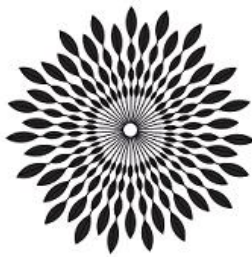




EDUCACIÓN
A DISTANCIA

CULTIVO DE LA
COMPASIÓN PARA
MIEMBROS DE EQUIPOS
SOCIOSANITARIOS





CULTIVO DE LA COMPASIÓN PARA MIEMBROS DE EQUIPOS SOCIOSANITARIOS

DIRECCIÓN:

Dr. Gonzalo Brito Pons

FECHA DE INICIO:

15 de abril de 2025

MODALIDAD:

A distancia (con seminario-taller presencial de aprendizaje integrador experiencial optativo, con costo adicional)

DURACIÓN:

Dos (02) meses

CRONOGRAMA:

Módulo 1:

15, 22, 29 de abril

6 de mayo

Módulo 2:

13, 20, 27 de mayo

3 de junio

Importante:

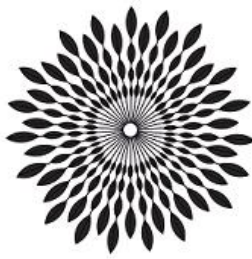
**Nuestros cursos deberán contar con un cupo mínimo de estudiantes matriculados para su apertura. La Universidad se reserva el derecho de posponer o suspender el inicio de la actividad.*

FUNDAMENTACIÓN

La compasión, entendida como la capacidad de conectar con el sufrimiento propio y ajeno junto con la motivación sincera de aliviarlo, es una cualidad esencial tanto en la vida personal como profesional. En el ámbito sanitario, donde las personas están constantemente expuestas al sufrimiento humano, esta cualidad se convierte en un recurso invaluable para el autocuidado de los profesionales y para la creación de entornos seguros y humanos para los pacientes y sus familias.

Aunque la compasión es un instinto natural, su expresión puede verse limitada por factores como el estrés, la despersonalización o la presión de entornos competitivos. Sin embargo, investigaciones recientes en neurociencia y prácticas contemplativas han demostrado que la compasión puede ser entrenada y fortalecida, generando beneficios significativos tanto a nivel personal como organizacional. Este entrenamiento permite no solo gestionar mejor el estrés empático y prevenir el burnout, sino también mejorar la





calidad de la atención y promover relaciones más auténticas y resilientes en los equipos de salud.

Este curso, basado en modelos como el *Entrenamiento en el Cultivo de la Compasión* (CCT) de la Universidad de Stanford y la *Terapia Centrada en la Compasión* (CFT) desarrollada por el Dr. Paul Gilbert, ofrece un enfoque práctico y experiencial para cultivar la compasión. A través de meditaciones guiadas, prácticas relacionales y exploraciones científicas, los participantes podrán desarrollar habilidades como la atención compasiva, la empatía sabia y la tolerancia al estrés. Este trabajo no solo beneficia a los profesionales en su bienestar personal, sino que también impacta positivamente en la calidad de la atención que brindan a los pacientes, promoviendo un entorno de cuidado más humano y sostenible.

En un mundo donde la deshumanización y el agotamiento son riesgos constantes, la compasión emerge como un antídoto poderoso para transformar la práctica clínica y fortalecer tanto a los profesionales como a los equipos de salud.

DESTINATARIOS

Profesionales y miembros de equipos sociales y sanitarios con especial foco en quienes trabajan con fragilidad, cronicidad y final de vida

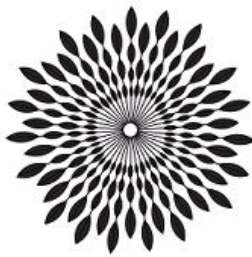
OBJETIVOS

- Comprender qué es (y qué no es) la compasión: diferenciarla de conceptos relacionados como la empatía y el altruismo.
- Explorar la perspectiva evolutiva del cerebro y las emociones: entender la centralidad de la compasión en la regulación emocional, especialmente en el ámbito sanitario.
- Responder preguntas clave:
 - ¿Cómo generar relaciones seguras y conectadas?
 - ¿Qué impacto tiene esto en la resiliencia de los pacientes y en el bienestar de las familias?
 - ¿Cómo contribuye al desarrollo del potencial de los equipos sanitarios?
- Explorar la relación entre *mindfulness* y compasión: comprender cómo estas prácticas se potencian mutuamente.
- Practicar la autocompasión: desarrollar estrategias para el autocuidado de los profesionales.
- Identificar obstáculos a la compasión: abordar el estrés empático, el efecto espectador y el colapso de la compasión.

CONTENIDOS

Módulo 1: Fundamentos de la Compasión



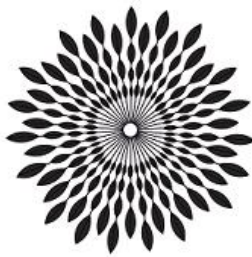


1. ¿Qué es la compasión? ¿Cómo se entrena?
Exploraremos el significado profundo de la compasión y su importancia en nuestras vidas. Introduciremos el concepto de "mindfulness compasivo" y revisaremos la evidencia científica sobre sus beneficios.
2. Psicología evolutiva y neurociencia de la compasión
Analizaremos cómo la compasión está arraigada en nuestra naturaleza humana y cómo fortalecerla a través de prácticas específicas. Revisaremos las bases neurocientíficas que sustentan su entrenamiento.
3. Autocompasión y amor a uno mismo
Reflexionaremos sobre la importancia de la autocompasión como base para el cuidado de los demás. Practicaremos estrategias para cultivar la amabilidad hacia uno mismo y prevenir el desgaste emocional.
4. Hacia una empatía sabia
Aprenderemos a gestionar el estrés empático y el contagio emocional al conectar con el sufrimiento. Exploraremos cómo cultivar una empatía equilibrada y saludable.

Módulo 2:

5. La espalda firme de la compasión
Descubriremos cómo establecer límites saludables sin perder la compasión. Aprenderemos a equilibrar nuestras necesidades con las de los demás para evitar la sumisión amable.
6. Los tres flujos de la compasión y sus obstáculos
Profundizaremos en los flujos de la compasión (dar, recibir y auto-compasión) y abordaremos los bloqueos comunes que limitan nuestra capacidad de conectarnos plenamente.
7. Humanidad compartida (y deshumanización) en la práctica clínica
Reflexionaremos sobre cómo los estereotipos y la deshumanización afectan el cuidado. Practicaremos estrategias para fomentar la empatía hacia todos, reconociendo nuestra humanidad compartida.
8. Integración del programa y práctica integrada de compasión
Cerraremos el curso con una práctica de integración que combine los aprendizajes y habilidades desarrollados. Exploraremos cómo llevar la compasión a la acción en el día a día profesional.





CUERPO DOCENTE

Dr. Gonzalo Brito Pons y expertos invitados

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

Modalidad de cursada

El curso está estructurado en dos (02) módulos de 70 horas de duración totales distribuidas a lo largo de un ciclo de dos (02) meses. Se realizarán 8 encuentros sincrónicos los días martes de 18:00 a 20:30 horas, que incluyen meditaciones guiadas, charlas, conversaciones grupales sobre las prácticas y sobre la teoría y la ciencia detrás de ellas.

La metodología de enseñanza y aprendizaje se basa en el modelo de experiencial de David Kolb, con formatos que promueven 4 estilos complementarios de aprendizaje: observación reflexiva (arte, videos), conceptualización abstracta (textos de estudio), experimentación activa (intervenciones con otros, simuladas y reales) y experiencia concreta (vivencias y experiencias sensitivo-emocionales).

Seminario-Taller presencial de aprendizaje integrador experiencial optativo (con costo adicional con bonificación 20%: \$ 280.000): Se realizará en modalidad presencial en calle Roque Pérez 3694, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, los días:

20 de junio de 15:00 a 19:00 horas

21 de junio de 9:00 a 18:00 horas

22 de junio de 9:30 a 12 horas

Estrategias de enseñanza

Cada Clase Virtual se trabajará durante una semana y las actividades incluyen:

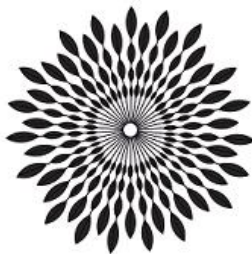
- Meditaciones guiadas centradas en la autocompasión y la compasión hacia los demás.
- Prácticas relacionales para desarrollar empatía, compasión y altruismo.
- Reflexiones grupales y análisis de casos clínicos.
- Aplicación de herramientas basadas en la evidencia científica.

Materiales

A través del Campus Virtual ISALUD, el estudiante inscripto tendrá acceso al siguiente material:

- Programa del Curso.
- Los 2 módulos de contenidos, desarrollados en 4 Clases Virtuales por módulo
- Cada módulo, remitirá al participante a una bibliografía básica de referencia, material de lectura, videos, ejercicios de practica





CARGA HORARIA

La carga horaria total del curso es de 70 Horas.

La carga horaria total del Seminario-Taller presencial de aprendizaje integrador experiencial optativo es de 18 Horas.

APROBACIÓN DEL CURSO

Al finalizar las acciones formativas, recibirá un certificado extendido por la Universidad ISALUD aquellos profesionales alumnos que hayan demostrado continuidad en el seguimiento completando un mínimo del 80% de los ejercicios y prácticas en los 8 encuentros

CERTIFICACIÓN

Para poder acceder al certificado virtual de aprobación del curso, debe haber entregado un mínimo del 80% de los trabajos (obligatorios) indicados en cada módulo, y abonado todas las cuotas. Una vez finalizado el curso o diplomatura, el alumno tendrá hasta 30 días para realizar la entrega de aquellas actividades obligatorias pendientes o calificadas con “Rehacer”.

A los 45 días de la finalización del curso, si el alumno cumple los requisitos previos detallados en el párrafo anterior, estará en condiciones de descargar su certificado a través de la plataforma virtual.

El Departamento de Capacitación Permanente habilitará en el Campus Virtual los certificados correspondientes para que puedan ser impresos por el alumno desde su PC e informará por correo a cada uno que su certificado está listo para ser descargado. Los mismos estarán disponibles para su descarga hasta 180 días desde la finalización del último módulo.

Los cursos y diplomados de Extensión de la Universidad ISALUD son capacitaciones de actualización profesional, pero no pertenece al plan de estudios de una carrera de posgrado con título habilitante, por lo cual, no tienen un número de resolución ministerial o certificación de CONEAU. Los conocimientos adquiridos son avalados por la Universidad, por el currículum y trayectoria del profesional o los profesionales dictantes del curso o diplomado.

Los inscriptos al Seminario-Taller presencial de aprendizaje integrador experiencial, obtendrán un certificado de asistencia por un total de 18 Horas.

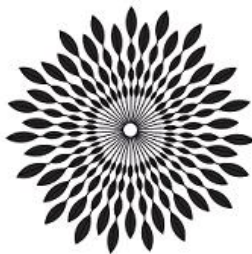
INFORMES E INSCRIPCIÓN

Secretaría Instituto Pallium Latinoamérica:

Email educacionpallium@gmail.com

Whatsapp +54 9 11 2644-8239





BIO- RESUMIDA

Dr. Gonzalo Brito Pons

Psicólogo clínico de la Pontificia Universidad Católica de Chile y doctor en psicología del Institute of Transpersonal Psychology (Palo Alto, EE.UU.). Post-Graduate Certificate in Compassion Focused Therapy, Universidad de Derby, UK. Gonzalo Fue el primer instructor certificado del programa de Entrenamiento en el Cultivo de la Compasión (CCT/ECC) de la Universidad de Stanford (2012), siendo el responsable de la traducción de este programa en español. Realizó su tesis doctoral sobre el impacto del programa CCT en Santiago de Chile (ver artículos) Ha enseñado CCT y programas centrados en la compasión en más de diez países. Actualmente dirige la formación internacional de instructores del programa CCT para países de habla hispana a través de Nirakara y el Compassion Institute. Es co-autor de los libros "Presencia Plena: Reflexiones y prácticas para cultivar mindfulness en la vida diaria" y "Mindfulness y Equilibrio Emocional: Un programa de ocho semanas para mejorar la salud emocional y aumentar la resiliencia" y "Corazón cálido, mente serena", además de publicaciones en revistas científicas y sostenida actividad educativa. Docente invitado y colaborador del Instituto Pallium en Buenos Aires desde el año 2015, Gonzalo es referente internacional de primer nivel en la educación y ejercicio del cultivo de la compasión.

BIBLIOGRAFÍA

- Lionis C (2015) Why and how is compassion necessary to provide good healthcare? Comments from an academic physician Int J Health Policy Manag 4:771-772.
- Brito, Gonzalo & Flores, Silvia (2018) Compassion in palliative care: a review. Current Opinion in Supportive and Palliative Care. 12. 1. 10.1097/SPC.0000000000000393.
- Malenfant, S., Jaggi, P., Hayden, K.A. et al. (2022) Compassion in healthcare: an updated scoping review of the literature. BMC Palliat Care 21, 80 <https://doi.org/10.1186/s12904-022-00942-3>
- Perez-Bret E, Altisent R, Rocafort J (2016) Definition of compassion in healthcare: a systematic literature review. Int J Palliat Nurs. (12):599-606. doi: 10.12968/ijpn.2016.22.12.599. PMID: 27992278.
- Brito G. Waibel A et al (2019) Compassion Cultivation Training: Programme Description. Research and Potential Benefits. In: The Power of Compassion p. 133-157 ISBN: 978-1-53615-780-2 Editors: Laura Galiana and Noemí Sansó Nova Science Publishers, Inc

