

**CURSO DE FORMACION DE PACIENTES EXPERTOS EN EL ÁMBITO  
DE LA ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS  
21 Y 22 DE ENERO 2025**

**ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA FORMATIVA**

Curso de formación para pacientes interesados en impartir, como pacientes expertos, talleres Fase II en el ámbito de la ESACU.

Duración del curso: 16 horas en dos sesiones de 8 horas.

Modalidad práctica: enfocada en dinámicas de grupo, role-playing y actividades de formación entre iguales

**Contenidos y Objetivos:**

Empoderamiento, Apoyo y Autocuidado. Un programa pionero en el que los pacientes pueden adquirir conocimientos, habilidades y actitudes para ser pacientes expertos de la ESACU, ayudando a sus iguales a ser pacientes activos.

- Empoderamiento. Fomentar la autonomía y confianza en la propia salud: pasar de receptor a protagonista.
- Herramientas de psicoeducación: capacitación para hablar en público y transmitir conocimientos de salud como pacientes expertos. Pacientes ayudando a pacientes.
- Red de apoyo mutuo: crear un espacio de intercambio entre pacientes, para el apoyo y crecimiento compartido
- Aceptación de la cronicidad: reconciliación y mejor adaptación a la sintomatología crónica.
- Fomento del autocuidado: acompañamiento en el bienestar emocional y el autocuidado diario. Ayudar sin descuidarse.
- Evitar la revictimización secundaria: fomentar la empatía mientras se cuida el propio bienestar emocional. Empatía que fortalece, sin desgaste emocional.

**Perfil del alumnado**

Pacientes con una enfermedad crónica que tengan la intención de organizar e impartir talleres fase II para pacientes crónicos, como pacientes expertos/as, en colaboración con la Escuela de Salud y Cuidados de CLM.

## EQUIPO DOCENTE

D<sup>ª</sup> Mar Alcolea. Psicóloga y Formadora. VOLMAE FORMACIÓN

D<sup>ª</sup> Cruz Ponce Isla, coordinadora de la Escuela de Salud y Cuidados de Castilla-La Mancha.

D<sup>ª</sup> Carmen Vázquez, enfermera estomaterapeuta. Albacete

## FECHAS Y LUGAR DE DESARROLLO

21 (martes) y 22(miércoles) de enero de 2025

ICS Talavera de La Reina

(incluido el alojamiento y manutención en las instalaciones del Instituto de Ciencias de la Salud)

[escueladesaludycuidados@jccm.es](mailto:escueladesaludycuidados@jccm.es)

## CRONOGRAMA

<b>ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS- CURSO DE FORMACIÓN DE PACIENTES EXPERTOS</b>			
<b>DURACIÓN</b>	<b>HORARIO</b>	<b>DÍA 21 DE ENERO MARTES</b>	<b>DÍA 22 DE ENERO MIÉRCOLES</b>
1H.	9:30 - 10:30	PRESENTACIÓN - CONTEXTO ESACU	RESILIENCIA Y DESARROLLO DE FORTALEZAS INDIVIDUALES
1H.	10:30 - 11:30	CONCEPTO DE EMPODERAMIENTO, AUTONOMÍA Y LOCUS DE CONTROL EN LA ENFERMEDAD. BENEFICIOS DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO.	

0,5 H.	11:30 -12:00	DESCANSO	
2,5 h	12:00 14:30	CÓMO GENERAR REDES DE APOYO MUTUO ENTRE PACIENTES	CÓMO TRANSMITIR DESDE EL EMPODERAMIENTO PERSONAL, PARA GENERAR IMPACTO EMOCIONAL EN LA TRANSMISIÓN DE CONOCIMIENTOS DE SALUD COMO PACIENTES EXPERTOS.
		ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE LA FATIGA POR COMPASIÓN Y EVITACIÓN DE LA REVICTIMIZACIÓN	
1,5 h	14:30 - 16:00	COMIDA	COMIDA
2,5 H.	16:00 - 18:30	AUTOCUIDADO EN EL MANEJO DE LA ENFERMEDAD	PRÁCTICAS DE ORATORIA
0,5 H.	18:30 - 19:00		EVALUACION DEL CURSO