

Vè Congrès Català d'Infermeria de Salut Mental

Tallers Simultanis

<p>Dijous 7/6 16h a 18h</p> <p>Aula Polivalent</p> <p>Pabelló 20</p>	<p>Taller 1. FITMENT: Beneficis de l'activitat física en la salut mental</p>
<p>Docents</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Saúl Alcaraz, Dr. en Psicologia de la Salut i l'Esport. FGS Hospital de la Santa Creu i Sant Pau ● Sergi Remis, Infermer. FGS, Hospital de la Santa Creu i Sant Pau ● Ivan Tinoco, Infermer de Salut Mental. FGS Hospital de la Santa Creu i Sant Pau.
<p>Objectius</p>	<p>Adquirir coneixements sobre els beneficis de posar en pràctica polítiques de promoció de l'activitat física en persones afectades de trastorns mentals.</p>
<p>Temari</p>	<p>Evidència científica en quant a la relació i beneficis de la pràctica d'activitat física en relació a la salut mental.</p> <p>Aprendre a avaluar l'estat de salut física dels pacients depenent del seu entorn terapèutic i tècniques motivacionals.</p> <p>Prescriure activitat física útil.</p>
<p>Metodologia docent</p>	<p>Exposició teòrica amb explicació dels tipus d'exercicis físics</p>
<p>Avaluació</p>	<p>Feedback formadors - participants del continguts i habilitats apresos en el tancament del taller</p>