

Servicio Extremeño de Salud

Gerencia de Área de Salud de  
Cáceres

Unidad de Formación

Unidad de Formación del  
Área de Salud Cáceres - SES

## **TALLER “DESHABITUACIÓN TABÁQUICA”**

**Días: 19, 26 de Abril  
2, 10, 17, 24, 31 de Mayo y  
7 de Junio de 2017**

**CÁCERES**

**DIRIGIDO A:**

Personal del Área de Salud de Cáceres.

**DOCENTES:**

Juan Antonio Riesco Miranda. Neumólogo del CHCC.  
Lorena Alonso Rivas. Psico-oncóloga AECC

**FECHAS:**

19, 26 Abril 2, 10, 17, 24, 31 Mayo y 7 Junio de 2017

**HORARIO:**

Tardes de 18 a 19,30 horas

**HORAS LECTIVAS:**

12 horas

**INSCRIPCIÓN:**

Unidad Docente de la Gerencia de Cáceres  
[udoc.caceres@ses.juntaextremadura.net](mailto:udoc.caceres@ses.juntaextremadura.net)  
Fax: 927244384  
Web del Área de Salud de Cáceres

**Nº DE PLAZAS:**

15

**LUGAR DE CELEBRACIÓN:**

Sala de Juntas del HSPA Cáceres

**INFORMACIÓN:**

Coordinadora de Trasplantes del CHCC.  
M<sup>a</sup> Ángeles Márquez Sánchez Tf: 56431.

**OBJETIVOS:**

- Ofrecer información sobre aspectos del tabaco y técnicas específicas para dejar de fumar.
- Dar posibilidad de participar en un programa de deshabituación tabáquica.
- Facilitar a los profesionales del Área de Salud de Cáceres que han decidido dejar de fumar, ayuda técnica y psicológica durante el proceso de deshabituación tabáquica.

**CONTENIDOS:**

En el grupo se trabajará:

- Favorecer la motivación hacia la consecución del objetivo.
- Análisis de la conducta de fumar y técnicas de control estimular.
- Técnicas de autocontrol, control de ansiedad y de regulación de emociones.
- Prevención de recaídas y control de deseo de fumar.
- Mantenimiento de la conducta de no fumar

**METODOLOGÍA:**

Exposición teórica- prácticas.

**INSCRIPCIÓN:** Hasta 3 de Abril de 2017

***Se dará certificado de asistencia a los alumnos que acrediten la asistencia al 90% de las clases presenciales.***