Nombre de la formación:	Mindfulness aplicado al ámbito sanitario
Destinatarios:	☒ Enfermer@s ☒ Matronas ☒ Otros:Fisios
Acreditación:	2 ECTS
Entidad acreditadora:	UCAV
Fecha inicio fase online:	23 de enero
Fecha fin fase online:	21 de febrero
Campus virtual:	☒ Si ☐ No
Clases virtuales	☒ Si. ☐ No
Criterios de evaluación:	La evaluación del curso se realizará mediante; • Una prueba tipo test compuesta por una serie de preguntas a través de las cuales los alumnos demostrarán haber interiorizado los conocimientos impartidos. • Un caso práctico con 10 preguntas cortas a desarrollar y cada una de ellas puntuará 1 punto como máximo. • Para poder superar el curso, el alumno debe obtener una calificación igual o superior al 50% del total en ambas pruebas de evaluación. Al inicio del curso se ofertará a los alumnos la elección de las clases virtuales en horario de mañana o de tarde. Además de superar la evaluación del curso, se establece como requisito indispensable para obtener el título, la asistencia en directo al 100% de las clases virtuales propuestas por el docente durante la realización del curso, en el turno elegido por el alumno.

Docente:
Judith Pregaldiny Gelfo

Grado en psicología, especialización clínica. Experta en intervención psicológica con víctimas en violencia de género. Máster Universitario en psicología clínica y psicoterapia. Practitioner PNL y Máster PNL. Formación psicología de la música. Formación en hipnosis clínica. Experto Universitario en evaluación psicológica y psicodiagnóstico. Experto Universitario en psicoterapia breve. Amplia experiencia profesional en diferentes proyectos y gabinetes psicológicos como "El proyecto hombre" o "Darwin Psicólogos".

Contenido:

La formación se impartirá en formato online a través del campus virtual de FUDEN.

El contenido del curso se divide en cuatro módulos donde se profundizará sobre aspectos relacionados con los siguientes temas de estudio;

- Módulo 1. Atención plena y compasión.
- Módulo 2. Evidencia y neurociencia. Entrenamiento.
- Módulo 3. Asertividad y autocuidado.
- Módulo 4. Aplicación en la profesión sanitaria

Para completar la formación del alumnado, el docente impartirá una serie de clases virtuales donde a través del análisis de múltiples casos clínicos, se ejercitarán habilidades y destrezas relacionadas con;

- Medicina participativa: unidad mente-cuerpo.
- Mindfulness: entrenar la atención para vivir en el momento presente.
- Exploración corporal: llevar la atención al cuerpo.
- La percepción y su capacidad creadora.
- Resiliencia: el arte de la transformación personal.
- Yoga o dinámica corporal: atender al movimiento.
- Autocuidados.
- La meditación: formal e informal.

Estas clases quedaran grabadas para que el alumno pueda visualizarlas en diferido cuantas veces quiera.