

Prenditi cura di te.

PROGRAMMA

Il corso si compone di parti teoriche ed esercitazioni pratiche.

- ★ Somministrazione di scale di valutazione del dolore e delle variabili associate.
- ★ Il dolore acuto e il dolore cronico, definizioni, differenze.
- ★ Sistema di percezione del dolore, cenni di anatomofisiologia e variabili correlate, bioplasticità.
- ★ Variabili modificabili intenzionalmente e variabili non modificabili.
- ★ Attività fisica, vita sociale, sonno.
- ★ Assertività, falsi miti, diritti della persona.
- ★ Flessibilità psicologica, la sofferenza secondo il modello ACT (*Acceptance and Commitment Therapy*).
- ★ Corso di Training Autogeno.

IL CORSO

Sede: Centro Natura, via degli Albari 4, Bologna.

Partecipanti: minimo 4 massimo 6. GreenPass obbligatorio.

Incontri: 8 incontri per un totale di 13 ore. Primo ed ultimo incontro della durata di 2 ore, incontri intermedi della durata di 1 ora e mezza.

Costo: 200 euro a partecipante.

Per informazioni e iscrizioni
chiamare o inviare un messaggio
al numero
371 3825827

Il dolore acuto è una spia di un qualcosa che non va nell'organismo ed ha quindi una funzione utile.

Il dolore cronico è legato a processi complessi e diventa esso stesso malattia.

Rigorosamente basato su evidenze della letteratura scientifica internazionale, l'obiettivo del corso è **fornire conoscenze e tecniche per la cura e la gestione del dolore cronico secondo un approccio biopsicosociale.**

Luisa Allione

Fisioterapista* e Psicologa*,
Docente a contratto presso la
Facoltà di Medicina e Chirurgia
dell'Università degli Studi di
Ferrara.

Lavora a Bologna presso lo
Studio di Psicologia sito in via
delle Donzelle 1 e presso il
Centro Medico Diagnostico
Zanardi, via Zanardi 6.

Per informazioni
371 3825827

Per informazioni e iscrizioni
chiamare o inviare un messaggio
al numero
371 3825827

*Psicologa
iscrizione albo Emilia Romagna n. 9951/A
*Fisioterapista
iscrizione albo n. 1255

www.dolorecronico.eu

IL DOLORE

**Tecniche per prenderti
cura di te
ed affrontare il dolore
cronico**

Corso Teorico e Pratico

Dott.ssa Luisa Allione
Psicologa e Fisioterapista

www.dolorecronico.eu