



**Entrada lliure!
Registra't!**

[www.santpau.cat/
entrenosaltres](http://www.santpau.cat/entrenosaltres)

4 MAIG 2019

ENTRE NOSALTRES

3a JORNADA PARTICIPATIVA

**QUALITAT DE VIDA
I CÀNCER DE MAMA**

 **HOSPITAL DE LA
SANTA CREU I
SANT PAU**
UNIVERSITAT AUTÒNOMA DE BARCELONA

 **santpau**
Institut
Investigació Biomèdica | Barcelona

 **Hospital
del Mar**

 **Parc
de Salut
MAR**
Barcelona

L'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, l'Institut d'Investigació Biomèdica de Sant Pau i l'Hospital del Mar organitzen la 3a Jornada Participativa sobre Qualitat de Vida i Càncer de Mama, Entre Nosaltres, el dissabte 4 de maig de 2019, al Recinte Modernista de Sant Pau.

L'objectiu és promocionar totes aquelles activitats que puguin retornar la qualitat de vida a les pacients que han patit aquesta malaltia i recaptar fons destinats, íntegrament, a desenvolupar la segona part d'un estudi iniciat l'any 2015, a l'Institut de Recerca de Sant Pau, que analitza l'impacte socioeconòmic del càncer de mama en les nostres pacients per tal de poder millorar el seu benestar diari.

Aquesta és una iniciativa que va néixer fa quatre anys del Servei Mancomunitat de Cirurgia Plàstica i Reparadora de l'Hospital de Sant Pau-Hospital del Mar i es va organitzar amb la col·laboració de tots els serveis mèdics i professionals de la salut que treballen amb el càncer de mama a la nostra institució. La trobada Entre Nosaltres d'enguany comptarà, com a les darreres edicions, amb la col·laboració de cirurgians plàstics, oncòlegs, investigadors, infermeria especialitzada, farmacèutics, fisioterapeutes, societats mèdiques, periodistes, escriptors i associacions ciutadanes i de pacients que lluiten per la prevenció i contra el càncer de mama i les seves complicacions.



Entre Nosaltres serà una jornada oberta a la ciutadania amb xerrades, col·loquis, tallers i activitats enfocades a informar, orientar, animar i reunir a totes aquelles persones que conviuen amb aquesta malaltia, identifiquen la repercussió social del càncer o simplement se senten vinculades a la causa i estan interessades en conèixer i incorporar pautes de vida saludables al seu dia a dia.



VOLS COL·LABORAR?

Si no pots venir el 4 de maig a la 3a Jornada Participativa sobre Qualitat de Vida i Càncer de Mama, però vols col·laborar i posar-te el botó per a la recerca:

NO ET PREOCUPIS!

Pots aportar el teu granet de sorra i participar a la "fila 0" fent el teu donatiu* al compte de l'Institut de Recerca: ES70 2100 5000 5602 0019 2805

*Aquestes aportacions aniran destinades a donar suport a l'estudi "Impacte socioeconòmic de les dones diagnosticades amb Càncer de Mama" de l'Institut de Recerca de Sant Pau. Per a més informació consulteu el web de la jornada.

COL·LOQUIS - AUDITORI PAU GIL

10:00 - 11:00h

QUÈ HEM APRÈS DE NOU SOBRE EL CÀNCER DE MAMA

Moderador: Agustí Barnadas, director del Servei d'Oncologia Mèdica. Hospital de Sant Pau

Ponents: Miguel Gil, cap assistencial del Servei d'Oncologia Mèdica. ICO Hospital. Responsable del Càncer de Mama. Hospitals de la Xarxa ICO • Núria Rodríguez, metge adjunt del Servei d'Oncologia Radioteràpica. Hospital del Mar • Cristina Saura, cap de la Unitat de Mama del Servei d'Oncologia. Hospital Universitari Vall d'Hebron • Montserrat Muñoz, consultora sènior del Servei d'Oncologia Mèdica. Hospital Clínic de Barcelona • Montse Domènech, presidenta de la Federació Espanyola de Càncer de Mama (FECMA) i del Grup Àgata

11:00 - 12:00h

NOVETATS EN LA CIRURGIA ONCOLÒGICA

Moderadora: Jesica Mouzo, periodista de Salut i Ciència d'El País

Ponents: M. Jesus Pla, ginecòloga especialitzada en càncer de mama. Hospital Universitari de Bellvitge • Xavier Sanz, radioterapeuta especialitzat en càncer de mama. Hospital del Mar • Bàrbara García, ginecòloga de la Unitat de Patologia Mamària del Servei de Ginecologia i Obstetrícia. Hospital de Sant Pau • Montserrat Clos, cirurgiana de la Unitat de Mama del Servei de Cirurgia General i Digestiva. Hospital de Sant Pau • M. Josep Fuentes, metge adjunt del Servei d'Oncologia Radioteràpica. Hospital de Sant Pau

12:00 - 12:30h

ACTE INSTITUCIONAL

12:30 - 13:30h

CÀNCER HEREDITARI

Moderadora: Teresa Ramón y Cajal, oncòloga mèdica de la Consulta d'Assessorament del Risc en Càncer Familiar del Servei d'Oncologia Mèdica. Hospital de Sant Pau

Ponents: Misericòrdia Guinot, responsable de la Unitat de Menopausa del Servei d'Obstetrícia i Ginecologia. Hospital de Sant Pau • Ramón Rovira, coordinador de la Unitat de Ginecologia Oncològica i Laparoscòpia Avançada. Hospital de Sant Pau • Teresa Ramón y Cajal, oncòloga mèdica de la Consulta d'Assessorament del Risc en Càncer Familiar del Servei d'Oncologia Mèdica. Hospital de Sant Pau • Beatriz Pardo, oncòloga especialista en càncer ginecològic. Hospital Duran i Reynals • Alicia Posadas, testimoni

13:30 - 14:30h

NOUS REPTES DE LA CIRURGIA RECONSTRUCTIVA DE MAMA

Moderadora: Beatriz Pérez, periodista de Salut i Ciència d'El Periódico de Catalunya

Ponents: Joan Fontdevila, cap de Servei de Cirurgia Plàstica i Maxil·lofacial. Hospital Clínic de Barcelona • Carmen Higuera, cap del Servei de Cirurgia Plàstica. Hospital Germans Trias i Pujol • Anna López, metgessa adjunta del Servei de Cirurgia Plàstica i Reparadora de l'Hospital Universitari de Bellvitge i vicepresidenta de la Societat Catalana de Cirurgia Plàstica • Gemma Pons, cap d'Unitat de Microcirurgia del Servei Mancomunat de Cirurgia Plàstica i Reparadora. Hospital de Sant Pau - Hospital del Mar

COL·LOQUIS - AUDITORI FRANCESC CAMBÓ

10:00 - 11:00h

HÀBITS SALUDABLES, COM CUIDAR-NOS?

Moderadora: Lara Bonilla, periodista de Salut i Ciència del Diari ARA

Ponents: Sebastià Serrano, professor emèrit. Universitat de Barcelona • Gemma Navarro, cap de Dietètica i Alimentació. Hospital de Sant Pau • Jordi Valldosera, meditador urbà • Laia Serrano, fundadora de BarcelonActua.org • Xavier Miralpeix, exnadador olímpic, coaching nutricional i autor del llibre *La Belleza de las Cictarices*

11:00 - 12:00h

MATERNITAT I CÀNCER DE MAMA

Moderadora: Susanna Ruíz, periodista de Salut i Ciència de Ràdio Barcelona, Cadena SER

Ponents: Dolors Manau, cap de la Unitat de Reproducció Assistida. Hospital Clínic de Barcelona • Elisa Llurba, directora del Servei de Ginecologia i Obstetrícia. Hospital de Sant Pau • Teresa Ferreira, coach professional i fundadora de l'Associació Baby Beatles • Daniela Rubio, testimoni

12:00 - 12:30h

ACTE INSTITUCIONAL

12:30 - 13:30h

EL LIMFEDEMA I LA TORNADA A L'ACTIVITAT LABORAL

Moderadora: Núria Pruneda, periodista de Salut i Ciència de Televisió de Catalunya

Ponents: Àlex Pasarín, cap del Servei de Rehabilitació. Hospital de Sant Rafael • Ishar Dalmau, acupuntor i especialista en Medicina Integrativa • Jaume Masià, director del Servei Mancomunat de Cirurgia Plàstica i Reparadora. Hospital de Sant Pau - Hospital del Mar • Jordi Cuartero, supervisor de Rehabilitació del Servei de Rehabilitació de l'Hospital de Sant Pau i metge classificador de la Federació Catalana d'Esports de Persones amb Discapacitat Física

13:30 - 14:30h

ASPECTES PSICOSEXUALS DEL CÀNCER DE MAMA

Moderadora: Esther Vera, directora del Diari ARA

Ponents: Mònica González, ginecòloga i sexòloga. Fundació Puigvert - Hospital de Sant Pau • Cristina Saura, cap de la Unitat de Mama del Servei d'Oncologia Mèdica. Hospital Universitari Vall d'Hebron • Stéphanie Kauffmann, fisioterapeuta experta del sol pelvià. Professora a les universitats de Fisioteràpia (UIC, UManresa, EUSES). Directora de la consulta RAPbarcelona. • Viviana Veras, testimoni

COL·LOQUIS - SALES 3 I 4 • PLANTA 2

10:00 - 11:00h L'IMPACTE PSICOLÒGIC DE LA FAMÍLIA DE LA MALALTA ONCOLÒGICA

Moderador: Gaspar Hernández, director del programa "L'ofici de viure" de Catalunya Ràdio

Ponents: Sonia Fuentes, psicòloga oncològica de la Unitat de Psicooncologia. ICO Badalona (Servei de Suport Integral). Hospital Universitari Germans Trias i Pujol • Cristian Ochoa, psicòleg clínic expert en Psicooncologia. Institut Català d'Oncologia. Director de Psicooncologiaonline.com • Eva Rodríguez, doctora en Psicologia i psicooncòloga. Hospital del Mar • Jaume Martínez, psicòleg clínic. Hospital Universitari Vall d'Hebron • M. Àngels Cadena, testimoni

11:00 - 12:00h IMPACTE SOCIAL DEL CÀNCER DE MAMA: ÉS DE COLOR DE ROSA?

Moderadora: Helena Solé, periodista de Salut i Recerca de RAC1

Ponents: Marta Pujol, testimoni. Representant de les Activity Girls. Voluntària d'atenció hospitalària de l'Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) • Pere Torra, testimoni familiar • Rosy Williams, testimoni. Usuària del centre Maggies i project manager de Kàlida Sant Pau • Magda Ciendones, infermera gestora del procés de càncer de mama. Hospital de Sant Pau • Jaume Castellà, testimoni de càncer de mama

12:00 - 12:30h ACTE INSTITUCIONAL

12:30 - 13:30h TERÀPIES INTEGRATIVES I QUIMIOTERÀPIA

Moderadora: Ana Macpherson, periodista de Salut i Ciència de La Vanguardia

Ponents: Cristina Arqueros, metgessa adjunta del Servei d'Oncologia Mèdica. Hospital de Sant Pau • David Conde, farmacèutic consultor del Servei de Farmàcia. Hospital del Mar • Estela Moreno, farmacèutica adjunta del Servei de Farmàcia. Hospital de Sant Pau • Sara García, psicòloga i coordinadora del Centre Kàlida Sant Pau • Anna Maria Estruch, testimoni

13:30 - 14:30h REINCORPORACIÓ A LA VIDA LABORAL

Moderadora: Silvia Tarragona, periodista i escriptora

Ponents: Clara Rosàs, gerent de la Federació Catalana d'Entitats Contra el Càncer • Marisol Cubero, portaveu de la plataforma Mujeres por la justicia laboral • Imma Aguado, responsable del Servei d'Avaluacions Mèdiques d'Incapacitats Temporals a Barcelona i a la Catalunya Central. Institut Català d'Avaluacions Mèdiques • Lydia Navarro, metgessa del treball del Servei de Salut Laboral. Hospital de Sant Pau



Vanessa Nueda

Alejandra Rivas i Jordi Roca

El dia de la Jornada comptarem amb el **Gelat solidari** pel càncer de mama, iniciativa de: El crep de mi vida (Vanessa Nueda) i

ROCAMBOLESC
GELATERIA

Exposició: "Identitat esculpida"

Mar Hernández Plana (Sala Lluís Domènech i Montaner)

Activitats a la Rambla

12.00h | Castellers de Barcelona
Batukada a càrrec de l'escola Tokem x Tu

3 DE MAIG

Activa't amb nosaltres!

Dóna-li marxa al cos!

Activitat adreçada a pacients que pateixen càncer de mama:

- Exercici aeròbic
- Teràpia pel moviment
- Marxa nòrdica

Hora: 17 h

Punt de trobada:
Jardins de l'Hospital
de Sant Pau

C/ Sant Antoni Maria Claret,
167 (amb carrer
Independència)



4 DE MAIG

Caminada solidària pel Càncer de Mama

Punt de trobada: 8.30 h
Avinguda Gaudí amb Provença

Sortida: 9 h Arribada: Recinte
Modernista de
Sant Pau



4 DE MAIG

Bicicletada solidària pel Càncer de Mama

Punt de trobada: 8.00 h
Parc de la Barceloneta
(Antiga estructura del dipòsit del gas)

Sortida: 8:30 h

Arribada: Recinte
Modernista de Sant Pau

Recorregut aproximat de 5 km



Inscripcions gratuïtes! Informa't i registra't a:
www.santpau.cat/entrenosaltres

Organitza



Amb el patrocini de **HOLOGIC™**

Amb la col·laboració de



TALLERS

PLANTA 1						PLANTA -1
	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 4	SALA 1 i 2	
	IMATGE	DISMINUIR L'EMPREMTA	BENESTAR FÍSIC	BENESTAR EMOCIONAL	BENESTAR I EQUILIBRI	
10 a 11 h	<p>PERRUQUES I MOCADORS</p> <p>Com treure't el màxim partit per sentir-te afavorida</p> <p>Berna Moreira. PICAM (Associació Prevenció i Informació Càncer Molins)</p>	<p>RECUPERACIÓ DEL SOL PÈLVIC</p> <p>La salut vaginal després del càncer de mama</p> <p>Maria Llavore i Rosa M Carmona, llevadores del Servei de Ginecologia i Obstetrícia. Hospital de Sant Pau</p>	<p>NUTRICIÓ I EQUILIBRI</p> <p>Els aliments que ens ajuden</p> <p>Júlia Ruiz, dietista del departament de Dietètica i Nutrició. Hospital de Sant Pau</p>	<p>MINDFULNESS</p> <p>Una eina per cuidar-nos</p> <p>Marta Navarro, infermera i instructora de Mindfulness</p>	<p>REIKI</p> <p>Núria Alonso, mestra en Reiki Usui i Karuna</p>	
11 a 12 h	<p>CUIDA'T LA PELL</p> <p>Tractament estètic: Automassatge</p> <p>Ana Vilamanyà i Maria Mata. Fundació Ricardo Fisas Natura Bissé</p>	<p>SEXUALITAT</p> <p>Redescobreix el teu cos</p> <p>Mònica González, ginecòloga i terapeuta sexual de parella de la Fundació Puigvert</p>	<p>EXERCICI FÍSIC DURANT EL TRACTAMENT</p> <p>Indicacions i beneficis de l'exercici físic en el càncer mama</p> <p>Neus Vives, metgessa especialista en medicina de l'Educació Física i l'Esport i cap de l'àrea de Salut del Claror Cartagena</p>	<p>MUSICOTERÀPIA</p> <p>Un aliat en la recerca del benestar</p> <p>Patricia Martí, psicooncòloga i musicoterapeuta. Fundació Oncolliga Barcelona</p>	<p>CRANEOACRAL BIODINÀMIC</p> <p>Cristina Ratti, fundadora de l'Institut Español de Biodinàmica Craneosacral</p> <p>JIN SHIN JYUTSU</p> <p>Irene Castillo, infermera</p>	
12.30 a 13.30 h	<p>PERRUQUES I MOCADORS</p> <p>Com treure't el màxim partit per sentir-te afavorida</p> <p>Berna Moreira. PICAM (Associació Prevenció i Informació Càncer Molins)</p>	<p>SEXUALITAT</p> <p>Redescobreix el teu cos</p> <p>Montserrat Roig, psicòloga i psicoterapeuta, experta en teràpia de parella i creixement sexual</p>	<p>NUTRICIÓ I EQUILIBRI</p> <p>Els aliments que ens ajuden</p> <p>Júlia Ruiz, dietista del departament de Dietètica i Nutrició. Hospital de Sant Pau</p>	<p>MINDFULNESS</p> <p>Reducir l'ansietat connectant amb el present</p> <p>Pilu Peris, instructora de Mindfulness. Fundació Kàlida</p>	<p>TÈCNICA METAMÒRFICA</p> <p>M. Carmen Boira, fundadora de l'Associación Metamòrfica Española</p>	
13.30 a 14.30 h	<p>CUIDA'T LA PELL</p> <p>Mites i realitats sobre els cosmètics durant i després del tractament</p> <p>Núria Izquierdo, esteticista especialista en Estètica Oncològica. Fundació Stanpa</p>	<p>AUTODRENATGE</p> <p>Com fer un automassatge limfàtic</p> <p>E. Montiel, I. Pedrosa, I. Belmonte, Y. Calderon i A. Alba, fisioterapeutes del Servei de MFRH. Hospital de Sant Pau</p>	<p>EXERCICI FÍSIC DURANT EL TRACTAMENT</p> <p>Indicacions i beneficis</p> <p>Neus Vives, metgessa especialista en medicina de l'Educació Física i l'Esport i cap de l'àrea de Salut del Claror Cartagena</p>	<p>MUSICOTERÀPIA</p> <p>Un aliat en la recerca del benestar</p> <p>Oscar Blanco, fisioterapeuta i professor de música</p>	<p>TERÀPIA LIMFÀTICA MÈTODE GODOY</p> <p>X. Cardona i X. Domènech. DJO Global</p>	

4 MAIG 2019

ENTRE NOSALTRES

3a JORNADA PARTICIPATIVA

QUALITAT DE VIDA I CÀNCER DE MAMA



@enosaltres
#EntreNosaltres



L'entrada serà lliure, però no oblideu registrar-vos al web www.santpau.cat/entrenosaltres

Organitza



Col·labora



Patrocinador



Patrocinador



Altres col·laboracions



Media partners

