

Expertos  
en DOLOR



# Programa formativo para el abordaje del dolor crónico a través de la comunicación



**El aspecto psicológico del dolor crónico es muy importante porque supone una carga añadida al diagnóstico y al día a día de los pacientes**

## Consejos del médico para el paciente para afrontar el diagnóstico de una enfermedad crónica

- ✓ Intenta mantener una actitud positiva y realista
- ✓ Busca apoyo familiar
- ✓ Expresa tus emociones
- ✓ Infórmate de la causa de tu dolor y tu patología
- ✓ Intenta mantener el estilo de vida al que estás habituado
- ✓ Date el tiempo necesario
- ✓ Mantén la adherencia al tratamiento
- ✓ Mantén una actitud positiva
- ✓ Busca ayuda
- ✓ Disfruta de la vida

### Fuentes:

- Cómo afrontar el diagnóstico del dolor crónico. [Internet]. Magazine Vivir Sin Dolor. 2020. Disponible en: <https://institutoaliaga.com/vivirsindolor/como-afrontar-el-diagnostico-del-dolor-cronico/>
- Corr CA. Elisabeth Kübler-Ross and the "Five Stages" model in a sampling of recent American textbooks. Omega (Westport). 2020;82(2):294-322.