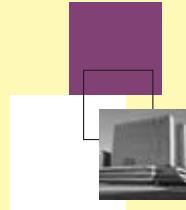


Ibercaja Patio de la Infanta
Exposiciones y Congresos



Salud mental natural

Zaragoza

**Del 30 de marzo al 3 de abril de 2009
De 18.30 a 21 horas**

Curso

REF. 7022/2-09

Ibercaja Patio de la Infanta

Exposiciones
y Congresos

Zaragoza

Dirección:

San Ignacio de Loyola, 16

www.ibercaja.es

ESCUELA ARAGONESA
DE CUIDADOS DE SALUD



iberCaja
Obra Social

...porque la vida es crecer.



iberCaja
Obra Social

...porque la vida es crecer.

Presentación

Actualmente existe una creciente demanda, por parte de la población, de remedios «naturales» para la prevención y tratamiento de sus problemas de salud. Asimismo, el llamado «desarrollo sostenible» y una mayor mentalización ecológica en nuestra sociedad hacen necesaria la utilización de técnicas con bajo impacto medioambiental.

Es por ello que asistimos a un incremento en el uso de técnicas de medicina naturista, no sólo en el terreno somático o corporal, sino también en el psicológico o mental, un campo de progresivo interés en los últimos años.

En esta actividad formativa que se presenta desde la Escuela Aragonesa de Cuidados de Salud y la Obra Social de Ibercaja, se analizan los diferentes remedios naturales sobre la salud mental, como el uso adecuado de las plantas medicinales, la alimentación sana sobre la psique, los beneficios psíquicos de las aguas medicinales, el contacto con el medio natural como relajante y vivificante, y también un estilo de psicoterapia humanista e integradora de diversas escuelas psicológicas que se han venido a llamar «holística».

Desde la formación académica y científica, socialmente exigible a la hora de diagnosticar y tratar patologías, y desde la experiencia práctica del ponente, se van a aclarar dudas tan en el acervo social como, ¿es la planta Hipérico eficaz como antidepresivo?, ¿son las técnicas de relajación tan útiles como se dice?, ¿cuáles son los efectos nocivos del medio artificial sobre la psique del individuo?, ¿qué alimentos y cómo contribuyen a mejorar la energía vital y el ánimo?, ¿los remedios naturales tiene efectos secundarios?

Dirigido a

Personas interesadas en el conocimiento de terapéuticas naturales aplicadas a la mejora de la salud mental, especialmente estudiantes y profesionales de ámbito sanitario, psicológico y social.

Programa

- ¿Qué se entiende por salud mental?
- El papel de la medicina naturista en salud mental.
- Fitoterapia. Uso adecuado y racional de las plantas medicinales.
- Dieta ansiolítica y antidepresiva.
- Hidrología. El uso terapéutico del agua.
- Homeopatía y terapia floral en los trastornos psicológicos.
- Terapias corporales: masaje, reflexoterapia, ejercicio físico y deporte.
- La relajación y meditación como terapia.
- Psicoterapia holística.
- Ecopsicología. El contacto con la naturaleza como terapia psicológica.

Profesorado

Dr. José Tappe. Doctor en Medicina. Psiquiatra.
Posgrado en Medicina Naturista por la Universidad de Zaragoza.

Coordinación

Escuela Aragonesa de Cuidados de Salud.

Metodología

Teórico-práctica, a través de exposiciones teóricas, discusión de casos prácticos y aclaratorios de dudas. Se suministrará un dossier específicamente confeccionado para la actividad docente.

Duración

Diez horas lectivas.

Fechas y horario

Del 30 de marzo al 3 abril de 2009.
De lunes a jueves inclusive. De 18.30 a 21 horas.

Matrícula

El importe de la matrícula, una vez descontada la aportación de la Obra Social de Ibercaja, es de 36 euros por asistente.

Inscripciones

En Información. Ibercaja, Oficina Principal, plaza Paraíso, 2.
Teléfono 976 76 79 83. Plazas limitadas.

- El curso está reconocido como de interés sanitario por la Consejería de Salud y Consumo del Gobierno de Aragón.
- El certificado de asistencia se entregará a aquellas personas que hayan asistido al menos al 80% de las horas del curso.