



Universidad
Pontificia
de Salamanca

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN AUTOCUIDADO EMOCIONAL Y SALUD

¿Quién y cómo se puede participar en esta investigación?

Personas adultas y sin problemas de salud en la actualidad, que no tengan experiencia previa en la práctica de mindfulness o programas similares.

Para participar podrás asistir a una reunión informativa, donde te aclararemos cualquier cuestión relacionada con la investigación. Para ello pincha en el apartado de inscripción de esta misma web. Además antes de iniciar tu participación en el entrenamiento, y durante el tiempo que este dure, estarás en contacto con profesionales de nuestro equipo que te ayudarán a lo largo de todo el proyecto.