

CONFERENCIA PRESENCIAL Y POR STREAMING**ENTENDIENDO LAS MENTES ATÍPICAS:
APRENDER A GESTIONAR LAS EMOCIONES EN EL ESPECTRO AUTISTA**

LUGAR: Centro Ibercaja Actur (C/ Antón García Abril, nº1. Zaragoza) y a través de streaming.

TEMPORALIZACIÓN: 26 de noviembre de 2025 de 19:00 a 20:30 hs aprox.

DURACIÓN: 1,5 horas aprox.

DIRIGIDO A: Madres, padres, y profesionales o estudiantes de educación interesados.

INSCRIPCIÓN: Asistencia gratuita previa inscripción en la web de la Fundación Ibercaja.

CARACTERÍSTICAS

¿Qué significa ser neurodivergente? ¿Cómo viven y expresan sus emociones las personas autistas y otras personas con un procesamiento cognitivo diferente? ¿Cómo podemos acompañarlas de una manera que realmente les ayude?

Las emociones forman parte de nuestro día a día, pero su expresión y regulación pueden ser muy diferentes en personas neurodivergentes. Muchas veces, el acompañamiento emocional que reciben no se ajusta a sus necesidades reales, lo que puede generar malestar.

En esta charla exploraremos cómo se viven las emociones desde la neurodivergencia, con especial atención a las experiencias de las personas autistas. Hablaremos sobre estrategias para un acompañamiento más respetuoso y efectivo, y cómo podemos crear entornos donde se sientan comprendidas y validadas. También abordaremos herramientas prácticas para familias, docentes y profesionales, con el objetivo de promover un apoyo emocional basado en la seguridad, la confianza y el respeto a la diferencia.

OBJETIVOS GENERALES

- Conocer la neurodiversidad.
- Reflexionar sobre como gestionamos las emociones como adultos y como lo transmitimos a las personas a las que acompañamos.
- Conocer herramientas de manejo de emociones.
- Proporcionar ideas prácticas para aplicar en el día a día.

CONTENIDOS

La importancia de conocer la neurodiversidad y poder atender a la diferencia.

El procesamiento emocional desde el cerebro autista y las razones por las que es diferente.

Salud mental en la infancia atípica.

Herramientas prácticas para aplicar en el acompañamiento de menores neurodivergentes.

PONENTES

SARA GARCÍA SANMARTÍN. Soy Sara, psicóloga sanitaria especializada en autismo. Desde pequeña he sido una persona muy reflexiva y por eso me fascina poder entender cómo funciona la mente y transmitir esto a las personas con las que trabajo. Conocí el autismo por casualidad y desde entonces supe que quería dedicarme a trabajar con personas en el espectro. No he parado de formarme hasta el día de hoy, que sigo en constante aprendizaje. Me hace muy feliz poder ayudar a este colectivo y a sus familias y divulgar desde la perspectiva de la neurodiversidad en mis redes sociales con el nombre de Mente Atípica.