

Abordatge multimodal en les Síndromes de Sensibilització Central

Aula virtual de la CAMFiC

23 d'octubre a 19 de desembre de 2023

Duració estimada 10 hores

3 setmanes des del moment que es registra i accedeix

Objectius

General

Formar els professionals sanitaris que atenen les persones amb síndrome de sensibilització central, perquè reforcin i millorin els seus coneixements en les diferents teràpies que es poden incloure dins de l'abordatge multimodal d'aquestes malalties.

Específics

- Aplicar els seus coneixements sobre què són les SSC
- Comprendre els aspectes generals del tractament de les SSC
- Aprofundir en el concepte del abordatge multimodal i els aspectes que ha d'incloure
- Millorar la comunicació amb la persona amb una SSC
- Emprendre el maneig dels estils de vida en aquestes síndromes
- Aplicar els conceptes de l'educació en neurociència del dolor en la seva pràctica diària
- Plantejar un programa d'exercici físic terapèutic
- Utilitzar les principals eines en teràpies psicològiques aplicades a les SSC
- Analitzar els coneixements sobre l'evidència de les teràpies complementaries/alternatives i les pseudoteràpies.
- Avaluar els pros i contres de cada grup terapèutic farmacològic
- Organitzar el seguiment de les persones amb SSC a l'AP
- Adoptar recomanacions sobre que fer i que no fer en l'abordatge multimodal de les SSC

Contingut i durada

Mòdul 1: QUÈ SÓN LES SÍNDROMES DE SENSIBILITZACIÓ CENTRAL?	1 hora
Mòdul 2: ABORDATGE MULTIMODAL: DE QUÈ PARLEM?	1,5 hores
2.1 Aspectes generals del tractament de les SSC	
2.2 Abordatge multimodal en fibromiàlgia	
Mòdul 3: QUÈ HAURÍEM D'INCLOURE?	4 hores
3.1 Comunicació amb el pacient:	
3.1.1 Missatges placebo i missatges nocebo.	
3.1.2 Abordatge de la resiliència i el catastrofisme	

- 3.2 Educació sanitària en estils de vida: alimentació, microbiota, hàbits tòxics, activitat física, higiene del son.
- 3.3 Educació en Neurociència del dolor
- 3.4 Exercici terapèutic.
- 3.5 Maneig psicològic: tècniques de psicoteràpia breu en atenció primària, mindfulness.
- 3.6 Teràpies complementàries i alternatives: quines evidències hi ha.
- 3.7 Pseudoteràpies: què en sabem i què caldria recomanar o desaconsellar.

Mòdul 4: ABORDATGE FARMACOLÒGIC I SEGUIMENT A ATENCIÓ PRIMÀRIA 2 hores

- 4.1 Abordatge farmacològic
- 4.2 Seguiment dels pacients amb SSC

Mòdul 5: QUÈ FER I QUÈ NO FER EN EL MANEIG DE LES SSC A L'AP 0,5 hores

TEST FINAL 1 hora

Metodologia

Curs online. Informació teòrica que facilita la comprensió i el domini dels conceptes estructurats en el curs a través d'una combinació de recursos interactius, així com una detallada bibliografia de referència.

Un cop visualitzats els continguts s'avaluarà l'aprenentatge amb un test d'avaluació final.

Equip docent

Coordinadora: **Mercè Solà**

Autors i tutors: **Mercè Solà, Mayte Serrat, Rosa Caballol, Maria Badenes i Marineus Puig**

Dirigit a

Metges/ses i infermers/res familiars i comunitàries.

Aquesta activitat formativa està finançada en el marc de la inversió 4 del Component 18 del Pla de Recuperació, Transformació i Resiliència (PRTR) a través del programa Next Generation EU de la Comissió Europea