

ESTIU 2024

Del 25 de juny al 19 de juliol



Autoria del cartell: César Núñez Álvarez

Patrocinadors



<http://estiu.udl.cat>



IGUALADA
Del 25 al 28 de juny de 2024

2714

DOLOR CRÒNIC I SALUT MENTAL: ABORDATGE DES DE L'EXERCICI TERAPÈUTIC I TERÀPIES DE CONSCIÈNCIA DE MOVIMENT

Aquest curs se centra en l'abordatge del dolor crònic des d'una perspectiva psicosocial i terapèutica. L'aprenentatge es basarà a identificar els factors psicosocials que influeixen en el dolor i a comprendre com aquests elements poden afectar a la percepció i l'experiència a llarg termini del dolor. També ens familiaritzarem amb diverses modalitats d'exercici terapèutic emprades en el tractament del dolor crònic per entendre com aquestes intervencions poden millorar la qualitat de vida dels pacients. Farem servir eines terapèutiques, com ara la consciència corporal i el moviment conscient, per explorar com aquestes intervencions poden contribuir en la gestió efectiva del dolor crònic. Tot això inclourà l'entrenament en competències transversals comunicatives per poder efectuar un raonament clínic i dissenyar tractaments amb exercici terapèutic i moviment conscient i progressiu com a eines principals per adaptar-les a les necessitats individuals de cada pacient. Es faran servir tant classes magistrals com pràctiques al gimnàs. El curs finalitzarà amb una prova avaluativa final i també es tindrà en compte la participació a classe.

Curs adreçat a fisioterapeutes i a l'estudiantat del darrer curs del grau de Fisioteràpia.

Observacions

Per a la part pràctica del curs caldrà portar roba còmoda

Llengua d'impartició

Castellà i català

Coordinació

Cristina Bravo Navarro i Manuel Trinidad Fernández (Departament d'Infermeria i Fisioteràpia de la UdL)

Equip docent

Cristina Bravo Navarro (UdL) i Manuel Trinidad Fernández (UdL)

Durada

20 hores

Espai

Universitat de Lleida. Campus Universitari d'Igualada. Edifici Ciències de la Salut

Preu

36,92 € estudiants, PTGAS i PDI de la UdL / 90,00 € la resta

Programa

Dimarts 25

Cristina Bravo

08.30-10.00 h

Fisioteràpia en salut mental (FSM).

10.00-11.00 h

Evidència científica i FSM.

11.30-13.00 h

Dolor: concepte i desenvolupament dels diferents models clínics en fisioteràpia.

13.00-14.00 h

Pràctica de moviment conscient.

Dimecres 26

Cristina Bravo

08.30-10.00 h

Teràpia de consciència corporal i de moviment.

10.00-11.00 h

Qualitat de moviment i les seves dimensions.

11.30-12.30 h

Característiques del moviment conscient.

12.30-14.00 h

Cas clínic i pràctica de moviment conscient.

Dijous 27

Manuel Trinidad

08.30-10.00 h

Exercici terapèutic: bases i principis (teoria).

10.00-11.00 h

Valoració de les capacitats funcionals bàsiques i control motor (teoria i pràctica).

11.30-12.30 h

Intervenció amb exercici terapèutic: força i treball aeròbic (teoria i pràctica).

12.30 -14.00 h

Estratègies per crear estils de vida saludables i adherència en dolor i la salut mental (teoria).

Divendres 28

Manuel Trinidad

08.30-10.30 h

Dolor crònic i exercici terapèutic (teoria i pràctica).

11.00-12.30 h

Salut mental i exercici terapèutic (teoria i pràctica).

12.30-14.00 h

Cas clínic i avaluació final (pràctica i examen).

INFORMACIÓ I MATRÍCULA

La matrícula es realitzarà per correu electrònic.

Envieu-nos a estiu@udl.cat la butlleta de matrícula disponible a <http://estiu.udl.cat>

Matrícula oberta mentre quedin places lliures i fins al dia anterior a l'inici del curs.

Tots els cursos tenen places limitades. L'organització es reserva el dret d'anul·lar els cursos de la Universitat d'Estiu que no assoleixin el nombre necessari d'inscripcions. Les persones que ja hi estiguin matriculades seran informades tan aviat com sigui possible i se'ls hi oferirà l'oportunitat d'accedir a un altre curs o de recuperar l'import pagat.

Els cursos de la Universitat d'Estiu són reconeguts pel Departament d'Educació com a formació permanent del professorat no universitari. Més informació al web de la Universitat d'Estiu.

PER A MÉS INFORMACIÓ

Universitat
d'Estiu

Campus de Capped.
Edifici Polivalent 2
C/ Pere de Cabrera, 5
25001 Lleida

973 70 33 90
estiu@udl.cat
<http://estiu.udl.cat>

