

Curso Universitario

Ansiedad y sus Trastornos



Curso Universitario

Ansiedad y sus Trastornos

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/psicologia/curso-universitario/ansiedad-trastornos



Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología de estudio

pág. 20

06

Titulación

pág. 30

01

Presentación

Diversos factores son los que afectan a las personas, especialmente a las mujeres y jóvenes, que sufren ansiedad. Después de la crisis pandémica de 2020 se registraron, según un estudio publicado en *The Lancet*, 76 millones de personas con este trastorno y un incremento de la necesidad de las personas de acudir a profesionales de la psicología que les ayuden a superarlo. Este programa 100% online, le proporciona al alumnado un conocimiento exhaustivo sobre este y otros trastornos asociados mediante un material didáctico multimedia de calidad y un equipo docente especializado, que le guiará durante las 6 semanas de duración de esta titulación.



“

*Un Curso Universitario que te brinda la
oportunidad de actualizar tu saber de la
mano de un equipo docente especializado”*

El profesional de la psicología que se adentre en este Curso Universitario, lo hará a través de un temario con recursos multimedia innovadores, que le brindará la oportunidad de reciclar sus conocimientos entorno a la ansiedad y sus trastornos con un enfoque teórico, al tiempo que práctico. Todo ello, gracias a las simulaciones de casos clínicos reales presentados por el equipo docente especializado y con amplia experiencia en el abordaje de pacientes que padecen este tipo de trastornos, que imparte esta titulación.

Se trata de un programa donde el alumnado podrá actualizar su conocimiento en los factores de riesgo, genéticos que predispone al estrés; el estilo de afrontamiento, las técnicas recientes para la evaluación, y los avances alcanzados y comprobados científicamente con la intervención Cognitivo-Conductual o las terapias psicofarmacológicas usadas con mayor eficacia para tratar la ansiedad. Asimismo, el alumnado dispone de una biblioteca con material didáctico complementario, que podrá ser empleado para extender el contenido del plan de estudios de esta enseñanza.

Para el profesional de la psicología se puede actualizar cómodamente, ya que para acceder a esta titulación solo necesita un ordenador, Tablet o móvil con conexión a internet. Así, el alumnado podrá conectarse a cualquier hora del día para consultar todo el temario, ya que no existen sesiones con horarios fijos y, por tanto, podrá distribuir la carga lectiva acorde a sus necesidades. Además, el sistema de aprendizaje *Relearning*, empleado por TECH en todas sus titulaciones permitirá que el alumnado reduzca las largas horas de estudio, más frecuentes en otros métodos de enseñanza.

Asimismo, entre los numerosos recursos multimedia ofrecidos en este programa, se ha incorporado una *Masterclass* única y complementaria, dirigida por un experto reconocido internacionalmente en Psicología Clínica. Siguiendo las enseñanzas de este especialista, los egresados mejorarán sus habilidades y adquirirán conocimientos esenciales en este campo, respaldados por los altos estándares de calidad que caracterizan a TECH.

Este **Curso Universitario en Ansiedad y sus Trastornos** 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
- ♦ 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



¿Te gustaría mantenerte al día en Psicología Clínica? TECH te brinda la oportunidad de acceder a una Masterclass extra, impartida por un destacado docente internacional con especialización en este campo"

“

El contenido multimedia te aproxima a los últimos avances en las técnicas Cognitivo-Conductuales para el tratamiento de la ansiedad”

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.

Una enseñanza universitaria a la que podrás acceder desde un dispositivo con conexión a internet a cualquier hora del día.

Las simulaciones de casos prácticos te permitirán acercarte a la realidad del paciente con ansiedad y aplicarlo en las consultas.



02

Objetivos

Al concluir esta titulación universitaria, el profesional de la psicología habrá alcanzado su objetivo de renovar su conocimiento y actualizar su saber entorno a la Ansiedad y sus Tratarnos. Para ello, el equipo docente que imparte esta enseñanza recorrerá, a lo largo de las 180 horas lectivas de este programa, los principales conceptos y fundamentos, así como las bases más extendidas y recientes en sus tratamientos. El profesorado experto acompañará al alumnado durante todo este programa para que alcance sus metas.



“

*Un Curso Universitario que te permitirá
reciclar tu saber entorno a la ansiedad
y la evaluación del paciente”*



Objetivos generales

- ♦ Adquirir la capacitación completa e integral en Psicología Clínica y de la Salud
- ♦ Dotar al alumno de los conocimientos conceptuales y teóricos sobre la Psicología Clínica y de la Salud
- ♦ Diferenciar la enfermedad de la salud
- ♦ Conocer los modelos psicológicos en Psicología Clínica y de la Salud
- ♦ Realizar evaluaciones psicológicas
- ♦ Diseñar protocolos de prevención para la Psicología de la Salud y para la promoción de la Salud
- ♦ Conocer los aspectos que inciden en la práctica clínica
- ♦ Manejar los conocimientos, habilidades, técnicas, recursos, estrategias que necesita para desarrollar la práctica clínica
- ♦ Comprender la praxis profesional para el buen ejercicio de la profesión psicológica





Objetivos específicos

- ♦ Comprender las bases de la ansiedad y los trastornos que derivan de la misma
- ♦ Conocer e interiorizar las bases de sus tratamientos
- ♦ Aprender los fundamentos de su evaluación



Un programa universitario que te permitirá interiorizar las bases de la ansiedad y los tratamientos más avanzados aplicados en la actualidad”

03

Dirección del curso

Los docentes que lideran este Curso Universitario son profesionales altamente especializados y comprometidos con la comprensión y el tratamiento de los trastornos de ansiedad. Con una profunda experiencia clínica y una sólida base teórica en psicopatología y terapia cognitivo-conductual, estos expertos ofrecerán una perspectiva integral y actualizada sobre los mecanismos, la evaluación y las intervenciones para los trastornos de ansiedad. Así, su enfoque educativo se caracterizará por la combinación de conocimientos teóricos con ejemplos clínicos y casos prácticos, proporcionando a los estudiantes una comprensión sólida y aplicada del tema.



“

El compromiso del equipo docente con la investigación y el desarrollo profesional continuo asegurará que estés expuesto a las últimas investigaciones y las mejores prácticas en el campo”

Director Invitado Internacional

El Doctor Bunmi Olatunji cuenta con una larga carrera en investigación, en el área de la **Psicología**, y su principal especialidad de estudio se enfoca en la **Teoría Cognitivo-Conductual** y la **Terapia de los Trastornos de Ansiedad**. En su puesto como **Director de Formación Clínica del Departamento de Ciencias Psicológicas**, en la Universidad de Vanderbilt, ha examinado el papel de las emociones básicas, siendo una de sus principales líneas de estudio la relación entre la **experiencia de la repugnancia** y los síntomas específicos del **trastorno de ansiedad**.

A lo largo de su trayectoria profesional, ha publicado más de **160 artículos en revistas científicas** y **capítulos de libros** especializados en **Psicología**. Además, ha participado en más de **100 ponencias en congresos** sobre esta materia. De hecho, sus relevantes aportaciones le han posicionado como un referente en esta área de estudio. Por ello, ha recibido diversos **galardones**, como el **Premio de Científico Distinguido de la Asociación Americana de Psicología**.

Asimismo, el Doctor Bunmi Olatunji ha profundizado en el análisis de la **ansiedad y los cambios de comportamiento**. En concreto, ha llevado a cabo un estudio en el que ha observado los **predictores psicológicos de la ansiedad** y el **miedo a los contagios** durante la **pandemia de Gripe Porcina**. Por otra parte, ha realizado investigaciones sobre los **trastornos obsesivo-compulsivos** y los **trastornos de estrés postraumático** en **veteranos de guerra**.

Como especialista destacado en esta rama de estudio, forma parte del **consejo editorial** de varias publicaciones, como la **Revista Internacional de Terapia Cognitiva** y la **Revista de Trastornos Obsesivo-Compulsivos y Desórdenes Relacionados**. Así, su compromiso con la excelencia ha sido clave en su carrera, difundiendo sus descubrimientos. En especial, sobresalen sus habilidades para contribuir con los avances en la **atención clínica** y el **tratamiento de condiciones psicológicas** que afectan a las personas.



Dr. Olatunji, Bunmi

- Director de Formación Clínica en la Universidad de Vanderbilt, Nashville, Estados Unidos
- Terapeuta Clínico
- Investigador especializado en Psicología Clínica
- Editor Asociado de la Revista de Consultoría y Psicología Clínica
- Doctor en Psicología Clínica por la Universidad de Arkansas
- Graduado en Psicología por la Universidad de Wisconsin-Stevens Point

“

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

04

Estructura y contenido

Este Curso Universitario ha sido confeccionado por un equipo docente ampliamente capacitado y con experiencia en el abordaje de pacientes con ansiedad. Todo ello se ve reflejado en un temario con contenido exhaustivo acerca de los trastornos de ansiedad, las técnicas de evaluación y los tratamientos más efectivos. Todo ello con un plan de estudios al que podrá acceder al completo desde el primer día y con casos prácticos aportados por el profesorado para que el alumnado obtenga el conocimiento más próximo a la realidad presente en consulta clínica. Asimismo, el sistema *Relearning* favorecerá la actualización del saber de un modo más natural y progresivo.



“

Un programa 100% online compatible con una enseñanza de calidad y con tus responsabilidades familiares y/o profesionales”

Módulo 1. Ansiedad y sus Trastornos

- 1.1. ¿Qué es la ansiedad? y ¿qué es el estrés?
 - 1.1.1. Introducción y definición de los conceptos de ansiedad y estrés
 - 1.1.2. Teorías del estrés
- 1.2. Neuroanatomía de los trastornos de ansiedad
 - 1.2.1. Principios biológicos de la ansiedad
 - 1.2.2. Neuroanatomía de la ansiedad
- 1.3. Factores que predisponen a una persona a sufrir estrés
 - 1.3.1. Factores de riesgo
 - 1.3.2. Factores genéticos
 - 1.3.3. Situaciones estresantes
- 1.4. Estilos de afrontamiento
 - 1.4.1. Los diferentes estilos de afrontamiento
 - 1.4.2. Instrumentos de evaluación
- 1.5. Ansiedad endógena y exógena
 - 1.5.1. Bases de la ansiedad endógena y exógena
 - 1.5.2. Evaluación y tratamiento de la ansiedad
- 1.6. Intervención cognitiva-conductual
 - 1.6.1. Bases de la intervención cognitiva-conductual
 - 1.6.2. Técnicas cognitivo-conductuales para el tratamiento de la ansiedad
- 1.7. Intervención farmacológica
 - 1.7.1. Terapia psicofarmacológica para el tratamiento de la ansiedad
 - 1.7.2. Tipos de fármacos





“

*Un programa online con el que
podrás estar al tanto de los
últimos avances en terapias
psicofarmacológicas para
abordar la ansiedad”*

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 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.





06

Titulación

Este programa en Ansiedad y sus Trastornos garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Curso Universitario en Ansiedad y sus Trastornos** emitido por TECH Universidad.

TECH es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Curso Universitario en Ansiedad y sus Trastornos**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**



futuro
salud confianza personas
educación información tutores
garantía acreditación enseñanza
instituciones tecnología aprendizaje
comunidad compromiso
atención personalizada innovación
conocimiento presente calidad
desarrollo web fortaleza
aula virtual idiomas

tech
universidad

Curso Universitario Ansiedad y sus Trastornos

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Ansiedad y sus Trastornos

