



# 31.<sup>a</sup> EDICIÓN

# Cursos de verano

# UNED

# 2020

## Información y matrícula

Centro Asociado a la UNED en Guadalajara  
Atienza, 4  
19003 Guadalajara Guadalajara  
949215260 / info@guadalajara.uned.es  
www.uned.es/cursos-verano

## Precios de matrícula

	Antes del 1-7-2019	Después del 1-7-2019 (incluido)
Matrícula Ordinaria	108 €	124 €
Miembros de la Asociación alumniUNED	63 €	75 €
Estudiantes universitarios (UNED y resto de Universidades)	63 €	75 €
Familia numerosa general	63 €	75 €
Estudiantes con discapacidad	32 €	38 €
Víctimas del terrorismo y Violencia de género	32 €	38 €
Familia numerosa especial	32 €	38 €
PAS (Sede Central y Centros Asociados de la UNED), Estudiantes UNED SENIOR y mayores de 65 años	63 €	75 €
PDI de la Sede Central y Profesores-Tutores de los Centros Asociados y Colaboradores Prácticum	63 €	75 €
Personas en situación de desempleo	63 €	75 €

Puedes realizar el pago online o por transferencia a la cuenta **ES68 2100 8838 82 2200061000 (CaixaBank)** especificando como concepto 'Matrícula código 096' y tu nombre. Además presencialmente puedes pagar con tarjeta

## Propone

Departamento de Psicología de la Personalidad,  
Evaluación y Tratamientos Psicológicos

Presencial

**Centro Asociado de Guadalajara**  
(Sede de Guadalajara)

**Del 24 al 26 de junio de 2019**

**Gestión de las  
emociones y salud**

CURSOS  
DE  
VERANO

UNED

GUADALAJARA

**INFÓRMATE EN**  
uned.es/cursos-verano



# Gestión de las emociones y salud

Departamento de Psicología de la Personalidad,  
Evaluación y Tratamientos Psicológicos

**Dirige:** Miguel Ángel Santed Germán

**Coordina:** Félix Hernández Lemes

## Resumen del curso

Este curso se centra en el tema de las emociones y, al hacerlo, necesariamente atiende cuestiones nucleares de tipo psicobiológico (bases neurobiológicas de las emociones y consecuencias neurobiológicas y psicológicas del estrés durante la gestación), y otras que van necesariamente de la mano de las emociones, como es el caso de las relaciones interpersonales y la salud. También se abordan aspectos tan relevantes en la investigación actual como la importancia del ejercicio físico y la alimentación en nuestra salud física y emocional. La auto-regulación emocional de tipo psicológico será un tema central del curso, al hilo del cual se abordarán los temas del mindfulness, la inteligencia emocional y otras estrategias de regulación emocional en el marco de las así denominadas Terapias de tercera generación. En su conjunto, el curso ofrecerá una visión integrada del tema de las emociones y la salud.

## Contenido y desarrollo

### lunes, 24 de junio de 2019

**(17:00 - 19:00)** *Estados de consciencia, emociones y relaciones interpersonales*

**Miguel Ángel Santed Germán.** Profesor Titular de Psicopatología. UNED.

**(19:00 - 21:00)** *Relaciones sanas, relaciones tóxicas y salud*

**Arun Mansukhani Mansukhani.** Psicólogo especialista en Psicología Clínica, Practitioner y Consultor EMDR Europeo. Director del centro de regulación emocional Arun Mansukhani Psicólogos.

### martes, 25 de junio de 2019

**(10:00 - 12:00)** *Neurobiología de las emociones*

**Vicente Simón Pérez.** Catedrático de Psicobiología. Universidad de Valencia.

**(12:00 - 14:00)** *Prevención de las consecuencias del estrés prenatal durante la gestación*

**Santiago Segovia Vázquez.** Catedrático de Psicobiología en la UNED (jub.) y director asistencial del Instituto Psicoeducativo Elea de Madrid, donde dirige el programa Mindfulness Based Mental Balance (MBMB). Autor del libro Mindfulness: un camino de desarrollo personal (Editorial Desclée de Brouwer).

**(17:00 - 19:00)** *Efectos del ejercicio físico sobre la salud física y emocional*

**Bonifacio Sandín Ferrero.** Catedrático de Psicopatología. UNED.

**(19:00 - 21:00)** *Aprender a sentir; Mindfulness para el desarrollo de la inteligencia emocional*

**Natalia Sylvia Ramos Díaz.** Profesora Contratada Doctora de la Facultad de Psicología de la Universidad de Málaga y Terapeuta especialista en Inteligencia Emocional.

### miércoles, 26 de junio de 2019

**(10:00 - 12:00)** *La regulación emocional en las nuevas terapias de tercera generación*

**Félix Hernández Lemes.** Profesor-Tutor Facultad Psicología UNED. Supervisor Servicio Psicología Aplicada UNED Guadalajara.

**(12:00 - 14:00)** *Emociones y salud un nuevo enfoque a 360 grados*

**Lourdes Tomás Rubio.** Médico de Familia, Psiconeuroinmunoendocrinóloga clínica, Fundadora y presidenta de la empresa social Médico Mentor.

**1 crédito ECTS (Grados)**