

Jornada de Atención al Dolor

16

OCTUBRE

2026

10:30 - 14:30 h

DEL DOLOR QUE AÍSLA, A LA INFORMACIÓN QUE ACOMPAÑA

ORGANIZADO: COMISIÓN ATENCIÓN AL DOLOR.

Un espacio para **pacientes y familiares** con información, herramientas prácticas y acompañamiento frente al dolor crónico.



FECHA

16 de octubre
de 2026



HORARIO

10:30 - 14:30 h



LUGAR

HU LA PAZ. Aula Jaso ·
Edificio Infantil

PROGRAMA

Cuatro momentos para comprender, preguntar y practicar

01

Mesa redonda: el estigma del dolor crónico

Distintas miradas profesionales sobre el estigma asociado al dolor, con preguntas y debate abierto con el público.



02

Charlas breves de divulgación

- Cómo preparar una consulta de dolor ·
- Medicamentos para el dolor, uso seguro y conceptos básicos.
- Movimiento y ejercicio en el dolor crónico.



03

Movimiento consciente y meditación guiada

Práctica breve de mindfulness, atención plena y visualización guiada para el manejo del dolor.



04

Cierre

Mesa de cierre, mensajes finales, debate y conclusiones.



DIRIGIDO A

Pacientes con dolor crónico y sus familiares.



INCLUYE

Material informativo para pacientes y vídeos de seguridad sobre el uso de analgésicos.

ENTRADA LIBRE · HASTA COMPLETAR AFORO

Habrá un descanso para café

Comisión Atención al Dolor

Hospital Universitario La Paz

Aula Jaso, planta baja · Edificio de Infantil

Información · herramientas · acompañamiento

Jornada de Atención al Dolor

16

OCTUBRE

2026

10:30 - 14:30 h

Aula Jaso · Edificio Infantil

DEL DOLOR QUE AÍSLA, A LA INFORMACIÓN QUE ACOMPAÑA

Un espacio para **pacientes y familiares** con información, herramientas prácticas y acompañamiento frente al dolor crónico.

PROGRAMA

01
10:30

Bienvenida y presentación institucional

- Director médico o subdirectora médica.

02
10:40

Mesa redonda: el estigma del dolor crónico

- **Ana Cristina García Álvarez**, especialista en Medicina de familia, Directora de Continuidad asistencial HULP. Moderadora
- **Alicia Rodríguez Blanco**, Especialista en Medicina de Familia, responsable de dolor de Dirección Asistencial Norte.
- **Eva María Ortega**, Paciente CAD (Comisión de Atención al dolor HULP)
- **F. Javier Díaz De Teran Velasco**, especialista en Neurología miembro de la CAD

03
12:00

Charlas breves de divulgación y coloquio

- Cómo preparar una consulta de dolor : **Alberto Moreno Fernández**, Especialista en medicina Interna, **Maria Montoro Chavarrias**, Paciente. Ambos miembros del CAD.
- Medicamentos para el dolor, uso seguro y conceptos básicos. **Luisa Alonso Fito**, Especialista en Farmacia hospitalaria. Miembros de CAD.
- Movimiento y ejercicio en el dolor crónico. **Florencio Jimenez Martín** Especialista en Medicina Física y Rehabilitación. Miembros de CAD

04
13:00

“Esfuerzo equilibrado”. Movimiento consciente Sesión práctica.

- **Ángela Palao Terrero**, Psiquiatría, presidenta de comisión Atención al dolor HULP. Profesora programas de Mindfulness y Compasión.

05
13:30

Cierre

- Mesa de cierre: preguntas, debate y conclusiones.
- Presentación del "Cuaderno del Dolor", mensajes finales y clausura

Habrà una pausa para café



DIRIGIDO A

Pacientes con dolor crónico y sus familiares.



INCLUYE

Material informativo para pacientes y vídeos de seguridad sobre el uso de analgésicos.

ENTRADA LIBRE · HASTA COMPLETAR AFORO

Hospital Universitario La Paz

Aula Jaso, planta baja · Edificio de Infantil

MÁS INFORMACIÓN

COMISIÓN ATENCIÓN AL DOLOR

Información · herramientas · acompañamiento