



dieta ejercicio salud emocional  
salud sexual riñones  
hemodiálisis peritoneal trasplante

# Vivir con Enfermedad Renal

## IX Edición. Encuentros para pacientes y su entorno afectivo

Director Asistencial y Médico:  
Ll. Gausa

### Organización:

Servicio de Nefrología - Fundació Puigvert. Director: Ll. Guirado  
Departamento de Enfermería - Fundació Puigvert. Directora E. Franquet

### Dirección:

N. Ayasreh y M. Pérez. Servicio de Nefrología - Fundació Puigvert  
A. Matamala y M. Plans. Departamento de Enfermería - Fundació Puigvert

 Sede

**Sala de Actos.** Fundació Puigvert. Cartagena 340-350

### Fechas:

21/9/2023 ■ 19/10/2023 ■ 16/11/2023 ■ 30/11/2023 ■ 14/12/2023 ■ 18/1/2024  
15/2/2024 ■ 14/3/2024 ■ 18/4/2024 ■ 16/5/2024 y 6/6/2024

# PRESENTACIÓN

La enfermedad renal habitualmente es una patología crónica, y como tal, acompañará a las personas que la padecen durante el resto de su vida. Por este motivo, además del seguimiento de las indicaciones médicas, es crucial conocer nuestros riñones, la enfermedad y todo lo que pueda estar relacionado.

Desde la Fundació Puigvert queremos dar continuidad al "Aula paciente", para que pacientes y familias tengan un espacio donde obtener información útil, veraz y adaptada, y, sobre todo, compartir conocimiento y experiencias con el personal sanitario y otras personas en la misma situación.

Durante el curso 2023-2024 se llevarán a cabo encuentros mensuales donde descubriremos más sobre los temas importantes de nuestra enfermedad: conoceremos el riñón y cómo cuidarlo, las técnicas disponibles para sustituirlo cuando falla y muchos otros aspectos interesantes.

Todo ello, acompañado de talleres prácticos en ámbitos diferentes: aprenderemos a tomarnos la presión, a preparar la medicación, hablaremos con otros pacientes, haremos ejercicio y prepararemos una comida especial adaptada a nuestras necesidades de la mano de la Fundación Alicia.

Si eres una persona con enfermedad renal crónica o alguien de tu entorno que la padece, ¡te invitamos a unirse a nuestra aula de formación!

# PONENTES

**Adalid, Gabino.** Enfermero de práctica avanzada. Fundació Puigvert. Barcelona

**Ayasreh, Nadia.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Barros, Xoana.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Benito, Sílvia.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Córdoba, Cristian.** Adjunto Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Escudero, Miguel Angel.** Adjunto Servicio Cirugía Vascular. H. Sant Pau. Barcelona

**Fernández, Tania.** Enfermera de práctica avanzada. Fundació Puigvert. Barcelona

**Fundación Alcía.** Barcelona

**Giussi, Andrea.** Graduada en Ciencias de la actividad física y el deporte

**González, Mónica.** Adjunta Servicio Andrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Granel, Cristina.** Adjunta Servicio Psicología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Lloret, M. Jesús.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Lluís, Oriol.** Enfermero UH Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Maestre, Francesc.** Director Servicio Psicología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Marco, Helena.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Matamala, Anna.** Coordinadora Enfermera. Fundació Puigvert. Barcelona

**Peña, Sandra.** Enfermera de práctica avanzada. Fundació Puigvert. Barcelona

**Pérez, Mónica.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Priegue, María.** Directora Servicio Farmacia. Fundació Puigvert. Barcelona

**Quílez, Begoña.** Enfermera de práctica avanzada. Fundació Puigvert. Barcelona

**Ramos, Alejandra.** Adjunta Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Ruiz, César.** Adjunto Servicio Nefrología. Fundació Puigvert. Barcelona

**Sanz, Esther.** Enfermera de HD. Fundació Puigvert. Barcelona

**1ª sesión** jueves 21 septiembre 2023

de 17 a 18:30h

### **Presentación del curso. ¡Conozcamos nuestros riñones!**

M. Pérez, A. Matamala

- ¿Qué hacen? ¿Para qué sirven?
- ¿Cómo sabemos si nuestros riñones no funcionan bien? Cuáles son las causas más frecuentes
- Taller práctico: entendiendo nuestras analíticas y las ecografías renales

**2ª sesión** jueves 19 octubre 2023

de 17 a 18:30h

### **¿Cómo podemos cuidar nuestros riñones?**

N. Ayasreh, T. Fernández

- Cuáles son los principales factores de riesgo cardiovasculares
- Taller práctico: dieta saludable, ejercicio
- Taller práctico: aprender a mirarse bien la presión arterial

**3ª sesión** jueves 16 noviembre 2023

de 17 a 18:30h

### **Tengo enfermedad renal crónica, y ahora ¿qué tengo que hacer?**

X. Barros, O. Lluís, M. Priegue

- Qué es la ERC y qué complicaciones conlleva
- ¿Me han indicado una biopsia renal, en qué consiste? ¿Cuándo está indicado hacer estudio genético?
- Taller práctico: fármacos nefrotóxicos, ¿cuáles son? ¿Cómo preparar mi botiquín?

**4ª sesión** jueves 30 noviembre 2023

de 17 a 18:30h

### **Cuando los riñones no funcionan...**

A. Ramos, B. Quílez, F. Mestre, C. Granell

- ¿Qué puedo hacer para frenar la progresión de la ERC?
- Opciones de terapia sustitutiva renal
- Taller práctico: La salud emocional de quien sufre y quien cuida

**5ª sesión** jueves 14 diciembre 2023

de 17 a 18:30h

**Taller práctico: se acercan las Navidades... opciones de comidas saludables para personas con ERC.** Fundación Alicia

**6ª sesión** jueves 18 enero 2024

de 17 a 18:30h

**Hoy hablamos de hemodiálisis**

C. Ruiz, M.A. Escudero

- ¿Qué debemos saber?
- Taller práctico: Hago hemodiálisis. ¡Os explico mi día a día!

**7ª sesión** jueves 15 febrero 2024

de 17 a 18:30h

**Hoy hablamos de la diálisis peritoneal**

S. Benito, S. Peña

- ¿Qué debemos saber?
- Taller práctico: Hago diálisis peritoneal. ¡Os explico mi día a día!

**8ª sesión** jueves 14 marzo 2024

de 17 a 18:30h

**Trasplante renal, ¡mucho más que un riñón nuevo!**

C. Córdoba, E. Sanz

- ¿Qué debemos saber?
- Taller práctico: Cómo funciona la lista de espera
- Taller práctico: Me han trasplantado, ¿qué me espera a partir de ahora?

**9ª sesión** jueves 18 abril 2024

de 17 a 18:30h

**¡Pongámonos en forma!**

M. J. Lloret, A. Giusti

- Importancia de cuidar los huesos y músculos en la ERC
- Taller práctico: Ejercicio físico en el paciente con ERC

10ª sesión jueves 16 mayo 2024

de 17 a 18:30h

## Salud sexual en las personas con ERC. Embarazo y enfermedad renal

H. Marco, G. Adalid, M. González, F. Maestre

- Tengo ERC, ¿me puedo quedar embarazada? ¿Qué riesgos tengo?
- Taller práctico: sexualidad femenina y masculina

Jornada de clausura jueves 6 junio 2024

de 17 a 18:30h

## Vivir con Enfermedad Renal

### Información e inscripciones

#### ■ Información: Nuria Viñolas

Secretaría Docente. **Fundació Puigvert**

C/ Cartagena, 340. 08025 Barcelona. Tel. 93 416 97 32

#### ■ Inscripciones: [aulapacient@fundacio-puigvert.es](mailto:aulapacient@fundacio-puigvert.es)

**IMPORTANTE:**  
ES NECESARIO INSCRIBIRSE  
EN CADA SESIÓN

**Inscripción gratuita**  
**Plazas limitadas**

Código del registro de centro autorizado del Departament de Salut H08000498



Avalado por:



Patrocinado por:



Colaborador:



Fundació "la Caixa"



Asociación para la información y la investigación de las enfermedades renales crónicas.