

## GUÍA DOCENTE 2023-2024

### DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

<b>ASIGNATURA:</b>	Estrés y burnout		
<b>PLAN ESTUDIOS:</b>	<b>DE</b>	Máster Universitario en Gestión Sanitaria	
<b>FACULTAD:</b>	Facultad de Ciencias de la Salud		
<b>CARÁCTER ASIGNATURA:</b>	<b>DE</b>	<b>LA</b>	Obligatoria
<b>ECTS:</b>	4		
<b>CURSO:</b>	Segundo		
<b>SEMESTRE:</b>	Tercero		
<b>IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:</b>	<b>EN</b>	<b>QUE</b>	<b>SE</b> Castellano
<b>PROFESORADO:</b>	Maria Eugenia Luna Borgaro		
<b>DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:</b>	<b>DE</b>	<b>CORREO</b>	maria.borgaro@uneatlantico.es

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

<b>REQUISITOS PREVIOS:</b>
No aplica
<b>CONTENIDOS:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tema 1. Conceptos, enfoques más importantes en el enfrentamiento del Estrés Laboral.             <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1 Introducción</li> <li>1.2 Antecedentes históricos y conceptualización del estrés</li> <li>1.3 Enfermedades ocasionadas por el estrés</li> <li>1.4 Conceptualización del estrés laboral</li> </ul> </li> </ul>

#### 1.5 Tipos de estrés laboral. Situaciones

- Tema 2. Técnicas y Herramientas para la Gestión del Estrés.
  - 2.1 Programa de intervención para la prevención y control del estrés
  - 2.2 Algunas reglas, estrategias y ejercicios para el manejo del estrés
  - 2.3 Entorno Laboral Saludable - OMS
  - 2.4 Prevención y tratamiento del síndrome de burnout
  - 2.5 Estrategias de intervención para prevenir el síndrome, mejorar la calidad de vida laboral y la calidad del servicio
- Tema 3. Factores causantes del Estrés Laboral.
  - 3.1 Agentes estresantes
  - 3.2 Principales síntomas
  - 3.3 Antecedentes y conceptualización del síndrome de burnout
  - 3.4 Epidemiología y consecuencias del estrés laboral
  - 3.5 Enfoques y modelos sobre el síndrome de burnout
  - 3.6 Relación del estrés laboral y el síndrome de burnout
  - 3.7 Dimensiones y síntomas del síndrome de burnout
  - 3.8 Vínculo del síndrome de burnout con la motivación, satisfacción laboral, frustración
  - 3.9 Factores organizacionales e interpersonales que influyen en su aparición
  - 3.10 El síndrome de burnout en los profesionales de la salud
  - 3.11 Taxonomía de los estresores
  - 3.12 Evaluación del síndrome de burnout
- Tema 4. Incidencias del Estrés en función de variables personales.
  - 4.1 Mediadores psicológicos de la respuesta al estrés
  - 4.2 Medición del estrés
  - 4.3 El estrés en las profesiones de salud
  - 4.4 Consecuencias del síndrome burnout en la calidad de vida laboral y en la calidad de la atención médica

## COMPETENCIAS

### COMPETENCIAS GENERALES:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CG1 - Aplicar e integrar conocimientos especializados a través del pensamiento crítico y lógico para la gestión de centros sanitarios.
- CG4 - Resolver problemas de forma creativa e innovadora en el ámbito de la gestión sanitaria.

- CG2 - Planificar y dirigir procesos que propendan a mejorar los existentes y a la creación de cambios innovadores dentro de la gestión de servicios de salud.
- CG3 - Desarrollar habilidades de comunicación y negociación valorando y promoviendo el trabajo en equipo e interdisciplinar.
- CG5 - Elaborar y ejecutar planes estratégicos aplicando juicios, resultado del análisis de la realidad, que permitan evaluar y garantizar los resultados esperados en el ámbito sanitario.
- CG6 - Realizar funciones de liderazgo en diferentes escenarios y situaciones relacionados con la gestión sanitaria.
- CG7 - Implementar estrategias innovadoras para la dirección, evaluación y gestión de la calidad de la atención del usuario en los centros de salud.

#### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CE10 - Liderar equipos multidisciplinares de trabajo aplicando habilidades de planificación y organización del grupo.

#### RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

- CE10.6. Dirigir equipos de trabajo de forma efectiva
- CE11.2. Administrar la diversidad y complejidad que implican los grupos de personas.

## METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

#### METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método expositivo
- Estudio y análisis de casos
- Resolución de ejercicios
- Aprendizaje basado en problemas
- Aprendizaje orientado a proyectos
- Trabajo autónomo

#### ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

Actividades formativas	Horas
------------------------	-------

<b>Actividades supervisadas</b>	Actividad de foro	15
	Corrección de actividades	3
	Tutorías (individual/en grupo)	8
<b>Actividades autónomas</b>	Sesiones expositivas virtuales	8
	Preparación de las actividades de foro	15
	Estudio personal y lecturas	25
	Elaboración de trabajos (individual/en grupo)	20
	Realización de actividades de autoevaluación	3
<b>Actividades de evaluación</b>	Actividades de evaluación	3

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

### CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación	Ponderación
Actividades prácticas (resolución de un caso)	45%
Actividad de debate	5%
Examen final	50%

Para más información consúltese [aquí](#).

### CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

En la convocatoria extraordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación	Ponderación
Actividad de debate	5%
Actividades prácticas (trabajo)	45%
Examen final	50%

Para más información consúltese [aquí](#).

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- González M. Estrés y Burnout. Material didáctico propio de la institución. Barcelona: Fundación Universitaria Iberoamericana; 2012. 212 p. ISBN: 978-84-15385-97-4

#### **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Lauracio C, Lauracio T. Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de salud. *Rev Innova Educ.* 2020; 2(4): 543–554.
- Vidotti V, Martins JT, Galdino MJQ, Ribeiro RP, Robazzi ML. Burnout syndrome, occupational stress and quality of life among nursing workers. *Enfermería Glob.* 2019; 18(3): 344–376.
- García M, Forero C. Estrés laboral y contrato psicológico como elementos relacionales del cambio organizacional. *Divers Perspectivas en Psicol.* 2018; 14(1): 149–62.
- Corés Hernández AP, Bedolla Cortes M, Pecina Rivas EM. El estrés laboral y sus dimensiones a nivel individual y organizacional. *Rev Investig Latinoamericana en Competitividad Organ.* 2020; 2(7): 1-8.
- Espinoza AA, Pernas IA, González RL. Consideraciones teóricas metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Rev Hum Med.* 2018; 18(3): 697-717.
- Salvador Moreno JE. Compromiso Organizacional y Riesgos Psicosociales. *Rev San Gregor.* 2019 Dec 29;1(35).
- Mejía-Chavarría AI. Revisión de la literatura de clima organizacional, estado del arte. *tecnociencia.* 2019; 12(3):170–181.
- Lumbreras-Guzmán M, Hernández-Vicente IA, Méndez-Hernández P, Dosamantes-Carrasco LD, Cervantes-Rodríguez M, García-Elizalde A, et al. Influencia de la calidad de vida laboral sobre el desempeño de trabajadores de hospitales públicos de México: una visión desde la gestión directiva. *Salud Pública Mex.* 2019; 62(1):87-95.

#### **WEBS DE REFERENCIA:**

No aplica

#### **OTRAS FUENTES DE CONSULTA:**

- Base de datos EBSCO – Acceso a través del campus virtual