



www.hospitaldelmar.cat

twitter.com/
hospitaldelmar

Dilluns 17 d'octubre de 2016 Dia mundial contra el dolor crònic

Lloc:
Hospital del Mar
Sala Josep Marull
c/ Dr. Aiguader 80
08003 Barcelona

Aforament limitat

Confirmar assistència
trucant al 932 483 396
o al 932 483 616



**“El dolor és inevitable, però
el patiment és opcional”** [Buda]

JORNADA PER A PACIENTS AMB DOLOR CRÒNIC

L'objectiu de la jornada és ajudar el pacient a ser capaç de desenvolupar un procés que l'apropi a la seva nova realitat, que l'ajudi a disminuir el dolor a través del coneixement i la formació.

Acompanyar el pacient a iniciar un procés intern de reconciliació amb el seu propi cos i d'acceptació activa de la malaltia, i a adquirir nous hàbits de vida, com la pràctica d'activitat física i/o la gestió de l'estrès per exemple, que l'ajudin a millorar la convivència amb el dolor i la seva qualitat de vida.

PROGRAMA

9:30 Benvinguda

9:45
Conferència magistral
**Separant el dolor
del patiment**

Dra. Jenny Moix,
doctora en Psicologia,
professora titular de la
Facultat de Psicologia de la
UAB i escriptora del llibre
“Felicidad flexible. Atrévete
a romper tus propios
esquemas”.

Si observem persones que pateixen dolor crònic podem comprovar com mentre algunes d'elles estan sumides en una profunda depressió, altres gaudeixen d'unes vides felices. Què les diferencia? Les segones tenen una profunda consciència que el seu ànim depèn més d'elles mateixes que del seu dolor.

Jenny Moix

10:30

Taula rodona
El tractament té més èxit si el pacient està involucrat activament en el seu procés curatiu?

Modera: **Sra. Susana Garcia**,
infermera de la Unitat del Dolor
de l'Hospital del Mar

Dr. Daniel Samper, cap de la Unitat
del Dolor de l'Hospital Germans
Trias i Pujol

Sra. Isabel Serrano, infermera
de la Unitat del Dolor de l'Hospital
de Sant Pau

Dr. Juan Castaño, psiquiatre
de l'Institut de Neuropsiquiatria
i Addiccions i de la Unitat del Dolor
de l'Hospital del Mar

Sr. Sebastián Pérez, pacient de la
Unitat del Dolor de l'Hospital del Mar

11:15 Descans

11:45
Conferència i sessió pràctica
**Mindfulness
o consciència plena**

Dr. Miguel Garriz, psicòleg
de l'Institut de Neuropsiquiatria
i Addiccions de l'Hospital del Mar

13:30 Cloenda

Organitzat per la Unitat del Dolor de l'Hospital del Mar