

Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés  
en Situaciones de Emergencia



## Diplomado

### Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Dedicación: **16h/semana**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtitute.com/psicologia/curso-universitario/prevencion-manejo-estres-situaciones-emergencia](http://www.techtitute.com/psicologia/curso-universitario/prevencion-manejo-estres-situaciones-emergencia)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Estructura y contenido

---

*pág. 12*

04

Metodología

---

*pág. 16*

05

Titulación

---

*pág. 24*

# 01

# Presentación

La aparición del Síndrome de *Burnout* en el personal de emergencia es muy frecuente. Se trata de una afección caracterizada por la cronificación del estrés laboral, motivada, además, por la exposición continua a situaciones traumáticas: muertes repentinas, suicidios, accidentes, catástrofes, etc. En este tipo de casos, los trabajadores suelen requerir apoyo por parte de los profesionales de la psicología, los cuales, con el fin de ofrecerles el mejor servicio posible, deben conocer al detalle los protocolos más efectivos y novedosos, algo que podrán hacer con el programa que TECH que ha desarrollado. A través de una experiencia académica de 6 semanas, los egresados disfrutarán de 150 horas de material diverso para perfeccionar sus competencias en la prevención y manejo del estrés para intervinientes en situaciones de emergencia.



“

*Un programa 100% online perfecto para ahondar en el estrés laboral y en las estrategias terapéuticas para prevenirlo”*

La exposición continua a situaciones traumáticas puede generar estrés crónico en los agentes involucrados en contextos de emergencia: bomberos, policías, médicos, enfermeros, etc. En la gran mayoría de ocasiones, estos profesionales no disponen de las herramientas necesarias para gestionar sus emociones, las cuales acaban generando un deterioro de su capacidad cognitiva-conductual. Debido a ello, aumentan las posibilidades de sufrir afecciones mentales como depresión, ansiedad o alteraciones relacionadas con el comportamiento.

Es por ello que la intervención del especialista de la psicología se convierte en fundamental, no solo con el fin de diagnosticar y tratar posibles alteraciones psicosociales, sino para enseñar estrategias efectivas para afrontar el contexto traumático de la mejor manera. Y con el fin de servirle de guía al egresado en su puesta al día sobre este tema, TECH y su equipo de expertos han desarrollado este Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia.

Se trata de una experiencia académica dinámica y multidisciplinar con la que el profesional podrán trabajar en el perfeccionamiento de sus competencias terapéuticas a través de 150 horas del mejor contenido teórico, práctico y adicional. Y es que el temario ahonda de manera específica en el tratamiento del estrés a través de las estrategias más innovadoras y efectivas, así como en los hábitos recomendados para mantener una correcta salud mental.

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

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



*Matriculándote en este Diplomado estarás accediendo a una titulación adaptada a tus necesidades y que, sin duda, superará hasta tus expectativas más exigentes”*

“

*Una oportunidad académica única para implementar a tu praxis las mejores estrategias para el afrontamiento de situaciones traumáticas en profesionales”*

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 a los profesionales 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 los profesionales deberán tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se les planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contarán con la ayuda de un novedoso sistema de vídeos interactivos realizados por reconocidos expertos.

*Ahondar en las consecuencias del impacto psicológico te ayudará a comprender mejor a tus pacientes y a establecer tratamientos terapéuticos más efectivos.*

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



# 02

## Objetivos

El aumento en la demanda de ayuda psicológica por parte de los diferentes profesionales involucrados en la asistencia en situaciones de emergencia ha revalorizado el papel del psicólogo como guardia de la salud mental. Es por ello que TECH ha decidido lanzar al mercado esta titulación, con el objetivo de servirle de guía a aquellos profesionales que quieran actualizar sus conocimientos en el manejo terapéutico del estrés laboral a través de una titulación 100% online.





“

*¿Te gustaría especializarte en la prevención del estrés laboral? Si está entre tus objetivos, este Diplomado es perfecto para ti”*



## Objetivos generales

---

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

“

*Trabajarás en las patologías psicológicas más frecuentes en el personal de emergencias, así como en las técnicas para su tratamiento más aceptadas por expertos en el sector”*





## 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

El equipo de expertos de TECH ha elaborado este Diplomado teniendo en cuenta la información más novedosa del sector de la psicología. Además, ha trabajado intensamente en el diseño de material adicional diverso de gran calidad, gracias al cual los egresados podrán ampliar cada apartado del temario de manera personalizada. Todo el contenido estará disponible en el Campus Virtual desde el inicio del programa y podrá ser descargado en cualquier dispositivo con conexión a internet. Esto les permitirá consultarlo sin cobertura o, incluso, una vez terminada la experiencia académica.



“

*El programa perfecto para ahondar en los entresijos del Síndrome de Burnout, así como en las estrategias terapéuticas más eficaces para su tratamiento”*

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

- 1.1. Características de las situaciones de emergencia, factores mediacionales y situaciones críticas de impacto psicológico
  - 1.1.1. Introducción al impacto psicológico
  - 1.1.2. Características de las situaciones de emergencia influyentes en el impacto psicológico
- 1.2. El impacto psicológico del profesional
  - 1.2.1. El trauma
  - 1.2.2. La traumatización vicaria
  - 1.2.3. La catástrofe
  - 1.2.4. Relación entre el trauma y la catástrofe
- 1.3. Factores protectores y de riesgo en el trauma
  - 1.3.1. Factores protectores en el trauma
  - 1.3.2. Factores de riesgo en el trauma
- 1.4. El afrontamiento
  - 1.4.1. El desgaste por empatía
  - 1.4.2. La prevención
  - 1.4.3. Mecanismo de adaptación
- 1.5. Consecuencias del impacto psicológico
  - 1.5.1. Principales consecuencias del impacto psicológico
  - 1.5.2. El impacto psicológico como factor de estrés postraumático
  - 1.5.3. El tratamiento
- 1.6. El estrés laboral
  - 1.6.1. Conceptualización del estrés
  - 1.6.2. Factores de riesgo para el estrés
  - 1.6.3. Consecuencias del estrés laboral
- 1.7. El estrés en el personal de emergencias
  - 1.7.1. Origen del estrés en el personal de emergencias
  - 1.7.2. Factores moduladores del estrés en el personal de emergencias
  - 1.7.3. Efectos del estrés en el personal de emergencias





- 1.8. Patologías que pueden aparecer
  - 1.8.1. Estrés postraumático y estrés postraumático secundario
  - 1.8.2. Síndrome de *Burnout*
  - 1.8.3. Contratransferencia
- 1.9. Patologías en el personal de emergencias
  - 1.9.1. Estrés postraumático y estrés postraumático secundario
  - 1.9.2. Síndrome de *Burnout*
  - 1.9.3. Contratransferencia
  - 1.9.4. Diferencias
- 1.10. Técnicas generales y hábitos saludables
  - 1.10.1. Técnicas generales para la prevención y manejo del estrés
  - 1.10.2. Hábitos saludables como factor modulador
  - 1.10.3. El sueño

“ Gracias al curso de este programa, podrás incorporar a tus habilidades profesionales el diseño de planes psicológicos de emergencia eficaces, efectivos y altamente beneficiosos para tus futuros pacientes ”

04

# Metodología

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

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





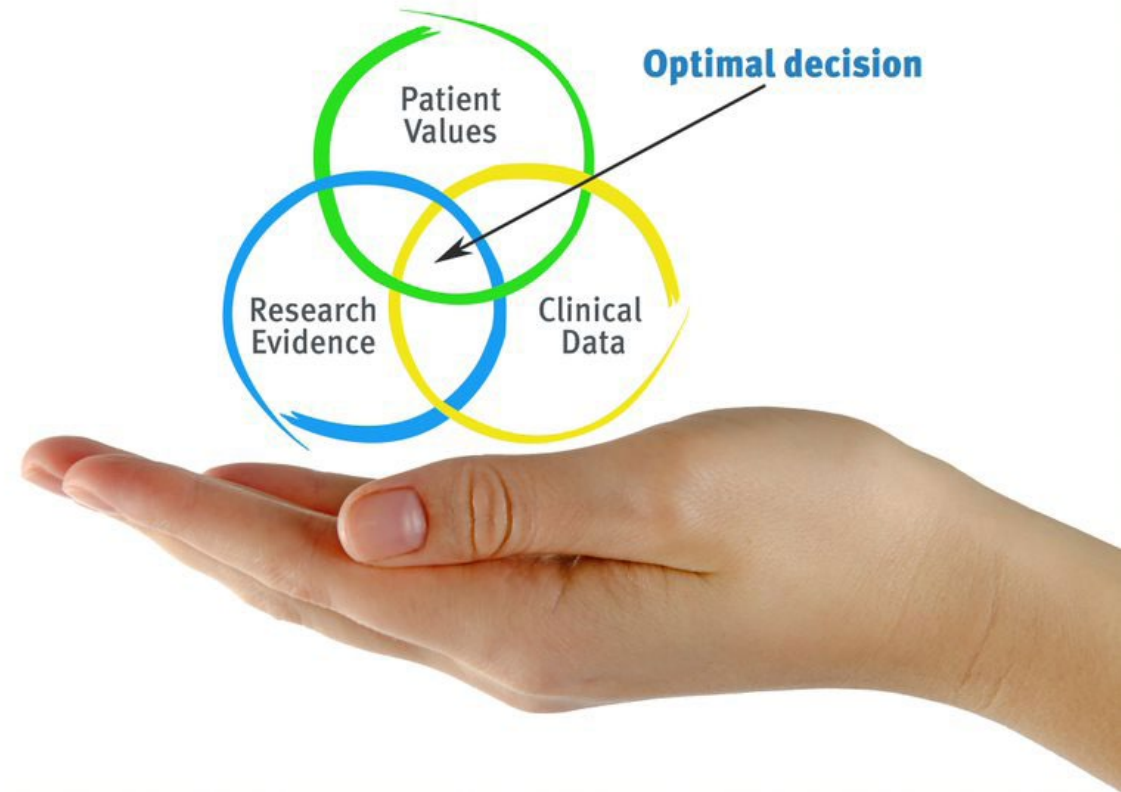
“

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

## En TECH empleamos el Método del Caso

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

*Con TECH el psicólogo experimenta una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*



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

“

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

#### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los psicólogos 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 psicólogo una mejor integración del conocimiento a la práctica clínica.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



## Relearning Methodology

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

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

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



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

Con esta metodología se han capacitado más de 150.000 psicólogos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

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

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

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



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



#### Material de estudio

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

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



#### Últimas técnicas y procedimientos en vídeo

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



#### Resúmenes interactivos

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

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



#### Lecturas complementarias

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





**Análisis de casos elaborados y guiados por expertos**

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



**Testing & Retesting**

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



**Clases magistrales**

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



**Guías rápidas de actuación**

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



05

# Titulación

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





“

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

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

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

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

Título: **Diplomado en Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia**

N.º Horas Oficiales: **150 h.**



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



## Diplomado

### Prevención y Manejo de Estrés en Situaciones de Emergencia

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Prevención y Manejo de Estrés  
en Situaciones de Emergencia

