

EDITAL Nº 04 /2021

CHAMAMENTO PARA O CURSO DE EXTENSÃO TREINAMENTO DA COMPAIXÃO NA ABORDAGEM COGNITIVA

A Pró-Reitoria de Extensão da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, no uso de suas atribuições regimentais, torna público o edital de chamamento para participação de estudantes no curso de extensão Treinamento da Compaixão na Abordagem Cognitiva.

I. APRESENTAÇÃO DO CURSO

Durante o ano acadêmico de 2003/2004, evidências crescentes de distúrbio mentais, incluindo diversos suicídios, entre os alunos de medicina da Universidade de Emory, levaram a estudante Molly Harrington a perguntar se havia recursos para ajudar jovens a lidar com o estresse e a depressão. A resposta veio na forma do Treinamento da Compaixão na Abordagem Cognitiva (CBCT®).

Em 2005 a Emory implementou sua primeira pesquisa entre alunos da graduação num projeto que ficou conhecido como *Meditação compassiva como estratégia para a redução dos sintomas em alunos do primeiro ano de graduação*. O estudo demonstrou uma correlação relevante entre a prática de meditação compassiva e a redução dos níveis de depressão entre estudantes.

O protocolo do CBCT® foi atualizado desde então com base nas pesquisas subsequentes e feedback de seus praticantes. Há evidências que mostram a eficácia do programa em promover comportamentos pro-sociais, fortalecer o sistema imune, reduzir a reatividade emocional e aumentar de resiliência em diversas populações. A prática de meditação compassiva também tem se mostrada eficaz em fomentar ações altruísticas entre seus praticantes.

Por fim, o CBCT® também se mostra promissor na redução e/ou controle do estresse empático, doença cada vez mais comum entre profissionais de saúde que precisam aprender a lidar no seu dia a dia com a dor alheia. Uma habilidade que ajuda tanto o profissional como o paciente.

Numa escola voltada totalmente para área de saúde, oferecer práticas que hoje estão sendo incorporadas nas principais instituições de ensino do mundo, é fundamental para garantir o bem-estar de seu corpo docente, discente, pacientes e demais membros da comunidade.

II. VAGAS

Serão disponibilizadas 15 (quinze) vagas para os cursos de graduação, sendo: 01 (uma) para o curso de Enfermagem; 02 (duas) para o curso de Psicologia; 01 (uma) para o curso de Fisioterapia; 06 (seis) para o curso de Medicina; 01 (uma) para o curso de Educação Física; 02 (duas) para o curso de Odontologia; 01 (uma) para o curso de Biomedicina e 01 (uma) para o curso de Tecnólogo Informática em Saúde.

III. INSCRIÇÃO E INÍCIO DO CURSO

III.1. Período de Inscrição: 12/04 a 30/04/2021.

III.2. As inscrições serão feitas pelo(a) interessado(a), mediante preenchimento do formulário de inscrição, disponível no link: <https://forms.office.com/r/Gbhia78GY0>

III.3. Período do curso: 10/05 a 21/06/2021 (os encontros acontecerão online, toda segunda-feira, das 18h00 às 20h00)

IV. CARGA HORÁRIA, CRONOGRAMA, CONTEÚDO E METODOLOGIA

Carga horária total do curso – 16 horas.

1ª aula – 10 de maio das 18h às 20h

Introdução à prática da compaixão e meditação do momento de acolhimento

2ª aula – 17 de maio das 18h às 20h

Estabilidade da Atenção e Clareza da Mente

3ª aula – 24 de maio das 18h às 20h

Insight na Natureza da Experiência Mental

4ª aula – 31 de maio das 18h às 20h

Auto-Compaixão/Auto-Aceitação (Introdução)

5ª aula – 7 de junho das 18h às 20h

Auto-Compaixão/Auto-Aceitação (Aprofundamento)

6ª aula – 17 de junho das 18h às 20h

Imparcialidade e Inclusão

7ª aula – 24 de junho das 18h às 20h

Gratidão e Afeto

8ª aula – 31 de junho das 18h às 20h

Preocupação Empática e Compaixão Engajada

Metodologia: Práticas contemplativas, fundamento teóricos, discussões em grupos, dinâmicas de grupo. Atividade extra encontro: prática de meditar e registro das experiências em um diário.

V. DISPOSIÇÕES FINAIS

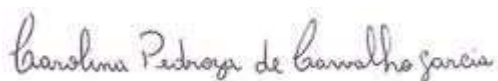
V.1. As vagas disponibilizadas para cada curso de graduação que não forem ocupadas por estudantes até o dia 30/04/2021 serão disponibilizadas para outros cursos até o dia 03/05/2021 ou enquanto houver vaga disponível.

V. 2. Os casos omissos serão decididos pela Pró-reitoria de Extensão.

V.3. A relação final de convocados será publicada no dia 4/5/2021, na página da Pró-Reitoria de Extensão:
<https://pos.bahiana.edu.br/extensao/editais.aspx>

V. 4. O presente edital entra em vigor na data de sua publicação.

Salvador, 06 de abril de 2021.



Carolina Pedroza de Carvalho Garcia
Pró-reitora de Extensão