

Tratamientos eficaces en la psicopatología de las emociones, estrés y salud

Cód. A07

DIRECCIÓN:

Antonio Cano Vindel.

ÁREA EN LA QUE SE INSCRIBE EL CURSO:

Salud.

HORARIO DEL CURSO:

Mañanas de 9:00 a 14:00 horas, de lunes a viernes.

NÚMERO DE ALUMNOS:

40.

PERFIL DEL ALUMNADO:

Psicólogos especialistas en Psicología Clínica, psicólogos generales sanitarios, psicólogos internos residentes, psicólogos educativos, psicólogos del trabajo y las organizaciones, técnicos en prevención, psiquiatras, médicos de Atención Primaria, odontólogos, médicos de otras especialidades (medicina interna, digestivo, neurología, piel, cardiovascular, etc.). Licenciados o graduados en Psicología, Medicina, Psicopedagogía, Pedagogía, Sociología, Sexología y afines. Diplomados o graduados en Trabajo Social, Enfermería, o Enfermería-psiquiátrica. Alumnos de últimos cursos.

OBJETIVOS:

- Sentar las bases de esta formación en el repaso de la evidencia científica sobre el estudio de las emociones, su evaluación, psicopatología, y técnicas de intervención.
- Entrenar a los participantes en el desarrollo de las habilidades prácticas y destrezas más comunes de la actividad profesional, centrada en el estudio y manejo del estrés y las emociones.

PROGRAMA:

- **Las emociones.**
 - Emoción y adaptación.
 - Modelos explicativos.
 - Clasificación y tipos.
 - Desórdenes emocionales.
 - Aprendizaje emocional.
 - Práctica. Búsqueda de información científica.
- **La ansiedad.**
 - Modelos.

- Evaluación.
 - Autoinforme.
 - Registro fisiológico.
 - Observación.
- Prácticas: evaluación de la ansiedad.
- **La tristeza-depresión.**
 - Modelos.
 - Evaluación.
 - Trastornos del estado de ánimo (depresiones).
 - Prácticas: evaluación de emociones y desórdenes emocionales.
- **La ira.**
 - Modelos.
 - Evaluación.
 - Ira y salud.
 - Prácticas: evaluación de la ira.
- **Estrés, emociones y salud.**
 - Modelos.
 - Evaluación.
 - Estrés y salud: los trastornos asociados al estrés.
 - Trastornos psicofisiológicos o psicosomáticos .
 - Trastornos relacionados con el sistema inmune.
 - Enfermedad crónica.
 - Los problemas emocionales en Atención Primaria.
 - Los problemas mentales.
 - Los problemas físicos.
 - Los psicofármacos.
 - Los tratamientos y los costes.
 - Prácticas: evaluación del estrés percibido.
- **Trastornos psicofisiológicos.**
 - Clasificación.
 - Emociones y trastornos cardiovasculares.
 - Emociones y dolor.
 - Emociones y trastornos digestivos.
 - Emociones y obesidad.
- **Trastornos mentales.**
 - Trastornos de ansiedad.
 - Pánico y agorafobia.
 - Fobia social.
 - Trastorno de ansiedad generalizada.
 - Trastorno obsesivo compulsivo.
 - Trastorno por estrés postraumático
 - Fobia simple.
 - Trastorno de ansiedad por separación.
 - Trastornos del estado de ánimo.
 - Trastorno depresivo mayor.
 - Distimia.
 - Grupos transdiagnósticos.
 - Impulsividad, obesidad y trastornos por consumo de sustancias.
 - Trastornos de la conducta alimentaria.

- Insomnio.
- Disfunciones sexuales.

- **Técnicas terapéuticas.**

- Técnicas de reducción de ansiedad y control de estrés.
 - Técnicas cognitivas.
 - Técnicas fisiológicas.
 - Técnicas conductuales.
- Tratamiento de la depresión.
 - Técnicas cognitivas.
 - Técnicas conductuales.
- Intervención en AP y otros ámbitos de la Salud Pública.
 - Intervención transdiagnóstica en grupo.
 - Tratamientos eficaces y eficientes.
 - Implantación de un programa piloto.

- **Apéndice 1. Áreas aplicadas: ansiedad, estrés, salud laboral y trauma.**

- Ansiedad y rendimiento.
- Estrés laboral.
- Burnout o estar quemado.
- Mobbing o acoso laboral, bullying escolar, etc.
- Atención a catástrofes y estrés postraumático.

- **Apéndice 2. Actividades prácticas.**

- Material de prácticas.
- Informe de evaluación.
- Bases de datos.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS:

- El acceso a la información (campus virtual, bases de datos, revistas electrónicas, biblioteca UCM, Internet, etc.)
- Evaluación de la ansiedad mediante autoinformes.
- Evaluación de la ansiedad mediante registro fisiológico.
- Evaluación de la ansiedad mediante observación.
- Evaluación de la depresión.
- Evaluación de la ira.
- Evaluación del estrés.
- Programa: reducción de trastornos psicofisiológicos.
- Diagnóstico de los trastornos mentales.
- Técnicas de reducción de ansiedad y control del estrés.
- Técnicas cognitivas.
- Técnicas fisiológicas.

- Técnicas conductuales.
- Tratamiento de la depresión.
- Técnicas cognitivas.
- Técnicas conductuales.
- Intervención en Atención Primaria.

PROFESORADO:

- Antonio Cano Vindel, UCM.
- Beatriz Talavera Velasco, UCM.
- María Eugenia Carballo López, Hospital Clínico San Carlos.
- Roger Muñoz Navarro, Universidad de Valencia.
- Esperanza Dongil Collado, Universidad Católica de Valencia.
- Julia Vidal Fernández, Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)“.