

VIDA SANA DAS MULLERES Ó LONGO DO SEU CICLO VITAL

INSCRIPCIÓN E MATRÍCULA:

www.culturxest.uvigo.es

Taxas:

- Curso extensión. Comunidade universitaria: **45,50 €**

- Curso extensión. Público xeral: **70 €.**

PREINSCRIPCIÓN:

Matrícula aberta dende o **26/04/2019** ao **31/05/2019**

Preinscríbete XA!!

DESTINADO A:

Profesionais | Estudiantes do ámbito educativo sociosanitario | Calquera persoa interesada

+ INFORMACIÓN:

986 802 080 || 986 546 014

isorna.catoira@uvigo.es

vic.pon@uvigo.es

www.culturxest.uvigo.es



Director:
MANUEL ISORNA FOLGAR

HORAS ECTS: 32 h.

PRAZAS: 100 prazas
(por orde de recepción)

**DATAS: mércores 3, xoves 4
de xullo e venres 5 xullo**

HORARIO: 9:00h a 21:00h.

>> Organizan:

Vicerreitoría do
Campus de Pontevedra
Universidade de Vigo



>> Colabora:



Grupo PSI
Universidade de Vigo

VIDA SANA DAS MULLERES Ó LONGO DO SEU CICLO VITAL

DESTINADO A:

Profesionais | Estudiantes do ámbito educativo sociosanitario | Calquera persoa interesada

LUGAR:

**Auditorio Municipal.
Concello de Catoira - Pontevedra**

3, 4 e 5 de xullo



Vicerreitoría do
Campus de Pontevedra
Universidade de Vigo

A Universidade de Vigo, xunto coa Asociación Española de Psicología Perinatal, e co apoio da Asociación Galega de matronas, da Federación Española de matronas, da Sociedade Galega de obstetricia e Xinecología, e do Sindicato de Enfermería, ofrecen o **Curso de Extensión Universitaria Vida sana das mulleres ó longo do seu ciclo vital**.

A través das distintas ponencias impartiranse unha serie de contidos que van a abordar e coñecer o **ciclo vital da muller dende un punto de vista saudable a nivel físico, psicolóxico e social**. Dende a adolescencia e pasando polo embarazo, lactancia, ata chegar á menopausia. Tamén vanse a tratar diferentes situacións que poden supoñer un risco para a saúde da muller (e os seus futuros fillos), dende o consumo de substancias tóxicas, unha mala alimentación, ou un estilo de vida pouco activo e saudable. Serán unhas xornadas cun contido teórico e práctico, abordadas por diferentes profesionais da saúde física e psicolóxica, pero diferenciándose por unha clara visión de xénero e positiva.

- >> Obter unha **visión global e comprensiva da muller ao longo de todo o seu ciclo vital**.
- >> Coñecer as principais características da **evolución psicolóxica e fisiolóxica do desenvolvemento da muller**.
- >> Acadar unha **comprensión da muller e a súa saúde** máis alá das etapas reprodutivas.
- >> Coñecer o estado actual das **intervencións psiquiátricas e psicolóxicas coas mulleres**, acadando unha visión dende unha perspectiva de xénero.
- >> Comprender a realidade do **consumo de substancias e outros hábitos nocivos durante o período de xestación**.
- >> Propiciar estratexias que permitan a **implementación de hábitos de vida saudables nas mulleres**.
- >> Coñecer o estado da cuestión na **atención a saúde mental perinatal**, compartindo visións profesionais que permitan unha mellor **atención psicolóxica ás mulleres xestantes**.
- >> Obter unha **visión global e multidisciplinar** que permita a comprensión e atención axeitada á muller ao longo do seu ciclo vital.

PROGRAMA

MÉRCORES, 3 de xullo

9 : 00 h. : Recollida documentación.

9 : 15 h. : Inauguración.

9 : 30 - 11 : 30 h. : **MANUEL MARTIN MORALES**.
Pediatra EOXI Pontevedra-salnés
Lactancia materna e saúde do nenonato.

12 : 00 - 14 : 30 h. : **IRIA VEIGA**.
Hospital do Barbanza
Manexo farmacolóxico dos trastornos afectivos e emocionais na muller. A etapa perinatal.

16 : 00 - 18 : 15 h. : **DAVID GÓMEZ**.
Xinecólogo EOXI Ourense
Saúde da muller ao longo do ciclo vital:
a etapa fértil.

18 : 45 - 21 : 00 h. : **DAVID GÓMEZ**.
Xinecólogo EOXI Ourense
Saúde da Muller ao Longo do ciclo vital: Climaterio e menopausia.

XOVES, 4 de xullo

9 : 00 - 12 : 30 h. : **ORLANDO BLANCO IGLESIAS**
Técnico do Servicio de Estilos de Vida Saudable e Educación para a Saúde. Sergas
Actividade física durante o ciclo vital da muller.

13 : 00 - 14 : 30 h. : **MARTA FELPETO LAMAS**
Educatora Social
Muller e deporte. Revisión do estado da cuestión.
Unha análise dende o Piragüismo.

16 : 00 - 17 : 45 h. : **MARÍA DEL CARMEN MÍGUEZ VARELA**.
Doutora en Psicología. Profesora USC
Tabaquismo e xestación

18 : 15 - 19 : 45 h. : **Oscar García**.
Neonatólogo. Clinic Barcelona.
Consumo de substancias de abuso durante o embarazo: biomarcadores.

19 : 45 - 21 : 00 h. : **ANA CONCEIRO GUISANT**
Hospital Alvaro Cunqueiro. Jefa Servicio de Neonatología.

Análise da exposición prenatal a drogas a través do meconio e outras matrices biolóxicas e os seus efectos no neonato.

VENRES, 5 de xullo

9 : 00 - 11 : 30 h. : **ANA MARÍA MARTÍNEZ LORENTE**.
Servizo de Estilos de Vida Saudable e Educación para Saúde. Sergas.
Promoción da alimentación saudable na muller ao longo del ciclo vital.

12 : 00 - 14 : 30 h. : **JUAN RIBOT**
Licenciado en Ciencias da Actividade Física e dp Deporte (INEF-UPM).
Desmontando Mitos do Entrenamento de Forza en Mulleres. Beneficios e a súa adaptación en función do ciclo hormonal de la muller.

16 : 00 - 18 : 00 h. : **BENITA MARTINEZ**
Matrona. CS Villalba. Lugo.
Coidados do chán pelvián da muller. Atención a muller xestante e no Puererio. Teoría.

18 : 15 - 19 : 45 h. : **BENITA MARTINEZ**
Matrona. CS Villalba. Lugo
Taller práctico de fortalecemento do chan pélvico.

20 : 10 - 21 : 00 h. : **MESA REDONDA**
O estado actual da Atención á saúde mental perinatal.
- **DAVID SIMÓN**. Psiquiatra. EOXI Ourense
- **BENITA MARTÍNEZ**. Matrona. CS Villalba
- **JESICA RODRÍGUEZ**. Psicóloga. Gea Atención perinatal

21 : 15 - 22 : 15 h. : **PASEO EN DRAKAR VIKINGO POLA RÍA DE AROUSA**

* A esta viaxe poden acudir tanto os asistentes como os familiares ou acompañantes do alumnado matriculado.