

PLAN DOCENTE DE LA ASIGNATURA

Curso académico: 2024/2025

Identificación y características de la asignatura			
Código	500517 BA 500548 CC 500579 ME 500610 PL	Créditos ECTS	24
Denominación (español)	Practicum III		
Denominación (inglés)	Practicum III		
Titulaciones	Grado en Enfermería		
Centro	BA: Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud (FMyCCSS) CC: Facultad de Enfermería y Terapia Ocupacional (FENTO) ME: Centro Universitario de Mérida (CUMe) PL: Centro Universitario de Plasencia (CUP)		
Semestre	8	Carácter	Prácticas externas
Módulo	Clínico, Practicum y Trabajo Fin de Grado		
Materia	Prácticas Tuteladas (Socio-sanitarias)		
Profesorado			
Nombre	Despacho	Correo-e	Página web
Todos los profesores del área con docencia en el título			
Área de conocimiento	Enfermería		
Departamento	Enfermería		
Profesor/a coordinador/a intercentros	Prof. Isabel Gálvez Galán (igalvez@unex.es)		
Profesor/a coordinador/a (si hay más de uno)	Prof. Isabel Gálvez Galán (BA: FMyCCS) (igalvez@unex.es) Prof. M ^a Luz Canal Macías (CC: FENTO) (luzcanal@unex.es) Prof. M ^a Aurora Herrero Olea (ME: CUMe) (aherrero@unex.es) Prof. Juan Francisco Morán Cortés (PL: CUP) (juanfmoran@unex.es)		
Requisitos previos			
Para poder cursar el Practicum III el alumno debe haber superado el Practicum II.			
Competencias			
1. Básicas y generales			
CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también			

algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2 - Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

CIN1 - Ser capaz, en el ámbito de la enfermería, de prestar una atención sanitaria técnica y profesional adecuada a las necesidades de salud de las personas que atiende, de acuerdo con el estado de desarrollo de los conocimientos científicos de cada momento y con los niveles de calidad y seguridad que se establecen en las normas legales y deontológicas aplicables.

CIN2 - Planificar y prestar cuidados de enfermería dirigidos a las personas, familias o grupos, orientados a los resultados en salud evaluando su impacto, a través de guías de práctica clínica o asistencial, que describen los procesos por los cuales se diagnostica, trata o cuida un problema de salud.

CIN3 - Conocer y aplicar los fundamentos y principios teóricos y metodológicos de la enfermería.

CIN4 - Comprender el comportamiento interactivo de la persona en función del género, grupo o comunidad, dentro de su contexto social y multicultural.

CIN5 - Diseñar sistemas de cuidados dirigidos a las personas, familia o grupos, evaluando su impacto y estableciendo las modificaciones oportunas.

CIN6 - Basar las intervenciones de la enfermería en la evidencia científica y en los medios disponibles.

CIN7 - Comprender sin prejuicios a las personas, considerando sus aspectos físicos, psicológicos y sociales, como individuos autónomos e independientes, asegurando el respeto a sus opiniones, creencias y valores, garantizando el derecho a la intimidad, a través de la confidencialidad y el secreto profesional.

CIN8 - Promover y respetar el derecho de participación, información, autonomía y el consentimiento informado en la toma de decisiones de las personas atendidas, acorde con la forma en que viven su proceso de salud-enfermedad.

CIN9 - Fomentar estilos de vida saludables, el autocuidado, apoyando el mantenimiento de conductas preventivas y terapéuticas.

CIN10 - Proteger la salud y el bienestar de las personas, familia o grupos atendidos, garantizando su seguridad.

CIN11 - Establecer una comunicación eficaz con pacientes, familia, grupos sociales y compañeros y fomentar la educación para la salud.

CIN12 - Conocer el código ético y deontológico de la enfermería española, comprendiendo las implicaciones éticas de la salud en un contexto mundial en transformación.

CIN13 - Conocer los principios de financiación sanitaria y socio-sanitaria y utilizar adecuadamente los recursos disponibles.

CIN14 - Establecer mecanismos de evaluación, considerando los aspectos científico-técnicos y los de calidad.

CIN15 - Trabajar con el equipo de profesionales como unidad básica en la que estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales.
 CIN16 - Conocer los sistemas de información sanitaria.
 CIN17 - Realizar los cuidados de enfermería basándose en la atención integral de salud, que supone la cooperación multiprofesional, la integración de los procesos y la continuidad asistencial.
 CIN18 - Conocer las estrategias para adoptar medidas de confortabilidad y atención de síntomas, dirigidas al paciente y familia, en la aplicación de cuidados paliativos que contribuyan a aliviar la situación de enfermos avanzados o terminales.

2. Transversales

CT1 - Capacidad de análisis y síntesis.
 CT2 - Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica.
 CT3 - Planificación y gestión del tiempo.
 CT4 - Conocimientos generales básicos del área de estudio.
 CT5 - Conocimientos básicos de la profesión.
 CT6 - Comunicación oral y escrita en lengua materna.
 CT7 - Conocimientos de una segunda lengua.
 CT8 - Habilidades básicas de manejo de ordenadores.
 CT9 - Habilidades de investigación.
 CT10 - Capacidad de aprender.
 CT11 - Habilidades de gestión de la información (buscar y analizar).
 CT12 - Capacidad de crítica y autocrítica.
 CT13 - Capacidad para adaptarse a nuevas situaciones.
 CT14 - Capacidad para generar nuevas ideas (creatividad).
 CT15 - Resolución de problemas.
 CT16 - Toma de decisiones.
 CT17 - Trabajo en equipo.
 CT18 - Habilidades interpersonales.
 CT19 - Liderazgo.
 CT20 - Capacidad para trabajar en un equipo interdisciplinar.
 CT21 - Capacidad para comunicarse con personas no expertas en la materia.
 CT22 - Apreciación de la diversidad y la multiculturalidad.
 CT23 - Habilidad para trabajar en un contexto internacional.
 CT24 - Conocimiento de otras culturas y sus costumbres.
 CT25 - Habilidad para el trabajo autónomo.
 CT26 - Diseño y gestión de proyectos.
 CT27 - Iniciativa y espíritu emprendedor.
 CT28 - Compromiso ético.
 CT29 - Preocupación por la calidad.
 CT30 - Motivación.

3. Específicas

CMF1 - Prácticas pre profesionales, en forma de rotatorio clínico independiente y con una evaluación final de competencias, en los Centros de Salud, Hospitales y otros centros asistenciales que permitan incorporar los valores profesionales, competencias de comunicación asistencial, razonamiento clínico, gestión clínica y juicio crítico, integrando en la práctica profesional los conocimientos, habilidades y actitudes de la Enfermería, basados en principios y valores, asociados a las competencias descritas en los objetivos generales y en las materias que conforman el Título.

Contenidos

Breve descripción del contenido

Cuidados integrales en salud-enfermedad en las diferentes etapas del ciclo vital. Proceso Enfermero. Actuaciones en situaciones críticas.								
Temario de la asignatura								
Orientación y seguimiento de prácticas.								
Tutela de actividades no presenciales.								
Actividades formativas								
Horas de trabajo del alumno/a por tema		Horas Gran grupo	Actividades prácticas				Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total	GG	CH	L	O	S	TP	EP
1. Presentación y orientación del Practicum	1,89	1,89						
2. Tutoría ECTS (tutorías de seguimiento)	14,14						14,14	
3. Prácticas externas en los centros sociosanitarios	585,39		585,39					
Evaluación								
TOTAL	601,42	1,89	585,39				14,14	
GG: Grupo Grande (85 estudiantes). CH: Actividades de prácticas clínicas hospitalarias (7 estudiantes) L: Actividades de laboratorio o prácticas de campo (15 estudiantes) O: Actividades en sala de ordenadores o laboratorio de idiomas (20 estudiantes) S: Actividades de seminario o de problemas en clase (40 estudiantes). TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS). EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.								
Metodologías docentes								
Al inicio de cada curso académico se publicará un listado donde se relacionarán las instituciones y unidades en las que los alumnos realizarán sus prácticas externas. Los criterios para la selección de los Profesores Tutores de cada Centro para el seguimiento de las prácticas serán públicos y elaborados por la Comisión Docente de la Escuela y/o Facultad. En cada Unidad existirá un Profesor Asociado de Ciencias de la Salud o un Profesional Colaborador, que será el encargado de dirigir y supervisar el trabajo que realiza el alumno, junto con el Profesor de la asignatura relacionada. <ul style="list-style-type: none"> • Orientación, asesoría o tutoría en grupo o individual programada por el profesor. • Metodología Interactiva con propuesta de trabajos y seguimiento de los mismos. 								
Resultados de aprendizaje								
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer de forma interactiva y reflexiva los contextos institucionales, sociales y culturales, así como la estructura, organización y funcionamiento de los centros, organizaciones y/o servicios sanitarios en los que la enfermera desempeña su actividad profesional. • Analizar las necesidades de salud y elaborar planes de cuidados dirigidos a personas de diferentes edades y situaciones, familias y grupos, con diversos estados de alteración de los patrones de la salud, evaluando el impacto de sus intervenciones y estableciendo las modificaciones oportunas. • Evaluar la necesidad de fundamentar la práctica enfermera en los resultados sostenidos de la investigación científica y en la mejor evidencia disponible. • Utilizar el lenguaje profesional enfermero, interrelacionando las taxonomías NANDA- NOC- NIC en su trabajo. 								

- Demostrar capacidad para cuestionarse los cuidados que realiza, y para responder a sus preguntas e introducir cambios en su práctica.
- Planificar y prestar cuidados de Enfermería dirigidos a las personas, familia o grupos, orientados a los resultados en salud evaluando su impacto.
- Aplicar los fundamentos y principios teóricos y metodológicos de la Enfermería.
- Basar las intervenciones de Enfermería en la evidencia científica y en los medios disponibles.
- Aceptar sin prejuicios a las personas, considerando sus aspectos físicos, psicológicos y sociales como individuos autónomos e independientes, respetando sus opiniones, creencias y valores, garantizando el derecho a la intimidad, a través de la confidencialidad y el secreto profesional.
- Promover y respetar el derecho de participación, información, autonomía y el consentimiento informado en la toma de decisiones de las personas atendidas, acorde con la forma en que viven su proceso de salud-enfermedad.
- Proteger la salud y el bienestar de las personas, familia o grupos atendidos, garantizando su seguridad.
- Establecer una comunicación eficaz con pacientes, familia, grupos sociales y compañeros y fomentar la educación para la salud.
- Actuar según el código ético y deontológico de la Enfermería española, comprendiendo las implicaciones éticas de la salud en un contexto global en transformación.
- Utilizar adecuadamente los recursos disponibles, teniendo en cuenta los principios de financiación sanitaria y sociosanitaria.
- Trabajar con el equipo de profesionales como unidad básica en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales.
- Identificar las respuestas psicosociales de las personas ante las diferentes situaciones de salud (en particular, la enfermedad y el sufrimiento), seleccionando las acciones adecuadas para proporcionar ayuda en las mismas.
- Utilizar las medidas farmacológicas, evaluando los beneficios esperados y los riesgos asociados y/o efectos derivados de su administración y consumo.
- Dirigir, evaluar y prestar los cuidados integrales de Enfermería, al individuo, la familia y la comunidad.
- Analizar los datos recogidos en la valoración por patrones funcionales, priorizando los problemas detectados en el paciente adulto, estableciendo objetivos y planificando intervenciones para alcanzar dichos objetivos.
- Realizar las técnicas y procedimientos de apoyo al cuidado de Enfermería, estableciendo una relación terapéutica con los pacientes y familiares.
- Analizar los datos de valoración del niño, identificando los problemas de Enfermería, estableciendo objetivos y planificando intervenciones en las complicaciones que puedan presentarse.
- Prestar cuidados paliativos y de control del dolor que alivien la situación de los enfermos avanzados y terminales.
- Proporcionar educación para la salud a los padres de niños sanos y con problemas de salud.
- Seleccionar las intervenciones dirigidas a tratar o prevenir los problemas de salud y su adaptación a la vida diaria mediante recursos de proximidad y apoyo a la persona anciana.
- Proporcionar cuidados integrales y eficaces en los problemas de salud mental más relevantes en las diferentes etapas del ciclo vital.

Sistemas de evaluación

Actividades de evaluación

La evaluación del Practicum será continuada, valorando la progresiva adquisición de competencias. El proceso de evaluación del Practicum se realizará en corresponsabilidad entre el PACS (Profesor Asociado en Ciencias de la Salud), o el tutor clínico de las unidades por las que rota el estudiante, y los profesores tutores de la UEx.

Dadas las características prácticas de la asignatura imposibilita realizar una evaluación global por lo que se oferta únicamente la modalidad de evaluación continua.

Para aprobar el Practicum el estudiante deberá alcanzar al menos 5 puntos (en escala 0-10) de calificación en cada uno de los siguientes apartados:

Informe-evaluación emitido por el PACS y/o tutor de prácticas: 60 % de la calificación final. (Tutores externos).

Evaluación realizada por parte del profesor tutor académico de la UEx. (Tutor Interno).

La calificación final será igual a la suma del 60% de la calificación otorgada por el PACS y/o tutor de prácticas + el 40% de la evaluación realizada por parte del tutor académico de la UEx (Memoria-Portafolio (20%), 2 Planes de Cuidados (20%), Hoja de firmas (obligatorio) excepto en los casos siguientes:

En el caso de que el estudiante no haya superado algunas de las rotaciones del practicum o de que el Informe-evaluación global emitido por el PACS y/o tutor de prácticas no alcance los 5 puntos.

En el caso de que el estudiante no haya superado la evaluación realizada por parte del tutor académico de la UEx.

En el caso de que el estudiante no haya superado ambas evaluaciones.

En estos tres supuestos, la calificación final del alumno será "suspense" con la calificación numérica otorgada por el tutor académico de la UEx y sin que se sume la calificación otorgada por el PACS y/o tutor de prácticas.

Las rotaciones o portafolio superados por el estudiante serán guardados hasta la próxima convocatoria oficial a la que tenga derecho para ese mismo año académico y sólo deberá repetir aquella parte no aprobada. Estableciendo cada centro/facultad el número máximo de rotaciones recuperables y el periodo de recuperación.

Los centros/facultades podrán incluir, si lo estiman oportuno, sistemas antiplagio que serán tenidos en cuenta en la evaluación de la memoria.

Prueba final alternativa de carácter global: dadas las características especiales del Practicum, se considera obligatorio la asistencia a las prácticas de la asignatura y no se puede optar a la prueba final de carácter global.

Se aplicará el sistema de calificaciones vigente en cada momento; actualmente, el que aparece en el RD 1125/2003, artículo 5º. Los resultados obtenidos por el alumno en cada una de las materias del Plan de Estudios se calificarán en función de la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que podrá añadirse su correspondiente calificación cualitativa: 0 - 4,9: Suspense (SS), 5,0 - 6,9: Aprobado (AP), 7,0 - 8,9: Notable (NT), 9,0 - 10: Sobresaliente (SB). La mención de Matrícula de Honor podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0. Su número no podrá exceder del 5% de los alumnos matriculados en una asignatura en el correspondiente curso académico, salvo que el número de alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola Matrícula de Honor.

Bibliografía (básica y complementaria)

1. NANDA Internacional. Diagnósticos enfermeros 2021-2023. 12ª ed. Elsevier; 2021.
2. Wagner CM, Butcher M, Clarke MF. Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC). 8ª ed. Barcelona: Elsevier; 2024.
3. Moorhead, S, Swanson, E., Johnson, M. Clasificación de Resultados de Enfermería (NOC). 7ª ed. Elsevier Health Sciences; 2024.
4. Johnson, M., Moorhead, S., Bulechek, G. M., Butcher, H. K., Maas, M. L.. Vínculos de NOC y NIC a NANDA-I y diagnósticos médicos: soporte para el razonamiento crítico y la calidad de los cuidados. 3ª ed. Elsevier Health Sciences; 2012.
5. Chocarro, L., Venturini, C. Guía de procedimientos prácticos en enfermería médico- quirúrgica. Elsevier. 2006.
6. Álvarez JL, Castillo F, Fernández D, Muñoz M. Manual de Valoración por Patrones Funcionales. Servicio de Salud del Principado de Asturias. 2010. Disponible en: https://www.academia.edu/8274935/Manual_de_valoraci%C3%B3n_de_Patrones_Funcionales
7. Uranga M. Definición y secuenciación de los resultados de aprendizaje del Practicum de Enfermería. Metas de enfermería 2011;14(1):51-57
8. Fernández E. Competencias clínicas en enfermería: modelos de aprendizaje y de gestión de la práctica. E-Educare 21 (Internet). 2007. Disponible desde: http://www.enfermeria21.com/pfw_files/cma/revistas/Educare21/2007/33/ensinando1.pdf
9. Herramienta online para la consulta y diseño de Planes de Cuidados de Enfermería. [Internet]. NNNConsult. Elsevier. Disponible en: <http://www.nnnconsult.com/>

Otros recursos y materiales docentes complementarios

Utilización de herramientas multimedia que simulen casos y situaciones que ayuden al alumno a adquirir las competencias.

Obligaciones

1. Cumplimiento de las normas de protección universal (Adaptadas de la Nota Técnica de Prevención 700 de 2006. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo). Las normas de protección universal, "estándar" o "rutinarias", recogen todas aquellas precauciones que se deben aplicar en el cuidado de todas las personas, independientemente de su diagnóstico o status infectivo, para prevenir las exposiciones a patógenos transmitidos por la sangre y los fluidos biológicos a través de las vías parenteral y dérmica, principalmente.

Por este motivo, el alumnado debe conocerlas y ha de aplicarlas obligatoriamente durante sus prácticas clínicas.

Las normas de protección universal son las siguientes:

- Utilizar de forma rutinaria elementos barrera siempre que exista contacto de la piel y las membranas mucosas (boca, nariz y ojos) con sangre o fluidos biológicos de cualquier persona:
 - Guantes: siempre que se vaya a tocar sangre y fluidos biológicos, mucosas o piel no intacta; para manipular objetos o superficies manchadas con sangre o fluidos biológicos y durante las extracciones de sangre o cualquier otra práctica de acceso vascular.

- Batas, delantales, máscaras o gafas: siempre que puedan producirse salpicaduras de sangre y fluidos biológicos.
- Cambiarse los guantes tras el contacto con cada persona y lavarse las manos inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Tomar precauciones para prevenir lesiones al usar y eliminar agujas, bisturís u otros instrumentos cortantes o punzantes y al limpiar el instrumental utilizado.
- Las agujas usadas no se deben reencapsular, doblar o romper de forma manual. Tras su uso deben eliminarse en contenedores resistentes a los pinchazos.
- El material que se vaya a reutilizar debe colocarse en contenedores resistentes a los pinchazos para su traslado a las zonas de limpieza y desinfección.
- Evitar el contacto directo con las personas y el material con el que esté en contacto si se tienen lesiones exudativas de la piel o dermatitis supurante.

Si a pesar de tomar estas precauciones ocurriera accidente biológico el alumnado cumplirá el protocolo existente en cada Centro y que debe constar en la guía para el estudiante.

2. Será condición exigible al alumnado:

- La puntualidad en todas las tareas formativas.
- Comunicar previamente y justificar las faltas de asistencia.
- Mostrar respeto a pacientes, compañeros, equipo asistencial y resto de personas con objeto de su atención, labor asistencial o de formación durante las prácticas.
- No estar bajo los efectos de sustancias tóxicas o estupefacientes, alcohol u otras circunstancias que afecten su capacidad para desempeñar sus funciones de manera segura y efectiva.
- Empleo adecuado y limitado (o la prohibición) de dispositivos electrónicos como teléfono móvil, tablets, etc., durante las prácticas.
- La discrecionalidad y secreto de la información de la que tengan acceso como consecuencia de la atención prestada o labor durante las prácticas.
- El idioma en que se imparte esta asignatura será el castellano.
- Es conveniente un manejo adecuado del uso del campus virtual y del programa del SES (Jara)
- Utilizar bata/pijama, libreta de prácticas, reloj con segundero.
- Cumplir las normas de las diferentes unidades donde se desarrollen las prácticas.
- Una correcta higiene que incluye uniforme limpio e higiene personal rigurosa, uñas cortas y pelo recogido. Evitando portar adornos, pulseras, collares, pins, cintas o cualquier otro objeto que comprometa las medidas de asepsia.
- El incumplimiento de las obligaciones anteriormente expuestas y/o normativa de prácticas de cada centro o facultad podrá conllevar la paralización de las prácticas y el suspenso de la asignatura.

Otras obligaciones

1. CERTIFICADO DE CARENCIA DE DELITOS SEXUALES. Aportar certificado de carencia de delitos de naturaleza sexual en aquellos centros que así lo demanden donde se realizan prácticas en contacto habitual con menores según las leyes: Ley Orgánica 1/1996, de Protección Jurídica del Menor, modificada por la Ley 26/2015 y la Ley 45/2015.

2. DEBER DE CONFIDENCIALIDAD Y SECRETO. Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación clínica. Ley 3/2005, de 8 de julio, de información sanitaria y autonomía del paciente. Orden SSI/81/2017, de 19 de enero, por la que se publica el Acuerdo de la Comisión de Recursos Humanos del Sistema Nacional de Salud, por el que se aprueba el protocolo mediante el que se

determinan pautas básicas destinadas a asegurar y proteger el derecho a la intimidad del paciente por los alumnos y residentes en Ciencias de la Salud. Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

3. NÚMERO DE LA SEGURIDAD SOCIAL PROPIO. Es imprescindible disponer un número propio de la seguridad social, no siendo válido el NUSS como beneficiario según se recoge el punto 11 de la disposición adicional 52ª del RDL 8/2015, de 30 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley General de la Seguridad Social.

Recomendaciones

1. INMUNIZACIÓN DEL ESTUDIANTE:

Resulta especialmente importante la vacunación de los estudiantes pues, como consecuencia de su menor experiencia, están más expuestos al contagio.

Según las recomendaciones contenidas en el anexo VI del Real Decreto 664/1997 sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo, cuando exista riesgo para ellos por exposición a agentes biológicos para los que hay vacunas eficaces.

Las vacunas recomendadas para el personal sanitario y, por tanto, también para el estudiante en prácticas clínicas, son: Hepatitis B, Tétanos, Difteria y Tosferina, Triple Vírica (Sarampión, Rubeola y Parotiditis), Varicela, Gripe y COVID19. Se incluirán todas aquellas vacunas que las autoridades sanitarias estimen oportunas.

2. USO DEL CAMPUS VIRTUAL:

Se recomienda el uso del campus virtual para el acceso a todos los documentos que sustentan la asignatura.