



UNIVERSIDAD  
**COMPLUTENSE**  
MADRID

Proyecto de Innovación Convocatoria 2019/2020

Nº 100

Conviviendo en positivo:

Educación en salud, Atención Consciente,

Compasión activa y Resiliencia

Coordinador: Jose Julio de Lucas Burneo

Facultad de Veterinaria

Dpto. Farmacología y Toxicología

## **CONVIVIENDO EN POSITIVO: EDUCACIÓN EN SALUD, ATENCIÓN CONSCIENTE, COMPASIÓN ACTIVA Y RESILIENCIA.**

Proyecto Innova-Docencia nº 100, convocatoria Innova-UCM/2019-20.

### **1. Objetivos propuestos en la presentación del proyecto**

#### *1.1.- Respecto al trabajo cooperativo dirigido*

Objetivo general: Tomar consciencia de la realidad socio-sanitaria VIH/SIDA en España, una problemática compleja en la que estamos implicados todas y todos, como sociedad, y que afecta a millones de personas seropositivas. Visibilizar campañas y fuentes de información especializadas; la terapia PrEP (Profilaxis pre exposición al VIH); el estudio PARTNER (indetectable=intransmisible); y la denuncia de ONUSIDA sobre los riesgos globales derivados de la estigmatización social y la discriminación terapéutica en VIH+. Promover la educación en positivo, la atención y el compromiso, la aceptación activa y el cultivo consciente de la compasión activa, como antídotos del rechazo, del pre-juicio la negatividad y la indiferencia.

Objetivos específicos:

1.1.1.- Evidenciar el potencial pedagógico de ficciones dramatizadas, plataformas especializadas, redes sociales y recursos digitalizados de libre acceso, como recurso didáctico en VIH/SIDA.

1.1.2.- Evidenciar la trascendencia de la investigación bibliográfica en la generación de ciencia, en la fundamentación de opinión y en la promoción de conciencia social.

1.1.3.- Potenciar los recursos de la BUCM, como facilitadores del salto del aprendizaje funcional al aprendizaje estratégico. Facilitar medios para lograr una conciliación entre motivación y disposición temporoespacial. Promover las buenas prácticas TIC. Evidenciar riesgos de un manejo inexperto.

1.1.4.- Investigar, reflexionar y compartir sobre los siguientes centros de interés: Valores nucleares & VIH. Estigmatización social. Discriminación terapéutica. Abordaje de la seropositividad. Profilaxis pre-exposición al VIH (PrEP). Adherencia terapéutica. Indetectable = Intransmisible. Convivir en serodiscordancia. VIH y estados emocionales aflictivos. VIH & Mindfulness y Compasión, basado en la evidencia. Autocompasión activa y Resiliencia.

1.1.5.- Estimular la adquisición de las siguientes competencias: Investigación bibliográfica. Competencia informática e informacional (CI2). Buenas prácticas TIC. Autogestión. Aprendizaje autorregulado. Trabajo en equipo. Resolución de problemas. Gestión de conflictos. Creatividad. Competencia ALFIN. Comunicación oral y difusión escrita. Comunicación verbal y no verbal pública. Espíritu crítico constructivo y autoevaluación positiva.

#### *1.2.- Respecto a la incorporación, como recurso psicoeducativo, de la práctica de la atención consciente, enfocada al cultivo de la compasión activa*

Objetivo general: Mejorar el bienestar psicoemocional de los participantes del programa, dotándoles de herramientas prácticas que les permitan prevenir y/o gestionar el estrés habitual y la ansiedad, desde otra perspectiva. Cultivando estados psicológicos positivos. Creando espacio mental para dar una respuesta consciente ante los estímulos externos, en vez de reaccionar de forma impulsiva. Este espacio genera estados de calma y en este espacio radica nuestra libertad y nuestro crecimiento personal. Potenciando el autocuidado, el autoaprecio y la compasión activa.

Objetivos específicos:

- 1.2.1. Fomentar la búsqueda de estados de calma y la introspección.
- 1.2.2. Aprender a observar las sensaciones, las emociones y los pensamientos.
- 1.2.3. Mejorar la autorregulación emocional y suavizar la voz autocrítica.
- 1.2.4. Disminuir la reactividad frente a estímulos desagradables, emociones aflitivas y pensamientos negativos.
- 1.2.5. Mejorar el desarrollo de competencias interpersonales. Incrementar la empatía y desarrollar la compasión activa.
- 1.2.6. Potenciar la autoapreciación, el autocuidado y la presencia ante el estrés habitual.

## **2. Objetivos alcanzados**

### *2.1.- Respecto al trabajo cooperativo dirigido*

El grado de consecución de los objetivos ha sido alto, pero limitado a los estudiantes participantes. El estado de alerta sanitario ha pospuesto la difusión, entre el alumnado general, hasta el próximo curso académico.

En relación al objetivo 1.1.1., las estudiantes reconocen el valor pedagógico de los recursos seleccionados, para facilitar actualización, promover debate y generar formación en VIH/SIDA. Así como la importancia de la investigación bibliográfica en la generación de ciencia, en la fundamentación de opinión y en la promoción de conciencia social. Los estudiantes validan como recurso didáctico lúdico las ficciones dramáticas y como fuente viva de información los documentales que reflejan la realidad social y sanitaria de la infección por VIH/SIDA en España, en Europa y América desde la década de los 80 hasta la actualidad. Facilitan entender la evolución del imaginario social y de la política sanitaria a lo largo de este periodo; así como las causas por las que, a pesar de las campañas de prevención, la transmisión del VIH se perpetúa. Manteniéndose como un problema sanitario complejo en el que estamos implicados todas y todos, como sociedad, y que afecta directamente a millones de personas seropositivas y a su entorno próximo (física y emocionalmente).

En relación a los objetivos 1.1.2-1.1.4, las participantes han investigado, reflexionado y debatido sobre los siguientes centros de interés:

- Abordaje de la seropositividad. Adherencia terapéutica. El estudio PARTNER Indetectable = Intransmisible. Convivencia segura en serodiscordancia. La terapia PrEP profilaxis pre-exposición al VIH (defensores y detractores).
- La discriminación terapéutica en VIH. Valores nucleares & VIH: Estigmatización social y sanitaria.
- Salud VIH y estados emocionales aflitivos. VIH y psicología positiva: Mindfulness y Compasión, basado en la evidencia. Soledad, depresión y aislamiento social *versus* autocompasión activa y resiliencia.

En relación al objetivo 1.1.5., el desarrollo de las actividades por parte de las estudiantes participantes, ha favorecido la adquisición o mejora de las competencias transversales contempladas en el proyecto.

### *2.2.- Respecto a la incorporación, como recurso psicoeducativo, de la práctica de la atención consciente, enfocada al cultivo de la compasión activa*

En relación al objetivo general de la intervención, esta cumplió su función social de acompañamiento y apoyo, y su función psicoeducativa frente al impacto emocional derivado de la COVID-19. Hemos evidenciado en primera persona, las bondades derivadas de relaciones personales guiadas por la práctica de la compasión activa, dirigida tanto hacia los demás, como hacia uno mismo. Validando las emociones,

reconociendo el sufrimiento y tomando una actitud proactiva para suavizarlo; aplacando la voz autocrítica; potenciando el autoaprecio y el autocuidado; alimentando estados de calma y aceptación activa; favoreciendo en nosotros y en nuestro entorno la generación de estados de bienestar y felicidad.

La aplicación del programa permite adquirir nuevas estrategias y facilita la inclusión en nuestra rutina, de momentos de observación consciente focalizada en nuestras sensaciones corporales, en nuestras respuestas emocionales y en los sentimientos asociados; o en nuestros pensamientos. Observados todos ellos sin emitir juicios, como eventos pasajeros (con inicio, desarrollo y final), sin resistirnos a ellos y sin evitarlos (abordados con autocuidado), sin engancharnos, sin rumiaciones y dejándolos ir. De este modo, la aceptación consciente de estímulos/ emociones/ pensamientos desencadenantes de situaciones relacionales difíciles (con los demás o hacia nosotros mismos), nos ayuda a no sobreidentificarnos con ellos, a reinterpretarlos desde un estado de calma, y a generar respuestas no reactivas.

Para poder conocer el grado de consecución de los objetivos específicos, tras la aplicación del programa de atención consciente y compasión, desarrollado (gracias a la generosidad, fortaleza y entrega de la facilitadora, al coraje individual de todas las participantes y al compromiso grupal), es necesario analizar los datos contenidos en los tres cuestionarios de las evaluaciones individuales y evaluarlos con detenimiento.

*El cuestionario FFMQ, (Five Facet Mindfulness Questionnaire), analiza 5 subescalas:*

- 1.- Observar: prestar atención a estímulos internos y externos (8 ítems).
- 2.- Describir: etiquetar las experiencias observadas con palabras (8 ítems).
- 3.- Actuar consciente: Prestar atención a las actividades del momento *versus* comportarse mecánicamente (8 ítems).
- 4.- No juzgar la experiencia interior: adoptar una postura no evaluadora hacia pensamientos y emociones (8 ítems).
- 5.- No reactividad a la experiencia interior: permitir a los pensamientos y emociones ir y venir, sin dejarse llevar ni atrapar por ellos o sin rechazarlos (7 ítems).

*El cuestionario STAI (State-Trait Anxiety Inventory):* Evalúa dos subescalas a medir, la ansiedad como estado (20 ítems) y la ansiedad como rasgo (20 ítems).

*Cuestionario de valoración del curso* (grado de satisfacción), diseñado ex profeso (20 ítems): Evalúa el proceso, el grado de consecución de objetivos didáctico-metodológicos del programa aplicado.

Al cierre de la memoria, continuamos en proceso de análisis de datos. Por respeto a que son datos sensibles, no se incorpora en la memoria ningún comentario basado en datos preliminares. Los resultados de la intervención, aplicada a un grupo de 24 miembros mayoritariamente estudiantes de grado, durante el periodo de confinamiento de la COVID-19, serán comunicados en el ICERI, *13<sup>th</sup> Annual International Conference of Education, Research and Innovation* (Sevilla, 9 - 11 noviembre, de 2020).

### **3. Metodología empleada en el proyecto**

El proyecto se ha realizado en dos fases consecutivas, desarrolladas respectivamente durante el primer y segundo semestre. Durante el primer semestre se desarrolla la investigación bibliográfica y durante el segundo se aplica la intervención psicoeducativa.

#### *3.1.- Respecto al trabajo cooperativo dirigido*

Durante el primer trimestre, se presentan los centros de interés por medio de documentales, ficciones dramatizadas y películas seleccionadas, como recurso pedagógico. Se van definiendo los temas nucleares, se desarrolla una investigación bibliográfica guiada, mediante aprovechamiento de recursos TIC, consulta de bases de datos y de servidores de información especializada, de libre acceso. Desde un enfoque de buenas prácticas en la gestión de la información de fuentes, entendidas como recursos promotores de salud y bienestar físico/emocional.

La intervención se incorpora en la programación docente de la asignatura Farmacología y Farmacia (impartida en el primer semestre del 3<sup>er</sup> curso Grado Veterinaria), como actividad práctica formal (modalidad "seminario monográfico *Farmacología, cine y series de TV*") y se extendió a la asignatura Farmacología Clínica y Farmacoterapéutica (2<sup>o</sup> semestre del 3<sup>er</sup> curso), como actividad de iniciación a la investigación bibliográfica.

El acercamiento a los procedimientos instrumentales se facilitó mediante un taller presencial. La asignación de nuevas tareas y la orientación de búsqueda y gestión de la información, se realizó mediante tutorías virtuales. Semanalmente, los resultados obtenidos, su análisis y reflexión se expusieron, compartieron y debatieron, en un contexto de encuentro, reflexión y escucha activa. La modalidad semipresencial ha favorecido el cumplimiento de las actividades programadas.

#### *3.2.- Respecto a la incorporación, como recurso psicoeducativo, de la práctica de la atención consciente, enfocada al cultivo de la compasión activa*

Durante el segundo semestre, la declaración del estado de alerta sanitario, creó la oportunidad de re-enfocar el proyecto y ensayar una adaptación no presencial del programa, aprovechando el nuevo escenario de aprendizaje derivado de la COVID-19. Se incorporó la herramienta "plataforma Zoom", como recurso facilitador de reuniones virtuales online por videoconferencia grupal. Durante el periodo de confinamiento en la fase cero, desde el 25 de marzo hasta el 29 de mayo, con 2 reuniones semanales de 90 minutos, se desarrolló un programa de intervención-acción, frente al impacto emocional derivado del estado de alerta sanitario, basado en Mindfulness y compasión.

El programa de Atención Consciente es aplicado como una experiencia vivencial en primera persona. La actitud individual y grupal hacia la práctica de la atención consciente, se guía por nueve principios primordiales descritos por Jon Kabat-Zinn. Los contenidos conceptuales se desarrollan en formato reflexión compartida, como una introducción psicoeducativa, diseñada específicamente para dar respuesta al escenario generado por la COVID-19. La adquisición de rutinas y destrezas se apoya con sesiones de práctica formal grupales y mediante sesiones guiadas de práctica no formal individual. De esta forma se articulan competencias y se integran en la nueva vida diaria. Las tutorías en gran grupo permitieron validar emociones compartidas, detectar inquietudes y necesidades, implementar adaptaciones a la secuencia de contenidos del programa, y orientar su correcta aplicación.

La evaluación del proceso del programa se realizó, tras la última sesión, mediante un cuestionario de valoración del grado de satisfacción. La evaluación del grado de consecución de los objetivos propuestos gracias al desarrollo del programa, se realizó online en dos momentos (diagnóstica y final) mediante los cuestionarios STAI y FFMQ.

#### 4. Recursos humanos

En la solicitud original se relaciona en la composición del equipo 11 miembros, debido a que no es posible incorporar en la solicitud alumnos anónimos. Desde el inicio del curso académico, se incorporan cinco estudiantes del grado de Veterinaria y se invita a participar a dos profesores del Departamento.

El equipo quedó configurado por veinticuatro participantes, los 18 miembros relacionados a continuación, más tres colaboradoras y tres profesoras invitadas:

\* *Facilitadora del programa de Atención Consciente:* de Lucas Burneo, Yolanda

\* *Estudiantes y profesionales, miembros del proyecto:*

- Casarrubios Calvo, Diana
- Gutiérrez Sánchez, Patricia
- Jiménez Rubio, Laura
- López García, Belén
- Lorenzutti, Augusto Matías
- Maestro García, Sara
- Muñoz Serrano, María del Carmen
- Panizo Benza, Irene
- Rodríguez Fernández, Casilda
- Rodríguez Martínez, María
- Ruiz Roso Martín, Laura María
- San Andrés Larrea, Manuel Ignacio
- Sánchez Prada, Raquel
- Sierra Díaz, Ana María
- Sisó Callejo, Laura
- Tejero Martín, Coral

\* *Responsable del proyecto:* de Lucas Burneo, Jose Julio.

Han colaborado en la realización del proyecto:

- Sara Cerillo
- Diana Magdaleno
- Alicia Gabriel Jiménez

## 5. Desarrollo de las actividades

El plan de trabajo se ha desarrollado en su totalidad, con algunas adaptaciones temporales, impuestas por la sobrecarga académica que han experimentado durante este año académico las estudiantes del 5º curso. Concretamente, el programa de desarrollo de la atención consciente se desplazó íntegramente al segundo semestre, ante la imposibilidad de fijar un horario común, de encuentro semanal, para todos los participantes.

La imposibilidad de impartir docencia presencial durante el segundo semestre, afectó de forma positiva al desarrollo del proyecto. Nos movió a ensayar la aplicación Zoom. La amenaza de la COVID-19 nos empujó a re-enfocar el centro de interés de nuestro proyecto y desarrollar una intervención-acción que fuera una respuesta social ante la situación sobrevenida por la declaración del estado de emergencia sanitaria. Una intervención facilitadora de estrategias que ayudaran a gestionar mejor el impacto emocional generado por el miedo al contagio, la incertidumbre la restricción de movilidad, y el confinamiento.

En el marco del proyecto P100, se abordó el escenario generado por la pandemia como una oportunidad de convivencia positiva ante un estado normalizado de serodiscordancia, potencialmente generadora de resiliencia.

### 5.1.- Respecto al trabajo cooperativo dirigido

Durante el primer semestre se ha realizado una investigación documental y bibliográfica sobre los siguientes temas nucleares:

- SIDA el origen de la pandemia. Evolución del imaginario social de los 80 hasta los 20. Pandemia, activismo y terapia antiretroviral.
- Abordaje de la seropositividad. VIH y convivencia en serodiscordancia: adherencia terapéutica; indetectable = intransmisible. Objetivo 90-90-90: Tratamiento para todos, 2030 Fin de la epidemia de SIDA.
- Retos ante una sociedad diversa y serodiscordante: ONUSIDA estigmatización, discriminación social, sanitaria y terapéutica. VIH y valores nucleares. VIH/SIDA mal clasificado como enfermedad infecto-contagiosa. Percepción de la discriminación en España (II), encuesta del CIS. ¿Ha dejado el VIH de ser un problema? encuesta de la IAPAC.
- Profilaxis pre exposición (PrEP).
- VIH y Manejo de estados emocionales aflictivos; relaciones interpersonales difíciles *versus* aislamiento social; ansiedad y depresión; evidencia científica sobre mindfulness y compasión; psicología positiva y resiliencia.

La pregunta de investigación no era ¿Cuál es el estado actual de la terapia ante VIH+?, la gran pregunta es: “mi prueba dice que soy VIH+ ¿Y ahora qué?”.

Los trabajos dirigidos han permitido abordar en profundidad los centros de interés, generar nuevas preguntas, visibilizar realidades que pasan desapercibidas, despertar conciencia social y significar los contenidos con el programa de cultivo de la compasión activa, entendida como reconocimiento del sufrimiento en el otro, unido a una intencionalidad de hacer algo para, en la medida de lo posible, intentar paliarlo.

Las memorias, la reflexión semanal y la participación activa en el desarrollo del proyecto, fue evaluada para las estudiantes participantes, y calificada como actividad práctica formal de la asignatura de Farmacología y Farmacia.

El estado de alerta sanitaria no permitió la celebración, durante el mes de abril, del XV Congreso Nacional de Investigación para Estudiantes pre-graduados de Ciencias de la Salud y XIX Congreso de Ciencias Veterinarias y Biomédicas; y por consiguiente no fue posible la comunicación de los resultados del proyecto, en dicho encuentro.

#### *5.2.- Respecto a la incorporación, como recurso psicoeducativo, de la práctica de la atención consciente, enfocada al cultivo de la compasión activa*

Durante el periodo de confinamiento de la fase cero del estado de alerta sanitaria, se desarrolló la intervención psicoeducativa “Conviviendo en positivo: Intervención y Acción, ante la COVID-19”, mediante la aplicación de un programa de desarrollo de la Atención Consciente y la Compasión activa. Un programa vivo, enfocado específicamente en el estado de alerta.

En el que para cada sesión, el contenido de la introducción psicoeducativa y el material de apoyo, se contextualizó en el estado de convivencia con el SARS-CoV-2 y su impacto socioemocional semana a semana, para así validar las emociones, facilitar su identificación y la generación de abordajes/respuestas positivas.

La relación de temas nucleares abordados en las sesiones fue la siguiente:

Sesión 1: Presentación del programa. Mindfulness y Actitudes a cultivar.

Sesión 2: Atención Consciente. Bases neurofisiológicas de la AC. Evidencias científicas y beneficios.

Sesión 3: Atención a la Respiración.

Sesión 4: Atención al Cuerpo. Base fisiológica del estrés; causas y consecuencias. Identificación del estrés crónico.

Sesión 5: Afrontamiento del estrés por confinamiento, y de la ansiedad por COVID-19.

Sesión 6: Atención a las Emociones. Sistemas de regulación. Gestión de las emociones. Miedo. Angustia y Depresión.

Sesión 7: Atención a los Pensamientos. Modo ser. Valores nucleares.

Sesión 8: Bondad Amorosa. Compasión y sus componentes. Los mitos de la compasión.

Sesión 9: Autocompasión. La voz crítica. La voz compasiva.

Sesión 10: Gratitud. Autoaprecio.

Sesión 11 Resiliencia. Las emociones difíciles.

Sesión 12: Relaciones interpersonales. Agotamiento emocional. Síndrome del cuidador.

Sesión de cierre del programa y apertura a la continuidad de práctica autónoma.

Desarrollo de una sesión tipo:

1. Diálogo consciente sobre la práctica semanal
2. Introducción del contenido teórico. Intervención psicoeducativa.
3. Ejercicio de práctica formal, desarrollo grupal de la práctica semanal.
4. Indagación.
5. Práctica informal semanal y entrega de material complementario.
6. Entre sesión y sesión, atención de tutorías individualizadas.

El programa, ensayado como un potente recurso de aprendizaje, promueve una actitud diferente frente a los sucesos diarios. Kabat-Zinn (2003) señala nueve elementos primordiales relacionados con la actitud hacia la práctica de la atención plena: no juzgar; paciencia; mente de principiante, confianza; no esforzarse; aceptación; ceder (dejar ir); gratitud; y generosidad. Esta manera de abordar cualquier realidad es la que hace que el programa de desarrollo de la atención consciente, y el cultivo de la compasión activa, tome sentido en este proyecto.



Es difícil prever cómo va a reaccionar cada persona ante el estado de excepción. Lo que sí es cierto, es que en cada una de nosotras hay recursos excepcionales para hacerlo del mejor modo. El confinamiento generó un escenario vivencial en primera persona, un laboratorio personal, facilitador de indagación y auto-descubrimiento, de autocuidado e interacción empática.

El aprendizaje derivado de esta vivencia experiencial en primera persona, permite a cada participante, como trabajo personal, reenfoque el abordaje de cada tema nuclear y las vivencias de aprendizaje generadas durante su confinamiento. Haciéndolo desde la aceptación activa de esta realidad con amabilidad, con curiosidad de aprendiz, pero con consciencia de autocuidado porque es una realidad dura y difícil de afrontar. Desde una actitud libre de juicios preconcebidos, con gratitud, con reconocimiento del sufrimiento implícito propio y ajeno y con intención de aliviarlo en nuestra medida de lo posible (compasión activa). Sintiendo parte de un todo (humanidad compartida).

Las actividades de evaluación del proyecto contemplaron: *el proceso*, mediante un cuestionario sobre el grado de satisfacción con el desarrollo del programa (20 ítems) que incluye preguntas tipo liker y preguntas abiertas; y *evaluación del producto* (evaluación diagnóstica pre-test *versus* final post-test), mediante los cuestionarios STAI (Cuestionario de Ansiedad: subescalas estado-rasgo) y FFMQ (Five Facet Mindfulness Questionnaire). A la fecha de cierre de esta memoria, se está analizando los resultados y redactando el resumen de una comunicación para el ICERI (Sevilla, 9-11/11/20).

Desde un enfoque holístico, se incorporaron en el proyecto, actividades formativas de refuerzo (autofinanciadas), facilitadoras de la continuidad y extensión del proyecto:

- *El entrenamiento de la mente en siete puntos*. Impartido por el maestro Dr. Alan Wallace. Fundación Sakya y Nirakara Mindfulness Institute. Centro Paramita del Monte Sella, Pedreguer, Alicante, 1-7 de septiembre, de 2019.
- *Desarrollo de habilidades de Indagación colaborativa en programas de Mindfulness*. Impartido el 16/11/2019 en la Facultad de Medicina, UAM, por la Dra. Beatriz Rodríguez Vega y el Dr. Alberto Fernández Liria, del H.U La Paz y H. Príncipe de Asturias, Madrid.
- *Curso AMT ES Extra de adolescentes*. Cualificación como instructor juvenil. Academy for mindful teaching Eline Snel. Barcelona, 25 y 26 enero de 2020.

Esta pandemia es una oportunidad para entender que ante este virus, aquí y ahora, la única opción es prevenirlo, detectarlo mediante pruebas y confinarlo, es decir no transmitirlo y no reinfectarse. Está en nuestras manos no entrarle al juego al COVID-19, conocer sus estrategias de contagio y aprender con él, para desactivarle y salir de la crisis sanitaria reforzados. Estamos aprendiendo durante el estado de alerta sanitario que la libertad de elección de acción y la capacidad de aceptación, están unidas a la información, a la formación y a la puesta en práctica de nuestros valores nucleares. Si de modo transversal, somos capaces de integrar en nuestras vidas formas de lucha y resistencia activa frente a otros virus, si somos capaces de normalizar la convivencia en serodiscordancia, si normalizamos las pruebas diagnósticas rutinarias, podremos entre todas y todos bloquear el avance y reducir hasta un 90% la transmisión activa del VIH (en este caso no estamos hablando de contagio pasivo, no es infecto contagioso) y al minimizar la aparición de nuevos casos, vencer definitivamente al SIDA. La transmisión activa del VIH sí que es posible pararla entre todas y todos.

Como extensión de este proyecto, se está concretando con la facilitadora del programa de atención consciente, la próxima intervención psicoeducativa que se solicitará como proyecto de continuidad, en la nueva convocatoria Innova-UCM/2020-21.