

Día Mundial Sin Dolor

El Hospital del Vallès organiza actividades divulgativas y talleres para plantarle cara al dolor

Sabadell 20 de octubre de 2017. La Unidad del Dolor del Hospital del Vallès celebra el Día Mundial contra el Dolor con el lema “Plantemos cara al dolor” con una jornada de difusión, promoción de hábitos de vida saludable relacionados con el dolor y diversas actividades. El objetivo de la Unidad es encontrar un alivio para el sufrimiento físico que tienen muchas personas y consolidarse en Sabadell como un referente de hospital sin dolor. El 17 de octubre se celebra el Día Mundial contra el Dolor, avalado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Sociedad Internacional para el Estudio del Dolor (IASP, por sus siglas en inglés). Este Día recuerda a la sociedad, que es una obligación luchar por intentar encontrar remedios que eviten el dolor y el sufrimiento diario, exigiendo tratamientos integrales.

Puntos de información, de educación sanitaria e higiene postural y talleres diversos configuran esta jornada divulgativa y reivindicativa que se celebrará el sábado 21 de octubre de 10 a 13 horas y se desarrollará en el Parc Catalunya de Sabadell. Todas las actividades son abiertas al público y gratuitas.

La Unidad del Dolor del Hospital del Vallès aborda el dolor agudo y crónico y está formada por un equipo de anesestesiólogos, enfermería, rehabilitadores y psiquiatras especializados en el control del dolor. La Unidad trata el dolor postoperatorio, isquémico, muscular, articular, oncológico, visceral, lumbar, neuropático, fibromialgia y óseo. Se combinan tratamientos farmacológicos y/o técnicas intervencionistas como analgesia peridural, fármacos endovenosos, bloqueos nerviosos, infiltraciones, acupuntura, terapia cognitivo conductual, rizólisis, rehabilitación y radiofrecuencia. Desde la Unidad se considera que el control del dolor es vital e implica confort, satisfacción, reincorporación precoz a su actividad habitual, menor riesgo de infecciones, infartos y trombosis, entre otros.

Millones de personas padecen dolor a diario, repercutiendo a nivel individual, familiar, social, empresarial e institucional, ya que suele ser incapacitante. Cada día existen más soluciones que mejoran la calidad de vida de las personas con dolor crónico.

A las 10 de la mañana se realizará un entrenamiento Tabata, a cargo del Gimnasio Motiva't. Éste es un sistema creado en Japón por el profesor Izumi Tabata, y caracterizado por rutinas muy cortas pero de la máxima intensidad. Tras sus investigaciones, el equipo del señor Tabata, comprobó que se pueden obtener los mismos resultados comparando un entrenamiento de intensidad moderada, continuo durante 60 minutos, con un Entrenamiento de Intervalos de Alta Intensidad de 4 minutos de duración.

A las 10:45 se ha previsto un taller de Hip Hop. Baile que combina movimientos acrobáticos, gimnasia y ritmo, a cargo de Soul Dance Center.

A las 11.30 una clase de zumba para mantener un cuerpo saludable y a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante movimientos de baile combinados con una serie de rutinas aeróbicas, a cargo de Motiva't.

A las 12:15 Taller de Break y de House y exhibición. House Dance es un estilo de danza urbana bailado sobre música House que ha sido desarrollada en la Costa Este de los USA. Se caracteriza por la improvisación y los complejos trabajos de pies (Footworks) combinados con movimientos fluidos y rítmicos del torso. Break Dance es un baile que combina una serie de movimientos aeróbicos, rítmicos influenciados desde bailes aborígenes hasta artes marciales, gimnasia, salsa y funky. Ambas clases y exhibición van a cargo de la escuela de baile CYPHERZ.

Día Mundial Sin Dolor

El Hospital del Vallès organiza actividades divulgativas y talleres para plantarle cara al dolor

Sobre Quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario más importante de España y el tercero de Europa. Está presente en 13 comunidades autónomas, cuenta con la tecnología más avanzada y dispone de una oferta superior a 6.200 camas en más de 100 centros, como la Fundación Jiménez Díaz, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Universitario Dexeus, Ruber, Centro Médico Teknon, Hospital La Luz, Policlínica de Guipúzcoa, etc., así como con un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional.

Trabajamos en la promoción de la docencia (siete de nuestros hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (contamos con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, nuestro servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros, y la traslación clínica de nuestras investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando numerosos proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como cardiología, endocrinología, ginecología, neurología, oncología, y medicina deportiva entre otras.

Para más información:
Comunicación
Pilar Rosas
93 587 93 93
65 681 16 45