

Més enllà dels fàrmacs: estratègies de vida per al maneig del dolor

El dolor és una experiència complexa que va més enllà de la dimensió física i requereix un abordatge global. Aquesta jornada vol destacar la importància d'estratègies complementàries als tractaments farmacològics i se centrarà en el paper dels hàbits de vida saludables en la seva modulació. L'objectiu és oferir una visió àmplia i efectiva que contribueixi a millorar la qualitat de vida de les persones que conviuen amb el dolor.

PROGRAMA:

12.00 h - Benvinguda

Sra. Gemma Martínez Estalella (adjunta a Direcció d'estratègia i planificació)

Dra. Rosario Armand Ugon (Anestesiòloga. Unitat de Dolor. Hospital Clínic Barcelona)

12.10 h - Son reparador per reduir el dolor: estratègies per aconseguir-ho

Dr. Carles Gaig Ventura (Neuròleg. Cap de secció de la Unitat de Proves Funcionals i Patologia de la Son. Hospital Clínic Barcelona)

12.30 h - Nutrició i dolor: com millorar a través de l'alimentació

Julio Basulto Marset (Dietista-Nutricionista. Docent i autor de llibres de salut i alimentació)

12.50 h - Els pensaments, una clau per viure millor amb el dolor

Aida Mallorquí Marcos (Psicòloga Clínica, secció de Psicologia Clínica de la Salut, Hospital Clínic Barcelona)

13.10 h - Del canvi al benestar: de la teoria a la realitat. Experiència d'una pacient

13.30 h - Debat i Preguntes

Modera:

Diana Godoy Alaber (Infermera de Pràctica Avançada. Unitat de Dolor. Hospital Clínic Barcelona)

13.45 h - Cloenda

Dr. Jordi Pérez Martínez (cap de Secció de la Unitat de Dolor. Hospital Clínic Barcelona)

INSCRIPCIÓ
JORNADA:



CONNECTA'T A LA
JORNADA ONLINE:

