escuela de salud y cuidados de castilla-la mancha

Castilla-La Mancha

TALLER DE LA ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS DIRIGIDO A PACIENTES CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE DE PUERTOLLANO

LUGAR: Hospital “Santa Bárbara” de Puertollano (Ciudad Real)

FECHA: 24 y 25 de abril 2023. Horario de 9 a 14 h.

DOCENTES:

Pacientes expertos y expertas:

Mayte Blanco Dorado

Eduardo Zamora Ruiz

Marta Isabel de la Calle Coronado

Yolanda Laguna López

Cristina Millán Ocaña

COORDINADORAS:

Sonia Andrada García

Gema Mª Laguna Morcillo

PROGRAMA:

- **1ª SESIÓN (de 10 a 14 h.)**
  - Escuela de Salud y Cuidados de Castilla-La Mancha. Paciente experto.
  - Esclerosis Múltiple: Definición, formas clínicas, síntomas, tratamientos.
  - Dieta equilibrada.
  - Ejercicio físico.

- **2ª SESIÓN (de 10 a 14 h.)**
  - Alimentación en Esclerosis Múltiple.
  - Estrés en Esclerosis Múltiple.
  - Aspectos psicológicos.
  - Taller de relajación.
  - Cuidados generales.

Avenida de Francia, 4 – 45071 Toledo
escueladesaludycuidados@jccm.es