



VI Escuela de Pacientes Oncológicos “Dormir para sanar: el sueño como herramienta”

13 de mayo de 2026 de 10:00 a 13:00 horas
Salón de Actos – Hospital Universitario del Tajo

Programa

10:00 - 10:15 h: Inauguración y presentación de la Escuela de Pacientes Oncológicos.

- **Dirección Hospital Universitario del Tajo (HUT).**
- **Dra. Elena Ruiz Sainz**, Jefa de Sección de Hematología y Oncología Médica (HUT).
- **D^a Alicia Hernández Gálvez**, Coordinadora del Voluntariado de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) en el HUT.

10:15 -10:45 h: Sueño y salud: hábitos que marcan la diferencia.

Dra. Cristina López Riobos, Directora Médico (HUT).

10:45 - 11:15 h: El sueño y cáncer: por qué es tan importante.

Dr. Luis Eduardo García de la Calle, F.E.A. Oncología (HUT).

- Cómo influye el sueño en la recuperación, sistema inmune y bienestar del paciente oncológico.
- Trastornos del sueño más frecuentes durante el tratamiento.
- Efectos secundarios que alteran el descanso.

11:15 – 11:30 h: Sentirnos acompañados durante la enfermedad.

D^a Alicia Hernández Gálvez.

11:30 – 12:00 h: Pausa saludable.

12:00 – 12:30 h: Taller práctico: técnicas de relajación y respiración para dormir mejor.

D^a Grace Katia Cañizares Pozo, Enfermera Especialista de Salud Mental (HUT).

D^a Tania Alonso Prieto, Enfermera Especialista de Salud Mental (HUT).

12:30 – 12:45 h: Compartiendo experiencias: ahora cuéntanos tú.

12:45 – 13:00 h: Conclusiones y cierre.

D^a Alicia Hernández Gálvez.
Dra. Elena Ruiz Sainz.