

## 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.