacionados com actividades profissionais: a actividade rural vocacionada para a produção de produtos hortícolas e frutícolas, visíveis ainda em alguns bairros da periferia; a actividade piscatória; a *extração e transporte de sal e sargaço* para Tróia (ainda hoje se podem ver algumas salinas, embora desactivadas); a *moagem de cereais* presente através do moinho de maré, do moinho da charroqueira e do moinho novo onde era feita a moagem de trigo e outros cereais; a produção de cal, a actividade corticeira, que também foi bastante importante na região, daí que se registem ainda algumas fábricas em funcionamento, entre outras actividades.

## Colheitas de sangue

No ano de 2006 iremos realizar recolhas de sangue nas seguintes localidades:

Baixa da Banheira	Vale da Amoreira
7 de Maio	26 de Março
11 de Junho	9 de Julho
10 de Setembro	12 de Novembro
15 de Outubro	<b>Gaio Rosário</b>
10 de Dezembro	8 de Outubro
<b>Alhos Vedros</b>	<b>Moita</b>
2 de Julho	3 de Setembro
5 de Novembro	17 de Dezembro

**SINTA-SE MELHOR  
CONSIGO MESMO  
DÊ SANGUE**

## Células Estaminais do Sangue do Cordão Umbilical

As células estaminais são células que se podem diferenciar em diversos tipos celulares, tendo igualmente a capacidade de se renovar e dividir indefinidamente.

Uma fonte de células estaminais (além de outras, como o transplante de medula óssea) é o sangue do cordão umbilical. Este possui uma grande concentração de células estaminais que podem ser colhidas logo após o nascimento, num processo totalmente seguro e indolor para a mãe e para o recém-nascido.

A recolha das células estaminais do sangue do cordão umbilical, normalmente descartado durante o parto, poderá constituir para o dador um seguro, permitindo fazer terapia celular em determinadas doenças com células próprias, sem haver necessidade de o dador se submeter a listas de espera para a doação de tecidos histocompatíveis ou sem ter de arriscar terapias com tecidos não compatíveis. Actualmente a probabilidade de uma família sem um risco definido vir a necessitar de utilizar o sangue do cordão umbilical criopreservado é pequena, mas real.

A Crioestaminal é pioneira em Portugal no isolamento e criopreservação de células estaminais do sangue do cordão umbilical. Este processo é feito em parceria com a Cryo-Save nos seus laboratórios na Bélgica, acreditados segundo a norma ISO EN 17025, seguindo os mais elevados padrões de qualidade e respeitando todas as exigências legais, o que garante um rigoroso controlo de todos os processos.

A Crioestaminal, em parceria com a Cryo-Save, iniciou em 2005 a montagem do seu laboratório de processamento, isolamento e criopreservação de células estaminais do sangue do cordão umbilical, o que lhe permitirá, a curto prazo, desenvolver a totalidade do serviço em Portugal.

Está prevista para 2006 a abertura do primeiro laboratório português de criopreservação de células estaminais.

Os pais interessados em usufruir deste serviço começam por contactar a empresa responsável onde lhes é fornecido um kit com todo o material necessário para efectuar a recolha do

sangue. Este kit deverá ser levado pelos pais para a maternidade/hospital para poder ser feita a recolha do sangue pela equipa do parto, imediatamente após o nascimento da criança. Depois de recolhido o sangue, é transportado para o laboratório onde se procederá ao isolamento e criopreservação das células estaminais.

As taxas de sucesso são inferiores em adultos, dado que o número de células estaminais necessário para o transplante ter sucesso é proporcional ao peso corporal.

Em crianças, estes transplantes têm obtido taxas de sucesso semelhantes aos transplantes com células estaminais adultas da medula óssea. O processo terapêutico envolve normalmente os seguintes passos:

O paciente é tratado com doses de radiação ou quimioterapia, que levam à morte das células doentes mas também de células normais da medula óssea;

A infusão de células estaminais do sangue do cordão umbilical leva ao restabelecimento das células sanguíneas e do sistema imunitário, permitindo a recuperação do paciente.

Embora no presente a aplicação das células estaminais presentes no sangue do cordão umbilical se restrinjam fundamentalmente a doenças sanguíneas e cancerígenas, no futuro a investigação poderá vir a alargar o âmbito de aplicação da terapia celular com estas células criopreservadas a doenças do foro não imunológico ou sanguínea, tais como, o acidente vascular cerebral (AVC), diabetes, disfunções hepáticas e lesões vasculares.

Em 1988, uma equipa de cientistas franco-americana efectuou em Paris o primeiro transplante de células estaminais com sangue do cordão umbilical numa criança com anemia de Fanconi. Uma amostra compatível de sangue do cordão umbilical de um familiar foi recolhida, criopreservada e transplantada. Um ano mais tarde, 98% do sistema linfático do doente era originário das células do dador. Esta experiência veio despertar o interesse (e consequentemente a investigação) sobre o potencial

## Continuação

das células estaminais do sangue do cordão umbilical no tratamento de doenças sanguíneas, cancerígenas ou imunológicas.

Em 1993 foi efectuado o primeiro transplante de células estaminais do sangue do cordão umbilical de um dador não relacionado com o paciente.

Até 2004 foram realizados mais de 5000 transplantes, 1500 dos quais em indivíduos adultos. A grande maioria destes transplantes decorrem sendo o dador uma outra pessoa que não o paciente. As células estaminais do sangue do cordão umbilical são utilizadas em pacientes com diversas doenças tais como: leucemias, linfomas, tumores sólidos e outras doenças, hereditárias ou adquiridas do sistema sanguíneo ou imunitário.

Apesar de ser um processo dispendioso e ainda desconhecido, poderá tornar-se uma garantia de prevenção para o futuro.

## Aniversariantes

A nossa Associação através do Jornal do Dador, envia a todos os associados aniversariantes nos meses de **Abril, Maio e Junho** felicidades para este dia de aniversário. Se não fez, ou não mandou fazer um bolo de aniversário, nós não esquecemos este seu dia, aproveite-o para observar este lindo exemplar que mandámos fazer de propósito para si.



## Convívio

# 23<sup>o</sup> Convívio Nacional e 17<sup>o</sup> Convívio Internacional de Dadores Benévolos de Sangue

BORBA . SÁBADO . 8 JULHO . 06

### Programa

- 10h00** . Recepção aos convidados  
(frente Câmara Municipal de Borba)
- 10h30** . Animação com o Grupo Académico SeisTetos de Évora
- 11h00** . Sessão Solene (Salão Nobre dos Paços do Concelho)
- 12h30** . Inauguração do Monumento em Homenagem aos Dadores de Sangue
- 13h00** . Almoço Volante (Jardim Municipal), com Animação musical “Grupo Académico”
- 15h00** . Distinguir os Dadores de Sangue com Diplomas e Medalhas. Lembranças às Associações
- 16h30** . Actuação do Rancho Folclórico e Humanitário da Quinta do Conde (Sesimbra)
- 17h30** . Grupo “Flashdance” de Rio de Moinhos (Borba)
- 18h30** . Grupo “N’Club” do Grupo Desportivo e Cultural da Nora (Borba)
- 19h30** . Poetas Populares de Rio de Moinhos (Borba)
- 21h00** . Encerramento do Convívio Nacional e Internacional 2006

Se é nosso associado e quer participar neste convívio, contacte-nos.



## Culinária

### BOLO HÚMIDO DE CHOCOLATE



#### Ingredientes:

##### Para o bolo

- 250 grs. de chocolate para culinária
- 250 grs. de açúcar
- 7 ovos
- 250 grs. de manteiga amolecida
- 220 grs. de farinha de trigo
- 110 g de chocolate em pó
- 1 colher de sobremesa cheia de fermento em pó
- 1 colher café de essência de baunilha
- 1 dl de conhaque

##### Para a calda

- 250 grs. de açúcar
  - 2,5 dl de água
  - 50 g de chocolate em pó
- Leve ao lume num tachinho a água, o açúcar e

o chocolate em pó e deixe ferver por 30 segundos mexendo sempre.

##### Para o recheio e cobertura

- 500 grs. de chocolate para culinária
- 500 grs. de natas

#### Confeção:

Bata muito bem a manteiga com o açúcar, junte os ovos um a um, batendo bem entre cada adição.

À parte, misture a farinha com o chocolate para culinária picado, o fermento e o chocolate em pó.

Adicione aos pouco na mistura da farinha o batido de açúcar e ovos, a essência de baunilha, mexendo muito bem.

Deite o preparado numa forma redonda, lisa, bem untada com margarina e polvilhada com farinha.

Leve a cozer em forno pré aquecido a (180°C) cerca de + ou - 50 minutos.

Depois do bolo cozido (convém não deixar o bolo secar muito) regue com a calda e reserve.

Entretanto prepare o recheio.

Derreta em banho-maria, o Chocolate para Culinária Nestlé juntamente com as natas.

Desenforme o bolo e corte-o ao meio.

Recheie e cubra o bolo com o creme de chocolate.

Decore a seu gosto.