

Seu de l'Institut Menorquí d'Estudis
Can Victori, Camí des Castell, 28, Maó
Tel.: 971 351 500
uimir@cime.es



Programa de cursos 2024

- C1. Menorca Talaiòtica, Patrimoni Mundial. I ara què?**
2, 3 i 4 de febrer
- C2. Del tercer educador a l'aula del futur: catalitzador de reflexions metodològiques i pedagogies actives**
8 i 9 de març
- C3. El dolor crònic, una mirada biopsicosocial**
22 i 23 de març
- C4. Cultura dels jardins a Menorca: història, paisatge i representació**
26 i 27 d'abril
- C5. Assetjament i ciberassetjament: intervenció socioeducativa a l'escola**
10 i 11 de maig
- C6. Ciutadania innovadora: dissenya polítiques públiques innovadores per a Menorca i fes Policy Design (DS)**
17, 18, 24 i 25 de maig
- C7. L'antic Egipte: missions espanyoles i relacions amb Menorca**
18, 19 i 20 d'octubre
- C8. Impacte de la pesca d'arrossegament sobre els fons marins en el marc de l'Antropocè**
25 i 26 d'octubre

Ho organitzen:



DL ME 983/2023

Curs 3

El dolor crònic, una mirada biopsicosocial

22 i 23 de març
de 2024

Universitat Internacional
de Menorca Illa del Rei

Edició XXVIII

UIMIR

El dolor crònic, una mirada biopsicosocial

Dates: 22 i 23 de març de 2024

Lloc: seu de l'Institut Menorquí d'Estudis (Can Victori, Camí des Castell, 28, Maó)

Coordinador i professor:

Adrià Vilà Balló. Universitat de Girona

Professors/es:

Cristina Mitjavila Garcés. Psicologia Mitjavila
Ramon Gómez Ros. Institut Català de la Salut

Objectius

- Explicar quines són les causes del dolor crònic, així com la seva relació amb aspectes psicològics i socials.
- Conscienciar de quins aspectes poden disminuir o incrementar el dolor i el patiment tant en els pacients com en les seves famílies.
- Descriurem l'abordatge terapèutic des d'un punt de vista biopsicosocial.
- Debatrem de forma constructiva sobre els aspectes del model terapèutic actual i sobre possibles pautes per al dia a dia de pacients, famílies i professionals.

Descripció del curs

Aproximadament el 20-30% de la població adulta de les Illes Balears presenta dolor crònic. Una patologia que es caracteritza per la presència de dolor recurrent en el temps, sovint sense una causa fisiològica evident, però que es manté durant mesos o anys. Aquest dolor provoca un gran impacte en la vida de les persones, generant un enorme patiment i afectant clarament el rendiment laboral i les relacions socials. En moltes ocasions, el tractament exclusivament farmacològic, centrat en pal·liar els efectes fisiològics del dolor no obté una millora significativa en la qualitat de vida dels pacients. Aquest fet és degut a que els aspectes psicològics i socials hi tenen un paper molt important. Però al mateix temps, la creença de que les emocions negatives són la causa absoluta del dolor crònic i que les emocions positives ho curen tot, genera encara més patiment en les que ho sofreixen.

Al llarg del curs, farem un recorregut sobre com s'entenia i es vivia el dolor crònic en el passat i com s'entén en l'actualitat des d'una perspectiva biopsicosocial. Repassarem les avaluacions i intervencions més habituals tant a nivell mèdic com psicològic. Finalment, debatrem de forma constructiva sobre les virtuts i mancances del sistema actual, sobre el patiment dels pacients i familiars, i sobre les possibles orientacions i pautes que puguin ajudar en el dia a dia.

Programa

Divendres, 22 de març de 2024

- 16.00 h Recepció dels participants i presentació del curs.
- 16.15 h El dolor al llarg de la història. Mites, creences, evidències. Des de l'antiguitat fins a la medicina moderna. Ramon Gómez Ros
- 17.00 h Tipus de dolor segons les seves característiques i fisiologia. Aspectes biològics, psicològics i socials. Adrià Vilà Balló
- 18.00 h Sensibilització central i altres models de fisiopatologia. Ramon Gómez Ros
- 19.00 h El dolor llarg de la vida. De la infantesa fins a la bellesa. Cristina Mitjavila Garcés

Dissabte, 23 de març de 2024

- 9.00 h Conviure amb dolor crònic. Patiment, apatia i altres emocions i sentiments associats. Modulació psicològica del dolor. Adrià Vilà Balló
- 11.00 h Descans
- 11.15 h Avaluació del dolor. Instruments de mesura, entrevistes clíniques i noves eines. Ramon Gómez Ros, Adrià Vilà Balló
- 12.00 h Abordatge mèdic del dolor. Ramon Gómez Ros
- 13.00 h Dinar lliure
- 15.00 h Abordatge biopsicosocial del dolor. Gestió del catastrofisme i les emocions negatives, redireccionament dels processos atencional, estratègies d'afrontament i millora de les relacions interpersonals. Cristina Mitjavila Garcés
- 17.00 h Descans
- 17.15 h Pautes pel dia a dia. Cristina Mitjavila Garcés, Adrià Vilà Balló
- 18.00 h Taula rodona / debat / diàleg terapèutic. Evidències i interrogants en alguns tipus de dolors crònics. Cristina Mitjavila Garcés, Ramon Gómez Ros, Adrià Vilà Balló

Participants a qui va adreçat principalment

El curs s'adreça tant a pacients amb dolor crònic i als seus familiars, però també a persones que tinguin curiositat per entendre aquesta patologia. A més, també serà adequat per professionals que hagin de treballar amb persones amb dolor crònic en el seu dia a dia.

Informació addicional

- Preu d'inscripció: 40 €
- Hores de docència: 12 h
- Places limitades
- Activitat reconeguda pel Passaport Cultural per a alumnes de grau de la UIB. Per a més informació: <https://sac.uib.cat/aules/Passaport-Cultural/>

Per a més informació i inscripció al curs

www.uimir.cime.es / uimir@cime.es / Tel. 971 351 500

Segueix-nos a:

