

Nombre del Curso: Cuidar con sentido en equipos de investigación: del cuidado personal al cuidado compasivo

Coordinador de la Comisión de Formación de IdiPAZ/FIBHULP: Mercedes Ruiz Balibrea

Fecha de realización: Del 27 al 30 de abril de 2026

Horario: 9:30 a 12:30

Duración total: 12 horas

Modalidad: Presencial

Objetivo general: Mejorar el bienestar y la resiliencia integrando una visión compasiva, interdependiente y sistémica en nuestra relación práctica profesional.

Plazas: 20

Lugar: Pabellón de docencia, Aula 2

Programa:

Módulo/Día	Modalidad	Contenido	Profesorado (Apellidos, Nombre)
27/04/2026	Presencial	Propósito y valores: reconectar con lo que nos mueve Los valores olvidados Lo que todos buscamos, sirve para todo y a todos Lo que me aleja y me acerca a mi propósito	Santiago Moraleda Aldea Julia Moraleda García
28/04/2026	Presencial	Autocuidado y autocompasión Reconocer señales de sobrecarga y desgaste profesional Regulación emocional y presencia Integrar practicas sostenibles de autocuidado El poder de la neuroplasticidad: cultivar estados mentales saludables	Santiago Moraleda Aldea Julia Moraleda García
29/04/2026	Presencial	Compasión clínica: ver y cuidar al otro Desarrollar presencia y práctica profesional compasiva Reconocer el poder transformador de la escucha profunda, la comunicación y la relación terapéutica	Santiago Moraleda Aldea Julia Moraleda García
30/04/2026	Presencial	La compasión: fin o finalidad Bienestar vs felicidad La cultura emocional del equipo. Desarrollar una visión colaborativa, interdependiente y compasiva en los equipos. Compromisos alineados con la visión: traducir la compasión en compromisos concretos y sostenibles.	Santiago Moraleda Aldea Julia Moraleda García