

Curso

Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência



Curso

Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/medicina/curso/prevencao-manejo-estresse-situacoes-emergencia

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Estrutura e conteúdo

pág. 12

04

Metodologia

pág. 16

05

Certificado

pág. 24

01

Apresentação

O controle das emoções em situações de emergência é essencial. São contextos extraordinários em que manter a calma e pensar consistentemente nos próximos passos torna-se um requisito fundamental que os médicos devem dominar. Portanto, conhecer em detalhes as estratégias mais eficazes e inovadoras para prevenir e gerenciar o estresse torna-se uma necessidade real para eles. Por esse motivo, e como sinal do compromisso da TECH com a saúde, a equipe de especialistas da universidade desenvolveu um Curso para se atualizar sobre as novidades do setor. Trata-se de uma vivência acadêmica de 150 horas, com a qual poderão trabalhar intensamente no aprimoramento de suas habilidades profissionais para controlar a tensão física e a ansiedade em contextos de crise, aumentando as chances de realizar uma intervenção ainda mais eficaz e benéfica para a saúde mental do paciente.



“

Trabalhar em sua própria saúde mental ajudará você a realizar uma prática médica em ambientes de crise com mais eficiência. Por isso, o programa de estudos está preparado para que você se atualize nessa área em apenas 150 horas”

Os médicos, principalmente os especializados na área de emergências, estão continuamente expostos a situações extremas: acidentes, mortes traumáticas, contextos inusitados como suicídios ou assassinatos etc. Todos esses tipos de casos geram estresse que, se a prevenção e o tratamento não forem trabalhados, podem causar sérias consequências para sua saúde mental e física a longo prazo. Além disso, a importância de manter a calma e controlar as próprias emoções torna-se uma habilidade que eles devem dominar conscientemente para realizar seu trabalho médico da maneira mais eficaz e profissional possível.

Por esta razão, a TECH e sua equipe de especialistas em psicologia consideraram necessário desenvolver um programa de estudos através do qual os especialistas possam trabalhar para melhorar suas habilidades no gerenciamento do estresse, especificamente em situações de emergência. Os alunos poderão aprofundar-se nos fatores protetores e de risco no trauma, nas consequências do impacto psicológico e nas técnicas gerais mais inovadoras para realizar hábitos de vida saudáveis do ponto de vista da estabilidade mental.

Para isso contarão com o melhor currículo, além de casos clínicos baseados em situações reais e uma infinidade de materiais complementares de alta qualidade. Tudo apresentado em um formato 100% online, conveniente e flexível, compatível com qualquer dispositivo com conexão à Internet. Graças a estas características, os alunos poderão conectar-se de onde quiserem, sem limites de horário, totalmente adaptado à sua disponibilidade, para que possam aproveitar ao máximo este programa de estudos.

Este **Curso de Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Psicologia e Departamento de Urgências
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil, fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para o exercício da profissão
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Uma capacitação 100% online, dinâmica e multidisciplinar, com a qual você poderá aprofundar conhecimentos de forma personalizada sobre as mais recentes evidências científicas relacionadas ao trauma vicário”

“

Incluir as mais recentes técnicas de prevenção da ansiedade em sua prática diária não apenas permitirá que você controle suas emoções, mas também ajudará seus colegas a trabalhar nisso.”

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O seu conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, oferece ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

Este programa se fundamenta na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do programa. Para isso, você contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

O melhor programa de estudos do mercado acadêmico para atualizar seus conhecimentos sobre o impacto psicológico do profissional e as técnicas mais inovadoras para sua prevenção.

A TECH incluiu neste programa de estudos diversos conteúdos adicionais, para que você possa ampliar de forma personalizada os aspectos do temário que mais lhe interessam.



02

Objetivos

Desfrutar de uma boa saúde mental é essencial para qualquer profissional, principalmente para aqueles que devem enfrentar constantemente situações traumáticas, como é o caso dos médicos. Por isso, manter-se atualizado com as estratégias de controle do estresse é uma das tarefas mais importantes de sua vida profissional. Com base nisso, o objetivo deste Curso é, precisamente, servir de guia na atualização dos seus conhecimentos, fornecendo as informações mais recentes no domínio da psicologia para a Prevenção e Manejo do Estresse através do autocuidado.



“

Você gostaria de poder se orgulhar de uma ótima saúde mental? Este Curso enriquecerá você com as mais recentes técnicas de autocuidado, trabalhando intensivamente na prevenção do estresse pós-traumático”



Objetivos gerais

- ♦ Aprofundar-se no estresse decorrente da exposição a uma situação traumática no ambiente de trabalho do profissional
- ♦ Conhecer detalhadamente as estratégias e diretrizes de atuação para atuar com os envolvidos nos serviços de emergência quando ocorre um impacto psicológico

“

O compromisso da TECH com os profissionais médicos está refletido neste Curso, através de suas 150 horas de conteúdo diversificado e pela qualidade de seu programa de estudos”





Objetivos específicos

- Compreender o impacto do estresse e das situações de emergência na equipe de emergências
- Estudar o impacto psicológico da exposição a situações de emergência no profissional de Emergências e Urgências
- Aprender as principais técnicas de tratamento do estresse e prevenção do impacto psicológico na equipe de emergências

03

Estrutura e conteúdo

A TECH é sinônimo de qualidade. Exemplo disso é este Curso, elaborado por especialistas em psicologia e apresentado num cômodo formato 100% online, para que qualquer profissional se atualize na Prevenção e Manejo do Estresse causado pela exposição contínua a situações traumáticas. Graças ao caráter detalhado e intensivo dos seus conteúdos programáticos, os médicos poderão aprofundar as mais recentes técnicas e estratégias de gestão das emoções, permitindo-lhes aperfeiçoar as suas competências na adoção de hábitos de saúde mental ótimos e benéficos para o seu desempenho profissional.



“

O programa de estudos perfeito para aprofundar as estratégias mais inovadoras para a prevenção da síndrome de Burnout, bem como as estratégias terapêuticas mais eficazes para o seu tratamento”

Módulo 1. Prevenção e tratamento do estresse em situações de emergência

- 1.1. Características de situações de emergência, fatores de mediação e situações críticas de impacto psicológico
 - 1.1.1. Introdução ao impacto psicológico
 - 1.1.2. Características de situações de emergência que influenciam o impacto psicológico
- 1.2. O impacto psicológico do profissional
 - 1.2.1. O trauma
 - 1.2.2. A traumatização vicária
 - 1.2.3. A catástrofe
 - 1.2.4. Relação entre trauma e catástrofe
- 1.3. Fatores de proteção e de risco no trauma
 - 1.3.1. Fatores de proteção no trauma
 - 1.3.2. Fatores de risco no trauma
- 1.4. O enfrentamento
 - 1.4.1. O desgaste por empatia
 - 1.4.2. A prevenção
 - 1.4.3. Mecanismos de adaptação
- 1.5. Consequências do impacto psicológico
 - 1.5.1. Principais consequências do impacto psicológico
 - 1.5.2. O impacto psicológico como fator do estresse pós-traumático
 - 1.5.3. O tratamento
- 1.6. O estresse no trabalho
 - 1.6.1. Conceito de estresse
 - 1.6.2. Fatores de risco para o estresse
 - 1.6.3. Consequências do estresse no trabalho
- 1.7. O estresse na equipe de emergências
 - 1.7.1. Origem do estresse na equipe de emergências
 - 1.7.2. Fatores moduladores do estresse na equipe de emergências
 - 1.7.3. Efeitos do estresse na equipe de emergências





- 1.8. Patologias que podem aparecer
 - 1.8.1. Estresse pós-traumático e estresse pós-traumático secundário
 - 1.8.2. Síndrome de *Burnout*
 - 1.8.3. Contratransferência
- 1.9. Patologias na equipe de emergências
 - 1.9.1. Estresse pós-traumático e estresse pós-traumático secundário
 - 1.9.2. Síndrome de *Burnout*
 - 1.9.3. Contratransferência
 - 1.9.4. Diferenças
- 1.10. Técnicas gerais e hábitos saudáveis
 - 1.10.1. Técnicas gerais para a prevenção e tratamento do estresse
 - 1.10.2. Hábitos saudáveis como fatores modulador
 - 1.10.3. O sonho

“

Junte-se a uma das maiores comunidades acadêmicas médicas do mundo e você poderá se manter atualizado sobre as novidades que estão acontecendo nesta área de onde você quiser, sem estresse ou horários fixos”

05

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e é considerado um dos mais eficazes pelas principais revistas, como **o New England Journal of Medicine**.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que tem provado sua enorme eficácia, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH usamos o Método de Estudo de Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os estudantes irão se deparar com inúmeros casos clínicos simulados, baseados em pacientes reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais da prática profissional do médico.

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para estudantes de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações realmente complexas para que estes tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 se estabeleceu como um método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

1. Os estudantes que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar o conhecimento
2. O aprendizado se consolida em habilidades práticas, permitindo ao aluno uma melhor integração no mundo real.
3. A assimilação de idéias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. O sentimento de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pelo aprendizado e um aumento do tempo dedicado ao curso.



Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, combinando diferentes elementos didáticos em cada lição.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estas simulações são realizadas utilizando um software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, de acordo com os indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo em língua espanhola (Universidade de Columbia).

Usando esta metodologia, mais de 250.000 médicos se capacitaram, com sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas independentemente da carga cirúrgica. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo universitário de alto perfil socioeconômico e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning lhe permitirá aprender com menos esforço e mais desempenho, fazendo você se envolver mais na sua especialização, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões, ou seja, uma equação de sucesso.

No nosso programa, o aprendizado não é um processo linear, mas acontece em espiral (aprendemos, desaprendemos, esquecemos e reaprendemos). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos os melhores materiais educacionais, preparados especialmente para você:



Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi criado pelos especialistas que irão ministrar o curso, especialmente para o curso, fazendo com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais avançadas e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Técnicas Cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima o aluno dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas das técnicas médicas atuais. Tudo isso, rigorosamente explicado e detalhado, contribuindo para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo, você poderá assistir quantas vezes quiser.



Resumos interativos

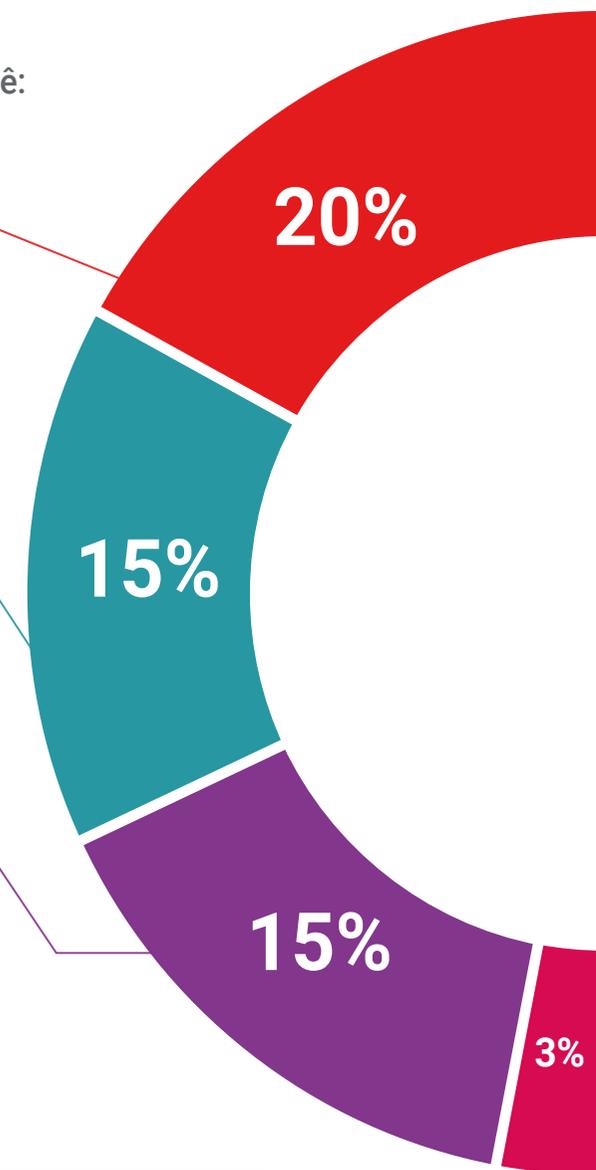
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais, com o objetivo de reforçar o conhecimento.

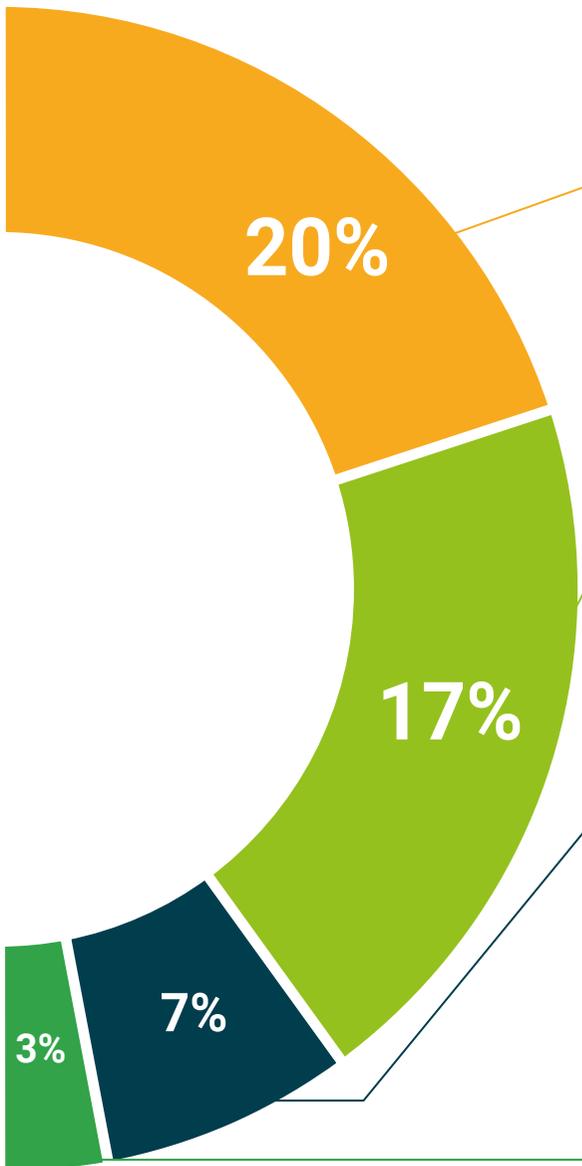
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Leitura complementar

Artigos recentes, documentos científicos, guias internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

O aprendizado efetivo deve necessariamente ser contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento do atendimento e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o seu conhecimento ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que você possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória e aumenta a nossa confiança para tomar decisões difíceis no futuro.



Guias de ação rápida

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem no aprendizado.



05

Certificado

O Curso de Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica”

Este **Curso de Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao **Curso**, emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência**

N.º de Horas Oficiais: **150h**



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro

saúde

confiança

pessoas

informação

orientadores

educação

certificação

ensino

garantia

aprendizagem

instituições

tecnologia

tech universidade
tecnológica

comunidade

compromisso

atenção personalizada

Curso

Prevenção e Manejo
do Estresse em Situações
de Emergência

conhecimento

inovação

presente

qualidade

desenvolvimento

situação

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Prevenção e Manejo do Estresse em Situações de Emergência

