



LA SALUD DEL MIR

TALLER PARA MÉDICOS EN FORMACIÓN

15 DE OCTUBRE DE 2022, 10:00 a 14:00 h.

Colegio Oficial de Médicos de Valencia

Avda. de la Plata, 34 - Valencia

Asistentes previstos: 40

Organizador:

Dr. Domingo Sánchez Martínez

Representante Nacional de Médicos en Formación. CGCOM.

Acreditado por: Consell Català de Formació Continuada de les Professions Sanitàries (CCFCPS).



INTRODUCCIÓN

El periodo de formación como médico especialista, más allá de la adquisición de conocimientos y bases técnicas, significa también la adquisición de modelos de comportamiento y actitudes profesionales que serán la base de una buena praxis a lo largo de su carrera profesional. Se debe aprovechar este periodo de formación para:

- Sensibilizarse sobre la importancia del cuidado de la propia salud y aprender cómo conseguirlo.
- Conocer herramientas para comprender el contexto sanitario actual y los factores de riesgo psicosocial que se derivan, para favorecer la optimización de la residencia como periodo de formación.

OBJETIVOS

Este taller va dirigido a los vocales representantes de los MIR en las juntas directivas colegiales, y tiene como objetivos:

- Conocer los principales factores relacionados con el estrés y el malestar psicológico en la profesión médica, especialmente durante la residencia.
- Ofrecer un espacio para el debate y la reflexión sobre la propia responsabilidad en el autocuidado de la salud.
- Conocer las herramientas básicas para el manejo de situaciones críticas.

CONTENIDOS

- Los médicos y su propia salud. Factores que pueden favorecer el estrés en el residente.
- Como promover un desarrollo profesional saludable: ¿qué puedo hacer para detectar riesgos y mejorar mi cuidado? Comentario de casos.

METODOLOGÍA

El taller se organizará en torno a ejercicios prácticos y discusión de casos representativos de las situaciones que afronta el médico en formación. Se aportarán datos y conceptos teóricos sobre la salud laboral de los médicos y de los residentes. Se ofrecerán recursos y habilidades para abordarlos en el transcurso del periodo formativo de la residencia.

ORGANIZADOR

Representante Nacional de Médicos en Formación. CGCOM.

ASISTENTES

Vocales colegiales de los médicos en formación.

DURACIÓN

4 horas.

ACREDITACIÓN

Consell Català de Formació Continuada de les Professions Sanitàries (CCFCPA).

DESARROLLO DEL TALLER

| | |
|----------|---|
| 10:00 h. | <p>Saludo de Bienvenida y presentación del Taller.</p> <ul style="list-style-type: none"> · Dr. Domingo Sánchez Martínez. Representante Nacional de Médicos en Formación. · Representante del Colegio Oficial de Médicos de Valencia. · D.ª Nina Mielgo Casado. Directora de la Fundación para la Protección Social de la OMC. · D. José María López. Representante de Almirall en Valencia. · Dra. Cristina Abadía Castelló. Médico Especialista en Medicina del Trabajo. Responsable de Medicina del Trabajo. Parc Sanitari Sant Joan de Déu. Colaboradora docente de la Fundación Galatea. |
| 10:20 h. | <p>El malestar del residente.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Breve exposición sobre el concepto de estrés y bienestar/malestar psicológico en el ámbito sanitario. ✓ Repercusiones de la Covid sobre la salud en el ejercicio de la profesión de los médicos y médicas en España. ✓ El malestar psicológico del residente MIR. Factores que favorecen el estrés. ✓ Ejercicio práctico: Análisis de situaciones de malestar en el residente y herramientas de afrontamiento. |
| 12:00 h. | <p>Descanso (20').</p> |
| 12:20 h. | <p>Discusión de casos en grupos pequeños. Análisis y actuación de casos difíciles.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Puesta en común. ✓ Síntesis teórica. ✓ Cómo promover un desarrollo profesional saludable: <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades, herramientas y recursos necesarios. |
| 14:00 h. | <p>Evaluación del taller.</p> |



Con el apoyo de



OMC  ORGANIZACIÓN MÉDICA COLEGIAL DE ESPAÑA |  FUNDACIÓN PARA LA PROTECCIÓN SOCIAL Fundación  GALATEA