

BASES GENERALES DE LA JORNADA

**““Abordaje enfermero del dolor desde
el autocuidado competente””.**

22 de octubre 2025
Aulas FUDEN C/ San Bernardo, 5-7 Madrid

1	PERTINENCIA	3
2	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	5
2.1	Generales	5
2.2	Específicos.....	5
3	CARACTERÍSTICAS DE LA ACTIVIDAD.....	5
4	PROGRAMA PRELIMINAR	5
5	DESARROLLO DE LA JORNADA	7
6	CRONOGRAMA E INSCRIPCIONES	8
6.1	Cronograma	8
6.2	Lugar de celebración.....	8
6.3	Inscripción	8
7	CARACTERÍSTICAS DE LA PARTICIPACIÓN	9
7.1	Acreditación	9
7.2	Obtención del Diploma Acreditado y de la Insignia Digital:	9
7.3	Evaluación de la calidad	10
8	DIFUSIÓN DE LA JORNADA	10
9	PROPIEDAD INTELECTUAL E INDUSTRIAL.....	11
10	PROTECCIÓN DE DATOS	11
11	CESIÓN DE IMAGEN	13
12	ACEPTACIÓN DE LAS BASES	13
13	EVALUACIÓN.....	14
14	ENCUESTAS	14

1 PERTINENCIA

El dolor crónico sigue siendo un problema de alta prevalencia. El último barómetro del Dolor publicado en 2023 señala unas cifras del 25.9% entre la población española. Según la Asociación Internacional para el Estudio del Dolor (IASP) el dolor es una experiencia sensorial y emocional desagradable asociada, o similar a la asociada, a una lesión tisular real o potencial. Esto significa que puede afectar tanto a la esfera física como a la psicoemocional, con repercusión, sin duda, en la esfera social de la persona con dolor y su entorno más cercano.

Sumándose a esta mirada integral del dolor, la Federación Europea del Dolor (EFIC), el Impacto Social del Dolor (SIP) y la Alianza Europea del Dolor (Pain Alliance Europe), sostienen que el dolor es una experiencia personal que surge de una interacción dinámica entre factores biológicos, psicológicos y sociales. Visión que reemplazaría al denostado modelo biomédico, donde se creía que el dolor era causado únicamente por factores biológicos y patología.

Por otro lado, el Documento Marco para la Mejora del Abordaje del Dolor en el Sistema Nacional de Salud señala la necesidad de empoderar al paciente y promover intervenciones que favorezcan la capacitación y la implicación en su autocuidado de las personas con dolor y sus cuidadores, dirigidas a mejorar el afrontamiento del dolor y a preservar la calidad de vida.

Hoy, nadie pone en duda que el cuidado de las personas con dolor crónico pasa por una atención integral y en equipo, donde la persona que lo sufre debe participar desde el conocimiento y tomar las decisiones para cuidar de su propia salud, lo que las enfermeras entendemos por un **autocuidado competente**.

Decía Dorothea Orem en 1969 que el autocuidado son esas actividades que las personas inician y realizan para el mantenimiento de su propia vida, su salud y su bienestar. Una conducta de autocuidado aprendida que requiere de la comprensión, tanto de los requisitos de autocuidado, como del reconocimiento de las propias capacidades; buscando las premisas de: “lo quiero, lo conozco y lo hago” (motivación, información-conocimiento y habilidad).

En estas jornadas nos centraremos en compartir las mejores prácticas y actividades de autocuidado dirigido a las personas con dolor, donde las enfermeras y enfermeros tenemos la responsabilidad como entrenadores de un autocuidado analgésico que influye en la

modulación del dolor y, por lo tanto, en la mejora de la calidad de vida de las personas con dolor.

Actividades como el ejercicio físico, la alimentación y control del peso, la relajación y el mindfulness, relaciones sociales, sexualidad, medicación y seguridad..., entre otras, se expondrán como ideas de autocuidado analgésico.

Un autocuidado analgésico que parte desde la prevención del dolor, la respuesta cuando éste aparece, y que precisa un conocimiento específico. Esta Jornada pretende compartir y reflexionar sobre la necesidad de entrenar en este autocuidado desde la escuela, pasando por la edad adulta, y llegando a los centros sociosanitarios de mayores.

2 OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

2.1 Generales

- Facilitar un espacio de formación y actualización para enfermeras y enfermeros en el abordaje integral de la persona con dolor crónico, desde el punto de vista del autocuidado analgésico.

2.2 Específicos

- Exponer las diferentes actividades de autocuidado que intervienen en la modulación del dolor, desde la evidencia científica y la experiencia profesional.
- Escuchar de primera mano la experiencia del paciente.

3 CARACTERÍSTICAS DE LA ACTIVIDAD

Población diana

Enfermeras generalistas y especialistas.

Duración de la actividad

5 horas

Fechas de realización

22 de octubre de 2025

Número de plazas ofertadas

100 en formato presencial e ilimitadas en formato online.

4 PROGRAMA PRELIMINAR

08:30 - 9:00. Recogida de documentación

09:00- 09:10. Bienvenida y apertura de las Jornadas.

9:10 – 09:30. Ponencia inaugural “El entrenamiento en autocuidado” (20 minutos)

Dra. Carmen Ferrer. Enfermera y fisioterapeuta.

09:30 – 11:00. Mesa 1 de las Jornadas.

- *“Actividad física, ejercicio físico y ejercicio terapéutico”. (20 minutos) Dr. Francisco Gurdíel Álvarez. Fisioterapeuta. CSEU La Salle.*
- *“Alimentación y nutrición en el dolor” (20 minutos) Dra. Sara Sanz Rojo. Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Europea de Madrid.*
- *“El cuidado psicoemocional de la persona con dolor” (20 minutos) Dra. Elisa Gallach Solano. Psicóloga clínica. Hospital La Fe. Servicio Valenciano de Salud.*
- *“Impacto del dolor en la vida sexual” (20 minutos) Dña. Araceli Rivera Álvarez. Enfermera. Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria. CS Abrantes (SERMAS)*

11:00 – 11:30. Turno de preguntas y discusión.

11:20 - 12:00. Descanso

12:00 - 13:10. Mesa 2 de las jornadas.

- *“El beneficio del autocuidado como paciente” (20 minutos) Dña. Yolanda Casares Alcalá. Paciente con dolor crónico. Autora de “Mamá tiene un amigo invisible y “Desenredando el dolor”.*
- *“Nuevas tecnologías en el autocuidado del paciente con fibromialgia, Bei: un caso de uso de mHealth” (20 minutos) Dña. Silvia Di Bonaventura. Fisioterapeuta. Doctorando de la Universidad Rey Juan Carlos (URJC).*
- *“Prescribir Escuela” (30 minutos) Dña. Juana Mateos. Enfermera familiar y Comunitaria. Coordinadora de la Escuela Madrileña de Salud. Comunidad de Madrid.*

13:10 13:30 - Turno de preguntas y discusión.

13:30-14:00 Conclusiones *del Manual Autocuidado Analgésico (30 minutos) Dra. Manuela Monleón, Dra. Elisa Gallach, Enf^a M^a Jesús Goberna y Dr. Raúl Ferrer)*

14:00- 14:15. Cierre de las jornadas y despedida.

5 DESARROLLO DE LA JORNADA

La jornada se desarrollará presencial y se creará un Nano Online Open Course (NOOC) que tendrá como contenido principal un vídeo grabado durante las jornadas y que se encontrará en la plataforma de formación de Fuden Inclusiva.

La jornada presencial comenzarán con la ponencia inaugural sobre el *“El entrenamiento en autocuidado”*.

Posteriormente, tendrá lugar una mesa de expertas, dividida en cuatro ponencias orales, en las que se abordarán en profundidad retos tan significativos como el ejercicio físico y terapéutico, la nutrición y la alimentación, el cuidado emocional de las personas que viven con dolor crónico y el impacto que tiene el dolor crónico en la vida sexual de estas personas.

A continuación, con el fin de enriquecer y dar voz a las preguntas de los usuarios, se abrirá un espacio de preguntas y respuestas en el cual el aforo podrá trasladar sus inquietudes a los intervinientes.

Tras un breve descanso daremos paso a una nueva mesa en la que profundizaremos en aspectos tan importantes como el beneficio del autocuidado en el paciente, los nuevos avances tecnológicos en el cuidado de la fibromialgia, y los programas de educación y empoderamiento para pacientes con dolor crónico.

Tras un nuevo turno de preguntas, asistiremos, de la mano de Manuela Monleón, a las conclusiones recogidas en el Manual del autocuidado analgésico.

Cerraremos así unas jornadas que sin duda reflejan el gran reto que las enfermeras estamos dispuesta a asumir para lograr el autocuidado de los pacientes en el control del dolor.

Por otro lado, el campus virtual del NOOC, tendrá como contenido principal el video de la grabación de las jornadas, además de otros recursos didácticos complementarios que podrán visualizar y descargar para su uso y consulta durante la práctica profesional: como una sección de buenas prácticas (en la cual los profesionales de la salud tendrán a su disposición

materiales relacionados con la temática de la jornada), una encuesta de satisfacción o un test de conocimientos para poder conseguir el diploma acreditado.

6 CRONOGRAMA E INSCRIPCIONES

6.1 Cronograma

La jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, organizada por Fuden, se celebrará el **22 de octubre de 2025**.

6.2 Lugar de celebración

La jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, se celebrarán de forma presencial en las Aulas Fuden calle San Bernardo 5-7 (Madrid).

La asignación de las plazas hasta completar el aforo se realizará por riguroso orden de inscripción.

6.3 Inscripción

La persona interesada en participar como asistente y/o ponente a la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, podrá realizar la **inscripción a la jornada presencial** en la web de Fuden.es/tienda desde el día **20 de septiembre al 20 de octubre de 2025**. La inscripción presencial cuenta con una fianza, que se devolverá tras comprobar la asistencia a la jornada o en casos de ausencia justificada.

Y **a partir del día 23 de octubre** todas las personas que quieran acceder al NOOC de la jornada y a todos los materiales en diferido, podrán inscribirse en el campus Fuden Inclusiva hasta el 22 de noviembre de 2025. Las personas que quieran adquirir la insignia digital, así como el diploma acreditado, deberán visualizar la jornada en directo (de forma presencial u online) o visualizar y completar todos los contenidos del NOOC.

Para cualquier consulta sobre el proceso de inscripción podrá dirigirse a la Secretaría Técnica de la organización del evento, en la siguiente a dirección info@fuden.es.

Los ponentes propuestos por Fuden para participar en la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, que no hayan realizado su inscripción directamente en la web de campus Fuden Inclusiva deberán aceptar expresamente su participación mediante correo electrónico remitido al Coordinador de las Jornadas. Asimismo, todos los participantes en calidad de ponentes deberán remitir por mail al coordinador de las Jornadas una fotografía reciente y una breve reseña curricular. Dicha información, se incluirá en los actos de difusión de la celebración de las Jornadas, en relación con el programa de estas y la participación de los diferentes participantes, todos ellos con reconocido prestigio en el ámbito de la salud y la mujer.

7 CARACTERÍSTICAS DE LA PARTICIPACIÓN

7.1 Acreditación

Solicitada la acreditación de la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, a la Cátedra FUDEN-UCLM con 5 horas (se encuentra en proceso de acreditación). Para poder obtener el correspondiente diploma acreditado los participantes deberán estar en posesión del título oficial de grado en enfermería.

El diploma acreditado de la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente” no tendrá coste económico.

7.2 Obtención del Diploma Acreditado y de la Insignia Digital:

Las personas que quieran obtener el diploma acreditado de las jornadas deberán:

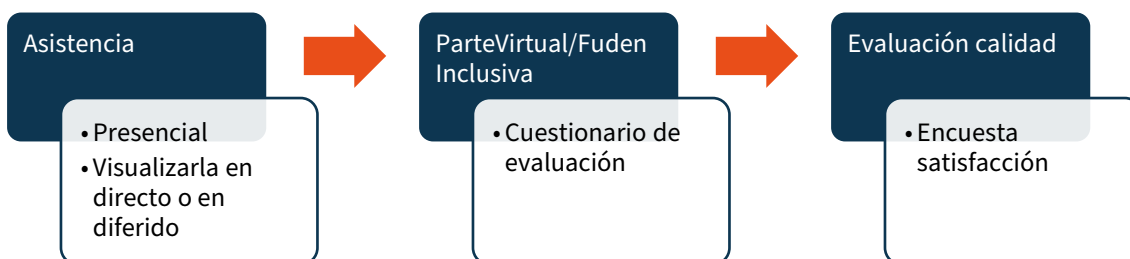
- **Asistir a la jornada presencialmente o visualizarla en directo** a través del enlace facilitado a través del campus virtual de Fuden Inclusiva.
- **Completar y visualizar todos los contenidos del NOOC** de la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”: visualizar el video de la grabación de la jornada y superar el **cuestionario evaluación**.

Las personas que obtener la insignia digital, deberán:

- **Completar y visualizar todos los contenidos del NOOC** de la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”: visualizar el video de la grabación de la jornada y superar el **cuestionario evaluación**.

7.3 Evaluación de la calidad

Posteriormente a la visualización de este material todos los participantes en la jornada podrán **realizar la encuesta de satisfacción**, de manera voluntaria y anónima, con el objetivo de mejorar la calidad de las jornadas realizadas por Fuden.



8 DIFUSIÓN DE LA JORNADA

Ligado al objetivo principal de la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, consistente en abordar la necesidad de empoderar al paciente promoviendo intervenciones que favorezcan la capacitación y la implicación en su autocuidado de las personas con dolor y sus cuidadores, mejorando su capacidad de afrontamiento del dolor y preservando su calidad de vida, y participando desde el conocimiento en la toma de decisiones para cuidar de su propia salud desde el **autocuidado competente**, FUDEN busca difundir el conocimiento científico más reciente sobre este abordaje, destacando el rol fundamental de la enfermera en acompañar y guiar a los pacientes en su camino hacia un autocuidado informado y eficaz.

Para ello, FUDEN grabará las diferentes ponencias, con la finalidad de crear un espacio opinión y de difusión del conocimiento científico. Además, se creará un Nano Online Open Course (NOOC) que tendrá como contenido principal un vídeo grabado durante las jornadas y que se encontrará en la plataforma de formación de Fuden Inclusiva.

Con el fin de poder llevar a cabo la comunicación de las ponencias realizadas en las diferentes mesas, para ser difundidas durante el periodo de tiempo de realización de las Jornadas y, con posterioridad, con la finalidad de crear un espacio opinión y de difusión del conocimiento científico (incluido su formato NOOC), el participante autoriza a la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería la grabación, reproducción, publicación y difusión de las ponencias, en los medios y formatos que la entidad organizadora estime oportunos, y especialmente a su inclusión en web y redes sociales. La cesión de los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública autorizada tiene carácter gratuito, y se establece por el plazo máximo de tiempo previsto en la ley.

9 PROPIEDAD INTELECTUAL E INDUSTRIAL

A efectos de las presentes bases, se considerarán contenidos aportados por los participantes toda la información o creación intelectual o industrial de cualquier tipo presentada a las Jornadas.

Los participantes garantizan que disponen de todos los derechos de propiedad intelectual e industrial sobre los contenidos aportados, y responderán frente a cualquier tercero por la explotación de tales derechos, exonerando a FUDEN de cualquier responsabilidad.

Además, las personas que participan como ponentes, teniendo conocimiento de su exposición será grabada y difundida por Fuden en los términos expuestos en la Base 8 del presente documento, autorizan de manera expresa a favor de la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, la grabación, reproducción, publicación y difusión de las ponencias, en los medios y formatos que la entidad organizadora estime oportunos, y especialmente a su inclusión en web y redes sociales. La cesión de los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública autorizada tiene carácter gratuito, y se establece por el plazo máximo de tiempo previsto en la ley.

Dicha autorización no implica la cesión de derechos de propiedad intelectual, autorizándose exclusivamente la reproducción y comunicación pública de la Ponencia a los efectos y alcance recogidos en las presentes bases. Fuden garantizará su uso no comercial y la atribución al autor.

10 PROTECCIÓN DE DATOS

En cumplimiento de lo previsto en el Reglamento (UE) 2016/679 General de Protección de Datos, le informamos que los datos proporcionados serán tratados por la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería (en adelante, FUDEN), en su condición de Responsable del Tratamiento, con las siguientes finalidades: Gestión del diseño, promoción, organización, ejecución, difusión a través de los medios de Fuden, y evaluación de la calidad de la jornada “El autocuidado analgésico. Abordaje del dolor” -remisión de información promocional de actividades de FUDEN y, en su caso, previa a aplicación de técnicas de anonimización o pseudonimización, podrá ser utilizados para la elaboración de estadísticas.

Cuando los datos no se obtengan directamente del interesado, FUDEN cumplirá con los deberes de información y transparencia informando al interesado en los términos fijados en el artículo 14 RGPD.

Las bases jurídicas de legitimación de las actividades del tratamiento con relación a los fines determinados, explícitos y legítimos antes señalados son el consentimiento del interesado, el interés legítimo, la aceptación de las bases legales de la Jornada y cumplimiento de una obligación legal.

Usted no está obligado a aportarnos sus datos, pero la no facilitación impedirá la participación en las Jornadas, puesto que necesitamos identificarle para gestionarlos.

Los datos se conservarán durante el tiempo necesario para cumplir con la finalidad para la que se recabaron y para determinar las posibles responsabilidades que se pudieran derivar de dicha finalidad y del tratamiento de los datos.

Los datos personales de las personas inscritas en actividades dirigidas a sectores de actividad o profesionales determinados se mantendrán en el sistema de forma indefinida en tanto el interesado no solicite su supresión.

FUDEN no cederá los datos a terceros, salvo obligación legal. Se podrán comunicar datos de identificación a terceros que colaboren en la organización de la Jornada.

Los titulares de los datos personales pueden revocar su consentimiento para el tratamiento de sus datos u oponerse al mismo, según los casos, sin que ello afecte a la licitud del tratamiento previo. Asimismo, podrán ejercer el resto de los derechos que les reconoce la normativa vigente en materia de protección de datos personales enviando un escrito al responsable, acompañado

de una fotocopia de su DNI a la dirección postal calle Veneras, núm. 9, 5ª planta, 28013 de Madrid o al correo electrónico equipo-dpd@fuden.es

Alternativamente, puede ponerse en contacto con el delegado de Protección de Datos en el correo privacidad-dpd@fuden.es.

Tiene derecho a presentar una reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos.

Puede consultar la política de protección de datos de FUDEN en su página web.

11 CESIÓN DE IMAGEN

Cada participante consiente en el uso de su voz e imagen, obtenida bien a través de las grabaciones, entrevistas, reportajes, o cualquier otro medio, para uso promocional y de difusión de la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente” (incluyendo, pero no limitando a su publicación en la web de Fuden y en redes sociales) sin que dicha utilización le confiera ningún derecho de compensación económica.

12 ACEPTACIÓN DE LAS BASES

La participación en la jornada “Abordaje enfermero del dolor desde el autocuidado competente”, implica el conocimiento y la aceptación íntegra de las bases por parte de los participantes (ponentes y asistentes).

Los aspectos no previstos o regulados en las presentes bases, así como la interpretación de estas en caso de dudas y de otras cuestiones derivadas de celebración de estas Jornadas, serán resueltas exclusivamente por el comité organizador de las Jornadas.

Fuden se reserva el derecho de modificar estas bases en cualquier momento cuando las circunstancias así lo requirieran. La modificación se anunciará a los participantes y entrará en vigor a partir de la fecha de su anuncio, sin que éstos puedan realizar reclamación alguna a Fuden por este hecho.

Las presentes Bases estarán disponibles en todo momento en el espacio web de la actividad.

Las presentes bases entrarán en vigor en el momento de su publicación.

13 EVALUACIÓN

La evaluación de esta jornada consistirá en la asistencia presencial o virtual a la actividad.

- El control de asistencia se verifica mediante un sistema de validación mediante códigos de barra/QR que cada asistente registrar tanto a la entrada como a la salida del evento.
- El control de asistencia virtual se realiza mediante los registros del campus virtual, Moodle, a través del cual se emitirá la jornada.

14 ENCUESTAS

A todos y cada uno de los asistentes se le remitirá un test de evaluación de la calidad, tanto del curso como de los ponentes encargados de la misma. También se valorará a la organización y otros apartados. Así mismo, se evaluará la metodología y la consecución de los objetivos. Los resultados de tales evaluaciones servirán para mejorar y/o modificar todas aquellas acciones o actividades que así se consideren necesarias.