



Introducción a la Estimulación Cognitiva  
Basada en Mindfulness para Cuidadores

**Inicio el 15 de mayo de 2019**

<https://nptmindfulness.com>



Alzheimer

## **Curso de Introducción al Programa de Estimulación Cognitiva basada en mindfulness (MBAS, Mindfulness Based Alzheimer Stimulation).**

### **Introducción.**

La aplicación del entrenamiento basado en mindfulness para personas mayores con enfermedad de Alzheimer (EA) ha sido una de las mayores apuestas que el Grupo de Investigación de Mindfulness y Salud de la Universidad de La Laguna hasta la actualidad. Nuestra preocupación ha estado centrada desde finales de la década de los 90 en desarrollar un tratamiento no farmacológico, que añadido a los fármacos existentes para paliar la sintomatología (anticolinesterásicos y memantina), pudiese modificar el curso del deterioro cognitivo, funcional y prevenir la psicopatología en los estados iniciales de la enfermedad.

La apuesta de aplicar mindfulness en EA está basada en la etiología multifactorial de esta enfermedad. Por ello es necesario desarrollar un tratamiento que englobe diferentes aspectos de la misma y no sólo centrarse en su vertiente neurodegenerativa. Asumir esta perspectiva es esencial para realizar un tratamiento no farmacológico eficaz, basado en modelos de intervención que integren la posibilidad de un incremento de la hemodinámica cerebral, principal factor de deterioro cognitivo en la longevidad, a la vez que impliquen la conectividad de diferentes áreas corticales para frenar el deterioro.

### **Objetivos:**

- Competencias técnicas: conocer de la base teórica del programa de estimulación cognitiva basado en mindfulness y los elementos que lo componen, fases de aplicación del mismo, herramientas para su puesta en práctica y pautas de buenas prácticas.

Adquirir los conocimientos necesarios para aplicar mindfulness, atención plena, a la intervención en el desarrollo de las PCP y la intervención cotidiana desde AICP.

- Competencias relacionales: adquirir competencias esenciales para poder desarrollar un rol de facilitador atento orientado hacia la atención al presente del enfermo, empoderando a la persona con deterioro cognitivo.
- Competencias éticas: reflexionar sobre los valores éticos de nuestra actuación y la coherencia con nuestro sistema de valores personales y la atención que ofrecemos a nuestros familiares o clientes momento a momento.

### **Sesión 1. Introducción al Programa de Estimulación Cognitiva para Enfermos de Alzheimer basado en Mindfulness (MBAS).**

- Definición, evolución, cambio de paradigma, dimensiones de la AICP, principios rectores y mindfulness disposicional.
- Aspectos clínicos desde la perspectiva biopsicosocial en la Enfermedad de Alzheimer.

- Perfil neuropsicológico del enfermo de Alzheimer.
- Personalidad y Enfermedad de Alzheimer desde el modelo postracionalista.
- Prácticas: Sesión de meditación vipassana, el body scan del programa MBSR.
- Evaluación: cuestionario de personalidad de Millon y Evaluación de Mindfulness Disposicional.

#### Sesión 2: Aplicación de MBAS en la vida cotidiana.

- Intervención atenta en la vida cotidiana: más allá del paradigma funcional de AVD (actividades de la vida diaria).
- La rueda de la meditación de Daniel Siegel: 8 sentidos del mindfulness.
- Práctica: meditación guiada de toma de decisiones en la vida cotidiana.

#### Sesión 3. Integración sensorial y MBAS.

- Bases neurológicas de la integración sensorial.
- Aplicaciones de la integración sensorial basada en mindfulness en la EA.
- Atención conjunta basada en mindfulness.
- Práctica: meditación guiada basada en la propiocepción (body scan).

#### Sesión 4. MBAS y tacto.

- Integración sensorial basada en mindfulness a través del tacto.
- Práctica: ejercicios de meditación basados en el tacto.

#### Sesión 5. MBAS y gusto.

- Integración sensorial basada en mindfulness a través del gusto.
- Intervención sensorial a través de la alimentación.
- Práctica: ejercicios de meditación basados en el tacto.

#### Sesión 6. MBAS y Olfato.

- Integración sensorial basada en mindfulness a través del olfato.
- Práctica: ejercicios de meditación basados en el tacto.

#### Sesión 7. MBAS y oído.

- Integración sensorial basada en mindfulness a través del oído.
- Práctica: ejercicios de meditación basados en el oído.

## Sesión 8. MBAS y vista.

- Integración sensorial basada en mindfulness a través de la vista.
- Práctica: ejercicios de meditación basados en la vista.

**Evaluación final:** examen de 20 preguntas tipo test, 1 pregunta a desarrollar y 1 caso práctico.

**Inicio del curso:** 15 de mayo a las 22:00 hora de Madrid, España.

**Precio:** El coste del curso completo es de 288 €. Hasta el 10 de mayo el curso tiene un descuento del 50% (144€) pagando en:

<https://www.mindfulbrain.es/cursos/34-introduccion-al-programa-de-estimulacion-cognitiva-basada-en-mindfulness-mbas-.html>

Código de descuento: 333

### INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA BASADA EN MINDFULNESS (MBAS)

La aplicación del entrenamiento basado en mindfulness para personas mayores con enfermedad de Alzheimer (EA) ha sido una de las mayores apuestas que el Grupo de Investigación de Mindfulness y Salud de la Universidad de La Laguna hasta la actualidad. Nuestra preocupación ha estado centrada desde finales de la década de los 90 en desarrollar un tratamiento no farmacológico, que añadido a los fármacos existentes para paliar la sintomatología (anticolinesterásicos y memantina), pudiese modificar el curso del deterioro cognitivo, funcional y prevenir la psicopatología en los estados iniciales de la enfermedad.

La apuesta de aplicar mindfulness en EA está basada en la etiología multifactorial de esta enfermedad. Por ello es necesario desarrollar un tratamiento que englobe diferentes aspectos de la misma y no sólo centrarse en su vertiente neurodegenerativa. Asumir esta perspectiva es esencial para realizar un tratamiento no farmacológico eficaz, basado en modelos de intervención que integren la posibilidad de un incremento de la hemodinámica cerebral, principal factor de deterioro cognitivo en la longevidad, a la vez que impliquen la conectividad de diferentes áreas corticales para frenar el deterioro.



#### ENTRAR EN EL CURSO

Para acceder a los contenidos de este curso, por favor introduzca la clave que se le proporciona en el correo del pago.

#### PAGAR CURSO



**288.00€**

Introduzca vale de descuento:

Datos personales:

Acepto el [Sus datos seguros](#) y la [política de privacidad](#)



También tienes la posibilidad de realizar cada sesión de forma individual por 40€ cada sesión.