

Experto Universitario

Trastornos del Sueño en  
Neurología Clínica en Adultos





## Experto Universitario Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 meses**
- » Titulación: **TECH Global University**
- » Acreditación: **18 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtute.com/medicina/experto-universitario/experto-trastornos-sueno-neurologia-clinica-adultos](http://www.techtute.com/medicina/experto-universitario/experto-trastornos-sueno-neurologia-clinica-adultos)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 14*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 26*

05

Metodología de estudio

---

*pág. 32*

06

Titulación

---

*pág. 42*

# 01

# Presentación

Actualmente, los trastornos del sueño son asociados con otros tipos de trastornos, por lo que se le considera como una medicina relativamente nueva. Por eso, en los últimos 40 años se ha trabajado seriamente en la evolución de esta área médica en la producción de avances terapéuticos, tratamientos y diagnósticos, basados en síntomas y enfermedades. De acuerdo a la importancia de este sector, esta titulación ha sido desarrollada para que el especialista médico ahonde en las bases e importancia del abordaje no farmacológico del insomnio. Todo esto, en un formato pedagógico 100% online que aporta flexibilidad y comodidad sin la preocupación de un horario establecido, además de incluir el mejor material didáctico multimedia para dinamizar el aprendizaje durante el programa académico.





“

*Este programa está pensado para que el profesional fortalezca sus competencias sobre el entrenamiento en relajación muscular progresiva a través de un completísimo temario que solo TECH te ofrece”*

Los trastornos del sueño conllevan a una variedad de procesos clínicos que involucran profundamente este fenómeno. Por lo tanto, existen diversas enfermedades que integran uno o más síntomas de esta patología, en los que puede alterar el sueño nocturno o la tendencia a dormir durante todo el día. Es por eso que, gracias a las recientes investigaciones científicas, los trastornos del sueño son clasificados como una enfermedad y no como un síntoma.

Es importante aclarar que la Medicina del Sueño es un sector que ha tenido avances científicos por su auge en los últimos años, produciendo un gran número de investigaciones. Y aunque preserva sus bases del conocimiento, algunas otras se han ido perfeccionando debido a las técnicas cognitivas aplicadas al manejo del insomnio. Por otro lado, estar al día en este sector es vital, ya que la aceleración tecnológica y la constante evolución en este campo es inminente. Es por eso que TECH ha diseñado este programa enfocado en que el profesional logre fortalecer sus competencias y habilidades en esta área médica.

Este programa universitario incorpora un plan de estudios exclusivo donde el alumnado se adentrará en conocimientos relacionados con últimas novedades sobre los mecanismos por los que se consolida la memoria durante el sueño, así como sobre el procesamiento de la información (sensorial y motora). Por ende, este programa emplea herramientas únicas y prestigiosas en educación, apoyado por un equipo docente especializado.

Asimismo, el egresado podrá acceder a 10 *Masterclasses* del más alto nivel académico, diseñadas por un destacado docente de renombre internacional, por lo que el programa cuenta con una dilatada experiencia en Medicina del Sueño. Por ende, el alumnado logrará actualizar sus conocimientos mediante el apoyo de este especialista en el área médica. Todo esto, a través de innovadores métodos científicos orientados a los trastornos del sueño en otros procesos neurodegenerativos.

Este **Experto Universitario en Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Medicina del Sueño
- ♦ 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



*TECH te facilita material multimedia como apoyo para alcanzar tus metas de actualización en Trastornos del Sueño, aportándote dinamismo y comodidad con la metodología online”*

“

*TECH aplica el método Relearning, permitiendo acoplar los conceptos de manera simplificada logrando desarrollar con éxito el Experto Universitario”*

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.

*El profesional se adentrará en la enfermedad cerebrovascular y fortalecerá sus conocimientos en hipnotoxinas y el sistema glimfático.*

*Esta titulación recoge los fundamentos del tratamiento del síndrome de piernas inquietas empleando herramientas innovadoras en educación.*



# 02 Objetivos

Este programa ha sido creado con la intención de facilitarle al egresado un contenido exclusivo y novedoso sobre la excesiva somnolencia diurna de la fatiga o la anhedonia, con base en sus características clínicas en el área de la Medicina del Sueño. De este modo, TECH al estar a la vanguardia académica online, proporciona al alumnado dicho contenido mediante una variedad de materiales didácticos. Asimismo, al finalizar con este proceso de actualización, el profesional habrá potenciado sus habilidades referentes al procesamiento sensorial y de la información en el sueño en tan solo 6 meses de capacitación online.





“

*Este programa ha sido elaborado con el propósito de ofrecerle al especialista material exclusivo y actualizado en el área de los Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Manejar y/o actualizar los conocimientos y competencias necesarios para un adecuado ejercicio en la Medicina del sueño a nivel global, desde los puntos de vista clínico e instrumental
- ♦ Conocer, de manera profunda, formas novedosas de abordar los trastornos de sueño, mediante monitorización con sensores o sistemas diferentes a los clásicos
- ♦ Incidir en la importancia del registro de la imagen y sonido en los estudios de sueño
- ♦ Manejar los conocimientos necesarios para realizar un diagnóstico que permita, entre las diferentes opciones, llegar a una selección del tratamiento más adecuado a cada caso, con frecuencia mixto y multidisciplinar
- ♦ Realizar una puesta al día rigurosa en las demás opciones terapéuticas existentes, en el momento actual, para el tratamiento de este tipo de trastornos, aunque también de la cada vez más pujante y utilizada melatonina.
- ♦ Actualizar conocimientos sobre el análisis y la interpretación de la estructura de sueño y de eventos de todo tipo registrados, así como la capacitación para entender y valorar los informes de registros ajenos
- ♦ Actualizar conocimientos sobre las diferentes técnicas quirúrgicas, incluyendo las técnicas multinivel, sus indicaciones precisas y utilidad en las diferentes situaciones, solas o combinadas con otras técnicas
- ♦ Ahondar en la comprensión y manejo del síndrome de piernas inquietas
- ♦ Manejar competencias en el conocimiento de cuáles son otros trastornos neurológicos que o bien afectan al sueño, o se caracterizan por manifestarse predominantemente durante el mismo
- ♦ Entender que la identificación precoz y el tratamiento adecuado del trastorno del sueño, asociado a la patología de base, mejorarán la calidad de vida del paciente, pudiendo tener relevancia en la evolución y pronóstico de la enfermedad de base





## Objetivos específicos

---

### **Módulo 1. Insomnio en adultos. Sueño en psiquiatría en adultos**

- ♦ Obtener una visión global de los problemas de insomnio en la población adulta, sus diferentes tipos, a la par que comprender la importancia y trascendencia del trastorno y su necesidad de tratamiento, dada su frecuencia en la clínica del sueño
- ♦ Profundizar en los diferentes tratamientos no farmacológicos, con los diferentes elementos que los componen, principalmente las denominadas técnicas cognitivo-conductuales
- ♦ Interpretar los informes de las mismas y conocerá sus diferentes herramientas, clarificando sus indicaciones su utilidad y sentando las bases de una colaboración óptima entre los diferentes profesionales sanitarios implicados
- ♦ Ahondar en el abordaje farmacológico de los problemas de insomnio, actualizando sus conocimientos al respecto, en pro de una mejor prescripción, y profundizar en la planificación estratégica e individualizada de las pautas a seguir según los casos
- ♦ Profundizar en el alcance de los problemas de sueño, más allá del insomnio, asociados a diferentes problemas de salud mental, con el fin de facilitar su manejo global, poniendo en valor el papel relevante de lograr sueño adecuado en la satisfactoria evolución de estas patologías

### **Módulo 2. Hipersomnias en adultos. Trastornos del ritmo circadiano en adultos**

- ♦ Diferenciar la excesiva somnolencia diurna de la fatiga o la anhedonia, con base en sus características clínicas y potenciales causas subyacentes. Conocer qué se considera como somnolencia diurna patológica y qué métodos diagnósticos pueden ayudar a objetivarla y cuantificarla
- ♦ Conseguir una puesta al día sobre las diferentes hipersomnias de origen central y aprender a diferenciarlo

- ♦ Manejar conocimientos y comprender los diferentes trastornos por alteración circadiana del ciclo vigilia-sueño, tanto por alteraciones endógenas como los provocados por factores exógenos
- ♦ Comprender en profundidad los muy poco conocidos conceptos fundamentales en los que se basa la utilización exitosa de la luminoterapia en prevención y tratamiento de las alteraciones circadianas, sus posibles modalidades de uso y en qué se fundamentan a nivel biológico
- ♦ Ahondar en los mitos y verdades en el tratamiento de la melatonina y se actualizará en el manejo de sus diferentes formulaciones, algunas novedosas

### Módulo 3. Trastornos del comportamiento y del movimiento durante el sueño en adultos

- ♦ Ahondar en el campo de las parasomnias o trastornos de comportamiento y otras situaciones conductuales durante el sueño NREM y durante el sueño REM, aprendiendo estrategias en el necesario diagnóstico diferencial entre ellos y otras entidades, comprendiendo cuál es su significado y cómo se manejan
- ♦ Profundizar en el concepto de disociación sueño-vigilia, aprender a identificar, situar y manejarla las complejas, aún poco conocidas, entidades integradas en el *Status Dissociatus*
- ♦ Conocer las novedades en sus mecanismos de producción y afrontar satisfactoriamente la resolución de los aspectos más problemáticos de la enfermedad, en especial su correcto diagnóstico y un adecuado manejo, que evite complicaciones evolutivas del tratamiento inadecuado, circunstancia desgraciadamente demasiado frecuente
- ♦ Saber identificar otros trastornos y manifestaciones del movimiento durante el sueño de naturaleza muy variada, algunos muy frecuentes, saber qué se conoce de su significado y cómo afrontarlos





#### **Módulo 4. Trastornos neurológicos relacionados con el sueño en adultos**

- ♦ Manejar conocimientos y últimas novedades sobre los mecanismos por los que se consolida la memoria durante el sueño, así como sobre el procesamiento de la información (sensorial y motora)
- ♦ Profundizar en los conceptos de la neurobiología, neuroanatomía y neurofisiología del trastorno de conducta del sueño REM, su relación con las diferentes alfasinucleopatías, así como la relación con diferentes fenotipos de enfermedad y las implicaciones terapéuticas
- ♦ Conocer qué otras alteraciones de sueño se pueden encontrar en estas enfermedades, su manejo y prevención
- ♦ Describir los principales trastornos del sueño en las diferentes demencias, tanto en su significación, diagnóstico y manejo terapéutico
- ♦ Indagar en qué alteraciones del sueño se producen y qué implican en grupos de procesos neurológicos concretos, como son las neuromusculares, autoinmunes neurológicas más frecuentes, las enfermedades cerebrovasculares y los traumatismos craneoencefálicos

# 03

## Dirección del curso

TECH cuenta con el mejor claustro docente para que el alumnado refuerce sus conocimientos en el área del manejo terapéutico de los trastornos del sueño en EA. Por ende, esta titulación cuenta con un equipo de expertos altamente capacitado y con una robusta experiencia en Neurofisiología clínica, Psicología Biológica y el Síndrome de las Piernas inquietas. Por esta razón, el profesional cuenta con las garantías que demanda para estar actualizado en un campo de estudio que está en constante cambio. De esta forma, le permitirá al alumnado afrontar los retos que se le presenten en el transcurso del programa académico.



“

*TECH ha integrado a este Experto Universitario un equipo docente altamente cualificado y de dilatada experiencia en Trastornos del Sueño y Electroencefalografía”*

## Director Invitado Internacional

El Doctor Craig Canapari es un eminente especialista en **Neumología Pediátrica y Medicina del Sueño**. Ha sido reconocido internacionalmente por su compromiso con el estudio y el tratamiento de los **trastornos del sueño** en niños, así como por su labor en el ámbito de las **enfermedades pulmonares**. A lo largo de su extensa carrera profesional, el Doctor Canapari ha desempeñado una praxis sobresaliente centrado en tratar pacientes pediátricos con enfermedades respiratorias crónicas y potencialmente mortales.

Como director del **Pediatric Sleep Medicine Program**, en el **Yale-New Haven Children's Hospital**, el Doctor Canapari se ha dedicado al abordaje de diversos trastornos como la **Apnea del Sueño** y la **Apnea Obstructiva del Sueño**. También trata a aquellos que padecen de problemas pulmonares generales, incluyendo tos, dificultad para respirar y asma, así como a los que sufren **Distrofia Muscular**. En este campo, destaca por su planteamiento interdisciplinario, que combina la **Neumología**, la **Neurología** y la **Psiquiatría** en la investigación y en el tratamiento de estos trastornos complejos.

Además de su experiencia clínica, el Doctor Canapari es un célebre investigador que ha colaborado con otros profesionales de **Harvard** para desarrollar herramientas innovadoras, como una aplicación de teléfono inteligente para asistir a los padres en el entrenamiento del sueño. Sus incansables esfuerzos también se han centrado en cómo el uso de máquinas de **CPAP** pueden ayudar a los menores con **Apnea Obstructiva del Sueño** a mejorar su calidad de vida. Su profundo conocimiento en esta área le ha llevado a publicar el libro *It's Never Too Late to Sleep Train: The Low-Stress Way to High-Quality Sleep for Babies, Kids, and Parents*.

A esto hay que añadirle su excepcional trabajo como profesor asistente de **Pediatría**, en la especialidad de **Medicina Respiratoria**, en la **School of Medicine** de **Yale**. Allí contribuye, tanto a la atención clínica como a la formación de futuros profesionales especializados en **Pediatría y Neumología Pediátrica**.



## Dr. Canapari, Craig

---

- ♦ Director del Yale New Haven Children's Hospital Pediatric Specialty Center, Estados Unidos
- ♦ Médico adjunto en Neumología Pediátrica y Medicina del Sueño en el Yale-New Haven Children's Hospital
- ♦ Profesor asistente de Pediatría, Medicina Respiratoria, en la School of Medicine de la Universidad de Yale
- ♦ Doctor en Medicina por la School of Medicine de la Universidad de Connecticut
- ♦ Especialista en Neumología Pediátrica y Medicina del Sueño

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Dirección



### Dr. Larrosa Gonzalo, Óscar

- ♦ Coordinador de la Unidad de Medicina del Sueño en MIPSALUD, Madrid
- ♦ Responsable Clínico de la Unidad de Trastornos del Sueño y Electroencefalografía del Hospital Quirónsalud Sur
- ♦ Licenciado en Medicina y Cirugía de la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea
- ♦ Especialista MIR en Neurofisiología Clínica de la Universidad Complutense de Madrid, Hospital Clínico Universitario San Carlos
- ♦ Experto en Medicina del Sueño por el Comité de Acreditación de Medicina del Sueño (CEAMS)
- ♦ Miembro de la Sociedad Española de Sueño (SES)
- ♦ Miembro de los Grupos de Trabajo de Movimientos Anormales (SES)

## Profesores

### Dra. Gismera Neuberger, Silvia

- ♦ CEO de Dormirmejor
- ♦ Docente del Máster en la Universidad Internacional de la Rioja (UNIR)
- ♦ Profesora Honoraria de la Universidad Autónoma de Madrid  
Experta en Gestión de Empresas Saludables por el Instituto de la Salud y Bienestar (ISBL)
- ♦ Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Doctora en Psicología Biológica y de la Salud por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Miembro de Sociedad Española del Sueño (SES)

### D. Martín Villa, Iván

- ♦ Psicólogo Especialista en Psicoterapia de Trastornos del Sueño
- ♦ Socio Fundador de Psicología360
- ♦ Socio Fundador de Psicología y Terapias EDS SL
- ♦ Psicólogo Clínico en MIP Salud  
Licenciado en Psicología por la UNED, con Especialidad Clínica de Perito Jurídico Psicológico
- ♦ Experto en Trastornos de Conducta, Adicción y Alteración en la Adolescencia

**Dr. Sánchez Barros, Cristian**

- ♦ Especialista en Neurofisiología Clínica
- ♦ Responsable de la Unidad de Sueño y Facultativo Especialista en Neurofisiología Clínica en el Hospital Juaneda Miramar del Grupo Hospitalario Red Asistencial Juaneda. Palma de Mallorca, Islas Baleares
- ♦ Asesor internacional en un proyecto de investigación en Enfermedad de Huntington liderado por el Grupo de Neurociencias del Caribe de la Universidad Simón Bolívar. Barranquilla, Colombia
- ♦ Consulta online en Medicina del Sueño en We Doctor
- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en Sanitas
- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en la Unidad de Ciencias Neurológicas (UCN)
- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en el Hospital Quirónsalud Sur
- ♦ Doctor en Medicina (PhD) Cum Laude por la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica vía MIR en el Hospital Universitario Clínico San Carlos. Madrid
- ♦ Rotación externa de 2 meses en EEG y Epilepsia. Curso y entrenamiento en EEG y Epilepsia con el Dr. Lüders en Case Western Reserve University, University Hospitals Cleveland
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Sueño (SES), Asociación Colombiana de Medicina del Sueño (ACMES), Sociedad Española de Neurofisiología Clínica (SENEFC), Grupo de trabajo de Trastornos de Movimiento y de Comportamiento durante el Sueño de la SES

**Dra. Martínez Martínez, María Ángeles**

- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla. Santander, España
- ♦ Médico Adjunto del Servicio de Neurofisiología Clínica y Co-coordinadora de la unidad multidisciplinar de Trastornos del Sueño y Ventilación en el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla
- ♦ Doctorado en el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla
- ♦ Licenciada en Medicina por la Universidad de Cantabria
- ♦ Experta en Medicina del Sueño, con acreditación de CEAMS
- ♦ Máster Universitario en Sueño: Fisiología y Medicina por el Colegio de América de la Universidad Pablo de Olavide
- ♦ Co-presidenta de la XXV Reunión anual de la Sociedad Española de Sueño. Santander
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Sueño, Grupo de trabajo de Trastornos de Comportamiento y del Movimiento durante el Sueño, Sociedad Española de Neurofisiología Clínica, Spanish Sleep Network

**Dra. Rodríguez Morilla, Beatriz**

- ♦ Médico en Análisis de Ritmos Circadianos en Kronohealth SL y Cronolab
- ♦ Doctora en Psicología
- ♦ Licenciada en Psicología
- ♦ Máster en Neurociencia
- ♦ Miembro: World Association of Sleep Medicine y Sociedad Española de Sueño (SES)

### **Dra. Wix Ramos, Rybel**

- ♦ Médico en la Unidad del Sueño en el Hospital Universitario de La Princesa
- ♦ Médico Especialista en la Unidad del Sueño del Servicio de Neurofisiología Clínica en el Hospital Universitario de La Princesa
- ♦ Responsable de la Unidad del Sueño del Servicio de Neurología en el Hospital Universitario HM Sanchinarro
- ♦ Médico Especialista en la Unidad del Sueño del Servicio de Neurología en el Hospital Universitario HM Puerta del Sur
- ♦ Docente colaborada en la Facultad de Medicina por la Universidad CEU San Pablo
- ♦ Doctora en Medicina de la Facultad de Medicina por la Universidad CEU San Pablo
- ♦ Experta en Medicina del Sueño por el CEAMS
- ♦ Experta en Medicina del Sueño por la World Sleep Society
- ♦ Experta en Medicina del Sueño por European Sleep Research Society
- ♦ Máster en Sueño: Fisiología y Medicina por la Universidad Pablo de Olavide
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Neurofisiología Clínica y Sociedad Española del Sueño

### **Dr. Ortega Albás, Juan José**

- ♦ Responsable de la Unidad de Sueño en el Hospital General Universitario de Castellón
- ♦ Profesor de la Universidad Jaume I en el Área de Neurofisiología y Sueño
- ♦ Somnólogo Experto acreditado por la ESRS
- ♦ Especialista en Neurofisiología Clínica
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Sueño (SES), Sociedad Española de Neurofisiología Clínica (SENFEC)

### **Dra. Díaz Román, Mónica**

- ♦ Facultativo especialista en servicio de Neurofisiología clínica del Hospital Lluís Alcanyis, Xativa
- ♦ Investigadora especializada en Medicina del Sueño
- ♦ Especialista en Neurofisiología Clínica en el Hospital La Fe de Valencia
- ♦ Experto en Medicina del Sueño por el Comité Español de Acreditación en Medicina del Sueño (CEAMS, actual FESMES)
- ♦ Máster en "Sueño: Fisiología y Medicina" por la Universidad de Murcia
- ♦ Miembro de: La Sociedad Española del Sueño, La Sociedad Española de Neurofisiología Clínica (SENFEC) y La Sociedad Española de Neurología (SEN)

### **Dra. Gutiérrez Muñoz, Carmen**

- ♦ Neurofisióloga en el Hospital Quirónsalud Córdoba
- ♦ Neurofisióloga en el Instituto de Especialidades Neurológicas
- ♦ Neurofisióloga en el Hospital Universitario Virgen Macarena
- ♦ Licenciada en Medicina por la Universidad de Córdoba
- ♦ Especialidad en Neurofisiología por el Hospital Universitario Virgen Macarena y el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla
- ♦ Premio Young Investigator Award por la World Sleep Society
- ♦ Miembro de SES

**Dra. Iznola Muñoz, María del Carmen**

- ♦ Médico Adjunto del Servicio de Neurofisiología en el Hospital Universitario Virgen de las Nieves
- ♦ Especialista en Neurofisiología Clínica
- ♦ Doctora en Medicina y Cirugía
- ♦ Experta en Medicina del Sueño acreditada por la Federación Española de Sociedades de Medicina del Sueño (FESMES)
- ♦ Premio de Real Academia Nacional de Medicina en la categoría de Pediatría
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Sueño, Sociedad Española de Neurofisiología Clínica y Sociedad Andaluza de Neurofisiología Clínica

**Dr. Albares Tendero, Javier**

- ♦ Director y fundador de Medicina del Sueño Doctor Albares
- ♦ Director de la Unidad de Trastornos del Sueño Pediátricos del Hospital Sanitas CIMA
- ♦ Médico especialista en Medicina del Sueño por la Clínica del Sueño Estivill
- ♦ Director de la Unidad de Investigación de Alteraciones del Sueño Doctor Estivill del Instituto Universitario Dexeu
- ♦ Ponente y docente en conferencias y cursos sobre Medicina del Sueño
- ♦ Doctorado en Medicina por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Máster en Acupuntura y Medicina Tradicional China por la Universidad de Barcelona
- ♦ Especialista Europeo en Medicina del Sueño por la European Sleep Research Society
- ♦ Miembro de: Sociedad Española del Sueño, European Sleep Research Society y Consejo Asesor para la Reforma Horaria

**♦ Dra. Rocío Martín, Esmeralda**

- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en el Hospital Universitario de La Princesa
- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en la Clínica Santa Elena. Madrid
- ♦ Médico Especialista vía MIR en Neurofisiología Clínica en el Hospital Clínico San Carlos. Madrid
- ♦ Especialista en Medicina de Sueño, acreditada por la Federación Española de Sociedades de Medicina del Sueño
- ♦ Máster en Sueño: Fisiología y Medicina por la Universidad de Murcia
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Neurofisiología Clínica, Sociedad Española de Sueño y de su Grupo de trabajo en Insomnio, Fundación de Investigación del Hospital Universitario de La Princesa, Sociedad Americana de Neurofisiología Clínica

**Dra. Teresí Copoví, Irene**

- ♦ Médico Especialista en Neurofisiología Clínica en el Hospital Universitario y Politécnico La Fe
- ♦ Facultativa en el Hospital Lluís Alcanyís
- ♦ Especialista en Neurofisiología en el Hospital Universitario de La Ribera
- ♦ Miembro de la Sociedad Española de Neurofisiología Clínica

**D. Florido Gómez, Miguel**

- ♦ Ingeniero en Telecomunicaciones
- ♦ Director Comercial en LEDMOTIVE. Barcelona, España
- ♦ Formación en Lámparas, LED, Tecnología e Iluminación

**Dra. Fernández Arcos, Ana**

- ♦ Neuróloga Especialista en Trastornos del Sueño en AdSalutem Instituto del Sueño  
Consulta de Neurología en el Centre Mèdic Sant Andreu
- ♦ Guardias médicas en Llars Mundet
- ♦ Especialista en Neurología por el Hospital de la Santa Creu i Sant Pau
- ♦ Doctora en Medicina e Investigación Traslacional por la Universidad de Barcelona
- ♦ Máster en Trastornos del Sueño por la Universidad de Barcelona
- ♦ Experta en Medicina del Sueño por la ESRS
- ♦ Coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y el Sueño de la SEN
- ♦ Miembro de la Sociedad Española del Sueño

**Dra. Aguilar Andújar, María**

- ♦ Responsable de la Unidad de Trastornos del Sueño en el Hospital Universitario Virgen de la Macarena
- ♦ Facultativo Especialista de Área en el Servicio de Neurofisiología Clínica del Hospital Universitario Virgen de Macarena
- ♦ Doctora en Medicina por la Universidad de Sevilla
- ♦ Máster Oficial en Fisiología y Neurociencia por la Universidad de Sevilla



#### **Dr. Martínez Pérez, Francisco**

- ♦ Médico al servicio de la Neurofisiología en la Clínica MIP
- ♦ Médico en la Unidad de Neurofisiología Clínica. Hospital Ruber Juan Bravo, Madrid
- ♦ Médico en la Unidad de Dolor Internacional. Hospital La Milagrosa  
Licenciado en Medicina y Cirugía de la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Máster en Sueño: Fisiología y Patología de la UPO
- ♦ Máster en Electrodiagnóstico Neurológico de la Universidad de Barcelona
- ♦ Investigador, Docente Universitario y Profesor del Máster de Medicina del Sueño
- ♦ Autor de varias guías y consensos para distintas sociedades médicas (SENEFC, SES, AEP) y la Comisión Nacional de la Especialidad
- ♦ Premio Nacional de Medicina Siglo XXI European Awards in Medicine  
Miembro: Sociedad Española de Neurofisiología Clínica (SENEFC), Grupo de Sueño, Sociedad Española de Sueño (SES), Grupo Pediátrico , Asociación de Monitorización

#### **Dr. Gómez Ibáñez, Asier**

- ♦ Médico Adjunto en la Clínica Universidad de Navarra
- ♦ Médico Adjunto de la Unidad Multidisciplinar de Epilepsia en el Servicio de Neurología del Hospital Universitario y Politécnico La Fe
- ♦ Doctor en Neurociencias por la Universidad de Valencia
- ♦ Miembro: American Epilepsy Society, Sociedad Española de Neurología y Sociedad Española de Epilepsia

### **Dra. Urrestarazu Bolumburu, Elena**

- ♦ Consultora al Servicio de la Neurofisiología Clínica
- ♦ Investigadora Especializada en Trastornos del Sueño
- ♦ Docente de la Universidad de Navarra
- ♦ Especialista en Neurología Clínica por la Universidad de Navarra. Pamplona, España
- ♦ Especialista en Neurofisiología Clínica, Clínica Universidad de Navarra. Pamplona, España
- ♦ Acreditación Experta en Medicina del Sueño por la European Sleep Research Society (ESRS)
- ♦ Capacitación de Experta en Medicina del Sueño por el Comité Español de Acreditación en Medicina del Sueño (CEAMS)
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Neurología (SEN), Sociedad Española de Neurofisiología Clínica (SENEFC), Sociedad Española de Sueño (SES), European Sleep Research Society (ESRS), American Academy of Sleep Medicine (AASM) y World Sleep Society

### **Dña. Milán Tomás Ángela**

- ♦ Médica Especialista en Neurología y Medicina del Sueño
- ♦ Facultativa en consulta de Demencias y Trastornos del Sueño de la Clínica Universidad de Navarra
- ♦ Colaboradora Investigativa en la Universidad de Navarra
- ♦ Neuróloga en el Centro de Ciencias Médicas Sunnybrook. Toronto, Canadá
- ♦ Neuróloga en Toronto Western Hospital. Canadá
- ♦ Miembro de Sociedad Europea de Investigación en el Sueño

### **Dr. Escobar Ipuz, Fredy A.**

- ♦ Facultativo Especialista de área de Neurofisiología Clínica en el Hospital Virgen de la Luz de Cuenca
- ♦ Médico en el Complejo Hospital Universitario de Albacete
- ♦ Facultativo en la Clínica Universidad de Navarra
- ♦ Médico en el Servicio de Salud de Castilla y La Mancha-SESCAM
- ♦ Médico en la Unidad de Trastornos del Sueño del Servicio de Neurofisiología
- ♦ Clínica del Hospital Universitario Virgen de las Nieves en Granada
- ♦ Investigador miembro del Neurobiological Research Group
- ♦ Acreditación Experto Europeo en Medicina del Sueño por la ESRS (European Sleep Research Society)
- ♦ Máster en razonamiento y Práctica Clínica de la Universidad de Alcalá
- ♦ Máster en Epilepsia de la Universidad de Murcia
- ♦ Capacitación y formación en EEG-Epilepsia infantil y, en Epilepsia-Sueño por la ILAE (The International League Against Epilepsy. Virtual Epilepsy Academy)
- ♦ Capacitación y experto en Medicina del Sueño por la CEAMS (Comité Español de Acreditación en Medicina del Sueño)
- ♦ Miembro: Sociedad Española de Sueño (SES), Sociedad Europea de Sueño (ESRS), Asociación Americana de Medicina del Sueño (AASM), Asociación Americana de Epilepsia (AES)

**Dra. Sánchez del Río, Margarita**

- ♦ Especialista en Neurología
- ♦ Directora del programa de cefaleas en la Unidad de Cefaleas del Servicio de Neurología del Hospital Ruber Internacional
- ♦ Colaboradora Clínica en Neurología, consultas monográficas de cefaleas en la Clínica Universidad de Navarra. Madrid
- ♦ Responsable del Desarrollo de la Unidad de Cefaleas en el Hospital Universitario Fundación Alcorcón
- ♦ Revisor de comunicaciones científicas de la Sociedad Española de Neurología
- ♦ Profesora asociada de la Universidad de Navarra
- ♦ Doctorado en Medicina Aplicada y Biomedicina
- ♦ Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Especialista MIR en Neurología en el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz
- ♦ Estancia en el MDA en el H. Houston Merritt Clinical Research Center for Muscular Dystrophy and Related Diseases con el Profesor Dr. DiMauro y Pediatric Neurology con el Profesor Dr. Darryl C. De Vivo. College of Physicians and Surgeons en Columbia University. New York
- ♦ Clinical Research Fellow en Cefalea en el Jefferson Headache Center. Thomas Jefferson University Hospital. Filadelfia
- ♦ Research Fellow en Migraña en el Stroke and Neurovascular Regulation Laboratory del Departamento de Neurología del Hospital General de Massachusetts y en el Harvard Medical School de Boston
- ♦ Miembro: Comité Ejecutivo de la European Headache Federation (EHF), Comité International Headache Society (IHS), Comité Ad Hoc del grupo de estudio de la Cefalea en la SEN, Comité de Ensayos Clínicos en el Hospital Ruber Internacional y Comité Editorial de Neurología

**Dr. Herrero San Martín, Alejandro**

- ♦ FEA del Servicio de Neurología en el Hospital Universitario 12 de Octubre
- ♦ Investigador en el Área de Enfermedades Neurodegenerativas en el Grupo I+12 del Hospital Universitario 12 de Octubre
- ♦ Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Madrid (UAM)
- ♦ Especialista en Neurología Asociada al Sueño en el Hospital Universitario 12 de Octubre
- ♦ Miembro: Instituto del Sueño y Sociedad Española de Neurología (SEN)



*Aprovecha la oportunidad para conocer los últimos avances en esta materia para aplicarla a tu práctica diaria”*

# 04

## Estructura y contenido

Esta titulación universitaria contiene el material más novedoso referente a las alteraciones circadianas endógenas, llevando a cabo un plan de estudio enfocado a la planificación del tratamiento farmacológico del insomnio. Todo esto, mediante un contenido único y del más alto prestigio académico, el cual garantiza al especialista el éxito del programa, acompañado de un sinnúmero de herramientas audiovisuales que otorgan un gran dinamismo por medio de recursos didácticos y la innovadora metodología *Relearning*.



“

*Un plan de estudios realizado por expertos, proporcionándote el mejor apoyo con las múltiples herramientas audiovisuales que solo TECH ofrece”*

## Módulo 1. Insomnio en adultos. Sueño en Psiquiatría en adultos

- 1.1. Insomnio: definiciones, tipos, epidemiología e impacto socioeconómico
- 1.2. Etiopatogenia, evaluación y diagnóstico diferencial del insomnio crónico
- 1.3. Manejo no farmacológico del insomnio crónico I: situando el problema y su orientación
  - 1.3.1. Bases e importancia del abordaje no farmacológico del insomnio
  - 1.3.2. Tratamiento cognitivo-conductual del insomnio. Marco conceptual
  - 1.3.3. Componentes del tratamiento cognitivo-conductual
    - 1.3.3.1. écnicas de control de estímulos
    - 1.3.3.2. écnicas de restricción de tiempo en cama
    - 1.3.3.3. Normas de higiene del sueño: cambios en el ambiente y la conducta
    - 1.3.3.4. écnicas de relajación efectivas para el insomnio
    - 1.3.3.5. écnicas cognitivas aplicadas al manejo del insomnio
  - 1.3.4. Otras posibles medidas no farmacológicas:
    - 1.3.4.1. Aromaterapia en problemas de sueño: mitos y realidades
    - 1.3.4.2. Musicoterapia para el insomnio
    - 1.3.4.3. Acupuntura en insomnio
- 1.4. Manejo no farmacológico del insomnio crónico II: Técnicas Cognitivas/conductuales
  - 1.4.1. Técnicas de relajación paso a paso
    - 1.4.1.1. écnicas de relajación/respiración diafragmática
    - 1.4.1.2. Entrenamiento en relajación muscular progresiva
    - 1.4.1.3. Otras técnicas: *Biofeedback* y *Mindfulness*
  - 1.4.2. Procedimiento de aplicación de las Técnicas Cognitivas
    - 1.4.2.1. Pensamientos negativos y su impacto en el sueño
    - 1.4.2.2. Distorsiones cognitivas
    - 1.4.2.3. Reestructuración cognitiva: técnica de debate
    - 1.4.2.4. Parada de pensamiento
    - 1.4.2.5. Intención paradójica
  - 1.4.3. Terapia Individual vs. Grupal
  - 1.4.4. Educación para la salud en la prevención del insomnio
  - 1.4.5. Neurofeedback e insomnio: investigación básica y aplicada



- 1.5. Tratamiento farmacológico del insomnio: opciones y novedades
  - 1.5.1. Benzodiazepinas (BZD)
  - 1.5.2. Hipnóticos no benzodiazepínicos (fármacos "Z")
  - 1.5.3. Antidepresivos sedantes
  - 1.5.4. Melatonina y agonistas de receptores de melatonina
  - 1.5.5. Antagonistas duales de los receptores de las orexinas (DORA): ¿el futuro que llega?
  - 1.5.6. Otros fármacos con utilidad en el insomnio
  - 1.5.7. Suplementos y fitoterapia: mitos y evidencia científica
- 1.6. Planificación del tratamiento farmacológico del insomnio. Situaciones especiales
- 1.7. Trastornos del estado de ánimo y sueño
- 1.8. Trastornos de ansiedad y sueño
- 1.9. Otros trastornos psiquiátricos y sueño
  - 1.9.1. Trastornos psicóticos
  - 1.9.2. Trastornos de la conducta alimentaria
  - 1.9.3. TDAH del adulto
  - 1.10. El sueño en las adicciones

## Módulo 2. Hipersomnias en adultos. trastornos del ritmo circadiano en adultos

- 2.1. Aproximación inicial a las hipersomnias de origen central
  - 2.1.1. Conceptos, definiciones y tipos
  - 2.1.2. Síndrome del sueño insuficiente
  - 2.1.3. Síntomas aislados y variantes de la normalidad: dormidor largo
- 2.2. Narcolepsia. Parte I
- 2.3. Narcolepsia. Parte II
- 2.4. Hipersomnia idiopática
- 2.5. Hipersomnias recurrentes
  - 2.5.1. Síndrome de Kleine Levin
  - 2.5.2. Hipersomnia relacionada con la menstruación
- 2.6. Otras causas de hipersomnia

- 2.7. Cronopatología I: alteraciones circadianas endógenas
  - 2.7.1. Síndrome de retraso de fase del sueño
  - 2.7.2. Síndrome de adelanto de fase del sueño
  - 2.7.3. Síndrome hipernictameral o de curso libre
  - 2.7.4. Patrón vigilia-sueño irregular
- 2.8. Cronopatología II: alteraciones circadianas exógenas
  - 2.8.1. Alteración circadiana por trabajo a turnos
  - 2.8.2. Alteración circadiana por paso rápido de meridianos o Jet Lag
  - 2.8.3. Jet Lag social
- 2.9. Luminoterapia
  - 2.10. Otras medidas terapéuticas de regulación circadiana
    - 2.10.1. Normas de higiene de sueño
    - 2.10.2. Cronoterapia
    - 2.10.3. Melatonina
    - 2.10.4. Otros fármacos

## Módulo 3. trastornos del comportamiento y del movimiento durante el sueño en adultos

- 3.1. Parasomnias durante sueño NREM del adulto
  - 3.1.1. Trastornos del despertar clásicos en adultos
  - 3.1.2. Trastorno por ingesta nocturna
  - 3.1.3. Sexomnia
- 3.2. Trastorno de Conducta durante el Sueño REM (TCSR)
- 3.3. Otros trastornos o situaciones conductuales durante el sueño
  - 3.3.1. Otras parasomnias REM
    - 3.3.1.1. trastorno por pesadillas
    - 3.3.1.2. Parálisis de sueño aisladas
  - 3.3.2. Somniloquia
  - 3.3.3. Síndrome de la cabeza explosiva
- 3.4. Disociación vigilia-sueño
  - 3.4.1. El concepto de la disociación vigilia-sueño
  - 3.4.2. *Status Dissociatus*

- 3.5. El Síndrome de piernas inquietas (enfermedad de Willis-Ekbom): consideraciones iniciales y mecanismos causales
  - 3.5.1. Definición y mitos sobre la enfermedad: aclarando conceptos
  - 3.5.2. Epidemiología
  - 3.5.3. Vivir con la enfermedad
  - 3.5.4. Fisiopatología
- 3.6. El Síndrome de piernas inquietas: tipos etiopatogénicos y aspectos clínicos
  - 3.6.1. Enfermedad "primaria" y "secundaria": conceptos actuales
  - 3.6.2. Síntomas clínicos
  - 3.6.3. Consecuencias físicas, psíquicas y sociales
- 3.7. El Síndrome de piernas inquietas: métodos diagnósticos y diagnóstico diferencial
  - 3.7.1. Criterios de diagnóstico clínico
  - 3.7.2. Métodos complementarios de apoyo diagnóstico
  - 3.7.3. Diagnóstico diferencial.
- 3.8. Tratamiento del síndrome de piernas inquietas
  - 3.8.1. Medidas no farmacológicas
  - 3.8.2. El tratamiento con hierro. Otros déficits a considerar
  - 3.8.3. El tratamiento farmacológico de los síntomas
    - 3.8.3.1. Consideraciones generales
    - 3.8.3.2. Fármacos dopaminérgicos
    - 3.8.3.3. Fármacos no dopaminérgicos
  - 3.8.4. Otros tratamientos
- 3.9. Otros trastornos motores relacionados con el sueño: actividades en extremidades y/o corporales
  - 3.9.1. Síndrome de movimientos periódicos de piernas durante el sueño
  - 3.9.2. Movimientos rítmicos durante el sueño
  - 3.9.3. Calambres musculares en las piernas durante el sueño
  - 3.9.4. Temblor hipnogénico de pies
  - 3.9.5. Activación muscular alternante de las piernas
  - 3.9.6. Mioclonias hipnagógicas
  - 3.9.7. Mioclonias aisladas en cabeza y cuello durante el sueño
  - 3.9.8. Mioclonias propioespinales

- 3.10. Otros trastornos motores relacionados con el sueño: fenómenos orofaciales
  - 3.10.1. Bruxismo durante el sueño
  - 3.10.2. Mioclonias faciomandibulares

#### Módulo 4. trastornos neurológicos relacionados con el sueño en adultos

- 4.1. Sueño, aprendizaje y memoria
  - 4.1.1. Memoria a corto plazo y largo plazo, consolidación durante el sueño
  - 4.1.2. Homeostasis sináptica
  - 4.1.3. Hipnotoxinas y el sistema glimfático durante el sueño
  - 4.1.4. Envejecimiento, memoria y sueño
- 4.2. Procesamiento de la información y sueño
  - 4.2.1. Procesamiento sensorial
  - 4.2.2. Control motor durante el sueño
- 4.3. Neurodegeneración y sueño I: Enfermedad de Alzheimer (EA)
  - 4.3.1. Patofisiología de la EA y el sistema glimfático
  - 4.3.2. Trastornos circadianos en la EA
  - 4.3.3. Manejo terapéutico de los trastornos del sueño en EA
- 4.4. Neurodegeneración y sueño II: trastorno de conducta del sueño REM y alfa-sinucleopatías
- 4.5. Neurodegeneración y sueño III: otras enfermedades degenerativas
  - 4.5.1. Trastornos del sueño en la demencia frontotemporal
  - 4.5.2. Trastornos del sueño en la enfermedad de Huntington
  - 4.5.3. Trastornos del sueño en otros procesos neurodegenerativos
- 4.6. Enfermedades autoinmunes neurológicas y trastornos del sueño
  - 4.6.1. Esclerosis múltiple: sueño y fatiga
  - 4.6.2. Otras enfermedades desmielinizantes y trastornos del sueño
  - 4.6.3. Encefalitis autoinmunes y sueño
  - 4.6.4. Enfermedad por anti-IGLON 5
- 4.7. Enfermedades neuromusculares y sueño
  - 4.7.1. Esclerosis lateral amiotrófica y otras enfermedades de motoneurona
  - 4.7.2. Miopatías y trastornos del sueño

- 4.8. Cefalea y sueño
  - 4.8.1. Relación entre el sueño y la cefalea
  - 4.8.2. Cefalea hipócnica
  - 4.8.3. Migraña y sueño
- 4.9. Epilepsia y sueño
- 4.10. Otras enfermedades neurológicas y su relación con el sueño
  - 4.10.1. Enfermedad cerebrovascular y sueño
  - 4.10.2. raumatismo craneoencefálico, conmoción cerebral y sueño
  - 4.10.3. Enfermedades del sistema nervioso periférico y sueño

“ Este programa contiene el material más novedoso relacionado con el procedimiento de aplicación de las Técnicas Cognitivas”



05

# 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”*

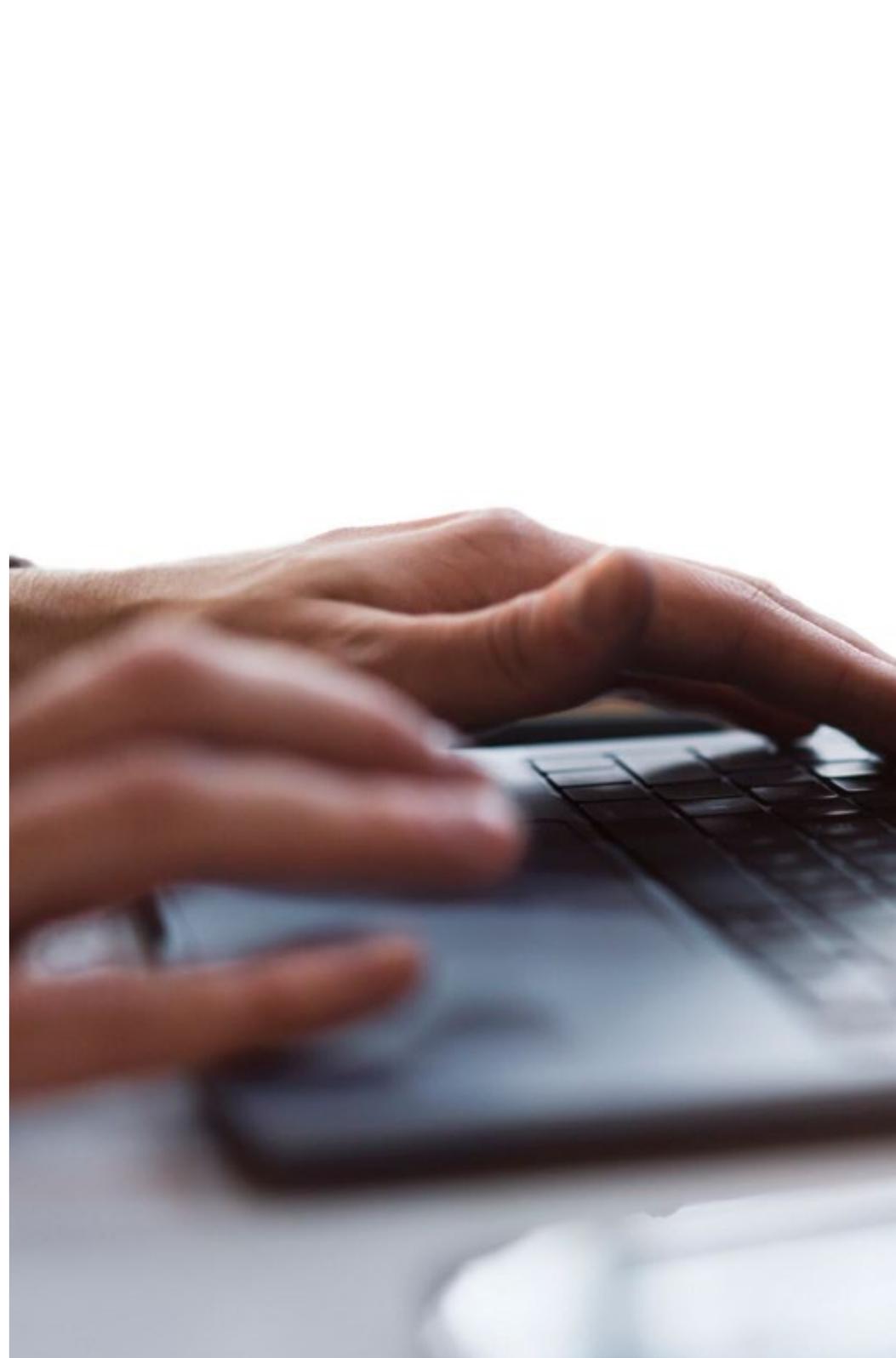
## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

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.

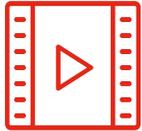
La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos en la plataforma de reseñas Trustpilot, obteniendo un 4,9 de 5.

*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

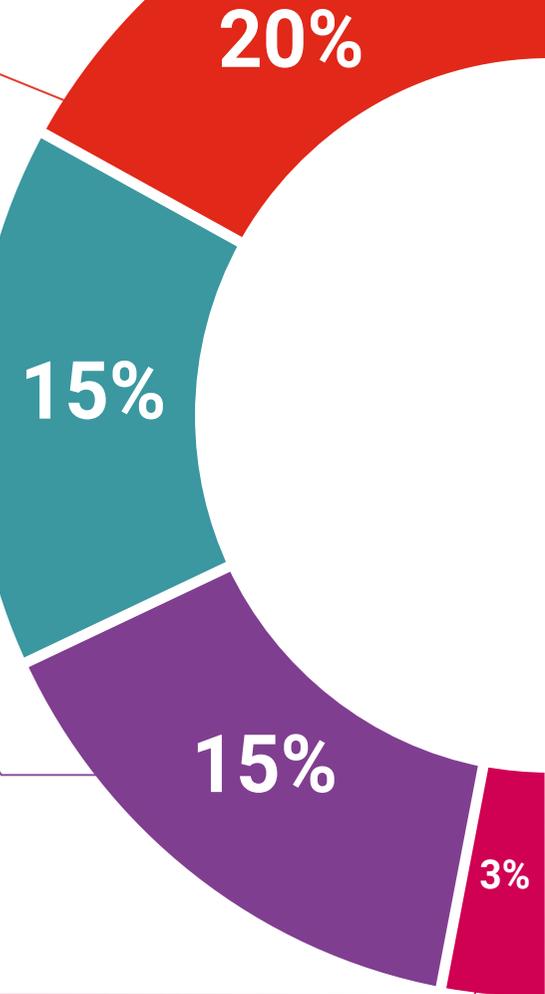
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

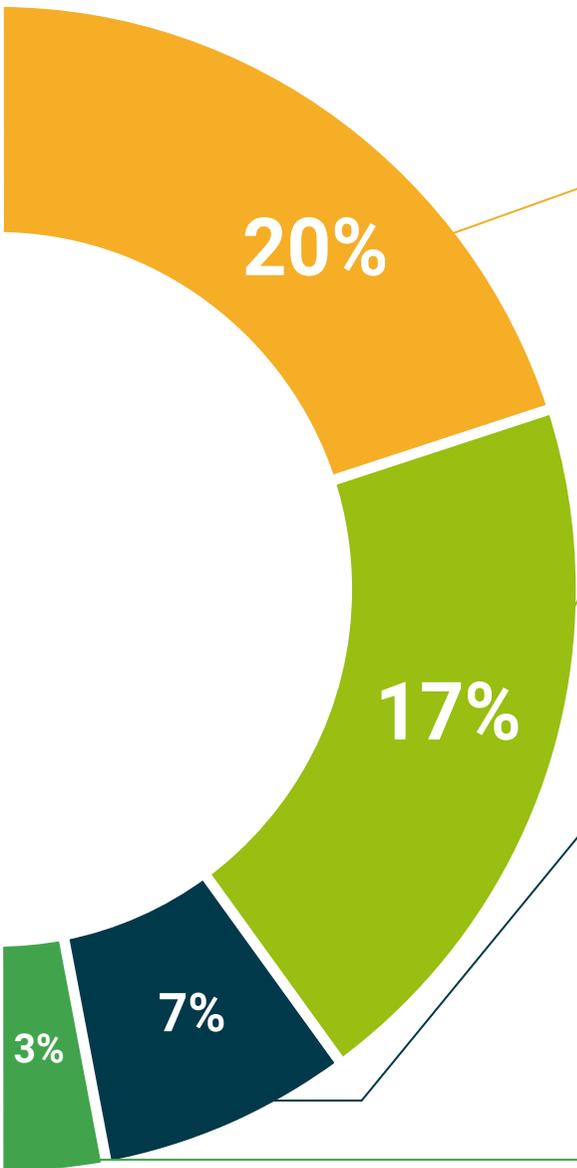
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

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





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



#### 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 nuestras 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 Experto Universitario en Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Global University.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Experto Universitario en Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

**TECH Global University**, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Experto Universitario en Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **18 ECTS**





## Experto Universitario

Trastornos del Sueño  
en Neurología Clínica  
en Adultos

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Experto Universitario

## Trastornos del Sueño en Neurología Clínica en Adultos

