



*L'Acadèmia*

FUNDACIÓ ACADÈMIA DE CIÈNCIES MÈDIQUES  
I DE LA SALUT DE CATALUNYA I DE BALEARNS

# **FEM SALUT: “ ESTILS DE VIDA SALUDABLES”.**

**Vilanova i la Geltrú, del 15 de Gener 2012 al 18 de Juny 2013.**

**Seu del curs:** Universitat Politècnica de Catalunya (UPC)

Av. Víctor Balaguer,1. Vilanova i la Geltrú

## **Organització**

Filial del Garraf. Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears

## **Acreditació de l'activitat**

Consell Català de Formació Continuada de les Professions Sanitàries amb 2 crèdits.



## **FEM SALUT: ESTILS DE VIDA SALUDABLES**

15 GENER 2013. 21:00-23:00.

**“TABAQUISME:** Epidemiologia, prevenció i abordatge terapèutic de l’hàbit tabàquic”.

**Gemma Castillo Tirado.** Metgessa de Família i Comunitària. Àrea Bàsica de Salut Garraf Rural.  
CAP les Roquetes.

12 FEBRER 2013. 21:00-23:00.

**“ACTIVITAT FÍSICA:** Beneficis, indicació i adequació de l’activitat física programada en els diferents grups de població”.

**Joan Carles Caballero Domènech.** Metge de Família i Comunitària. Àrea Bàsica de Salut Garraf Rural. CAP les Roquetes.

26 FEBRER 2013. 21:00-23:00.

**“DIETA SALUDABLE:** Consell nutricional dirigit a la població general i consells específics en patologies prevalents: diabetes mellitus, dislipèmia, obesitat”.

**Carme Ferrando López.** Metgessa de Família i Comunitària. Àrea Bàsica de Salut Garraf Rural.  
CAP Sant Pere de Ribes.

12 MARÇ 2013. 21:00-23:00.

**“ MALALTIES DE TRANSMISSIÓ SEXUAL:** Concepte, intervencions preventives i peculiaritats en l’abordatge”.

**Lluís Moner Corominas.** Metge Internista. Consorci Sanitari del Garraf. Hospital Sant Camil.  
Sant Pere de Ribes.

9 ABRIL 2013. 21:00-23:00.

**“PREVENCIÓ DE L’EMBARÀS NO DESITJAT:** Habilitats en l’abordatge i transmissió d’informació a la població. Mètodes anticonceptius”.

**Carne Font Sierra.** Infermera. Àrea Bàsica de Salut Penedès Rural. CAP Santa Margarida i els Monjos.

23 ABRIL 2013. 21:00-23:00.

**“ ALCOHOL I ALTRES DROGUES.**\_Epidemiologia, identificació de risc de consum i abordatge preventiu i terapèutic”.

**Roger Callao Sánchez.** Metge Psiquiatra. Cap de Servei del Centre d’atenció i seguiment de drogodependències. Penedès-Garraf.

7 MAIG 2013. 21:00-23:00.

**“ NEUROPSICOBIOLOGIA DE L’ESTRÈS.** Implicació en la salut física i emocional, interacció amb els hàbits de vida saludables”.

**Teresa Carot Subirats.** Llicenciada en Psicòloga. Especialitat en Psicologia clínica. Referent de l’Associació de Trastorn Bipolar de les Comarques de Tarragona. Institut Català de la Salut-Àrea Bàsica de Salut Cubelles Cunit.

**“MINDFULNESS I TÈCNIQUES ANTIESTRÈS”**

- a) principis bàsics de la teràpia cognitiu conductual
- b) clínica de l’estrès i el seu tractament.

**Irene Guasch Papiol.** Llicenciada en Psicologia. Màster en Psicologia clínica.

18 JUNY 2013. 21:00-23:00.

**“VIOLÈNCIA JUVENIL: Identificació dels factors de risc i intervencions preventives”.**

**Carme Cànovas Amenós.** Psicòloga clínica. Departament d'Ensenyament, Unitat de Suport a l'Educació Especial per alumnes amb necessitats educatives associades a trastorns de la personalitat i la conducta.

**Montserrat Antolin Martínez.** Psicòloga clínica.