

Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia





Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/enfermeria/curso-universitario/prevencion-manejo-estres-situaciones-emergencia



Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Estructura y contenido

pág. 12

04

Metodología de estudio

pág. 16

05

Titulación

pág. 26

01 Presentación

El estrés en situaciones de crisis puede hacer aflorar un descontrol neurológico de la persona, siendo incapaz de controlar sus emociones. El estrés laboral y la tensión frecuente por la exposición a catástrofes, pacientes agresivos y los casos de autolisis que suceden diariamente, pueden suponer un deterioro neurológico para los expertos que se desarrollan en el campo sanitario. En este sentido, los propios enfermeros pueden atender a sus compañeros de profesión, aplicando técnicas para la atención del estrés en situaciones de emergencia. TECH ha desarrollado un programa que se centra en los protocolos más efectivos y novedosos frente a situaciones traumáticas. Todo ello, mediante una modalidad 100% online que permite la adaptación del estudio según las necesidades personales y profesionales de los alumnos.





“

Con este Diplomado ahondarás, en tan solo 6 semanas, en las estrategias terapéuticas más eficaces para combatir el estrés en situaciones de emergencias”

El personal sanitario también es una de las víctimas que sufren el estrés continuado de las situaciones que se encuentran diariamente desarrollando su labor. En estos casos, los especialistas requieren de compañeros de profesión que se encuentren al día de las mejores técnicas de atención y los protocolos de actuación ante estrés crítico o pánico. De esta manera, el resto de expertos pueden evitar que sus compañeros de profesión caigan en afecciones mentales que pueden progresar con el tiempo y se encuentran relacionadas, en su mayoría, con trastornos en el comportamiento que pueden afectar a sus habilidades laborales, entre otros aspectos.

Para atender a esta necesidad, TECH ha desarrollado una titulación completa y rigurosa destinada a los profesionales sanitarios. Además, este programa ha sido diseñado junto a un equipo de expertos que trabajan en centros clínicos y son testigos de la tensión laboral con la que deben convivir los especialistas en Enfermería y otras disciplinas afines. Este Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia se trata de una titulación que indaga en las diversas características de las situaciones de emergencia, factores mediacionales y situaciones críticas de impacto psicológico.

Todo ello con el principal objetivo de ampliar los conocimientos de los enfermeros para que puedan intervenir en situaciones de estrés por desgaste, afrontamiento o patologías derivadas del entorno laboral. Entre otras afecciones, el alumnado será capaz de atender a los pacientes con síndrome de *Burnout* o estrés postraumático. Una experiencia académica dinámica y multidisciplinar que pretende dotar de herramientas teórico-prácticas al personal sanitario en las que trabajará en el perfeccionamiento de sus competencias terapéuticas. 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 ello, mediante un formato 100% online que permite su adaptación y un seguimiento flexible de la materia.

Este **Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia** contiene el programa universitario 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



Matricúlate ahora en esta titulación y profundiza en el origen del estrés en el personal de emergencias y las patologías derivadas de este para actualizar tus competencias sanitarias"

“

Un programa destinado a profesionales como tú, que desean aumentar sus competencias en el ámbito sanitario para actuar con las herramientas y técnicas más novedosas ante cualquier situación de emergencia”

Incluye en su cuadro docente a un equipo de 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.

TECH ha recurrido a un equipo docente experimentado en el área de urgencias para transmitir todos los conocimientos teórico-prácticos a los profesionales que se inscriban.

Ahonda en las consecuencias psicológicas arraigadas al estrés continuado en el personal clínico para que puedas atender a tus compañeros de profesión bajo las mejores técnicas.



02 Objetivos

Este Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia tiene como objetivo principal actualizar el conocimiento en Psicología de los profesionales sanitarios, enfocándoles, entre otras cuestiones, hacia la prevención del estrés en este tipo de entornos. De esta manera, el alumnado no solo profundizará en los factores protectores y de riesgo en el trauma, sino también en el estrés postraumático y estrés postraumático secundario. Todo ello, en una estructura dinámica de estudio que facilita la comprensión y la asimilación de técnicas generales para la prevención y manejo del estrés.



“

¿Te gustaría ampliar tu actuación en el área de urgencias? Cumple ahora tus objetivos profesionales con una titulación que se adapta a ti y a tus necesidades”



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

“

No esperes más, profundiza en las patologías psicológicas más frecuentes que sufre el personal de emergencias, dada su exposición a catástrofes”





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

03

Estructura y contenido

TECH ha recurrido a un equipo de expertos que ha aportado conocimientos fehacientes volcados en el temario y que compartirá, además, su experiencia real con los alumnos de esta titulación. Además, gracias a los diversos materiales que ofrece TECH, el alumnado contará con actividades, vídeo resúmenes y contenidos descargables que, una vez hayan sido guardados en su dispositivo, podrá consultar incluso tras finalizar el programa. Cabe destacar, además, la prestigiosa metodología pedagógica *Relearning* que aplica TECH para eximir de largas horas de memorización al alumno y permitirle asimilar de forma paulatina y constante todos los contenidos.



“

Un programa diseñado para que estudies en profundidad el Síndrome de Burnout, sus características y cómo puedes enfrentarlo con estrategias terapéuticas psicológicas”

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



Mejora y actualiza tus conocimientos en tratamientos para combatir el estrés en pacientes expuestos diariamente a situaciones límite, como tus propios compañeros de profesión

04

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

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.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios"

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.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



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 que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Resúmenes interactivos

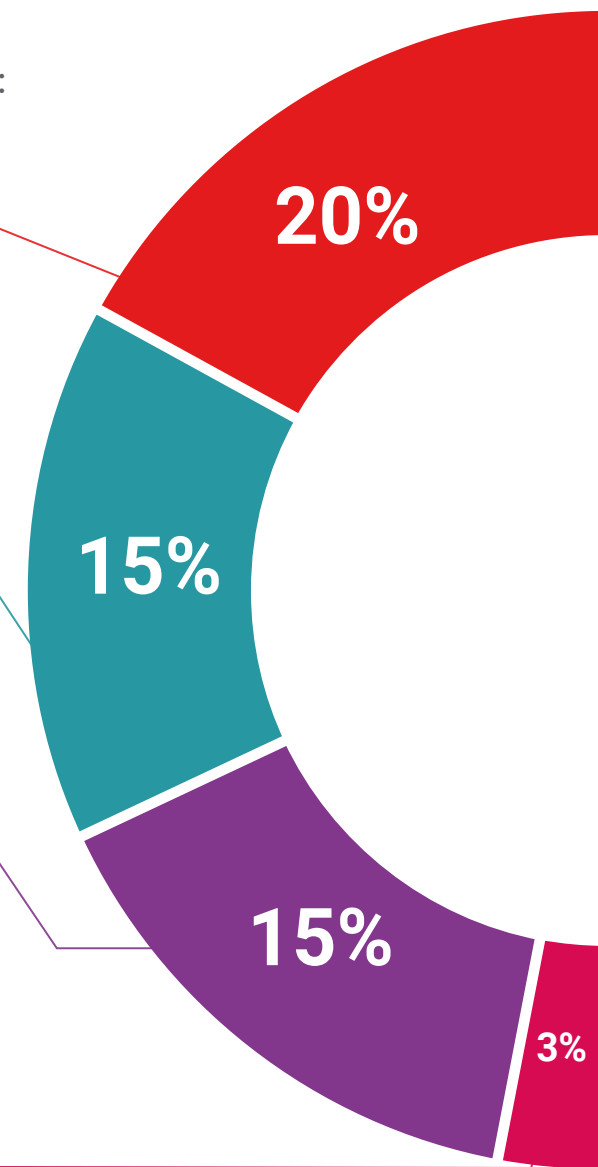
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

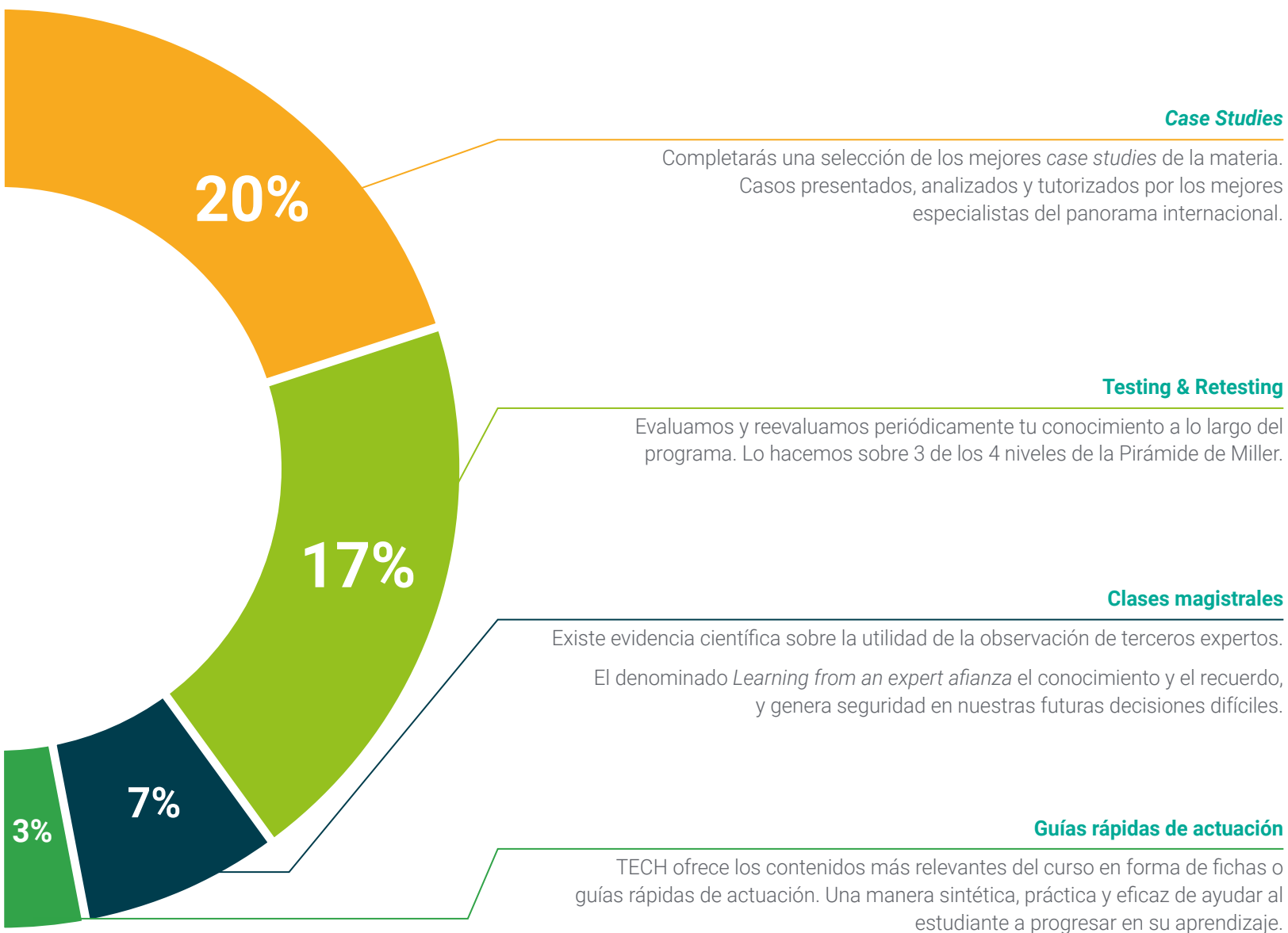
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





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.



“

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 universitario 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**.

Este título expedido por **TECH Universidad** 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 Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia**

Modalidad: **No escolarizada (100% en línea)**

Duración: **6 semanas**



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



Diplomado
Prevención y Manejo
de Estrés en Situaciones
de Emergencia

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Prevención y Manejo
de Estrés en Situaciones
de Emergencia