

MENOPAUSA

GUIA DEL CURS



Introducció

Necessitats a què respon el contingut del curs:

És necessària la formació actualitzada sobre les opcions a l'abast per acompanyar i donar tractament a les dones en aquesta etapa de la vida. En general, la menopausa, la sexualitat, el coneixement del sòl pelvià, així com les diferents patologies que poden comportar, i els enfocaments terapèutics més actuals i indicats no són prou tractats durant la formació de grau ni de resident.

Tenint en compte que les dones sobrepassen en uns 30 anys de mitjana l'esperança de vida de l'edat en què presenten la menopausa, és necessari atendre aquests canvis i el procés d'envelliment en la dona madura.

Introducció

Com han estat detectades aquestes necessitats:

En els programes formatius, la qüestió de l'envelliment i, en especial, la idiosincràsia de la menopausa i els seus canvis no es contemplen, excepte en formacions molt especialitzades. Són moltes les dones que recorren a altres dones o als mitjans de comunicació i xarxes socials en la cerca d'informació sobre la menopausa, per contra, són pocs els cursos que s'ofereixen per ampliar els coneixements sobre aquesta etapa del cicle vital.

Quan s'ofereix formació es dona molt pes a la qüestió biològica, els canvis hormonals i físics i el tractament. Però sovint menys espai a tractar d'una manera més holística el malestar que pot comportar la menopausa en l'àmbit psicològic, sexual, o a oferir exercicis per la cura del sòl pelvià.

Direcció del curs



Sílvia Membrilla Pastor

Metgessa especialista en Medicina Familiar i Comunitària.
CAP Ramona Via El Prat de Llobregat.
Màster en Desenvolupament Personal i Lideratge (UB).
Delegada sector Primària Metro Sud de Metges de Catalunya.
Secretària de Coordinació i Anàlisi sindical de Metges de Catalunya.



Anna Robert Segarra

Psicòloga clínica, Benito Menni CASM. Màster en Bioètica per l'Institut Borja de Bioètica (URL). Formació bàsica expertesa en intervencions sistèmiques (UAB/ETF St Pau). Beca formativa en addiccions (NHSN, NIDA) a la Universitat de Houston. Professora del màster en Neuropsicologia: diagnòstic i rehabilitació neuropsicològica (UAB/HSP). Membre de la Fundació Congrés Català de Salut Mental. Interventora de l'Agrupació de Psicòlegs de Metges de Catalunya. Responsable de formació de Metges de Catalunya.

Ponents



**Dra. Sònia
Sánchez Méndez**

Especialista en Ginecologia i Obstetrícia a l'Hospital Universitari General de Catalunya.

Especialista en Ginecologia i Obstetrícia. Universitat Autònoma de Barcelona. Doctora en Medicina per la Universitat de Granada. Metge Adjunt de Ginecologia i Obstetrícia a l'Hospital de Badalona.

Ginecòloga especialista a Menopausa. Tresorera de la Junta Directiva de l'AEEM

Ponents



**Sra. Carme
Sánchez Martín**

Llicenciada en Psicologia.

Especialista en Psicologia Clínica i de la Salut. Psicòloga clínica al CSMA Cornellà de Llobregat. Autora del llibre "El sexe que volem les dones" i psicòloga clínica, sexòloga i terapeuta de parella a diferents centres de sexologia i salut sexual de Barcelona. Col·laboradora en diferents mitjans de comunicació (Catalunya Ràdio, Ràdio 4, TV3, La Vanguardia, Llaurea, Bona Vida del País), i és articulista en revistes (Objectiu Benestar, Salut Total).

Ponents



**Sra. Mireia
Grossmann Camps**

Fisioterapeuta, osteòpata i fisiosexòloga.

Especialista en Reeducació Abdómino Pèlvica. Creadora de contingut, comunicadora i divulgadora de la salut del sòl pelvià a les xarxes. Autora dels llibres “El suelo pélvico al descubierto” i “Menopausia, no hay reglas”.

Ponents



**Sra. Esther
del Valle**

LLicenciada en Psicologia per la Universitat Ramon Llull, psicòloga General Sanitària.

Màster en Psicopatologia Clínica i Psicoanàlisi per la Universitat Pompeu Fabra. Formació en teràpia Gestalt i en Constel·lacions Familiars. Màster en anàlisi Transaccional cursat a Centre Cep Eric Berne. Durant més de 20 anys psicoterapeuta del centre ABB especialitzat en trastorns alimentaris. Ocupant del 2018 al 2020 el càrrec de directora a Hospital de Dia de Trastorns alimentaris del centre ABB Tarragona. Actualment i des del 2020 exerceix com a psicoterapeuta especialitzada de l'Hospital de Dia de Context, d'on és membre fundadora. En el camp de la docència, des de l'any 2000 fins al 2018 ha estat docent de l'assignatura sobre Trastorns Alimentaris en el Grau de Psicologia de la Facultat Abat Oliba, en el Màster General Sanitari de la Universitat de Girona.

Moderadora



Dra. Sílvia Membrilla Pastor

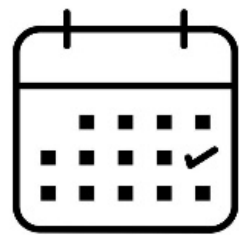
Metgessa especialista en Medicina Familiar i Comunitària. CAP Ramona Via El Prat de Llobregat. Màster en Desenvolupament Personal i Lideratge (UB). Delegada sector Primària Metro Sud de Metges de Catalunya. Secretària de Coordinació i Anàlisi sindical de Metges de Catalunya.



Sra. Anna Robert Segarra

Psicòloga clínica, Benito Menni CASM. Màster en Bioètica per l'Institut Borja de Bioètica (URL). Formació bàsica expertesa en intervencions sistèmiques (UAB/ETF St Pau). Beca formativa en addiccions (NHSN, NIDA) a la Universitat de Houston (Tx, USA). Professora del màster en Neuropsicologia: diagnòstic i rehabilitació neuropsicològica (UAB/HSP). Membre de la Fundació Congrés Català de Salut Mental. Interventora de l'Agrupació de Psicòlegs de Metges de Catalunya. Secretària de formació de Metges de Catalunya.

Programa



Dijous **21 de novembre** del 2024

16 a 19 hores

Sra. Carme Sànchez

Psicòloga clínica

De 16 a 17:30 hores

- Canvis psicològics associats
- Canvis en l'interès i en la resposta sexual
- Síntomes i tractament

Sra. Mireia Grossman

Fisioterapeuta

De 17:30 a 19 hores

- Consells útils per les dones
- Què podem fer des de la fisioteràpia
- Què pot fer la gent a casa per millorar l'atrofia vaginal

Programa



Dijous **28 de novembre** del 2024

16 a 19 hores

Dra. Sònia Sánchez

Ginecòloga

De 16 a 17:30 hores

- Situació actual de la dona en relació a la menopausa
- Propostes per millorar la seva assistència en l'àmbit de salut
- Com disminuir l'impacte de la transició hormonal sobre la nostra qualitat de vida

Pendent de confirmar

De 17:30 a 19 hores

- Conductes alimentàries de risc en dones en etapa de menopausa: influència des símptomes somàtics, psicològics
- Preocupació per la imatge corporal i autoestima

Objectius generals

- 1 Adquirir coneixements sobre els canvis que suposa l'envelliment i la menopausa en la dona.
- 2 Conèixer les eines terapèutiques i els estils de vida que ajuden a promoure el benestar en aquesta etapa.

Objectius específics

- L'alumne aprofundirà en els canvis fisiològics, psicològics i sexuals que comporta la menopausa.
- L'alumne ampliarà el coneixement de tractaments farmacològics i no farmacològics actualitzats per fer front als canvis, incloent-hi el canvi en hàbits de salut (alimentació, exercici, fisioteràpia).
- L'alumne adquirirà tècniques per enfortir la musculatura del sòl pelvià i per mantenir-se corporalment activa al llarg d'aquesta etapa.

Característiques



Adreçat a

Metges i psicòlegs



Modalitat

Híbrida:
Presencial (a la seu Metges
de Catalunya)
Online (Campus Metges)



Calendari

Dijous 21 de novembre del
2024
Dijous 28 de novembre del
2024



Duració

De 16 a 19 hores
6 hores

Característiques



Metodologia docent

Classes teòriques-pràctiques amb docents especialistes en la matèria a tractar.

Al final es facilitarà un torn obert de preguntes per fer debat i discussió sobre la matèria exposada.



Avaluació

Per obtenir el certificat es requerirà: **assistència al 100%** de les sessions. Es farà control d'assistència mitjançant registre de signatura (alumnes presencials) amb control d'accés i de visionament mitjançant zoom (en línia des de la plataforma Campus Metges). L'alumne haurà de complimentar el **Qüestionari de satisfacció** amb l'activitat formativa. Se sol·licitarà acreditació al Consell Català de Formació Continuada de les Professions Sanitàries (CCFCPS).



fundació
metges

Compromesos amb la teva formació.

Aquest curs forma part de l'itinerari de formació mèdica de Campus Metges.

campus.metgesdecatalunya.cat

Entitat organitzadora del curs:
Fundació Metges

✉ formacio@metgesdecatalunya.cat

☎ 93 265 11 77 · 93 585 13 88

