

Desarrollo
profesional y personal

Curso académico 2013-2014

Plataforma docente

El Estrés: Salud Física, Ansiedad y Depresión

del 16 de diciembre de 2013 al 30 de junio de 2014

6 créditos

CERTIFICADO DE ENSEÑANZA ABIERTA

Características: material impreso, material multimedia, actividades presenciales optativas, página web 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 8 de septiembre al 28 de noviembre de 2025.

Periodo de docencia:

Del 15 de diciembre de 2025 al 15 de junio de 2026.

Puede acceder a ella a través de este [enlace](#).

PROGRAMA DE DESARROLLO PROFESIONAL Y PERSONAL

El Programa de Desarrollo Profesional y Personal y el Programa de Enseñanza Abierta 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.

Acreditación:

Diploma de Capacitación Profesional: tendrán un mínimo de 15 ECTS.

Certificado de Enseñanza Abierta con menos de 15 ECTS.

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

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.

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 de la enseñanza a distancia. Se utilizarán las unidades didácticas específicas para la asignatura y los libros de estudio obligatorio y complementario. Los alumnos también podrán asistir a determinadas sesiones presenciales que se programen durante el curso.

En la página web del curso se podrá consultar la Guía Didáctica 2013: Sandín, B., y Valiente, R.M. (2013). El estrés, salud física, ansiedad y depresión.

4. Nivel del curso

Medio

5. Duración y dedicación

Duración: del lunes 16 de diciembre de 2013 al lunes 30 de junio de 2014.

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

El estrés psicosocial. Conceptos y consecuencias clínicas

Autores Sandín Ferrero, Bonifacio

Editorial Klinik

Edición 2008

Precio aproximado 30€

ISBN 9788495884176

*

Autores *

Editorial *

Edición *

Precio aproximado 3,48€

ISBN *

7.2 Material optativo

*

Código *

Autores *

Colección UNED COMPACT DISC

Editorial *

Edición *

Precio *€

ISBN 9788436253245

7.3 Otros Materiales

MATERIAL OBLIGATORIO:

El alumno también deberá adquirir por su cuenta como material didáctico obligatorio el siguiente libro:

"Estrés, hormonas y psicopatología". Autor Bonifacio Sandín. KLINIK 2011. ISBN: 9788495884039. Precio aproximado 30 euros.

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 Miguel Ángel Santed

Teléfono 91-398.79 88

Correo electrónico: msanted@psi.uned.es

Martes de 11:00 a 13:30 h. y de 16:00 a 19:00 h.

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

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: 250,00 €.

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-ps@adm.uned.es.

12. Matriculación

Del 16 de septiembre al 5 de diciembre de 2013.

Atención administrativa:

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.