

**EDESAE**Escuela para el Desarrollo de la Sanidad
y la Empresa

SÍNDROME DE BURNOUT EN ENTORNOS SANITARIOS

REF: ED1084-20

HORAS: 20 horas recomendadas
Formación on-line / Teleformación

SEGUIMIENTO, ASESORAMIENTO PERSONALIZADO y APOYO TÉCNICO

Este curso cuenta en todo momento con el apoyo de un equipo de atención al alumno cuyo objetivo es asesorar sobre cualquier duda o incidencia técnica que el alumno pueda tener durante su realización. Su misión es facilitar la realización satisfactoria del curso de forma cómoda y flexible a las necesidades de cada alumno.

DOCENTES y TUTORES:

Este curso está tutorizado por **profesionales expertos en la materia a trabajar**, con amplia **experiencia laboral**, además de **experiencia docente** en universidades, escuelas profesionales y escuelas de negocios.

Su misión es adaptar el contenido on-line a los alumnos y sus necesidades concretas, con el objetivo de garantizar el aprendizaje práctico de los contenidos. Nuestros tutores están a disposición de los alumnos para solventar cualquier duda o problema que encuentren.

SISTEMA DE APRENDIZAJE Y METODOLOGÍA

Nuestro sistema de aprendizaje se basa **en convertir el curso en una experiencia enriquecedora, eficaz, flexible y personalizada**. Para ello todo nuestro equipo, docentes, tutores y asesores, mantienen en todo momento una interacción directa con cada alumno, personalizando el plan de estudio que mejor resultado le garantice.

La realización del curso se lleva a cabo mediante **Metodología Online**, para lo cual **EDESAE** pone a disposición de los alumnos su Plataforma de Formación (LMS) configurada para una ágil y fácil navegación y que además **incorpora herramientas innovadoras que permiten al alumno el aprendizaje de forma enriquecedora, amena y dinámica**:

- Foros de interacción y debate con el grupo de trabajo.
- Mensajería individual y directa con los docentes y tutores para efectuar las consultas necesarias.
- Material didáctico multimedia.
- Videos explicativos de la materia teórica.
- Manual digital descargable.
- Enlaces y adjuntos para ampliar la información y contenidos principales.
- Ejercicios interactivos para la aplicación práctica de los conocimientos aprendidos.
- Evaluaciones y tests para comprobar el aprendizaje del alumno.



SÍNDROME DE BURNOUT EN ENTORNOS SANITARIOS

REF: ED1084-20

HORAS: 20 horas recomendadas
Formación on-line / Teleformación

OBJETIVOS

- Identificar los diferentes tipos de estrés.
- Detectar la sintomatología propia del estrés laboral.
- Aprender a detectar factores estresores y su adecuada gestión.
- Descubrir técnicas para prevenir y gestionar positivamente el estrés laboral.
- Conocer habilidades y técnicas que faciliten la prevención de situaciones de desgaste profesional en entornos sanitarios.

CONTENIDOS:

Bloque 1 Fundamentos del estrés laboral:

- 1.1. Introducción: un entorno que nos produce malestar.
- 1.2. ¿Qué es estrés? Fases y reacciones de estrés.
- 1.3. ¿Por qué el estrés puede agregar entusiasmo a nuestra vida?

Bloque 2 Causas, síntomas y consecuencias del estrés laboral:

- 2.1. ¿Cómo afecta el estrés nocivo a nuestro organismo y por qué? Síntomas y consecuencias del estrés.
- 2.2. ¿Qué nos provoca estrés? Los factores estresores.

Bloque 3 Entendiendo las emociones. Introducción a la Inteligencia Emocional:

- 3.1. Introducción a la Inteligencia Emocional.
- 3.2. La Inteligencia Emocional Intrapersonal.
- 3.3. La Inteligencia Emocional Interpersonal.
- 3.4. ¿Qué son las emociones? Tipos de emociones.
- 3.5. Cómo funcionan las emociones.

Bloque 4 Prevención y gestión positiva del estrés laboral y la actitud:

4.1. Desarrollando una actitud positiva.

- 4.1.1. Introducción ¿cómo vemos nuestra vida laboral o personal?
- 4.1.2. Qué entendemos por actitud. Componentes de la actitud.
- 4.1.3. ¿Cuál es nuestra actitud predominante?
- 4.1.4. Condicionamiento de nuestra actitud. Las creencias.
- 4.1.5. Tomando el control de nuestra actitud. Control vs Preocupación.
- 4.1.6. Desarrollando una actitud positiva.



SÍNDROME DE BURNOUT EN ENTORNOS SANITARIOS

REF: ED1084-25

HORAS: 25 horas recomendadas
Formación on-line / Teleformación

4.2. ¿Cómo podemos crear herramientas para gestionar el estrés?

4.2.1. Aliados en la gestión positiva del estrés.

4.2.2. Verdades sobre el estrés, refuerza lo aprendido.

Módulo 5 El Síndrome de burnout en entornos sanitarios:

5.1. ¿Qué es el Burnout?

5.2. Tipos de Burnout:

5.2.1. El Síndrome de Fatiga por Compasión.

5.2.2. El Burnout sanitario.

5.3. Causas del Burnout.

5.4. Síntomas y consecuencias del Burnout.

5.5. Relaciones entre estrés y Burnout.