

PROGRAMA DE ESTUDIOS

CURSO

**Estrategias de protección
de la salud mental en
tiempos de crisis**

40 HORAS CRONOLÓGICAS



GENERALIDADES



100% ONLINE Y ASINCRÓNICO

Acceso a la formación a través de la plataforma de estudios virtual en horario libre y flexible durante su periodo de matrícula



DURACIÓN MÍNIMA

El tiempo mínimo para realizar esta formación es de 5 **DÍAS**.



DURACIÓN MÁXIMA DEL PERIODO DE MATRICULA

Para realizar esta formación su periodo de matricula es de **30 DÍAS** (Corresponde al numero maximo de tiempo que tendra acceso para realizar esta formación)



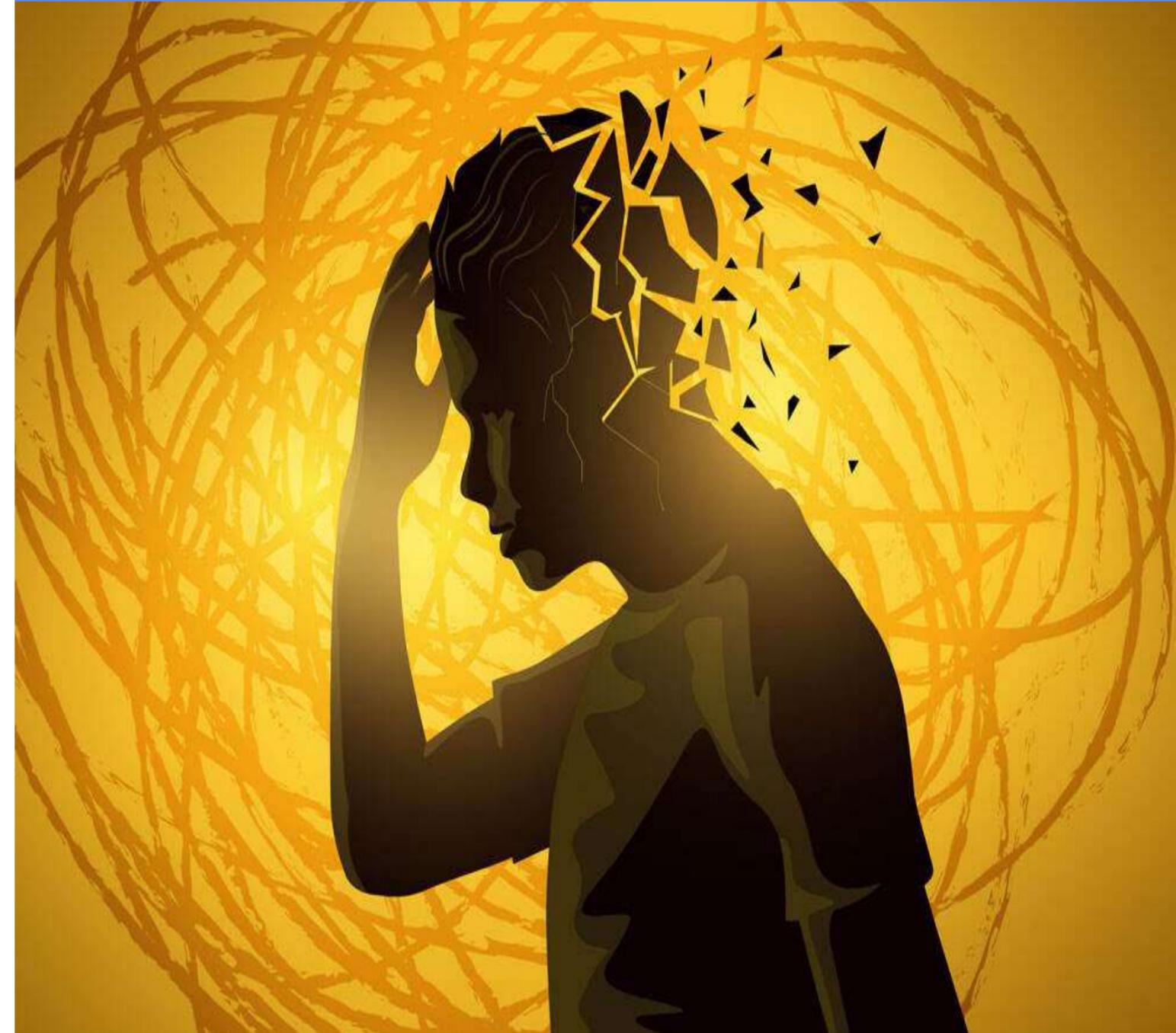
Descripción

Este curso está diseñado para abordar de manera integral la salud mental en el entorno laboral, especialmente enfocado en situaciones de crisis y alto estrés.

Se explorarán temas como los trastornos mentales más comunes, las crisis psicológicas, y las herramientas de intervención, incluyendo técnicas como el Mindfulness. Además, se cubrirán medidas de prevención, control y mitigación en situaciones de crisis, con un enfoque particular en el bienestar psicológico y la seguridad laboral.

A Quién Va Dirigido:

El curso está dirigido a profesionales de la salud, trabajadores sociales, psicólogos, y personal que trabaja en situaciones de emergencia o alto estrés, como aquellos en el sector de la salud o primeros auxilios. También es relevante para cualquier persona interesada en la gestión del estrés y la salud mental en contextos laborales desafiantes.



Metodología

Esta formación será en una modalidad 100% en línea, en base a distintos tipos de recursos de aprendizaje que tienen como finalidad producir un ritmo de aprendizaje activo y participativo. Esta modalidad de enseñanza en línea tiene un modelo de autoinstrucción, en que el alumno debe gestionar su propio ritmo de aprendizaje basado en una ruta propuesta.

VIDEO CLASES

- Video clases: cápsulas de video en las que el profesor ejemplifica o refuerza los contenidos en base a su experiencia y especialidad.
- Material de estudio escrito en pdf
- Contenido audiovisual de apoyo

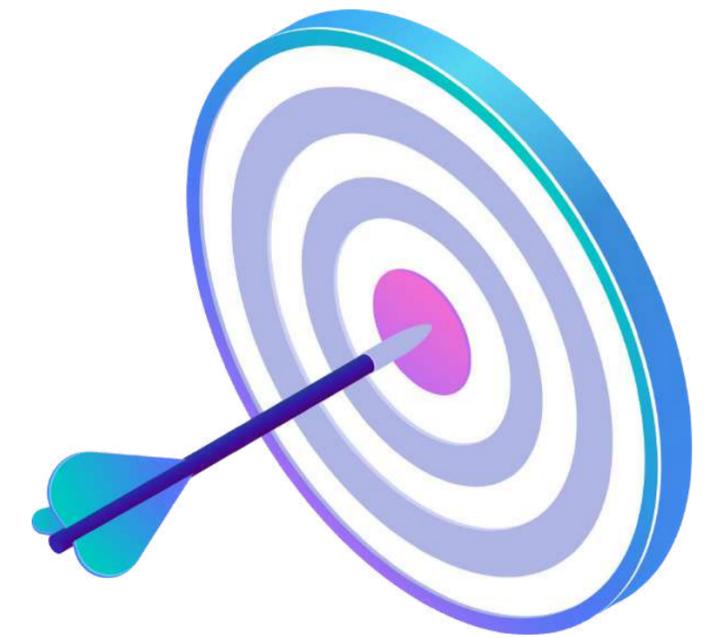
MATERIAL COMPLEMENTARIO

Contiene material de apoyo complementario



Requisitos de aprobación

Se deben cumplir los siguientes 3 requisitos para aprobar la formación, estos son obligatorios.



NOTA

= o mayor a 5.0
en la escala de 1
a 7, en el
promedio final



ENCUESTA

Haber respondido la
encuesta de
satisfacción durante
el periodo de tiempo
máximo establecido



TIEMPO

Realizar el curso y
cumplir con lo
estipulado durante el
periodo de matrícula

TEMARIO

- INTRODUCCIÓN
- MÓDULO 1: RIESGO PSICOEMOCIONAL Y CRISIS
- MÓDULO 2: TRASTORNOS, CRISIS Y AYUDA COMO FORMAS DE BUEN TRATO EN SALUD
- MÓDULO 3: PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS
- MÓDULO 4: FACTORES DESENCADENADORES DE ESTRÉS LABORAL EN SALUD
- MÓDULO 5: MEDIDAS DE PREVENCIÓN
- MÓDULO 6: MINDFULNESS Y SOBRECARGA PSICOLÓGICA





Organismo técnico de capacitación



Registro INN: A-11382

Contáctenos.

✉ capacitacionesicep@gmail.com

🌐 <https://icep.cl>