Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia



tech universidad tecnológica



tech universidad tecnológica

Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia

Modalidad: **Online**
Duración: **6 semanas**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
Horas lectivas: **150 h.**
Acceso web: **www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/prevencion-manejo-estres-situaciones-emergencia**

Índice

01
Presentación
page 4

02
Objetivos
page 8

03
Estructura y contenido
page 12

04
Metodología
page 16

05
Titulación
page 24

01

Presentación

El control de las emociones en las situaciones de emergencia es fundamental. Se trata de contextos extraordinarios en los que mantener la calma y pensar de manera consecuente en los pasos a seguir se convierte en un requisito fundamental que los profesionales de la medicina deben dominar. Por eso, conocer al detalle las estrategias más efectivas y novedosas para prevenir y manejar el estrés se convierte en una auténtica necesidad para ellos. En base a esta razón y como muestra del compromiso de TECH con los sanitarios, el equipo de expertos de la universidad ha desarrollado una titulación a través de la cual podrán ponerse al día de las novedades de este sector. Se trata de una experiencia académica de 150 horas con la que podrán trabajar de manera intensiva en el perfeccionamiento de sus competencias profesionales para controlar la tensión física y la ansiedad en contextos de crisis, aumentando las posibilidades de llevar a cabo una intervención aún más efectiva y beneficiosa para la salud mental del paciente.





Trabajar en tu propia salud mental te ayudará a ejercer la medicina en contextos de crisis de manera más efectiva. Por eso, el programa está preparado para que te pongas al día en este campo en tan solo 150 horas"

Los profesionales de la Medicina, sobre todo los especializados en el área de urgencias, están continuamente expuestos a situaciones extremas: accidentes, muertes traumáticas, contextos inusuales como suicidios o asesinatos, etc. Todo este tipo de casos les genera un estrés que, si no se trabaja en su prevención y tratamiento, puede provocar graves consecuencias en su salud mental y física a largo plazo. Además, la importancia de mantener la calma y controlar las propias emociones se convierte en una habilidad que deben manejar concienzudamente para llevar a cabo su labor médica de la manera más efectiva y profesional posible.

Por esa razón, TECH y su equipo de expertos en Psicología han considerado necesario el desarrollo de un programa a través del cual los especialistas puedan trabajar en el perfeccionamiento de sus competencias en el manejo del estrés, concretamente en situaciones de emergencia. Y es que podrá ahondar de manera exhaustiva en los factores protectores y de riesgo en el trauma, en las consecuencias del impacto psicológico y en las técnicas generales más novedosas para llevar a cabo hábitos de vida saludables desde el punto de vista de la estabilidad mental.

Para ello contará con el mejor temario, así como con casos clínicos basados en situaciones reales y multitud de material adicional de gran calidad. Todo, presentado en un cómodo y flexible formato 100% online, compatible con cualquier dispositivo con conexión a internet. Gracias a estas características podrá conectarse desde donde quiera, sin límite y con un horario totalmente adaptado a su disponibilidad, para que pueda sacarle a este programa el máximo rendimiento posible.

Este **Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia** contiene el programa educativo más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Psicología y Servicios de Urgencia
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet

El mejor programa del mercado académico actual para actualizar tus conocimientos en el impacto psicológico del profesional y en las técnicas más innovadoras para su prevención”

TECH ha incluido en este programa contenido adicional diverso, para que amplíes de manera personalizada los aspectos del temario que más te interesen"

Una titulación 100% online, dinámica y multidisciplinar con la que podrás ahondar de manera personalizada en las últimas evidencias científicas relacionadas con la traumatizarían vicaria.

Incluir en tu práctica diaria las técnicas de prevención de la ansiedad más novedosas no solo te permitirá gestionar tus emociones, sino que podrás ayudar a tus compañeros a trabajar también en ello.

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.



02

Objetivos

Gozar de una buena salud mental es fundamental para cualquier profesional, sobre todo para aquellos que deben enfrentarse contantemente a situaciones traumáticas, como es el caso de los médicos. Por esa razón, estar siempre al día de las estrategias para la gestión del estrés es una de las tareas más importantes de su itinerario. En base a ello, el objetivo de este Diplomado es, precisamente, servirle de guía en la actualización de su conocimiento, dotándole de la información más novedosa del sector de la Psicología para la prevención y el manejo del estrés a través del autocuidado.





¿Te gustaría poder presumir de una salud mental óptima? Este Diplomado te proporcionará las últimas técnicas para el autocuidado, trabajando intensamente en la prevención del estrés postraumático"

Objetivos generales

- Ahondar en el estrés como consecuencia de una exposición a una situación traumática en el entorno laboral del profesional
- Conocer al detalle las estrategias y pautas de actuación para trabajar con intervinientes de los servicios de emergencia cuando se produzca un impacto psicológico





Objetivos específicos

- Conocer el impacto del estrés y de las situaciones de emergencia en el personal de emergencias
- Estudiar el impacto psicológico producido por la exposición a las situaciones de emergencia en el profesional de emergencias y urgencias
- Aprender las principales técnicas para el manejo de estrés y prevención del impacto psicológico en el personal de emergencias

El compromiso de TECH para con los profesionales de la Medicina se ve reflejado en este Diplomado, a través de sus 150 horas de contenido diverso y a través de la calidad de su temario”

03

Estructura y contenido

TECH es sinónimo de calidad. Un ejemplo de ello es este Diplomado, elaborado por expertos en Psicología y presentado en un cómodo formato 100% online, para que cualquier profesional pueda ponerse al día en la prevención y el manejo del estrés provocado por la exposición continua a situaciones traumáticas. Gracias a la exhaustividad y al carácter intensivo de su temario, el egresado podrá ahondar en las últimas técnicas y estrategias para manejar las emociones, permitiéndole perfeccionar sus habilidades en el seguimiento de hábitos de salud mental óptimos y beneficiosos para su desempeño profesional.





El programa perfecto para ahondar en las estrategias más innovadoras para la prevención del Síndrome de Burmout, así como en las estrategias terapéuticas más eficaces para su tratamiento"

Módulo 1. Prevención y manejo de estrés en situaciones de emergencia

1.1. Características de las situaciones de emergencia, factores mediacionales y situaciones críticas de impacto psicológico
- 1.1.1. Introducción al impacto psicológico
- 1.1.2. Características de las situaciones de emergencia influyentes en el impacto psicológico

1.2. El impacto psicológico del profesional
- 1.2.1. El trauma
- 1.2.2. La traumatización vicaria
- 1.2.3. La catástrofe
- 1.2.4. Relación entre el trauma y la catástrofe

1.3. Factores protectores y de riesgo en el trauma
- 1.3.1. Factores protectores en el trauma
- 1.3.2. Factores de riesgo en el trauma

1.4. El afrontamiento
- 1.4.1. El desgaste por empatía
- 1.4.2. La prevención
- 1.4.3. Mecanismo de adaptación

1.5. Consecuencias del impacto psicológico
- 1.5.1. Principales consecuencias del impacto psicológico
- 1.5.2. El impacto psicológico como factor de estrés postraumático
- 1.5.3. El tratamiento

1.6. El estrés laboral
- 1.6.1. Conceptualización del estrés
- 1.6.2. Factores de riesgo para el estrés
- 1.6.3. Consecuencias del estrés laboral

1.7. El estrés en el personal de emergencias
- 1.7.1. Origen del estrés en el personal de emergencias
- 1.7.2. Factores moduladores del estrés en el personal de emergencias
- 1.7.3. Efectos del estrés en el personal de emergencias





1.8. Patologías que pueden aparecer
- 1.8.1. Estrés postraumático y estrés postraumático secundario
- 1.8.2. Síndrome de Burnout
- 1.8.3. Contratransferencia

1.9. Patologías en el personal de emergencias
- 1.9.1. Estrés postraumático y estrés postraumático secundario
- 1.9.2. Síndrome de Burnout
- 1.9.3. Contratransferencia
- 1.9.4. Diferencias

1.10. Técnicas generales y hábitos saludables
- 1.10.1. Técnicas generales para la prevención y manejo del estrés
- 1.10.2. Hábitos saludables como factor modulador
- 1.10.3. El sueño

Únete a una de las comunidades académicas de médicos más grandes del mundo y podrás mantenerte al día de las novedades que se realicen en este campo desde donde quieras, sin agobios ni horarios"

04

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización"

En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional del médico.

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomasen decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard"

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



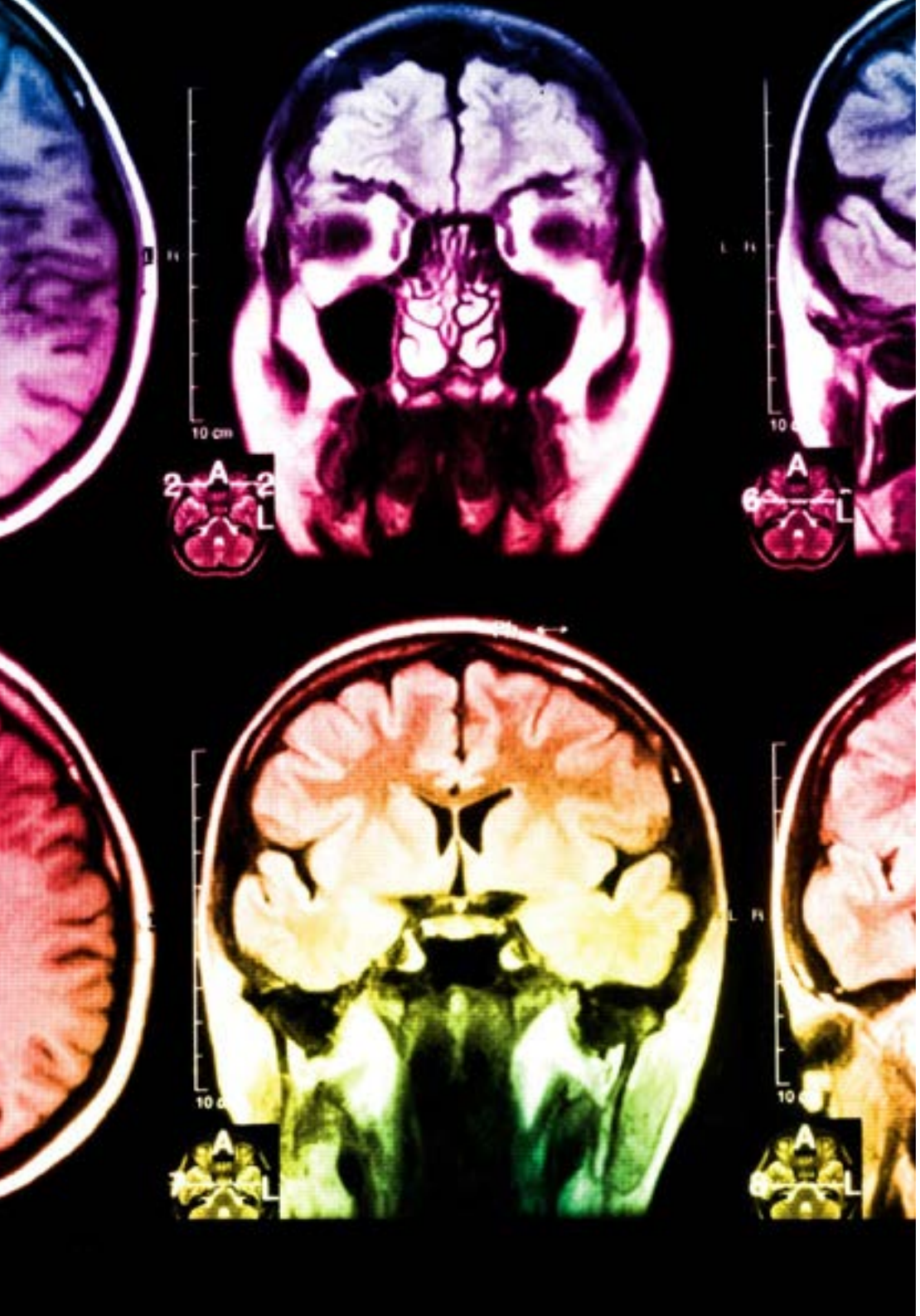
Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

El profesional aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.





Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología, se han capacitado más de 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.

Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:

Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.

Técnicas quirúrgicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.

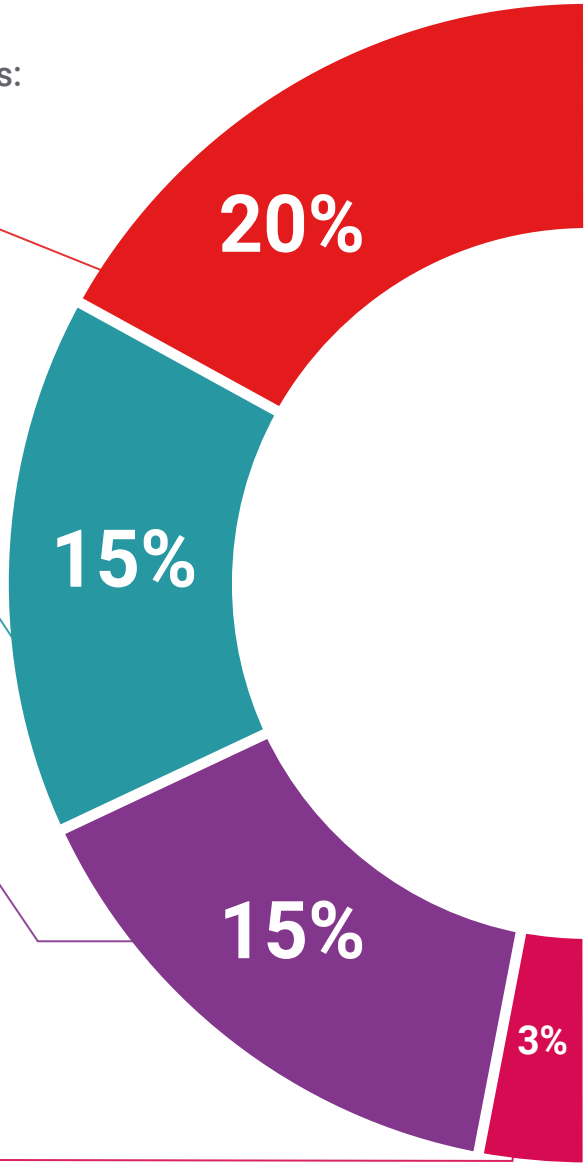
Resúmenes interactivos

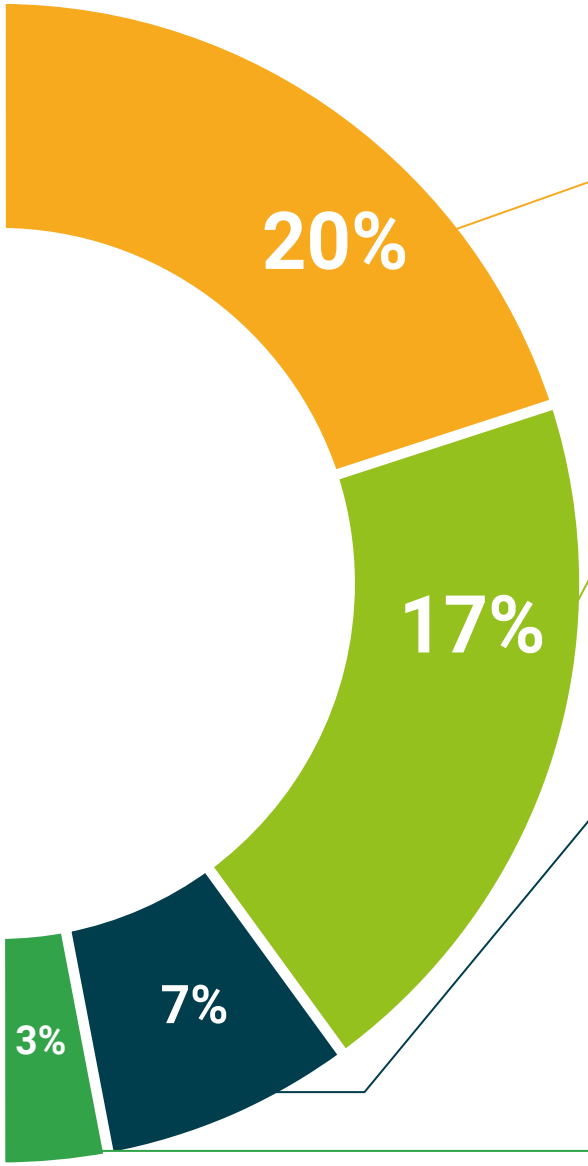
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".

Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.

Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.

Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.

Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.

05

Titulación

El Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.





Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites"

Este **Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad Tecnológica.**

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Experto Universitario, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia**
N.º Horas Oficiales: **150 h.**


tech universidad tecnológica

Otorga la presente

CONSTANCIA

a

C. _____, con documento de identificación nº_____

Por haber superado con éxito y acreditado el programa de

DIPLOMADO

en

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia

Se trata de un título propio de esta Universidad con una duración de 150 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

A 17 de junio de 2020

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos

*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.

tech universidad tecnológica

Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia

Modalidad: **Online**

Duración: **6 semanas**

Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**

Horas lectivas: **150 h.**

Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia



tech universidad tecnológica