nciTCCE

Programa del Curso de Técnicas Cognitivo-Conductuales para el manejo del estrés

Director:

Lic. Maria Fernanda Giralt Font

Carga Horaria: 30 horas

Duración: 2 meses

Modalidad de cursada: Asincrónica

Objetivos:

Que el alumno:

- Adquiera conocimientos sobre la naturaleza del estrés, su prevención y abordaje desde el modelo cognitivo conductual.
- Incorpore herramientas para su evaluación.
- Identifique los diferentes niveles intervinientes en el estrés (cognitivo, conductual, fisiológico y ambiental)
- Reconozca aspectos clínicos.
- Se capacite en la aplicación y entrenamiento de técnicas y recursos para la prevención y el tratamiento de los aspectos disfuncionales de los niveles cognitivo, conductual y ambiental.
- Conozca diferentes Programas de tratamiento.
- Incorpore conocimientos sobre la especificidad del estrés en situaciones particulares (estrés del cuidador, estrés laboral, estrés del profesional de ayuda).

Destinatarios:

Profesionales de la salud: Psicólogos, médicos (psiquiatras, neurólogos, médicos clínicos, oncólogos, traumatólogos, endocrinólogos, cardiólogos, cirujanos, médicos laborales) psicopedagogos, músicoterapeutas, terapistas ocupacionales, asistentes sociales, Lic. En Cs de la Eduación/ de la Salud, nutricionistas, kinesiólogos, enfermeros universitarios, odontólogos, traumatólogos, reumatólogos. Profesionales de Recursos Humanos y Relaciones del Trabajo. Docentes universitarios.

Programa Académico:

- Conceptualización Epidemiología Diagnóstico, descripción clínica.
- Principales modelos teóricos del estrés.
- Evaluación del estrés
- Relación entre manejo del estrés, afrontamiento positivo y bienestar

- Nivel Neurofisiológico.
- Nivel cognitivo
- Nivel conductual
- Nivel ambiental
- Técnicas y recursos para el abordaje principalmente de los diferentes niveles ambiental, cognitivo y conductual
- Desarrollo de programas para la prevención y el abordaje del estrés.
- Entrenamiento en Inoculación del estrés
- Estrés laboral
- Estrés del cuidador
- Estrés del profesional de ayuda