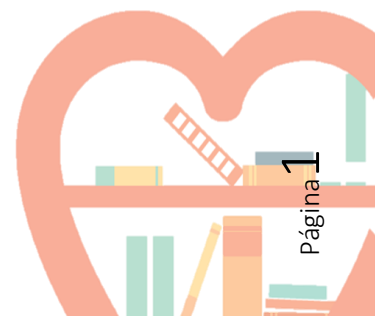




## PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES

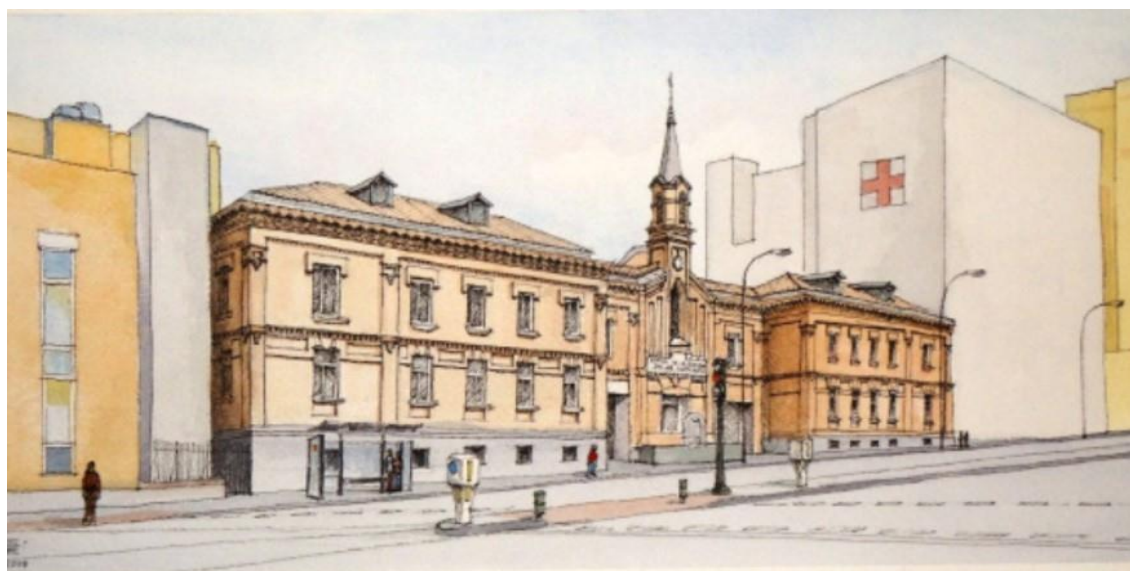
OCTUBRE 2018



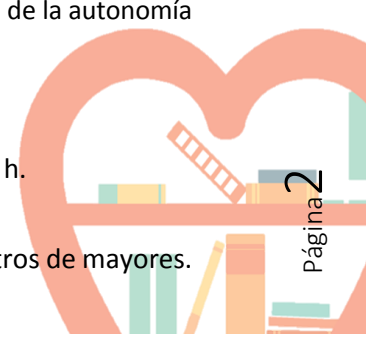


**i** Día Internacional de las personas mayores. Jornada de Puertas Abiertas.

1 de Octubre 2018. Lema: **“100 años por y para tí”**

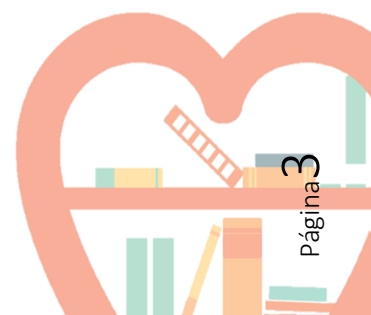


<b>DIRIGIDO A:</b>	Población general
<b>OBJETIVO:</b>	Celebrar el centenario del Hospital Central de la Cruz Roja San José y Santa Adela con nuestros mayores.
<b>FORMA:</b>	<p>Mesas en las que se realizaran cribados de salud por personal del Servicio de Geriátría del Hospital.</p> <p>Exposición Fotográfica: <i>“Proyecto de buen trato a las personas mayores y protección frente al maltrato”</i>.</p> <p>Puestos informativos sobre ayudas técnicas para la mejora de la autonomía personal.</p> <p>Clase práctica de <i>Taichí</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Jardines del hospital, de 10.30 h. a 11:30 h.</li> <li><input type="checkbox"/> Centro de Salud Reina Victoria: 15.30 h. a 16.30 h.</li> </ul> <p>Mesa informativa sobre la Escuela Madrileña de salud.</p> <p>Mesa informativa sobre servicios sociales de zona y centros de mayores.</p>





<b>COORDINA</b>	Neyi Francisco Morejón. Escuela Madrileña de Salud
<b>PARTICIPANTES :</b>	Servicio de Geriátría del Hospital Central de la Cruz Roja. Gerencia Asistencial Atención primaria. C.S Universitario Reina Victoria. Servicios Sociales Ayto. de Madrid zona de influencia del hospital. Centro de referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas .CEAPAT. Departamento Autonómico de Intervención Social. Cruz Roja Española Comunidad de Madrid. Asociación de Taí Chi taoísta de España.
<b>FECHA:</b>	<b>1 de Octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>De 10 a 14.00 horas Jardines del hospital y en el Centro de Salud Reina Victoria de 15.30 a 18.30</b>
<b>LUGAR:</b>	Hospital Central de la Cruz Roja San José y Santa Adela. Avda. Reina Victoria 22-26. 28003 Madrid. Puerta principal y jardines del hospital. En el Centro de Salud Reina Victoria de 15.30 a 18.30 ( Avda. de Reina Victoria 21)
<b>ORGANIZA:</b>	El Servicio de Geriátría del Hospital Central de la Cruz Roja San José y Santa Adela y Escuela Madrileña de Salud.





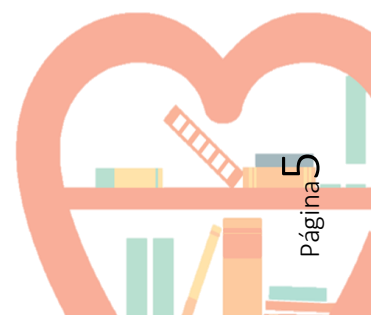
**i** Taller “Vida cardiosaludable” El 12 Educa



<b>DIRIGIDO A:</b>	Cuidadores y pacientes con enfermedad coronaria y/o insuficiencia cardiaca
<b>OBJETIVO:</b>	<p><b>General:</b> Fomentar el autocuidado en los pacientes con patologías cardiacas.</p> <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar los conocimientos de los pacientes y cuidadores sobre la patología cardiaca que les afecta.</li> <li>• Aumentar la adherencia a los tratamientos y a los hábitos de vida saludables.</li> <li>• Fomentar la comunicación y el apoyo entre pacientes.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recuerdo anatómico del corazón. ¿En qué consiste mi enfermedad?</li> <li>- La importancia de los fármacos que necesito.</li> <li>- Factores de riesgo cardiovascular.</li> <li>- Ejercicio Físico. ¿Por qué, cuánto, cómo, cuándo?</li> <li>- Nutrición y alimentación cardiosaludable.</li> <li>- Tabaquismo.</li> <li>- Disfunción eréctil y otras disfunciones sexuales.</li> <li>- Aplicaciones de móvil que me pueden ayudar a cuidarme.</li> <li>- Control del estrés.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sesión teórico-práctica de relajación.</li> <li>- Recursos sociales. Asociaciones. Páginas Web de interés.</li> <li>- La alegría de cuidarse: Hábitos de vida saludables.</li> </ul>
Nº PARTICIPANTES:	30
Nº SESIONES:	Ciclo completo: 10 sesiones.
COORDINA:	Catalina Munera Jiménez. Enfermera de los programas multidisciplinares de rehabilitación cardiaca y de insuficiencia cardiaca.
DOCENTE:	María Arribas (trabajadora social), Pilar de la Cruz (enfermera), Noelia de la Torre (enfermera), Jose I. de Granda (neumólogo), Juan Izquierdo (fisioterapeuta), José Medina (urólogo), Catalina Munera (enfermera), Catalina Pérez (fisioterapeuta), Paz Sanz (médico rehabilitador), Rocío Tello (cardióloga), Gabriel Rubio (psiquiatra)
FECHA:	<b>Semanalmente todos los viernes, salvo festivos y julio y agosto.</b>
HORA:	<b>10 horas</b>
LUGAR:	Aula de cardiología. 4ª planta, Bloque B. Centro Actividades Ambulatorias. Hospital Universitario 12 de Octubre. Avda de Córdoba s/n. 28041 Madrid.
INICIATIVA DE:	<i>El12Educa (Hospital Universitario 12 de Octubre) y Escuela Madrileña de Salud</i>
INSCRIBIRSE EN:	<a href="mailto:lc.hdoc@salud.madrid.org">lc.hdoc@salud.madrid.org</a> tf. 917792498





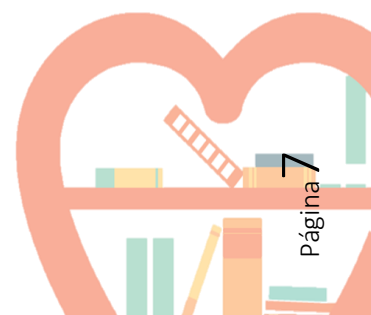
**i** Taller “Escuela de cuidadores y pacientes” El 12 Educa



<b>DIRIGIDO A:</b>	Pacientes y cuidadores de pacientes crónicos de alta complejidad con nivel de intervención alto y/o dependencia
<b>OBJETIVO:</b>	<p><b>General</b> Ofrecer a los cuidadores la oportunidad de adquirir conocimientos y habilidades necesarias para mejorar los cuidados de sus familiares.</p> <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquieran y/o mejoren los conocimientos sobre su enfermedad y la salud.</li> <li>• Desarrollen habilidades en autocuidados.</li> <li>• Se sensibilicen sobre la importancia de la adherencia terapéutica.</li> <li>• El cuidador adquiera estrategias para prevenir la sobrecarga física y emocional.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	<p>Cuidados básicos de la persona dependiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentación</li> <li>- Higiene y cuidados de la piel (higiene personal, lavado de manos, higiene del paciente encamado, prevención de UPP)</li> <li>- Movilidad (cambios posturales, transferencia cama-sillón)</li> <li>- Adherencia tratamiento farmacológico</li> <li>- Prevención de caídas</li> <li>- El cuidado del cuidador</li> </ul>



<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	15
<b>Nº SESIONES:</b>	Sesiones semanales
<b>COORDINA:</b>	M <sup>a</sup> José del Olmo Rubio
<b>DOCENTE:</b>	Profesionales de enfermería de medicina interna y continuidad asistencial
<b>FECHA:</b>	<b>Todos los miércoles no festivos del año excepto Julio y agosto</b>
<b>HORA:</b>	<b>11,30h</b>
<b>LUGAR:</b>	Aula de formación de la planta 13 de la residencia general. Hospital Universitario 12 de Octubre. Avda de Córdoba s/n. 28041 Madrid.
<b>INICIATIVA DE:</b>	<i>E12Educa (Hospital Universitario 12 de Octubre ) y Escuela Madrileña de Salud</i>
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:continuidadasistencial.hdoc@salud.madrid.org">continuidadasistencial.hdoc@salud.madrid.org</a> tf. 618588845





**Taller “Lactancia Materna”. Grupo de apoyo entre madres. El 12 Educa**

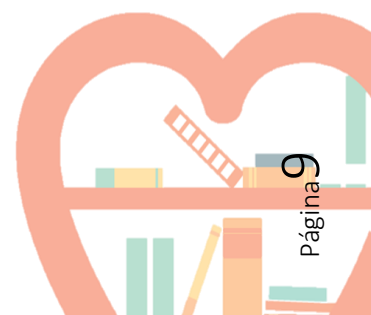


<b>DIRIGIDO A:</b>	Usuaris del área de influencia del Hospital Universitario 12 de Octubre por proceso de parto y sus familias. Posibilidad de inclusión de púerperas de otras áreas sanitarias de la Comunidad de Madrid.
<b>OBJETIVO:</b>	<p><b>General:</b> Fomentar la lactancia materna (LM).</p> <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Al finalizar el taller la mujer tendrá conocimientos oportunos sobre lactancia materna y crianza.</li> <li>• Al finalizar el taller la mujer conocerá estrategias para la resolución a los problemas más frecuentes en los primeros días.</li> <li>• Facilitar el apoyo entre madres durante el puerperio inmediato hasta relevo por los recursos formales e informales de su entorno.</li> <li>• Fomentar el acceso de las púerperas a los grupos de apoyo a la lactancia madre a madre del área.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	<p>Los temas a desarrollar en las reuniones serán apropiados para el manejo de la lactancia durante el puerperio inmediato y tendrán un enfoque práctico adaptado a las necesidades de las asistentes a cada reunión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recomendaciones generales sobre el amamantamiento. Los primeros días. Cambios esperados.</li> </ul>





	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posturas adecuadas para madre e hijo/a. o Cómo prevenir y superar dificultades.</li> <li>- Descanso y sueño de la madre y el lactante. Llanto del niño/a.</li> <li>- Recursos relacionados con la lactancia en el ámbito comunitario.</li> <li>- Resolución de dudas.</li> </ul>
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	10
<b>Nº SESIONES:</b>	Segundos lunes de cada mes
<b>COORDINA:</b>	Juana María Aguilar Ortega
<b>DOCENTE:</b>	Madres expertas "Grupo de Apoyo Entre Madres del 12"
<b>FECHA:</b>	<b>Segundo lunes de mes (excepto agosto).</b>
<b>HORA:</b>	<b>De 11 a 13 h.</b>
<b>LUGAR:</b>	Aula 3ª Planta Edificio Materno-Infantil del Hospital Universitario 12 de Octubre. Avda de Córdoba s/n. 28041 Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	<i>El12Educa (Hospital Universitario 12 de Octubre) y Escuela Madrileña de Salud</i>
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:enflac.hdoc@salud.madrid.org">enflac.hdoc@salud.madrid.org</a>





**i** Taller ¿Qué es la radioterapia?



<b>DIRIGIDO A:</b>	Pacientes, familiares, profesionales sanitarios interesados en el tema
<b>OBJETIVO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar y dar a conocer el tratamiento con radioterapia de manera interactiva.</li> <li>• Intentar disminuir la incertidumbre y el miedo del paciente, favoreciendo su adherencia y tolerabilidad.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es la radioterapia? ¿Cómo actúa?</li> <li>• Procedimientos previos a la administración del tratamiento.</li> <li>• Dudas, tabúes y miedos al tratamiento radioterápico.</li> <li>• ¿Cómo se administra el tratamiento?</li> <li>• Cuidados del paciente durante el todo el proceso y al finalizar el mismo</li> <li>• Preguntas y experiencias por parte de los pacientes</li> </ul>
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	15
<b>Nº SESIONES:</b>	Una sesión de aproximadamente 60-70 minutos. El número de talleres a lo largo del año estará en función de la demanda
<b>COORDINA:</b>	Dra M <sup>a</sup> Teresa Murillo González. Jefe de Servicio de Oncología Radioterápica. Hospital Universitario La Princesa
<b>DOCENTE:</b>	Facultativos y personal de enfermería del Servicio de Oncología Radioterápica. Hospital Universitario La Princesa.
<b>FECHA:</b>	<b>4 de octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>10.30 horas AM</b>
<b>LUGAR:</b>	Aula del Instituto de Investigación. Planta 9 Hospital Universitario La Princesa. Diego de León 62. Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	Hospital Universitario La Princesa, Sociedad Española de Oncología Radioterápica (SEOR) y Escuela Madrileña de Salud
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> Tfno. 914269625/4269898/914269897



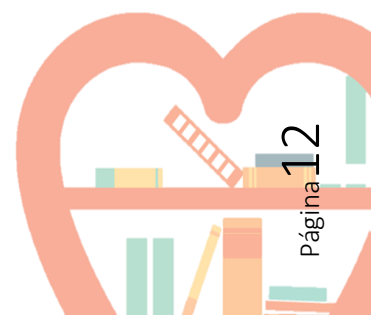
**i** Taller “Vida saludable de la persona ostomizada” E12Educa



<b>DIRIGIDO A:</b>	Personas portadoras de estomas de eliminación digestiva o urológica
<b>OBJETIVO:</b>	<p><b>General:</b> Facilitar la adquisición de conocimientos y habilidades a personas ostomizada que les capaciten para asumir un rol más activo en su autocuidado y promover actitudes para mantener un estilo de vida saludable que facilite la adaptación a su nueva situación</p> <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades para el autocuidado de la ostomía.</li> <li>• Identificar los alimentos saludables que mejor se adaptan a su situación.</li> <li>• Describir actividades de la vida diaria que contribuyen a un estilo de vida activo y saludable</li> <li>• Identificar estrategias para mantener el equilibrio emocional.</li> <li>• Mostrar una actitud positiva de afrontamiento a la nueva situación y a mantener unas relaciones personales y sociales satisfactorias.</li> <li>• Fomentar la comunicación y el apoyo entre pacientes.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	<p>Los temas a desarrollar en las diferentes sesiones tendrán un enfoque práctico y participativo, adaptado a las necesidades de los asistentes de cada sesión. <u>Se puede asistir a una sesión o al ciclo completo</u></p> <p>Sesión 1. Cuidados de la ostomía. Importancia del autocuidado  Sesión 2. Hábitos de vida saludable y ostomía  Sesión 3. Alimentación y ostomía  Sesión 4. Autoconcepto y adaptación a la vida diaria.  Sesión 5. La relación con los demás. Afectividad.</p>
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	15



Nº SESIONES:	Ciclo completo 5 sesiones de 90 minutos cada una. Se realizará 1 sesión semanal y cada una será planteada como una sesión independiente. <u>Se puede asistir a una sesión o al ciclo completo</u>
COORDINA:	María Elena García Manzanares
DOCENTE:	Grupo de Enfermería referente en el cuidado al paciente ostomizado hospitalizado
FECHA:	<b>Sesión 1: 3 octubre de 2018</b> <b>Sesión 2: 10 octubre de 2018</b> <b>Sesión 3: 17 octubre de 2018</b> <b>Sesión 4: 24 octubre de 2018</b> <b>Sesión 5: 31 octubre de 2018</b>
HORA:	<b>De 12 a 13:30 horas.</b>
LUGAR:	Aula Planta 1ª Edificio de Actividades Ambulatorias del Hospital Universitario 12 de Octubre. Avda de Córdoba s/n 28041 Madrid
INICIATIVA DE:	<i>El12Educa (Hospital Universitario 12 de Octubre) y Escuela Madrileña de Salud</i>
INSCRIBIRSE EN:	<a href="mailto:Ostomias.hdoc@salud.madrid.org">Ostomias.hdoc@salud.madrid.org</a>





- i** Masterclass “La realidad de la parálisis cerebral en Atención Primaria desde otro punto de vista”



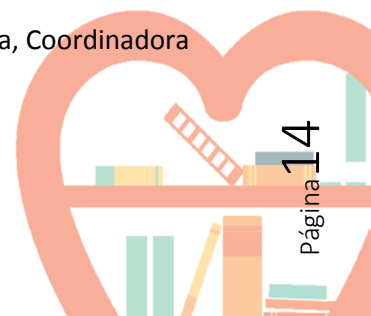
<b>DIRIGIDO A:</b>	Profesionales de Atención Primaria del Centro de Salud Daroca
<b>OBJETIVO:</b>	Reflexionar sobre el conocimiento de las necesidades de las personas con Parálisis Cerebral y sus familias en el contexto asistencial de Atención Primaria. Aumentar su visibilidad. Generar sensibilización hacia el colectivo.
<b>CONTENIDOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Qué es Parálisis Cerebral (PC). Etiopatología, Discapacidad y Comorbilidades asociadas.</li> <li>2. El rol de los profesionales de Atención Primaria. Retos.</li> <li>3. Experiencias y necesidades de las personas con PC y sus familias.</li> <li>4. Recursos de la comunidad y el movimiento asociativo.</li> </ol>
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	30
<b>Nº SESIONES:</b>	Una
<b>COORDINA:</b>	Juana Mateos Rodilla. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud
<b>DOCENTE:</b>	Agustina Borrás López (enfermera, madre de una niña con PC, Vicepresidenta de la Asociación ATENPACE y Comisionada de Sanidad de ASPACE Madrid)
<b>FECHA:</b>	<b>3 de octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>14:00 – 15:00</b>
<b>LUGAR:</b>	Centros de Salud Daroca. Av. de Daroca, 4, 28017 Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	ASPACE Madrid (Federación de Asociaciones de Atención a Personas con Parálisis Cerebral y discapacidades afines de la Comunidad de Madrid) y Escuela Madrileña de Salud
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	No necesita inscripción



- i Día Mundial del paciente ostomizado: Masterclass sobre alimentación y nutrición para las personas con ostomías.

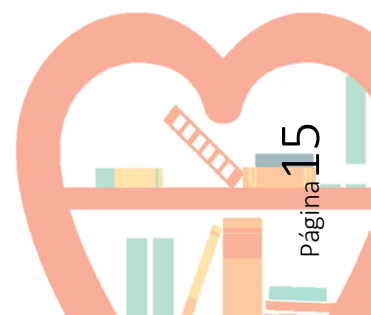


<b>DIRIGIDO A:</b>	Personas con ostomías, familiares y profesionales de la salud interesados.
<b>OBJETIVO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar visibilidad a las personas con ostomías en la celebración del “Día Mundial del paciente ostomizado”.</li> <li>• Adquirir conocimientos sobre los aspectos más relevantes de la alimentación y nutrición de las personas con ostomías.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	Bienvenida Presentación y encuadre de la sesión Presentación de ASOE Conferencia sobre la alimentación y nutrición de la persona ostomizada Debate Despedida y cierre
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	150
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINA:</b>	Marta Pérez García y David Muñoz Palancar, ASOE (Asociación de personas con Ostomía de España) y Juana Mateos Rodilla, Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud





DOCENTE:	<p>Luís Cabañas Alite. Grado en Nutrición Humana y Dietética y el Máster en Nutrición Personalizada y Comunitaria en Facultat de Farmàcia de la Universitat de València.</p> <p>Virginia Gómez Sánchez. Grado de Técnico Superior en Dietética y el Grado en Nutrición Humana y Dietética en la Universidad de Valencia</p>
FECHA:	<b>4 de octubre 2018</b>
HORA:	<b>17.30 a 20.30 horas</b>
LUGAR:	Salón de actos Balmis. Escuela Nacional de Sanidad. Pabellón 7-8. C/Sinesio Delgado, 10. 28029 Madrid
INICIATIVA DE:	ASOE. Asociación de personas con Ostomía de España
INSCRIBIRSE EN:	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897





**i** Taller: Escuela de espalda y Mindfulness, aplicada al dolor crónico

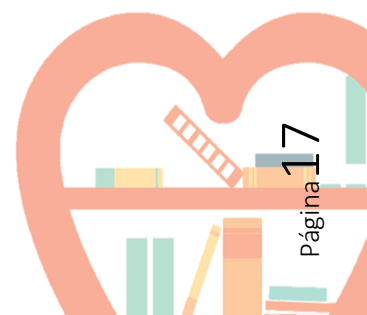


<p><b>DIRIGIDO A:</b> <b>OBJETIVO:</b></p>	<p>Pacientes que presenten dolor crónico en columna vertebral Adquirir habilidades que ayuden a modificar la percepción que el paciente tiene de su dolor. Mejorar las habilidades de afrontamiento, para que todos estos cambios reviertan en una mejora de su calidad de vida.</p>
<p><b>CONTENIDOS</b></p>	<p>Sesión 1: Definiciones de Escuela de Espalda. El dolor, clasificación, vías de transmisión de la señal dolorosa y memoria del dolor. El dolor en relación a la Calidad de Vida. El estrés, relación del dolor con la ansiedad y el estrés. Catastrofismo y kinesiophobia. Sesión 2: ¿Qué es mindfulness? Evidencia científica. Estudio de la atención. Las emociones. Manejo de las emociones. Ejercicio de mindfulness: La botella medio llena o medio vacía. Sesión 3: Ejercicio de mindfulness: La uva pasa. Ejercicio de mindfulness: Hola, gracias, adiós. Inicio a la meditación terapéutica. Sesión 4: Conciencia de la respiración. Ejercicio de mindfulness: La respiración consciente. Sesión 5: Ejercicio de mindfulness: Body Scan. Relajación muscular, técnicas. Diferencias entre relajación y mindfulness. Sesión 6: Ejercicio de mindfulness: Meditación en tres minutos. El yoga como expresión dinámica del cuerpo. Mindfulness en el día a día. Efectos de mindfulness en el dolor crónico. Sesión 7: Distracción del dolor, el ejercicio terapéutico, beneficios del ejercicio físico, Hábitos de vida saludable. Sesión 8: Hábitos de vida saludable: El sueño y sus trastornos. Sesión 9: Hábitos de vida saludable: Ergonomía. Sesión 10: Hábitos de vida saludable: Alimentación.</p>





	Evaluación final.
Nº PARTICIPANTES:	<b>Máximo 20 por edición</b>
Nº SESIONES:	<b>Entre 9 y 10</b>
COORDINA:	Manuel Villoslada Prieto, fisioterapeuta CS Embarcaciones Tres Cantos y Juana Mateos Rodilla, coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud
DOCENTE:	Manuel Villoslada Prieto. Máster en Estudio y Tratamiento del Dolor. Fisioterapeuta CS Embarcaciones Tres Cantos
FECHA:	Primeros lunes de cada mes, de Septiembre a Junio. Si coincidieran con festivos o puentes se comenzaría el lunes siguiente. Se realiza en 10 días consecutivos, una sesión por día.
HORA:	13:30 a 14:30 horas
LUGAR:	Centro de Salud Embarcaciones TRES CANTOS ( Madrid ) C/ Sector Embarcaciones, 36, 28760, Tres Cantos (Madrid)
INICIATIVA DE:	Unidad de Fisioterapia CS Embarcaciones Tres Cantos
INSCRIBIRSE EN:	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897

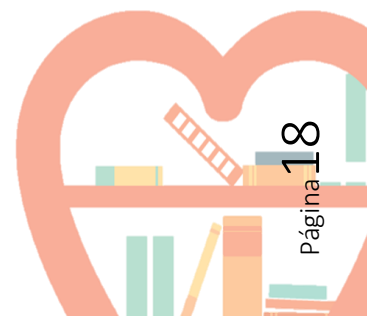




**i** Masterclass “Donación y trasplante de órganos en la Comunidad de Madrid”

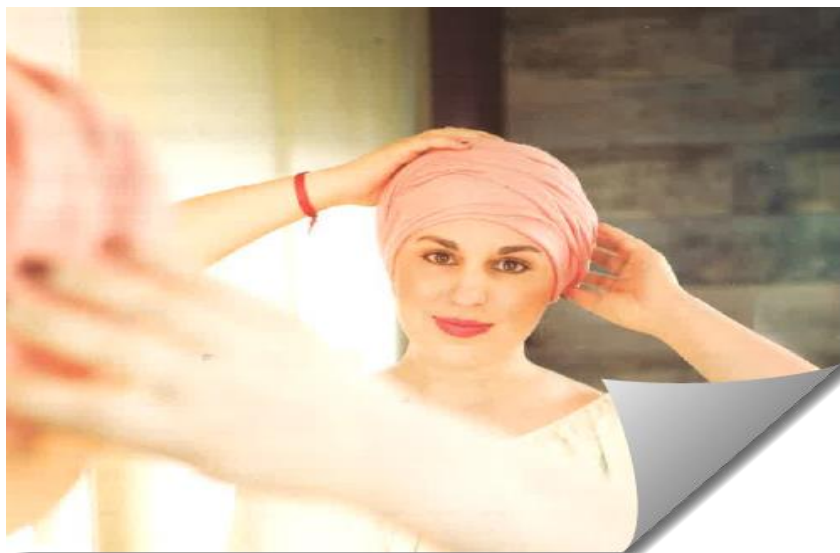


<b>DIRIGIDO A:</b>	Toda persona interesada
<b>OBJETIVO:</b>	Conocer los tipos de donación. Fomentar la donación en la Comunidad de Madrid
<b>CONTENIDOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>i</b> Valor de la donación</li> <li><b>i</b> Datos de donación.</li> <li><b>i</b> Tipos de donación.</li> </ul>
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	Máximo 30
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINA:</b>	Juana Mateos Rodilla. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud
<b>DOCENTE:</b>	Francisco José del Río Gallegos y Alonso Mateos Rodríguez. Oficina Regional de Coordinación de Trasplantes
<b>FECHA:</b>	<b>8 de octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>14 a 15 horas</b>
<b>LUGAR:</b>	Centro de Salud Guayaba. calle de Antonia Rodríguez Sacristán, 4 Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	Escuela Madrileña de Salud y Oficina Regional de Coordinación de Trasplantes
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897





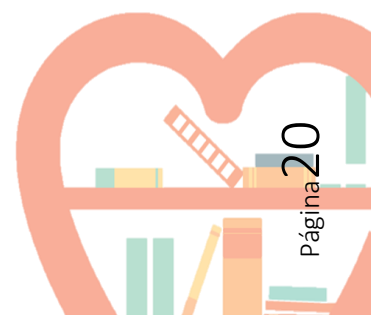
**i** “1 Pañuelo, 1 idea, 1000 estilos ¿Te animas?”. Taller “Peinados con pañuelos”



<b>DIRIGIDO A:</b>	Paciente oncológico y familiar/ ciudadanos / personal sanitario
<b>OBJETIVO:</b>	<p>Aprender a realizar peinados con pañuelos.</p> <p>Fortalecer la autoestima a través de la autoimagen. Fomentar el autocuidado y creatividad del paciente.</p> <p>Empoderar a la persona ante una situación de adversidad donde se ve afectada su imagen personal.</p> <p>Es decir las personas que acudan a este taller podrán ampliar el conocimiento en el ámbito de la autoestima y autoimagen a través del recurso de los pañuelos.</p>
<b>CONTENIDOS:</b>	<p>Bienvenida, nos presentamos, introducción del proyecto y encuadre del taller.</p> <p>Imagen corporal- Autoestima</p> <p>Alteración de la imagen corporal</p> <p>Introducción a la parte práctica</p> <p>Explicación del material necesario</p> <p>Influencia y elección de los colores en nuestro estado de animo</p> <p>Paso a paso de cada peinado</p> <p>Puesta en escena de los resultados obtenidos en el modelaje</p>



	Conclusiones y feedback
Nº PARTICIPANTES:	Max 16 personas
Nº SESIONES:	1 o 2 en diferentes hospitales
COORDINA:	Juana Mateos Rodilla. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud.
DOCENTE:	Andrea Hernández, Sonia Rozas y Ana Monroy. Psico-oncólogas Ver and Ser
FECHA:	<b>16 Octubre de 2018</b>
HORA:	<b>15.30 a 19.30 horas</b>
LUGAR:	Sala 4 Hospital Universitario Severo Ochoa. Av. de Orellana, s/n, 28911 Leganés, Madrid
INICIATIVA DE:	VER AND SER y Escuela Madrileña de Salud
INSCRIBIRSE EN:	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> Tfno. 914269625/4269898/914269897





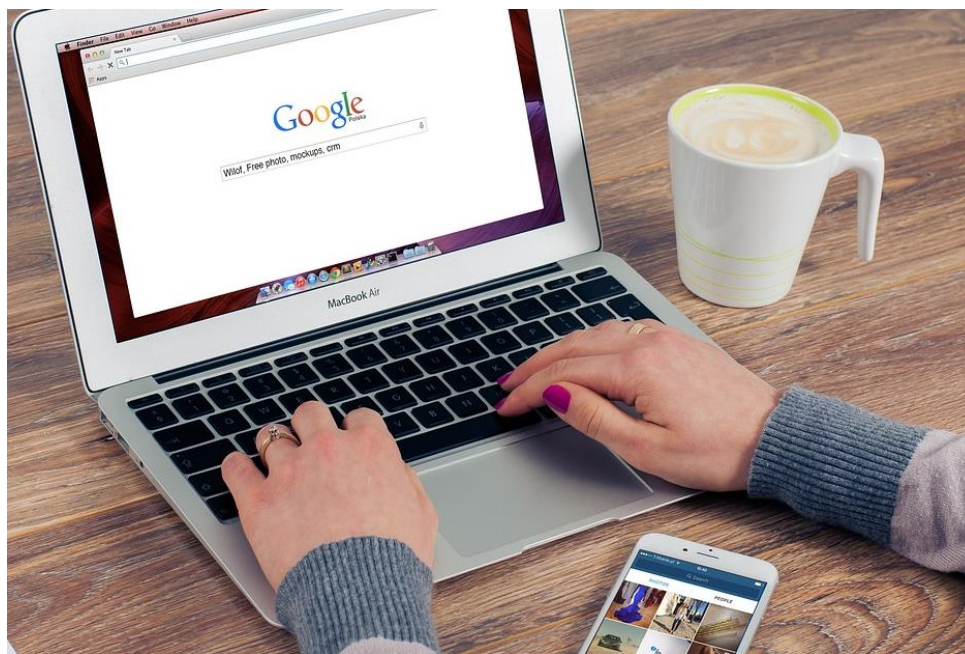
- i** Masterclass: ¿Cómo encontrar información segura en internet? Usabilidad de las herramientas virtuales



<b>DIRIGIDO A:</b>	Ciudadanos, profesionales y población general.
<b>OBJETIVO:</b>	Dar a conocer las herramientas de internet y APPs para encontrar información de calidad relacionada con la salud
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	30 personas
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINACIÓN:</b>	Carmen Ferrer Arnedo. E.M.S. Coordinadora del Área de Cuidadores y Cronicidad Avanzada.
<b>DOCENTE:</b>	Claudia Moran del Pozo. Enfermera del área de investigación y experta en Redes Sociales
<b>FECHA:</b>	<b>16 de octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>12 a 14horas.</b>
<b>LUGAR:</b>	Hospital Central de Cruz Roja. Calle Reina Victoria nº 22. Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	Escuela Madrileña de Salud en colaboración Escuela de Personas Cuidadoras y Pacientes Vulnerables del H. Central de Cruz Roja
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> .



**i** Taller : “Infonautas para sanitarios, recetando bibliografía”



<b>DIRIGIDO A:</b>	Profesionales socio-sanitarios
<b>OBJETIVO:</b>	Proporcionar una herramienta de educación sanitaria al profesional para ayudar al paciente y su familia a que conozca y distinga la información de salud más rigurosa y de calidad.
<b>CONTENIDOS</b>	Fuentes de información para pacientes y recomendaciones para la búsqueda de información en ellas
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	20 máximo
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINA:</b>	Juana Mateos Rodilla. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud
<b>DOCENTE:</b>	Marta Díaz García. Presidenta de Información Sin Fronteras. Farmacéutica
<b>FECHA:</b>	<b>16 octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>9 a 12 horas</b>
<b>LUGAR:</b>	Aula de informática. Pabellón 7-8. Escuela Nacional de Sanidad. C/ Sinesio Delgado, 10. 28029. Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	Información sin fronteras, Escuela Madrileña de Salud, en colaboración con el Instituto de Salud Carlos III (Escuela Nacional de Sanidad).
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897



- ① Aula de Salud: Cultura de Salud: Manejo de recursos sanitarios online y Carpeta de Salud



## Cultura de salud: Manejo de los recursos sanitarios *on line* Carpeta de salud

<b>DIRIGIDO A:</b>	Ciudadanos y profesionales de la salud
<b>OBJETIVO:</b>	Los ciudadanos al finalizar el taller identificarán y manejarán correctamente los recursos sanitarios online del Servicio Madrileño de Salud y la Carpeta Salud.
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	100 ciudadanos
<b>Nº SESIONES:</b>	2 sesiones
<b>COORDINACIÓN:</b>	Yolanda Del Rey Granado. Técnico de la Gerencia Asistencial de Atención Primaria. Coordinación Saludable. Escuela Madrileña de Salud.
<b>DOCENTES:</b>	Cristina Millara Lago. Licenciada en Ciencias Económicas. Administrativo. Centro de Salud General Ricardos. Madrid
<b>FECHA:</b>	<b>17 y 24 Octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>13.30- 15 horas.</b>
<b>LUGAR:</b>	Aula planta baja del Centro de Salud Paseo Imperial. C/ Toledo, 180. 28005 MADRID.
<b>INICIATIVA DE:</b>	Escuela Madrileña de Salud, en colaboración con área de Información al Paciente, Dirección General de Sistemas de Información y Gerencia Asistencial de Atención Primaria.
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897



**i** Taller: “Infonautas 2.0: aprender a buscar información rigurosa sobre salud en internet”



<b>DIRIGIDO A:</b>	Pacientes, personas cuidadoras, asociaciones de pacientes, público general
<b>OBJETIVO:</b>	Aprender a buscar y filtrar información de salud y medicina en Internet de forma rigurosa y rápida.
<b>CONTENIDOS</b>	Cuáles son las fuentes de información de medicina y salud imprescindibles para pacientes y como buscar la información en ellas
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	20 máximo
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINA:</b>	Juana Mateos Rodilla. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud
<b>DOCENTE:</b>	Marta Díaz García. Presidenta de Información Sin Fronteras. Farmacéutica
<b>FECHA:</b>	<b>23 octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>16-19h</b>
<b>LUGAR:</b>	Centro de Salud Rosa de Luxemburgo. Av. de Aragón, s/n, 28702 San Sebastián de los Reyes, Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	Información Sin Fronteras y Escuela Madrileña de Salud
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897





**i** Masterclass: ¿Cómo saber más de salud?



<b>DIRIGIDO A:</b>	Ciudadanos, población general.
<b>OBJETIVO:</b>	Dar a conocer a los ciudadanos el centro de documentación y sus materiales de apoyo de educación para la salud y que les sea de utilidad para mantener una vida saludable.
<b>CONTENIDOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presentación del centro de documentación</li> <li>2. Recursos disponibles</li> <li>3. Acceso</li> <li>4. Preguntas</li> </ol>
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	35
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINACIÓN:</b>	Natalia Ramos Diaz. Dirección General de Salud Pública. Yolanda del Rey Granado. Técnico de la Gerencia Asistencial de Atención Primaria. Coordinación Vida Saludable. Escuela Madrileña de Salud
<b>DOCENTE:</b>	Flor Carrillo Barroso. Responsable del Centro Regional de Documentación de Educación Sanitaria del Servicio de Promoción de la Salud. Dirección General de Salud Pública.
<b>FECHA:</b>	<b>24 de octubre de 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>11 a 13 horas.</b>
<b>LUGAR:</b>	Calle General Oraá nº 15. 28006-MADRID
<b>INICIATIVA DE:</b>	Escuela Madrileña de Salud en colaboración Dirección General de Salud Pública y Gerencia Asistencial de Atención Primaria.
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/914269898/914269897



**i** Masterclass: Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA)



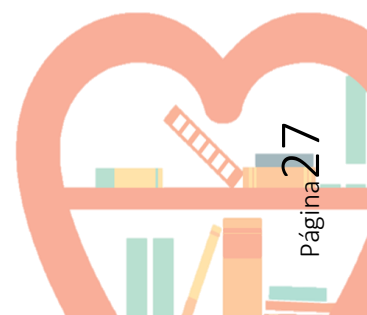
<b>DIRIGIDO A:</b>	Profesionales de Atención Primaria (Pediatras, Médicos de Atención Primaria, enfermeras, matronas...etc). Toda persona interesada.
<b>OBJETIVO:</b>	Sensibilizar a los profesionales sanitarios sobre los trastornos de la conducta alimentaria.
<b>CONTENIDOS</b>	Qué es un trastorno de conducta alimentaria (desmontado mitos), detección precoz, cómo actuar con la persona afectada de TCA y con la familia, recursos específicos, asociaciones.
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	30-50 participantes
<b>Nº SESIONES:</b>	1
<b>COORDINA:</b>	Juana Mateos Rodilla. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud
<b>DOCENTE:</b>	Marian Fernández Arroyo. Psicóloga de ADANER
<b>FECHA:</b>	<b>25 Octubre 2018</b>
<b>HORA:</b>	<b>14-15 horas</b>
<b>LUGAR:</b>	Centro de Salud Alpes. Calle de Suecia, 62, 28022 Madrid
<b>INICIATIVA DE:</b>	ADANER y Escuela Madrileña de Salud, en colaboración con el Centro de Salud Los Alpes, Dirección Asistencial Este (Gerencia Asistencial de Atención Primaria)
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	<a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> . Tfno. 914269625/4269898/914269897



## Aula de salud: "Conoce tus medicamentos"



<b>DIRIGIDO A:</b>	Pacientes > 65 años y/o personas cuidadoras con dificultades en el manejo de su medicación.
<b>OBJETIVO:</b>	Aumentar el conocimiento de los participantes sobre aspectos generales de los medicamentos con el fin de reducir los errores de medicación que se producen y favorecer la efectividad del tratamiento.
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	Máximo 20 personas
<b>Nº SESIONES:</b>	<b>3 sesiones, una sesión semanal</b>
<b>DOCENTE:</b>	Jimena María Ramón García. Farmacéutica. Dirección Asistencial Sur Mónica Rodríguez Vegue. Enfermera. CS Jaime Vera. Dirección Asistencial Sur.
<b>COORDINACIÓN TÉCNICA</b>	Carmen Jiménez Gómez. Técnico de la Subdirección General de Continuidad Asistencial.
<b>FECHA:</b>	<b>16, 19 y 23 de octubre de 2018.</b>
<b>HORA:</b>	<b>De: 10.30 a 12.30 horas.</b>
<b>LUGAR:</b>	Centro de salud "Jaime Vera". Avenida de Europa, 1. 28915 Leganés, Madrid.
<b>INICIATIVA DE:</b>	Escuela Madrileña de Salud en colaboración con la Dirección Asistencial Sur, Gerencia Asistencial de Atención Primaria.
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	Inscripción directa en centro de salud o a través de la web: <a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a>





- i** Aula de salud: “ Escuela de Papas y mamas de niños con necesidades de atención paliativa”



<b>DIRIGIDO A:</b>	Padres de niños con necesidades de cuidado y atención paliativa
<b>OBJETIVO:</b>	Aumentar el conocimiento de los participantes sobre aspectos generales relacionados con la capacidad de autocuidado y la necesidad de afrontamiento de situaciones complejas causadas por los problemas de salud.
<b>Nº PARTICIPANTES:</b>	Máximo 20 personas
<b>Nº SESIONES:</b>	<b>4 sesiones, una sesión semanal</b>
<b>DOCENTE:</b>	Lourdes Chocarro. Enfermera de U. Cuidados Paliativos
<b>COORDINACIÓN TÉCNICA</b>	Carmen Ferrer Arnedo. E.M.S. Área de Cuidadores y Enfermedad Crónica Avanzada.
<b>FECHA:</b>	<b>8, 15, 22 y 29 de octubre de 2018.</b>
<b>HORA:</b>	<b>De: 16.00 a 18.00 horas.</b>
<b>LUGAR:</b>	Hospital del Niño
<b>INICIATIVA DE:</b>	Hospital Niño Jesús. Unidad de Cuidados Paliativos en colaboración con la Escuela Madrileña de Salud
<b>INSCRIBIRSE EN:</b>	Inscripción directa en el hospital 915035900 : extensión 623 o a través de la web: <a href="mailto:escuela@salud.madrid.org">escuela@salud.madrid.org</a> y también en <a href="mailto:ucpal.hnjs@salud.madrid.org">ucpal.hnjs@salud.madrid.org</a>



- 📍 No olvide inscribirse.
- 📍 Actividades gratuitas.
- 📍 Más información en:
  - 📍 [www.Madrid.org/escueladesalud/](http://www.Madrid.org/escueladesalud/)
  - 📍 Tfno. 91. 426. 96. 25 / 91.426.98.98 / 91. 426. 98. 97
  - 📍 [escuela@salud.Madrid.org](mailto:escuela@salud.Madrid.org)

¡Le esperamos!

