

Dr Graciela Rovner

WYKŁAD PLENARNY

Tytuł: *Włączanie ACT w medycynę rehabilitacyjną: pierwsza linia zapobiegania i interwencji w przebiegu chorób przewlekłych.*

Terapia Akceptacji i Zaangażowania (ACT) jest skuteczna nie tylko w pomocy przy zaburzeniach psychicznych, ale też w przy wielu chorobach przewlekłych i somatycznych, takich jak przewlekły ból, choroby nowotworowe, otyłość, zaburzenia odżywiania, choroby układu krążenia, utrata wagi, epilepsja, cukrzyca, szumy uszne, stwardnienie rozsiane, wylew, czy innych, w których zmiana behawioralna zdaje się być kluczem do powodzenia w leczeniu. Według WHO służba zdrowia powinna skupiać się na zapobieganiu i leczeniu chorób przewlekłych (zarówno fizycznych, jak i psychicznych) poprzez kierowanie interwencji na możliwe do zmiany czynniki ryzyka, które się z nimi wiążą. Nawyki wynikające ze stylu życia, które mają największy wpływ na zdrowie i śmiertelność to: jak aktywny/siedzący tryb życia prowadzimy, co jemy oraz w jakim zakresie spożywamy alkohol i palimy tytoń.

ACT proponuje przejrzyste procesy terapeutyczne, które są transdiagnostyczne i które mogą być stosowane przez każdego profesjonalistę, by jak najlepiej: 1) oceniać i rozumieć potrzeby pacjentów; 2) wzbudzać wgląd, motywację i wytrwałość we wprowadzaniu zmian w stylu życia. Kolejnym wyzwaniem jest zrozumieć kontekstualną perspektywę behawioralną, perspektywę skupioną na podwyższaniu istniejącego poziomu funkcjonowania aniżeli na obniżaniu symptomów lub szukaniu patologii lub problemów. Dr Rovner przedstawi ACTywną Ocenę (*ACTiveAssessment*) opierając się na swoich badaniach. Algorytm ten wyjaśnia dlaczego niektórzy pacjenci potrafią dość szybko wprowadzać zmiany w stylu życia, a inni potrzebują dużo wsparcia i czasu.

Dr Rovner jest jedyną na świecie trenerką ACT, która jest fizjoterapeutką. Uzyskała w Szwecji doktorat w dziedzinie medycyny i trzy tytuły magistra (medycyna, fizjoterapia i psychologia) oraz przewodniczy interdyscyplinarnemu zespołowi zajmującemu się bólem w Göteborgu. Język i przykłady, których używa, są w pełni przystosowane do dziedzin medycznych i mają zastosowanie dla całego zespołu interdyscyplinarnego. Wyjątkowość tego wystąpienia wynika również z faktu, że dr Rovner pracowała i trenowała profesjonalistów branży ochrony zdrowia w kilku krajach. Jest osobą konkretną i wysoce inspirującą.