

# Curso Universitario

Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica





## Curso Universitario

### Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica

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

Acceso web: [www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/concepto-estres-secuelas-situacion-critica](http://www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/concepto-estres-secuelas-situacion-critica)

# 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

Numerosos estudios realizados a lo largo de los años han demostrado que las consecuencias del estrés postraumático pueden prolongarse durante décadas, afectando gravemente a la salud mental de la víctima y aumentando las posibilidades de que sufra trastornos que afecten a su correcto desarrollo psicosocial. Sin embargo, un inmediato manejo terapéutico puede ayudar en la prevención y manejo de este tipo de casos, a través de técnicas específicas para ello. Por lo tanto, el papel de los profesionales de la psicología es fundamental para lograrlo, convirtiendo su intervención en prioritaria cuando se produce una situación crítica. Y para perfeccionar sus competencias profesionales en este ámbito pueden contar con el programa ofrecido por TECH, a través del cual podrán ahondar, de manera 100% online, en las novedades de la respuesta humana asociada al estrés y en las estrategias para su manejo con el fin de evitar secuelas posteriores.





“

*Un programa centrado en el concepto de estrés desencadenado por una situación crítica con el que podrás perfeccionar tus competencias profesionales en la intervención psicológica de manera 100% online”*

La tensión emocional que genera una situación extrema o crítica provoca un desajuste en la producción de cortisol, glucocorticoides y adrenalina, cuyos niveles se disparan, favoreciendo la aparición del sentimiento de estrés. La incapacidad para manejar esta reacción puede afectar gravemente a la salud de la víctima y a su organismo, favoreciendo la aparición de enfermedades relacionadas con el sistema cardiovascular, inmunitario o endocrino, así como de trastornos que condicionen su desarrollo psicosocial, como la ansiedad o la depresión.

Es por ello que la célere intervención de los profesionales de la psicología es fundamental, no solo para atajar la situación en base a las necesidades del paciente, sino con el fin de proporcionarle las claves para gestionar sus emociones y así evitar un deterioro de su condición cognitivo-conductual a causa del estrés postraumático. Sin embargo, al tratarse de un área en continua investigación, a muchos profesionales les cuesta estar al día. Por esa razón, TECH y su equipo de expertos han considerado necesario el desarrollo de una titulación que recoja la información más novedosa relacionada con la respuesta humana asociada al estrés.

Así surge este Curso Universitario, un programa 100% online, a través del cual los egresados podrán ahondar en el concepto de este sentimiento, así como en las secuelas de su padecimiento y en las técnicas terapéuticas más innovadoras y efectivas para su manejo y prevención. Todo ello a través de 150 horas de contenido diverso, incluidos casos prácticos basados en situaciones reales, para que los profesionales, además de aumentar sus conocimientos, puedan perfeccionar, de manera garantizada, sus competencias en la intervención psicológica en situaciones críticas.

Este **Curso Universitario en Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica** contiene el programa científico 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



*Conocer al detalle las mejores estrategias para el manejo del estrés postraumático te permitirá ayudar a tus pacientes en la prevención de enfermedades relacionadas con este sentimiento”*

“

*Ahondarás en los distintos tipos de estrés que se han identificado hasta la actualidad, así como en las claves para diagnosticarlos y en las tácticas terapéuticas más eficaces para tratarlos”*

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.

*¿Sabrías identificar las diferencias entre el estrés y la ansiedad? Con este Curso Universitario trabajarás en cada una de ellas, así como en las mejores estrategias para su prevención.*

*Si estás interesado en la respuesta biológica y bioquímica del estrés, este programa también profundiza en la alteración del organismo desde el punto de vista físico.*



# 02 Objetivos

Las consecuencias del estrés postraumático pueden generar graves secuelas en la víctima de una situación crítica. Por esa razón, la intervención de los especialistas de la psicología ha de hacerse de manera consensuada y en base a las estrategias terapéuticas más innovadoras y efectivas. Es por ello que el objetivo de este Curso Universitario es aportar a los egresados toda la información que necesitan para ponerse al día en esta área, pudiendo implementar a su praxis las mejores técnicas de intervención, así como los protocolos de actuación para el manejo y prevención del estrés y la ansiedad.







“

*Si lo que buscas es convertirte en un psicólogo más preparado para asistir a víctimas de situaciones críticas con estrés postraumático, este Curso Universitario es perfecto para ti”*



## Objetivos generales

- Ahondar en el concepto de estrés y en la respuesta humana asociada a su padecimiento cuando la persona ha sufrido una situación crítica
- Conocer al detalle las distintas respuestas al estrés y a la ansiedad que puede presentar el paciente, así como las estrategias más efectivas para gestionarlos

“

*Un programa que se adapta a tus necesidades, sin horarios ni clases presenciales y a través del cual, sin duda, te convertirás en un profesional de la psicología más preparado”*







## Objetivos específicos

---

- ♦ Estudiar el proceso bioquímico y biológico del estrés y las consecuencias en el organismo ante la respuesta de activación del estrés
- ♦ Estudiar los tipos de emociones básicas y su papel cuando el organismo se encuentra en una situación de estrés
- ♦ Conocer cómo se desarrolla la respuesta de estrés en el individuo
- ♦ Estudiar la teoría del umbral y los mecanismos de respuesta psicológicos cuando el individuo se encuentra en una situación de estrés

# 03

## Estructura y contenido

El desarrollo de la estructura y el contenido de este Curso Universitario ha corrido a cargo de un equipo de expertos de la psicología versado en la intervención en situaciones de crisis. Ellos han sido los encargados de seleccionar tanto el material adicional como la información del temario, la cual ha sido adaptada a la prestigiosa, novedosa y efectiva metodología *Relearning*, en cuyo empleo TECH es pionera. Gracias a ello es posible ofrecer una capacitación altamente beneficiosa para el profesional de la salud mental, a través de 150 horas en las que trabajará de manera intensiva en el perfeccionamiento de sus competencias.







“

*Podrás implementar a tu praxis las técnicas para modificar la activación fisiológica, cognitiva y motora más eficaces en contextos de estrés”*

## Módulo 1. Concepto de estrés, respuesta humana asociada y secuelas de la situación crítica

- 1.1. Las emociones básicas
  - 1.1.1. Introducción al concepto de emoción
  - 1.1.2. Emoción vs. Sentimiento
  - 1.1.3. Principales emociones básicas
- 1.2. El comportamiento humano en situaciones de emergencia
  - 1.2.1. El modelo ABC
  - 1.2.2. El contexto en las situaciones de emergencia
  - 1.2.3. Las transacciones
- 1.3. ¿Qué es el estrés?
  - 1.3.1. Introducción al concepto de estrés
  - 1.3.2. Tipos de estrés
  - 1.3.3. Características y factores del estrés
- 1.4. Biología y bioquímica de la respuesta de estrés
  - 1.4.1. La respuesta biológica y bioquímica del estrés
  - 1.4.2. El arousal
  - 1.4.3. Teorías del estrés
- 1.5. La ansiedad
  - 1.5.1. Definición ansiedad
  - 1.5.2. Trastornos de ansiedad
  - 1.5.3. Diferencias entre el estrés y la ansiedad
- 1.6. Desarrollo de la respuesta de estrés
  - 1.6.1. ¿Cómo se desarrolla la respuesta de estrés?
  - 1.6.2. Fuentes de estrés
  - 1.6.3. Factores moduladores de la respuesta de estrés





- 1.7. Consecuencias de la respuesta de estrés
  - 1.7.1. El estrés en el individuo
  - 1.7.2. Signos y síntomas del estrés en el individuo
  - 1.7.3. Principales consecuencias del estrés
- 1.8. Estrategias psicológicas de control de estrés
  - 1.8.1. Técnicas para modificar la activación fisiológica
  - 1.8.2. Técnicas para modificar la activación cognitiva
  - 1.8.3. Técnicas para modificar la activación motora
- 1.9. Mecanismos de defensa psicológicos asociados a la situación crítica
  - 1.9.1. Introducción a los mecanismos de defensa
  - 1.9.2. Principales mecanismos de defensa psicológicos
- 1.10. Teoría del umbral
  - 1.10.1. Introducción a la teoría del umbral
  - 1.10.2. El modelo de Selye
  - 1.10.3. El síndrome general de adaptación

“

*No lo pienses más y apuesta por una titulación diseñada, no solo teniendo en cuenta las exigencias de profesionales como tú, sino pensando en las necesidades de tus 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 podrás experimentar 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 médico.

“

*¿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 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.



## 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 profesional aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software 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 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. 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 especialización, 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 el sistema de aprendizaje de TECH 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.



#### Técnicas quirúrgicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. 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 Curso Universitario en Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título universitario de Curso 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 **Curso Universitario en Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica** 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: **Curso Universitario en Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**







## Curso Universitario

Concepto de Estrés  
y las Secuelas de  
la Situación Crítica

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

# Curso Universitario

## Concepto de Estrés y las Secuelas de la Situación Crítica

