

PROGRAMA **ALFACARE:**

CUIDADOS Y RECURSOS
PARA VIVIR CON **DÉFICIT DE
ALFA-1 ANTITRIPSINA (DAAT)**

**TALLER:
«APRENDIENDO A
VIVIR CON EL DAAT»**

GRIFOLS



APRENDIENDO A VIVIR CON EL DAAT (NIVEL I)

CONTENIDOS DEL TALLER

- El impacto en nuestra vida de la enfermedad respiratoria.
- ¿Cómo nos afecta en nuestro bienestar emocional?.
- El por qué de la ansiedad y entrenamiento en ejercicios de relajación.
- ¿Qué les pasa a mis pulmones con el DAAT?.
- Ejercicios prácticos para el control respiratorio
- Sugerencias y trucos para el día a día.
- Elaboración de mi propio plan de autocuidados personalizado Alfacare.



APRENDIENDO A VIVIR CON EL DAAT (NIVEL I)

**TALLER PRÁCTICO Y PRESENCIAL, DIRIGIDO PARA TODOS AQUELLOS
PACIENTES ALFA DADOS DE ALTA EN EL PROGRAMA ALFACARE**

LUGAR DE CELEBRACIÓN

Hospital Universitario Vall D'Hebron

Aula 4 de la planta 11

(Passeig Vall d'Hebron 119-129.
08035 Barcelona)

FECHA Y HORA

**MIÉRCOLES 6 DE FEBRERO
DEL 2019**

DE 17.00 a 19.00



**IMPARTIDO POR PROFESIONALES DE LA
PSICOLOGÍA Y FISIOTERAPIA
RESPIRATORIA**

LLAMA PARA INFORMARTE Y APÚNTATE EN EL 915361842