

# Curso Universitario

## Mindfulness para el Paciente Oncológico



## Curso Universitario Mindfulness para el Paciente Oncológico

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtute.com/psicologia/curso-universitario/mindfulness-paciente-oncologico](http://www.techtute.com/psicologia/curso-universitario/mindfulness-paciente-oncologico)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Estructura y contenido

---

*pág. 12*

04

Metodología de estudio

---

*pág. 16*

05

Titulación

---

*pág. 26*

# 01

# Presentación

El paciente oncológico atraviesa diferentes etapas de su enfermedad que le provocan diferentes estados anímicos influyendo notablemente en su salud mental. Las emociones negativas y el estrés suelen estar por tanto presentes en estas personas. En este escenario el trabajo que desempeña el profesional de la psicología es clave en el afrontamiento de un modo adecuado de la situación e incluso en la mejora de la calidad de vida. Esta enseñanza 100% online aporta al alumnado los últimos avances y estudios científicos que se han desarrollado en este campo, con un contenido multimedia de calidad al que podrá acceder con un dispositivo con conexión a internet.





“

*Un programa 100% para que mantengas un conocimiento actualizado de todo lo relacionado con el Mindfulness y sus beneficios en pacientes oncológicos”*

Síntomas de depresión, ansiedad, incertidumbre, desesperanza, miedo o estrés son solo algunos de las emociones o trastornos que florecen en el paciente oncológico en distintos momentos de su enfermedad. Una situación que provoca inestabilidad tanto en el paciente como en su entorno, empeorando aún más su estado de salud global. La figura del profesional de la psicología es clave en el proceso de recuperación. Este Curso Universitario está dirigido al personal que desee renovar su saber entorno al Mindfulness orientado fundamentalmente a este tipo de pacientes.

Este Curso Universitario ofrece un avanzado conocimiento en este campo, donde autores como Thích Nhất Hạnh, Herbert Benson, Jon Kabat-Zinn, Richard J. Davidson o Sam Harris han marcado la línea en la que se ha desarrollado y evolucionado el mindfulness. Asimismo, el alumnado encontrará en este exhaustivo temario el presente y futuro de esta terapia, a través de las líneas de investigación más recientes y su aplicación actual. Un conocimiento que con el que podrá también acceder a las actualizaciones en los tratamientos indicados para pacientes crónicos, así como las técnicas y estilos de afrontamiento más empleados.

Además de las herramientas didácticas multimedia, el alumnado tendrá a su disposición simulaciones de casos clínicos, que le reportarán un conocimiento más real de situaciones y aplicaciones directas de las técnicas Mindfulness en su praxis diaria. El equipo docente que imparte esta titulación aportará su amplio saber con el único fin de proporcionar el contenido más avanzado en este campo.

Una excelente oportunidad que ofrece TECH a todos los profesionales que deseen reciclar su saber cómodamente. Tan solo requieren de un dispositivo electrónico con conexión a internet para poder acceder a la plataforma virtual donde se aloja todo el temario al completo. Sin presencialidad, ni horarios fijos, este Curso Universitario es ideal para aquellas personas que buscan una enseñanza de calidad que les permita compatibilizar sus responsabilidades profesionales y/o laborales.

Este **Curso Universitario en Mindfulness para el Paciente Oncológico** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en psicología y terapias vanguardistas
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Accede a todo el contenido de esta titulación universitaria cuándo y dónde desees. TECH se adapta a ti"*

“

*Ahonda en este Curso Universitario en las últimas aplicaciones del Mindfulness a la psicología clínica”*

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Recicla tu saber sobre las técnicas más comunes de Relajación y el uso del Mindfulness en pacientes con diferentes características.*

*Adquiere un conocimiento renovado en la aplicación de las técnicas de Mindfulness en la población infantil.*



# 02

## Objetivos

Este Curso Universitario, que consta de seis semanas de duración, está orientado a profesionales que deseen ampliar sus miras de conocimiento en su área, especialmente en las Terapias de Tercera Generación. Los casos prácticos aportados en esta titulación le brindarán la oportunidad de renovar su saber en las terapias basadas en el mindfulness enfocado especialmente al paciente oncológico. Todo ello con el fin de dilucidar las técnicas más actuales aplicadas, sus beneficios e inconvenientes en función de las características del paciente.



“

*Esta enseñanza universitaria te aporta las claves y recientes avances para reducir el nivel de estrés y ansiedad en pacientes oncológicos”*



## Objetivos generales

---

- Estudiar el cambio de paradigma que han supuesto las Terapias de Tercera Generación en el campo de la psicología
- Conocer los distintos tipos de Terapias de Tercera Generación
- Ahondar en el pasado, presente y futuro de esta área psicológica
- Estudiar la evolución de los diferentes tipos de terapias
- Conocer los principales desarrollos y tratamientos en torno a las Terapias de Tercera Generación





## Objetivos específicos

---

- ♦ Conocer el surgimiento de las terapias basadas en *Mindfulness*
- ♦ Profundizar las técnicas y prácticas más usuales de la terapia basada en *Mindfulness*
- ♦ Dominar los beneficios asociados a la terapia

“

*Profundiza en este programa universitario en los trabajos más destacados del Mindfulness con un contenido multimedia enriquecido”*



# 03

## Estructura y contenido

El temario de esta enseñanza de alto nivel está compuesto por de video resúmenes, lecturas especializadas de cada punto, esquemas interactivos y un sistema Relearning, basado en la reiteración de contenido, que permitirá al profesional de la psicología avanzar de un modo mucho más ágil. Un plan de estudio en el que se adentrará en el origen del Mindfulness y que entrará posteriormente de lleno en las técnicas empleadas en pacientes oncológicos. Disponer de todo el material didáctico desde el inicio le permitirá al profesional de la psicología distribuir la carga lectiva acorde a sus necesidades.





“

*Conoce las últimas técnicas aplicadas en Mindfulness y la importancia clínica de la relajación con este Curso Universitario”*

## Módulo 1. *Mindfulness*

- 1.1. Introducción e historia del *Mindfulness*
  - 1.1.1. Inicios budistas
  - 1.1.2. Conceptualización e historia de *Mindfulness*
- 1.2. Psicología y Psicobiología del *Mindfulness*
  - 1.2.1. Bases Psicológicas del *Mindfulness*
  - 1.2.2. Bases Psicobiológicas del *Mindfulness*
- 1.3. Técnicas de relajación
  - 1.3.1. Bases de las técnicas de relajación
  - 1.3.2. Importancia clínica de las técnicas de relajación
  - 1.3.3. Técnicas más comunes
- 1.4. *Mindfulness* y su práctica
  - 1.4.1. Introducción a las prácticas basadas en *Mindfulness*
  - 1.4.2. Teorías y técnicas
- 1.5. *Mindfulness* dentro de la Psicología Clínica
  - 1.5.1. ¿Cómo y cuándo usar *Mindfulness*?
  - 1.5.2. *Mindfulness* aplicado a la Psicología Clínica
  - 1.5.3. Trabajos más relevantes
- 1.6. Enfermedades Crónicas y *Mindfulness*
  - 1.6.1. Definición de Enfermedad Crónica
  - 1.6.2. Características del paciente crónico
  - 1.6.3. Un acercamiento desde el *Mindfulness*
- 1.7. *Mindfulness* aplicado a los infantes
  - 1.7.1. Introducción a la Psicopatología Infantil
  - 1.7.2. Afecciones más comunes
  - 1.7.3. Trabajando desde el *Mindfulness*
- 1.8. Beneficios y consideraciones del *Mindfulness*
  - 1.8.1. Principales beneficios del uso de *Mindfulness*
  - 1.8.2. ¿En qué pacientes debo utilizarlo?



- 1.9. Técnicas y estilos de afrontamiento
  - 1.9.1. ¿Qué son los estilos de afrontamiento?
  - 1.9.2. Instrumentos de medida
  - 1.9.3. Técnicas para un mejor afrontamiento
- 1.10. Actualidad y futuro del *Mindfulness*
  - 1.10.1. *Mindfulness* en la actualidad
  - 1.10.2. Líneas de investigación y aplicación
  - 1.10.3. Líneas de trabajo futuras



*Accede a las últimas novedades en la aplicación del Mindfulness en enfermedades crónicas”*

# 04

# Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

*TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo  
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



### Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

*El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”*

## Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



## Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*



## Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



*La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”*

### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

## La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

*Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.*

*Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.*



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



#### Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



05

# Titulación

Este programa en Mindfulness para el Paciente Oncológico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este programa te permitirá obtener el título de **Curso Universitario en Mindfulness para el Paciente Oncológico** emitido por TECH Universidad.

TECH es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Curso Universitario en Mindfulness para el Paciente Oncológico**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**





**Curso Universitario**  
Mindfulness para el  
Paciente Oncológico

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Curso Universitario

## Mindfulness para el Paciente Oncológico

