

Alba María Campos Lizcano.

Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria.

Premio “ 10 enfermeras que ayudaran a cambiar el món de la salut” en Atención Primaria y Comunitaria (SCBI)



DNI: 51130030H

Fecha nacimiento: 8 julio 1991

Teléfono: 658115781

Mail: albamariacamposlizcano@gmail.com

Carné de conducir: B1

Formación extraoficial.

- **Postgrado en Psiconeuroinmunología clínica (PNI).** Septiembre 2019 - Actualidad (Junio 2021). Modalidad presencial. EFHRE International University y Regenera.

Ciencia que relaciona todos los sistemas del cuerpo humano con una gran **evidencia científica** y utiliza como herramientas claves la **nutrición** desde un punto de vista evolutivo, el **ejercicio físico** funcional, la **terapia emocional** y la **comprensión de la fisiopatología** de los trastornos de salud.

- **Proceso bioenergético Mayeúutico.** Septiembre 2019 - Actualidad. Escuela Mayeútica. Presencial.

Descifrar la armadura: El proceso de acorazamiento humano en su contexto histórico y social como principal problemática humana generalizada en nuestra sociedad contemporánea. Cuestionamiento y tentativas de transformación bioenergética.

Biofundamentos: Ampliar la capacidad del cuerpo, la mente, la emoción y la percepción sensorial para permitir el despliegue natural de nuestro potencial y participar conscientemente en nuestro propio desarrollo humano.

Anatomía poética y biosoma: Integración del cuerpo, mente, emocionalidad y energía. Indagación curiosa en nuestra anatomía y fisiología mediante distintas dinámicas grupales e individuales, basadas en la creatividad, el movimiento consciente acompañado de música, meditaciones y visualizaciones.

- **Experto en Nutrición Clínica y Salud Nutricional.** Universidad Panamericana de Salud y Universidad de Valencia. [25 ECTS] Octubre 2017- Marzo 2018.

- **Experto en Inteligencia emocional, Coaching y PNL.**

Escuela de Inteligencia y Universidad Rey Juan Carlos. [250h] Marzo – Julio 2016.

- **Experto en Cooperación al Desarrollo.**

AEGI formación social. Febrero – Mayo 2016. [250h]

- **Experto en Feminismos Negros y Feminismos islámicos.**

AEGI formación social. Febrero – Abril 2016. [120h].

Más de 1500 h de cursos de temáticas diversas.

Experiencia profesional

Asistencial.

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **CAP Numancia** (Institut Catala de la Salut) [Octubre-Diciembre 2020]

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **CAP Sardenya**. Contrato de obra y servicio. [Julio 2015 hasta Agosto 2020].

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **Metzineres**. Reducción de daños en mujeres que usan drogas sobreviviendo a violencias. Acompañamiento al consumo, seguimiento de cuidados integral, soporte emocional. Jornada parcial. [Julio 2015 - Actualidad]

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)* en **Dispositiu d'emergència COVID 19 per a famílies vulnerables amb menors i dones víctimes de violència masclista**. Barcelona. Jornada parcial. [Abril 2020 - Actualidad]

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **Albergue Residencial Can Planas**. Barcelona. [Abril 2020 - Mayo 2020]

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **CAP Sagrada Família-Gaudí**. Barcelona [Julio 2015 – Septiembre 2019].

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **Fundació Àmbit Prevenió. Programa Àmbit Dona**. Realización de pruebas rápidas VIH, sífilis y VHC en trabajadoras sexuales y transexuales. Empoderamiento del colectivo, escucha activa multidisciplinar y derivación a centros sanitarios. Promoción de la salud.<http://fambitprevencio.org/paternalisme-medicalitzacio-i-medicina-defensiva-en-el-mo-del-biomedic-actual/>

- *Enfermera Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC)*. **CAP Sardenya**. Contrato de obra y servicio. [Julio 2015 hasta Agosto 2020].

- *DUE en residencia de ancianos*. Módulo de Alzheimer y demencias avanzadas. Empresa Clece. Madrid [agosto 2012- octubre 2012]

- *DUE en Centro de Salud Alameda de Osuna*, Madrid [julio 2012-agosto 2012 y diciembre 2012].

Actividad comunitaria:

- *EFyC*: Charla taller “**¿Comes o te alimentas?**” incluida dentro del **Proyecto de Intervención Comunitaria Intercultural**. 4 Marzo 2020.
- *EFyC*: Charla taller sobre “**Envejecimiento saludable**” en la Fundación **Mémora**. Marzo 2018.
- *Enfermera residente en EFyC*:
 - Participación en diversas charlas y en diversos programas llevados a cabo por la **ASPB: Saunas** (hombre que tienen sexo con hombres); **Salut y Escola, CANVIS** (Sexoafectividad en adolescentes); **taller de habilidades parentales**.
 - **EAP La Mina**: talleres de sexoafectividad en adolescentes; actividad física con adultos y ancianos, alimentación a mujeres adultas con riesgo cardiovascular; alimentación a madres jóvenes, programa radio “La Mina” y rotación en CAS (Reducción del riesgo en toxicómanos y drogodependientes).
 - **Centros Cívicos**: Charlas sobre dieta mediterránea y Documento de Voluntades Anticipadas.

Docente.

- *EFyC* Docente en el curso “**Gestión emocional y adaptación al cambio**” impartido en el **COIB** en Diciembre 2017.
- *EFyC* Docente en el curso “**Simulacre via excepcional especialitat d’infermeria familiar i comunitària**” [32h]. **COIB**. Junio 2016 (1ª edición). Febrero 2018 (2ª edición).
- *EFyC* en el ámbito de **Cooperación internacional para el desarrollo** con Enfermeras para el Mundo y la Fundación Levántate Mujer. Bolivia. La Paz. Octubre 2015.
 - . Elaboración e impartición de un **programa de formación como Promotoras de Salud** dirigido a adolescentes bolivianas en riesgo de exclusión social por diversa problemática relacionada con la prostitución infantil, violencia sexual e intrafamiliar.
 - . Realización de diversos **talleres educativos sobre prevención y promoción de la salud (hábitos higiénico-dietéticos)** dirigidos a grupos de 50-60 niños y niñas entre 2 y 9 años.
- *EFyC* en el ámbito de **Cooperación Internacional para el Desarrollo** en el proyecto Rato Baltin, de BeArtsy. Elaboración e impartición del programa formativo, centrado en el **aparato reproductor, sexoafectividad y manejo de la menstruación** desde el respeto para el manejo y prevención de las violencias que genera el **Chauppadi**. <https://beartsy.org/es/empoderamiento-femenino-en-basti-chhaupadi-si-o-no-vosotras-ele-gis/>

Investigación.

Publicaciones.

- **La salut: Un procés més enllà que la guerra contra un virus.** Autora. El diari de la Sanitat. Mayo 2020.
<https://diarisanitat.cat/la-salut-un-proces-mes-enlla-de-la-guerra-contra-un-virus/>
- **¿Sabemos qué es la salud comunitaria?**
Publicada en la Revista Comunidad (PACAP, edición SEMFyC). Noviembre 2016.
Coautora. <https://comunidadsemfyc.es/sabemos-que-es-la-salud-comunitaria/>
- **Fotografía de la salud comunitaria en una unidad docente de Barcelona.**
Confirmada para la Revista Comunidad (PACAP, edición SemFyC. Mayo 2017. Coautora.
<https://comunidadsemfyc.es/diario-comunitario-que-actividades-comunitarias-se-realizan-en-nueve-centros-de-atencion-primaria/>
- **Características de los pacientes con obesidad y con edad laboral visitados en un centro de salud: Estudio analítico de corte transversal.**
Pendiente de confirmación en la revista Atención Primaria.
- Elaboración de proyecto de investigación ***Danza y Movimiento Terapéutico para la mejora de la Inteligencia Emocional en mujeres con Ansiedad y Depresión*** supervisado por el equipo de investigación de CAPSE y presentado para beca de fin de residencia (2º posición).
- Colaboración con Luis González de Paz en el Estudio de la *Evaluación de las propiedades psicométricas del cuestionario de estilos de vida relacionados con la ingesta diaria.*

Participación en congresos y colaboraciones

- **¿Conocen los pacientes ATDOM qué es el Documento de Voluntades Anticipadas?**
7ª Jornada y 2º Congreso 7ª Jornadas y 2º Congreso Virtual Internacional de Enfermería Familiar y Comunitaria. 2013. **Autora.**
- **Danza y Movimiento Terapéutico para la mejora de la Gestión Emocional en mujeres con ansiedad y depresión.**
I Congrés d'Equips d'Atenció Primària. 2014. **Autora.**
- **Estem preparats per abordar el procés de dol dels nostres pacients?**
I Congrés d' Equips d' Atenció Primària. XII Congrés de l' AIFICC a Barcelona. Coautora.
- **Intervención en el duelo en ATDOM.**
7ª Jornada y 2º Congreso 7ª Jornadas y 2º Congreso Virtual Internacional de Enfermería Familiar y Comunitaria. Coautora 2013.
- **Intervención en un grupo de pacientes EPOC para valorar la eficacia de la rehabilitación respiratoria.**
IX Congreso Nacional y III Congreso Internacional de la Asociación de Enfermería Comunitaria. Coautora.
- **Evolución clínica del paciente con diabetes tipo 2 y uso de recursos asistenciales del centro de salud: Estudio de cohortes.**
IX Congreso Nacional y III Congreso Internacional de la Asociación de Enfermería Comunitaria. Coautora.

Formación académica.

2013-2015 Enfermera Interna Residente: Enfermería Familiar y Comunitaria. Unidad Docente **Clínic- Maternitat. CAP Les Corts (CAPSE).**

Urgencias; traumatología; unidad de dolor torácico; urgencias pediátricas, salud mental infantil (CSMIJ), pediatría del niño sano, consultas externas de ginecología, urgencias obstétricas y paritorio, atención integrada, hospital de día de oncología, PADES Les Corts, Agencia de Salud Pública de Barcelona, Salud Mental Adultos (CSMA), unidad de diabetes, gestión de casos, SEM, CAP Les Corts y rotación externa en CAP La Mina. Gestión de la Demanda Aguda. (Guardias Urgencias Centro de Salud, 300h. CAP Les Corts) y Urgencias nivel 2 y 3. (Guardias **Hospital Clínic Barcelona 300 horas**).

- Vocal de la comisión de docencia de residentes del CAP Les Corts.

2009-2012 **Diplomada universitaria en ENFERMERÍA**, con una media de **8,7, y DOS matrículas de honor.** Universidad Alfonso X El Sabio. Madrid (España).

Finalizada en Junio de 2012. Más de 2.300 h de prácticas clínicas: Neurología, centros de salud, psiquiatría, urgencias, medicina interna (geriátrica), traumatología, postquirúrgicos, cirugía estética, cirugía general y unidad de trasplantes y sangrantes de digestivo.

Idiomas.

Inglés → Competencia media-alta.

- . **Trinity College London**, grade 5 con calificación notable en speaking and listening.
- . **Au Pair en Cork, Irlanda.** Cuidando dos niños de 2 y 8 años durante 5 meses [Enero 2013 a Mayo 2013].
- . **Mes completo en Scarborough (Inglaterra)** con titulación **Anglolang Certificate: English as a foreign language**, adquiriendo una calificación de Nivel intermedio.
- . **Intercambio cultural Camp-Us en Italia** durante 15 días sobre Ciencia, Tecnología y Desarrollo Sostenible con otros 10 países de Europa, cuya totalidad de actividades se desarrollaron en inglés.
- . Participante activa en el proyecto Europeo **Turn Your Power On por parte de CECAP (Programa de Capacitación para personas con especificidad)**. Proyecto **integración cultural y ocio inclusivo en Turquía** compartido además con Rumanía, Ucrania, Polonia y Macedonia. Del 20 al 29 de Agosto 2013.
- . **Voluntaria internacional** en diversos proyectos durante el año 2016, que requerían del manejo del idioma.

Francés → Competencia básica. Estudios en ESO y Bachillerato.

Catalán - Competencia profesional. Hablado: Medio Escuchado: Alto. Escrito: Medio.

Castellano – Idioma nativo.

Información adicional.

- **Premio “ 10 enfermeras que ayudaran a cambiar el mon de la salut” en Atención Primaria y Comunitaria. Sociedad Catalano Balear de Infermeria (SCBI) 2019.**

Participante activa en el colectivo autogestionado de salud **“Salut Entre Totxs”**. Realización de actividades de salud comunitaria dirigidos a la mujer, integración y desestigmatización de la patología mental y realización de talleres de sexoafectividad con adolescentes (entre otras temáticas). Elaboración de formaciones internas.

- Miembro de la **Vocalía de Enfermería Familiar y Comunitaria** en el Colegio de Enfermería de Barcelona. Febrero 2016 - Febrero 2020]

- Integrante del proyecto **“Kumeia. Laboratorio de Salut”**. Equipo multidisciplinar cuyo objetivo principal es el fomentar el apoyo mutuo en la comunidad y el empoderamiento y la autogestión de la salud, entendiendo la salud como un proceso holístico, integrado en la **Taula de Salut Vallcarca-Coll-Penitents**.