



Castilla-La Mancha



escuela de salud y cuidados  
de castilla-la mancha

## **PROGRAMACIÓN DEL TALLER DE LA ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS DE CLM DIRIGIDO A PERSONAS DIAGNOSTICADAS DE CÁNCER DE MAMA**

LUGAR: Centro de Especialidades de Cuenca

FECHAS: 8 y 15 de Mayo del 2019

PONENTES:

Paciente expertas:

- Teresa Torrijos Laín
- Arminda Rodríguez Lucas-Montoya
- Carmen Melgarejo Riquelme
- M.ª del Puerto Cabrera Valverde

Tutora: Coral Olmo Martínez. Enfermera Gerencia de Atención Integrada de Cuenca

*En colaboración con:*

Mª del Mar Muñoz Sánchez, *Facultativo especialista de área del Servicio de Oncología del Hospital Virgen de la Luz de Cuenca.*

Laura Mª Haro Martínez, *Psicóloga de la AECC.*

### **JORNADA 1.- 8 de Mayo del 2019 (9:30h-13:30h)**

INTRODUCCIÓN.

- Escuela de pacientes.
- Experiencia compartidas

CÁNCER DE MAMA: TRATAMIENTOS Y TOXICIDAD.

- ¿Qué es el cáncer de mama?
- Primer impacto.
- Cirugía.



Castilla-La Mancha



escuela de salud y cuidados  
de castilla-la mancha

- Quimioterapia.
- Radioterapia.
- Hormonoterapia.
- Manejo de la toxicidad.

#### ASPECTOS PSICOSOCIALES, CUIDADOS Y CONSEJOS.

- Alimentación.
- Sueño.
- Cuidados de la piel.
- Pérdida del cabello.
- Alteración de la imagen corporal.
- Autoestima
- Ejercicio físico

#### **JORNADA 2.- 15 de Mayo del 2019 (9:30h-13:30h)**

##### LINFEDEMA.

- ¿Qué es el sistema linfático?
- ¿Qué es el linfedema?
- Prevención del linfedema.
- Drenaje linfático y otros tratamientos.
- Tratamiento de la cicatriz.

##### TODO LO QUE EMPIEZA CUANDO TERMINA EL TRATAMIENTO: VOLVER A LA NORMALIDAD.

- Afrontar la enfermedad.
- Relaciones de pareja.
- Relaciones familiares.
- Reacciones emocionales.
- Autocuidado y bienestar físico.
- Reincorporación laboral.
- ¿Cuánto dura el miedo?