# Diplomado
## Trastornos del Sueño y la Vigilia



tech universidad tecnológica



tech universidad tecnológica

# Diplomado
# Trastornos del Sueño y la Vigilia

Modalidad: **Online**

Duración: **6 semanas**

Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**

Horas lectivas: **150 h.**

Acceso web: **www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/trastornos-sueno-vigilia**

# Índice


01
Presentación
*pág. 4*

02
Objetivos
*pág. 8*

03
Dirección del curso
*pág. 12*

04
Estructura y contenido
*pág. 16*

05
Metodología
*pág. 20*

06
Titulación
*pág. 28*

01

# Presentación

Las horas de sueño son necesarias e ineludibles en las personas. Dormir le da al cuerpo y a la mente tiempo para regenerarse y, en sus horas correctas, aporta bienestar a las personas. Por eso, cuando el paciente duerme poco o demasiado a causa de un trastorno, su calidad de vida se ve altamente afectada. En este sentido, acciones académicas como estas le dan al médico la posibilidad de actualizar sus conocimientos para realizar un abordaje innovador sobre las patologías relacionadas con el sueño. Se trata, por tanto, de una ocasión única que supondrá un antes y un después en la práctica diaria del alumno.





*Aprende a realizar un abordaje novedoso de los trastornos del sueño con este Diplomado que TECH pone en tu mano”*

Como su nombre indica, los Trastornos del Sueño son problemas relacionados con el dormir, bien sea por exceso o por defecto, e incluyen dificultades para conciliar el sueño o permanecer dormido, dormir demasiado, quedarse dormido en momentos indebidos y/o conductas anormales durante el sueño. Este tipo de patologías incluyen el insomnio, el hipersomnio o la somnolencia.

En este sentido, y entendiendo que el sueño es una función fisiológica vital, es muy importante que los profesionales que se encuentren con pacientes que sufran este tipo de patologías sepan realizar un abordaje correcto, mitigando las consecuencias de este tipo de trastornos.

Además, el sueño es una de las grandes preocupaciones de la sociedad moderna y a menudo es un motivo de consulta médica sobre el que subyacen muchos malestares de la vida cotidiana. Por otro lado, es una ventana a otros trastornos.

En este Diplomado, se profundizará en la fisiología de los ciclos circadianos, valorando los límites de la normalidad y distinguiendo trastornos del sueño primarios y secundarios.

Este **Diplomado en Trastornos del Sueño y la Vigilia** contiene el programa educativo más completo y actualizado del mercado. Las características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Medicina y Psiquiatría
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos 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

*Durante el recorrido del Diplomado, se estudiarán trastornos como la hipersomnolencia, la vigilia o el insomnio y su correcto tratamiento"*

*Las horas de sueño permiten regenerar el cuerpo y son necesarias para un correcto desarrollo vital. Aprende a reestablecer el sueño correcto en tus pacientes con este Diplomado"*

*Actualiza tus conocimientos de manera cómoda y colócate como un médico de éxito estudiando con TECH.*

*Al tratarse de un Diplomado online, podrás estudiar dónde y cuando quiera.*

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, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeos interactivos realizados por reconocidos expertos, con gran experiencia en entrenamiento personal terapéutico.



02

# Objetivos

El objetivo final que persigue este Diplomado es el de dotar al médico de conocimientos y herramientas que le permitan abordar los trastornos del sueño desde una perspectiva innovadora. Para ello, se ha dispuesto un completo temario repleto de contenido teórico y práctico que sentará las bases del conocimiento en el alumno y le posicionará como un médico altamente competente. Una ocasión única que permitirá,
en tan solo seis semanas, un aprendizaje inmersivo y diferenciador.





*Estudia en TECH y comienza a ver cómo tus objetivos profesionales comienzan a hacerse realidad"*

## Objetivos generales

- Conocer las peculiaridades del desarrollo de esta área específica
- Conocer para prevenir y tratar la epidemiología psiquiátrica en las etapas de la vida
- Actualizar las estrategias terapéuticas a los últimos avances para los trastornos del sueño en psiquiatría
- Abordar los problemas específicos del sueño en psiquiatría
- Dotar de habilidades y estrategias de gestión clínica en psiquiatría







## Objetivos específicos

- Ahondar en la fisiología de los ciclos circadianos
- Valorar los límites de la normalidad y distinguir Trastornos del Sueño primarios y secundarios

*Empieza a cumplir tus metas y objetivos estudiando en TECH"*

03

# Dirección del curso

Para este programa, TECH ha reunido a un cuadro docente conformado por expertos en activo del área de la medicina y la psiquiatría que vierten en este Diplomado la experiencia de sus años trabajando en este sector. De la misma manera, también han participado en la creación de los contenidos de este título profesionales de otras áreas afines que completan el programa de un modo interdisciplinar y completo, dotando al Diplomado de unas características únicas que el alumno no podrá encontrar en otro lugar.





*Aprender acompañado de los mejores profesionales del sector es siempre una garantía de éxito”*

## Dirección



### Dr. Baca García, Enrique

- Jefe de Departamento de Psiquiatría de la Fundación Jiménez Díaz
- Profesor Titular de Psiquiatría. Departamento de Psiquiatría. Facultad de Medicina. Universidad Autónoma de Madrid
- Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma de Madrid
- Doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Alcalá
- Médico Especialista en Psiquiatría
- *Postdoctoral Research Fellow. Columbia University College of Physicians & Surgeons*

## Profesores

### Dra. Barrigón Estévez, María Luisa

- Médico adjunto del área de psiquiatría en la Fundación Instituto de Investigación Sanitaria FJD
- Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Extremadura
- Especialista en Psiquiatría con MIR realizado en el Hospital Clínico Universitario de Granad
- Programa Oficial de Doctorado en Psiquiatría por la Universidad de Granada



04

# Estructura y contenido

El temario de este programa de actualización se ha diseñado en base a los requerimientos de la medicina aplicada a la psiquiatría y a los trastornos del suelo. De esta manera, el contenido del Diplomado se ha estructurado en un módulo impartido en seis semanas que comprende toda la información necesaria para el alumno, incorporando todos los elementos que pueden intervenir en el desarrollo de sus funciones en esta área de estudio.





*Un contenido de calidad como el que te ofrece TECH es clave para un buen desarrollo profesional"*

## **Módulo 1.** Trastornos del Sueño y la Vigilia

1.1. El sueño normal
  1.1.1. Aspectos básicos
1.2. Evaluación diagnóstica
1.3. Clasificación de los Trastornos del Sueño y la Vigilia
1.4. Trastornos de insomnio I
  1.4.1. Clínica
  1.4.2. Evaluación
1.5. Trastornos de insomnio II
  1.5.1. Tratamiento farmacológico
1.6. Trastornos de insomnio III
  1.6.1. Tratamiento no farmacológico
1.7. Trastornos de hipersomnolencia
1.8. Trastornos del ritmo circadiano de Sueño y Vigilia
1.9. Trastornos de parasomnia
1.10. Monitorización del Sueño





*Mejora la calidad de vida de tus pacientes con trastornos del sueño estudiando con los contenidos que TECH te ofrece”*

05

# 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.



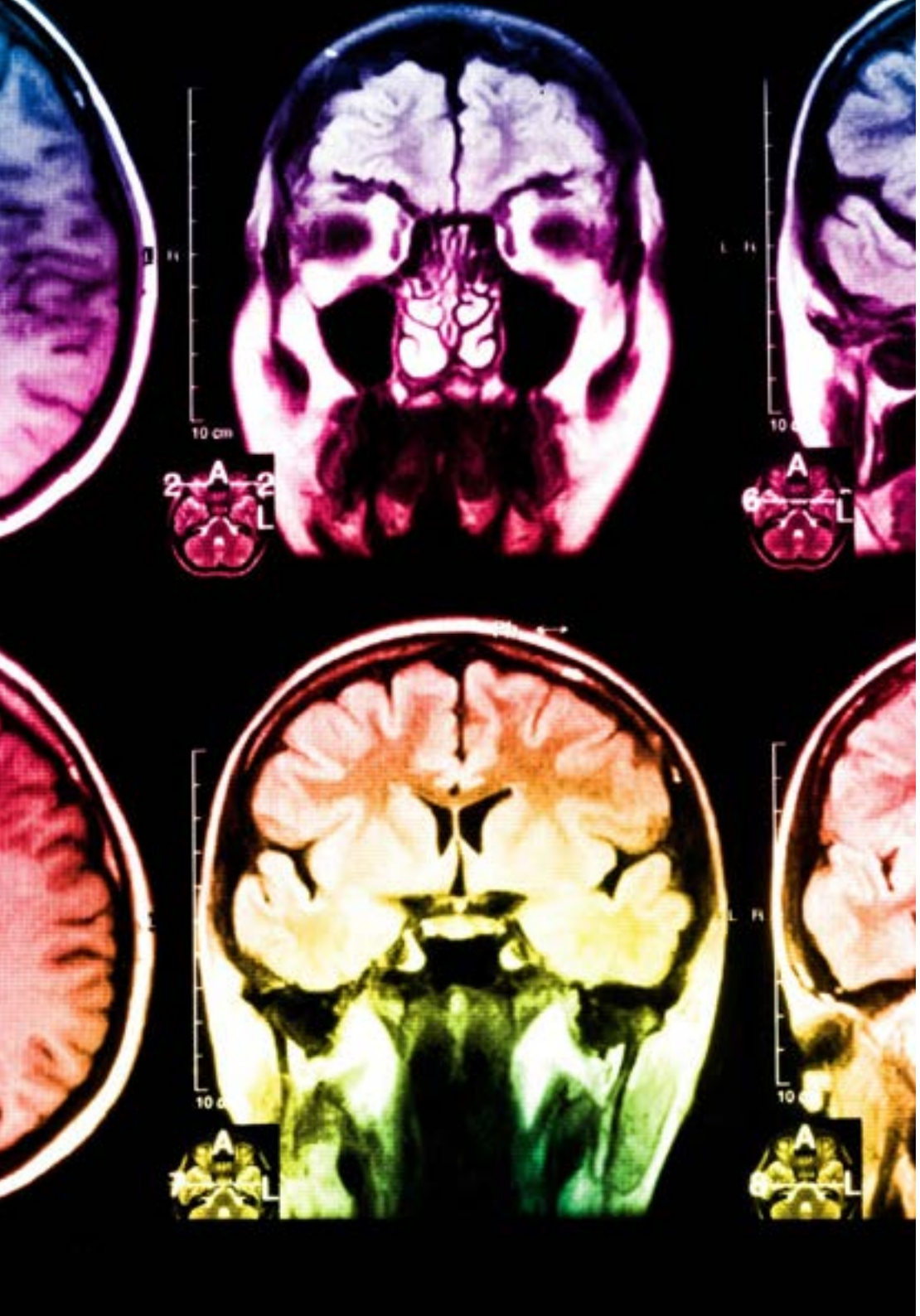
## Relearning Methodology

TECH potencia el uso del método del caso de Harvard con la mejor metodología de enseñanza 100% online del momento: el Relearning.

Esta universidad es la primera en el mundo que combina el estudio de casos clínicos con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina un mínimo de 8 elementos diferentes en cada lección, y que suponen una auténtica revolución con respecto al simple estudio y análisis de casos.

*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 video

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.

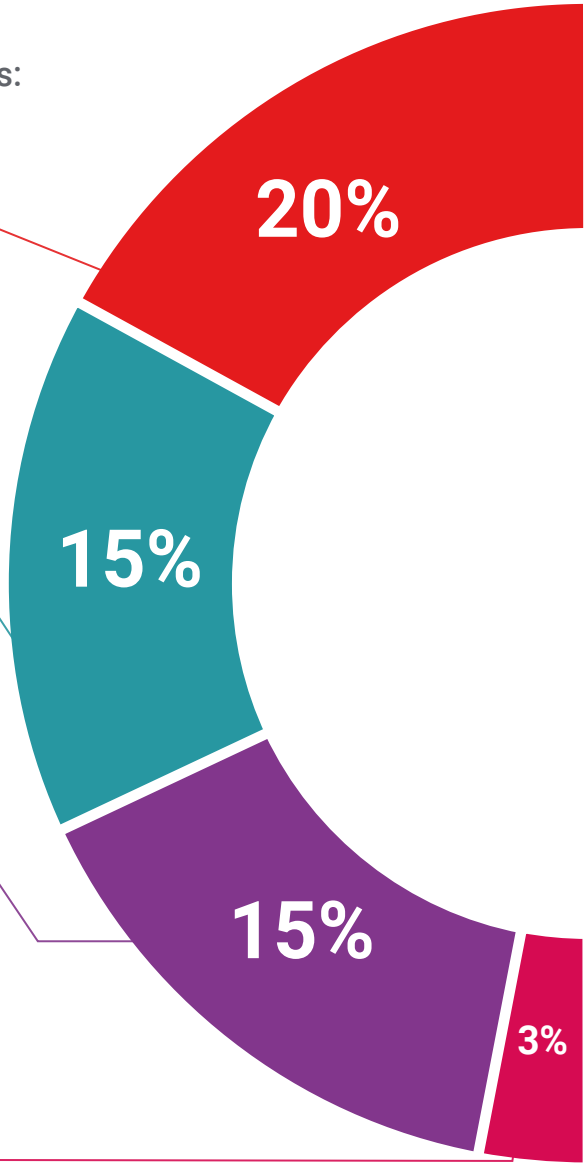
### Resúmenes interactivos

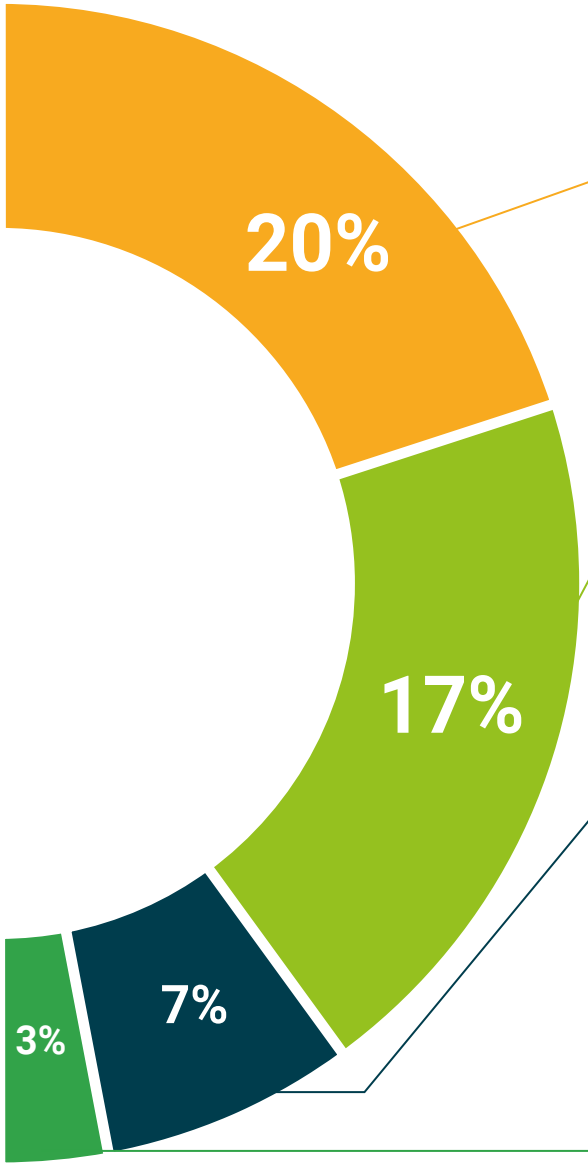
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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.

06

# Titulación

El Diplomado en Trastornos del Sueño y la Vigilia garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, proporciona 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 Trastornos del Sueño y la Vigilia** contiene el programa 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 Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Trastornos del Sueño y la Vigilia**

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

Trastornos del Sueño y la Vigilia

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
## Trastornos del Sueño y la Vigilia

Modalidad: **Online**
Duración: **6 semanas**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
Horas lectivas: **150 h.**

# Diplomado
## Trastornos del Sueño y la Vigilia



tech universidad tecnológica