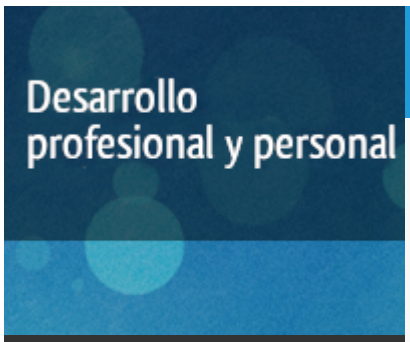

6 créditos

Curso académico 2019-2020

El Estrés: Salud Física, Ansiedad y Depresión

del 16 de diciembre de 2019 al 15 de junio de 2020

CERTIFICADO DE ENSEÑANZA ABIERTA

Características: material impreso, material multimedia, actividades presenciales optativas, página web, curso virtual y guía didáctica.

Departamento
Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico
Facultad de Psicología

Convocatoria actual

Existe una convocatoria de este curso en el último curso académico publicitado.

Periodo de matriculación:

Del 9 de septiembre al 29 de noviembre de 2024.

Periodo de docencia:

Del 16 de diciembre de 2024 al 16 de junio de 2025.

Puede acceder a ella a través de este enlace.

PROGRAMA DE DESARROLLO PROFESIONAL Y PERSONAL
Curso 2019/2020

El Programa de Desarrollo Profesional y Personal acoge cursos que dan derecho a la obtención de un Título Propio por la UNED. Cada curso se impartirá en una de las siguientes categorías: Experto Profesional, Enseñanza Abierta, Actualización Profesional (*) y atienden una demanda de formación en respuesta a las necesidades e intereses del mundo del trabajo. Sus cursos estarán promovidos por la UNED o entidades sociales y económicas que busquen el apoyo académico de la Universidad para la mejor calidad de sus acciones de formación y promoción de sus colectivos laborales y profesionales.

Requisitos de acceso: no hay requisitos mínimos de acceso, salvo los específicos de cada curso establecidos por su director.

(*) En los cursos que se ofertan en Enseñanza Abierta que en su denominación contengan la especificación de (ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL), la superación del curso se acreditará mediante un "Certificado de Actualización Profesional" (Reunión del Consejo de Gobierno de la UNED, celebrada el día dieciséis de diciembre de dos mil catorce, por la que se aprueba la implantación de cursos para cubrir la formación profesional y empresarial con la denominación de Certificado de Actualización Profesional).

Destinatarios

No se precisa ningún tipo de requisito o actividad especial por parte del alumno. El curso está particularmente recomendado para personas que trabajan en el ámbito de la salud, o que están interesadas por este campo de estudio.

1. Objetivos

Proporcionar unas nociones básicas, científicas y modernas sobre el estrés y los mecanismos biológicos, psicológicos y sociales que están implicados. Que el alumno conozca las relaciones más importantes, desde una perspectiva psicopatológica, que presenta el estrés con respecto a las manifestaciones psicosomáticas, la ansiedad y la depresión. El curso también pretende presentar algunas técnicas científicas relevantes para el afrontamiento y el tratamiento psicológico del estrés.

Otra Información

Será responsabilidad exclusiva del Equipo Docente la información facilitada en la siguiente relación de hipervínculos. En caso de detectarse alguna contradicción, prevalecerá la oferta formativa aprobada por el Consejo de Gobierno para cada convocatoria, así como del Reglamento de Formación Permanente y del resto de la legislación Universitaria vigente.

Página web

2. Contenidos

1. Estudio científico del estrés.

2. Estrés y hormonas.

3. Hormonas, conducta y salud.

4. Estrés y sistema inmune.

5. Estrés, diferenciación sexual del cerebro y manifestaciones psicopatológicas.

6. El estrés psicosocial.

7. Formas de afrontar el estrés.

8. Vulnerabilidad y resistencia personal al estrés.

9. Estrés y salud.

10. Estrés y ansiedad.

11. Estrés y depresión.

12. Estrés laboral y salud.

13. Estrés crónico familiar.

14. Estrés crónico asociado a factores socioculturales.

15. Tratamiento psicológico del estrés.

3. Metodología y actividades

El curso se llevará a cabo de acuerdo con la metodología propia de la Universidad Nacional de Educación a Distancia, en la que se combina la enseñanza a distancia (a través de internet y otros medios de educación a distancia) y la enseñanza presencial (mediante la realización de sesiones presenciales). Se utilizarán los materiales de estudio básicos (obligatorios) y complementarios.

Los materiales complementarios estarán en su totalidad disponibles en el AulaVirtual del curso (plataforma aLF). En esta plataforma el alumno dispondrá de distintas herramientas de apoyo a su estudio (Foro de alumnos, Foros de debate,Guía de estudio, Enlaces, Sesiones presenciales, Material audiovisual, etc.). En la página web del curso se podrá consultar la Guía Didáctica:

Sandín, B., y Valiente, R.M. (2019). El estrés, salud física, ansiedad y depresión.

El alumno podrá asistir a diversas sesiones presenciales impartidas por expertos de reconocido prestigio procedentes de distintas universidades y centros clínicos, que serán programadas para completar los aspectos más prácticos del curso, y cuya asistencia será voluntaria. Dichas sesiones se celebrarán en la Facultad de Psicología de la UNED, en Madrid, en los fines de semana que a tal efecto se programen durante los meses de marzo a junio, y podrán ser visionadas en diferido a través de Canal UNED, vía internet.

4. Nivel del curso

Medio

5. Duración y dedicación

Duración: del lunes 16 de diciembre de 2019 al lunes 15 de junio de 2020.

Dedicación: 150 horas.

6. Equipo docente

Director/a

Director - UNED

SANTED GERMAN, MIGUEL ANGEL

Colaboradores UNED

Colaborador - UNED

SANDIN FERRERO, BONIFACIO

7. Material didáctico para el seguimiento del curso

7.1 Material obligatorio

Estrés, hormonas y psicopatología

Autores	Sandín Ferrero, Bonifacio; Santed Germán, Miguel Ángel; Valiente García, Rosa María
Editorial	Klinik
Edición	2011
Precio aproximado	29.30€
ISBN	9788495884039

El estrés psicosocial. Conceptos y consecuencias clínicas

Autores	Sandín Ferrero, Bonifacio
Editorial	Klinik
Edición	2008
Precio aproximado	29.90€
ISBN	9788495884176

7.2 Material disponible en la plataforma virtual

Aparte de los materiales obligatorios indicados, el alumno dispondrá de otros materiales complementarios a través de la plataforma aLF del curso, así como de la Guía Didáctica del mismo. Estos materiales consistirán en documentos de orientación teórica y/o práctica de distinto tipo (artículos, guías de tratamiento,revisiones, etc.) relacionados con los contenidos del curso. Estos materiales podrán ser utilizados para la elaboración de las pruebas de evaluación, para ampliar y profundizar en algunos aspectos del curso, y para uso particular del alumno.

8. Atención al estudiante

El horario y lugar de atención docente a los alumnos para cualquier duda relacionada con el curso es el siguiente:

- Profesor Bonifacio Sandín

Teléfono 913986254

Correo electrónico: bsandin@psi.uned.es

Martes y jueves, de 11:00 a 14:00 h.

Las posibles sesiones presenciales y/o emisiones radiofónicas relacionadas con el curso serán comunicadas oportunamente a los alumnos.

La asistencia a dichas sesiones será voluntaria. Más información para estas sesiones en el apartado de Metodología.

9. Criterios de evaluación y calificación

Los alumnos serán evaluados mediante pruebas periódicas de evaluación, además de posibles trabajos voluntarios teóricos y/o prácticos, de acuerdo con las normas que se especificarán en la Guía Didáctica del curso.

10. Precio del curso

Precio de matrícula: 198,00 €.

11. Descuentos

11.1 Ayudas al estudio y descuentos

Se puede encontrar información general sobre ayudas al estudio y descuentos en este enlace.

Debe hacer la solicitud de matrícula marcando la opción correspondiente, y posteriormente enviar la documentación al correo: ea@adm.uned.es.

12. Matriculación

Del 6 de septiembre al 30 de noviembre de 2019.

. Información de las ayudas y descuentos ***pinche aquí***

Dirección de correo para el envío de documentación: ea@adm.uned.es

. Atención administrativa sobre cursos de Certificado de Enseñanza Abierta:

ea@adm.uned.es

Tf. 91 398 7711 / 7530

C/ Juan del Rosal, 14 - 1ª planta

28040 Madrid

13. Responsable administrativo

Negociado de Enseñanza Abierta.