



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 **inesalud**  **UTAMED**

Curso de Técnicas de Relajación para Personal Sanitario + 4 Créditos ECTS





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | **Somos
INESALUD**

2 | **Alianzas**

3 | **Rankings**

4 | **By EDUCA
EDTECH
Group**

5 | **Metodología
LXP**

6 | **Razones
por las que
elegir
INESALUD**

7 | **Financiación
y Becas**

8 | **Métodos de
pago**

9 | **Programa
Formativo**

10 | **Temario**

11 | **Contacto**

SOMOS INESALUD

INESALUD es una **institución educativa online** imprescindible para profesionales sanitarios que ansían conocimiento. Ofrecemos una **plataforma donde adquirir nuevas habilidades y actualizarse sin límites de tiempo o espacio**. Nuestro enfoque más valioso está en la **cercanía entre docentes y alumnos**, creándose así, un vínculo especial que trasciende las barreras virtuales

Dedicación, vocación y profesionalidad son atributos que reflejan a la perfección nuestro persistente objetivo por dar respuesta a la dinámica del sector. Proporcionamos a nuestros estudiantes una experiencia educativa comprometida, interactiva y de apoyo para que puedan enfrentarse a los desafíos del campo de la salud y desarrollarse como profesionales competentes y empáticos.

Más de

18

años de
experiencia

Más de

300k

estudiantes
formados

Hasta un

98%

tasa
empleabilidad

Hasta un

100%

de financiación

Hasta un

50%

de los estudiantes
repite

Hasta un

25%

de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



Suma conocimiento
para avanzar en salud

UTAMED e **INESALUD** unen sus trayectorias para ofrecer formación online de vanguardia en el sector salud.

UTAMED (Universidad Tecnológica Atlántico-Mediterráneo) destaca por su propuesta universitaria flexible, internacional y orientada a la transformación digital. Con un enfoque centrado en competencias reales, apuesta por formar profesionales capaces de desenvolverse con éxito en entornos cambiantes, tanto académicos como laborales.

INESALUD es una institución de referencia en la formación en gestión sanitaria, salud pública, bienestar y promoción de la salud. Su enfoque combina el rigor científico con la aplicación práctica, dirigido a profesionales del ámbito clínico y asistencial.

Gracias a esta alianza, ambas instituciones desarrollan programas conjuntos centrados en áreas clave del área sanitaria. Todo ello, a través de un entorno virtual de aprendizaje que emplea simulación clínica, metodologías activas y recursos digitales interactivos.

Esta unión representa una apuesta clara por la formación en salud desde una perspectiva global, humanista y tecnológica, con una oferta académica diseñada para afrontar los desafíos actuales y futuros del sector sanitario..



[Ver en la web](#)



RANKINGS DE INESALUD

INESALUD es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online.

Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación. Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



ALIANZAS Y ACREDITACIONES



e-CAMPUS
UNIVERSITY



UNIVERSIDAD
NEBRIJA



SAN IGNACIO
UNIVERSITY
MIAMI, FL



UCAM
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE MURCIA



UCAV
www.ucavila.es



udima
UNIVERSIDAD A DISTANCIA
DE MADRID



Universidad Europea
Miguel de Cervantes

BY EDUCA EDTECH

INESALUD es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



ONLINE EDUCATION



Ver en la web



METODOLOGÍA LXP

La metodología EDUCA LXP permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar dónde, cuándo y cómo quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR INESALUD



1. CONTENIDO DE CALIDAD

Diseñado cuidadosamente y actualizado día a día para adaptarse por completo a la realidad laboral del momento.



2. OPOSICIONES

Obtén puntos para la bolsa de trabajo gracias a los cursos de formación sanitaria acreditada baremables.



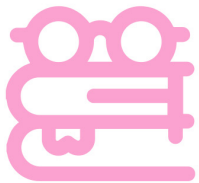
3. METODOLOGÍA ONLINE

Apostando claramente por la inmediatez y la adaptabilidad requeridas en este nuevo paradigma educacional.



4. CLAUSTRO DE RENOMBRE

Profesores que trabajan en el sector sanitario.



5. FLEXIBILIDAD DE ESTUDIO

Garantizando la calidad y excelencia estés donde estés o sea cuando sea el momento en el que decidas estudiar.



6. BECAS Y FINANCIACIÓN

Benefíciate de las mejores becas y de un fácil sistema de financiación.

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin intereses de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



Ver en la web

Curso de Técnicas de Relajación para Personal Sanitario + 4 Créditos ECTS



DURACIÓN
100 horas



MODALIDAD
ONLINE



ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO



CREDITOS
4 ECTS

Titulación

Titulación de Curso de Técnicas de Relajación para Personal Sanitario con 100 horas y 4 ECTS expedida por UTAMED - Universidad Tecnológica Atlántico Mediterráneo.



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA ATLÁNTICO-MEDITERRÁNEO
INESALUD

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A
con número de documento XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso
con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de UTAMED.
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX
Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.
Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE ALUMNO/A
Firma del Alumno/a

**NOMBRE DE AREA MANAGER**
La Dirección Académica





Con Excepción Consultiva, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Plan de Resolución 49/8)

Ver en la web

Descripción

Muchos de los trabajadores en el ámbito de la sanidad enfrentan niveles considerables de estrés, ya sea de manera ocasional o de forma continua, debido a la implicación emocional de sus labores y la forma en que están organizadas. Esta situación puede conducir a la aparición de fatiga por compasión o burnout si no se toman las medidas necesarias para evitarlo. Por ello, se ha comprobado que las técnicas de relajación son sumamente efectivas. Su aplicación ayuda a los profesionales de la salud a manejar de manera cognitiva y emocional las distintas dificultades que puedan surgir, al tiempo que mejora su capacidad de autorregulación. Gracias al Curso en Técnicas de relajación para personal sanitario podrás obtener la formación necesaria acompañado por un equipo de docentes expertos en el área.

Objetivos

- Adquirir conocimiento sobre las técnicas de relajación existentes.
- Ofrecer una panorámica general de las situaciones de estrés laboral.
- Conocer las relaciones a nivel individual y grupal y cómo afectan a la aparición del burnout.
- Obtener herramientas básicas para el autocontrol emocional.

Para qué te prepara

El Curso en Técnicas de relajación para personal sanitario está dirigido a cualquier profesional cuya profesión esté relacionada con el campo de la salud y quiera adquirir competencias relacionadas con la gestión emocional y control del estrés. Así como personas que estén interesadas en descubrir las técnicas de relajación existentes aplicables al ámbito de la salud.

A quién va dirigido

El presente Curso en Técnicas de relajación para personal sanitario te prepara como alumno para dominar a nivel teórico-práctico las técnicas de control del estrés y de relajación más eficaces y útiles para que en función de la situación de la que se trate seas capaz de escoger la técnica que mejor resuelve el conflicto que se desarrolle. Además, te ayudará a conocer el estrés laboral y el burnout para su detección precoz.

Salidas laborales

Con este al Curso en Técnicas de relajación para personal sanitario, podrás encontrar tu camino profesional completando tu formación añadiéndole este curso. Tendrás la oportunidad de poder formar parte de equipos como formador, coaching, psicólogo o educador con formación en técnicas de

relajación. ¡Es tu momento, no lo dudes y fórmate con nosotros!

[Ver en la web](#)

TEMARIO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRÉS LABORAL

1. Definición de Estrés
2. Factores de riesgo: las causas desencadenantes del estrés laboral
3. Consecuencias del Estrés Laboral

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BURNOUT

1. Introducción y definición
2. Definiciones actuales
3. Síntomas
4. Consecuencias a nivel individual y organizacional
5. Etiología
6. Etapas de la aparición del burnout

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL Y RELAJACIÓN

1. Claves para crear visualizaciones efectivas para la autoestima
2. El entrenamiento asertivo para defender tus intereses sin generar conflictos
3. El papel fundamental de la respiración en el autocontrol
4. El control del tiempo en el autocontrol
5. Técnicas de relajación que debes conocer

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS DE RELAJACIÓN. JACOBSON Y SCHULTZ

1. Definición y aplicación de la técnica
2. Postura corporal
3. Técnicas de tensión-relajación
4. Técnicas de distracción
5. Técnicas de autocontrol
6. Entrenamiento autógeno o técnica de Schultz

¿Te ha parecido interesante esta información?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

Solicita información sin compromiso

Teléfonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

Ver en la web

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



