

CURSO EXPRESS

# Aspectos Psicológicos en el abordaje de la enfermedad crónica

Acreditado con horas de  
Formación continua por la  
Generalitat de Catalunya

100% ONLINE





Actualmente uno de los grandes retos de los sistemas de salud es responder a la creciente prevalencia de enfermedades crónicas. Sumado esto a la complejidad que comportan, cada vez se hace más necesario un abordaje integral para comprender y acompañar a las personas que las padecen.

Por ello, Nutritional Coaching ha creado una formación específica sobre psicología aplicada a los procesos, necesidades y problemas que plantean la atención a las personas con enfermedades crónicas, ya que es fundamental si se quiere abordar desde un punto de vista más amplio.

Esta formación tiene el objetivo de preparar a los/las profesionales de la salud para los desafíos de las dimensiones psicológicas, emocionales y socio-familiares: "lo esencial invisible" que hay detrás de una enfermedad crónica. Los aspectos psicosociales son los factores que intervienen en los modos de reaccionar del paciente frente a la enfermedad, y tienen un papel en la expresión de los síntomas y en las implicaciones que producen en la vida de las personas. Además, los efectos biológicos y psicosociales no son simplemente aditivos, sino que interactúan.

Para conseguir mejorar la adaptación, adhesión al tratamiento y calidad de vida de las personas en procesos de enfermedad crónica, se hace indispensable comprender todas las variables implicadas, principalmente las psicológicas, y aprender las estrategias básicas de intervención psicosocial que este curso te ofrece.

## Dirigido a:

- ◆ Profesionales de la salud: titulados universitarios en Nutrición humana y dietética (Nutriólogos/as), Psicología clínica, Medicina, Enfermería, Fisioterapia, Técnicos Superiores en Dietética, Auxiliar de Enfermería...
  - Nota: para el alumnado titulado en una profesión sanitaria de las anteriores, se ha solicitado la acreditación al Consejo de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias (CFPCS) para la obtención de los créditos de Formación Continuada que sirven para obtener puntos en bolsas de trabajo, oposiciones, concursos, traslados o carrera profesional para plazas en el Sistema Nacional del Salud en España.
- ◆ Profesionales titulados del ámbito social: Trabajo Social, Educador Social...
- ◆ Estudiantes de las titulaciones anteriores



## Objetivo General:

Mejorar la competencia de los/las profesionales en el abordaje de los problemas psicológicos y sociales de las personas que padecen una enfermedad crónica, para facilitar la adhesión al tratamiento y su propio bienestar.

## Objetivos Específicos:

- ♦ Integrar un modelo de atención que incluya todos los factores que afectan al paciente, comprendiendo las especificidades de las enfermedades crónicas y sus repercusiones para ofrecer un acompañamiento individualizado
- ♦ Conocer el papel de los factores psicológicos y cómo influyen para una mejor comprensión de la enfermedad crónica en cada persona
- ♦ Identificar los aspectos psicosociales asociados a la aparición y evolución de la enfermedad crónica para prevenir, detectar e intervenir en los factores de riesgo.
- ♦ Incorporar estrategias y herramientas de evaluación-intervención psicosocial, según la fase del proceso de la enfermedad crónica, para potenciar los factores facilitadores de la adaptación, autocuidado y bienestar psicoemocional. Saber guiar hacia la autocompasión.
- ♦ Aprender las bases para establecer una buena comunicación con los/las pacientes para generar un entorno de acompañamiento con empatía y de empoderamiento hacia el automanejo de la enfermedad.

## Temporalización:

Actividad a distancia abierta: período de vigencia: 10/10/2023 hasta 09/10/2024

El curso tiene una carga lectiva de 15 horas

Propuesta de cronograma semanal:

Semana 1: Presentación y Módulo 1

Semana 2: Módulo 2 y 3

Semana 3: Módulo 4

Semana 4: Módulo 5 y Caso práctico

El alumnado dispone de acceso ilimitado a todos los materiales del curso



## Metodología:

Cada Módulo formativo se trabaja a partir de:

- ♦ Formación en modalidad online con un modelo pedagógico constructivista y autodirigido, donde se hace un proceso de construcción personal de nuevos conocimientos y actitudes hacia un aprendizaje significativo.
- ♦ Cada Módulo formativo consta de:
  - Una vídeo-clase grabada explicativa del docente
  - Presentación de la clase en PDF descargable y documentos de apoyo.

## Evaluación:

El método de evaluación es continua y autogestionada ya que se concibe como un mecanismo para aprender y retroalimentar el proceso de aprendizaje.

Al finalizar cada módulo se realizará un Cuestionario tipo test autoevaluable (requisito para aprobar: 70% de respuestas correctas, con 3 intentos de resolución) lo que permitirá el acceso al siguiente módulo.

En el último módulo se planteará un caso práctico como método de integración de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores. Las preguntas también serán autoevaluables y se considerará aprobado si son correctas el 70% de ellas.

La superación de los cuestionarios autoevaluables al finalizar cada módulo y la superación de las preguntas del caso práctico, serán los requisitos para obtener el Certificado del curso.

\*Al acabar el curso, cada alumno que lo haya superado podrá obtener su certificación de manera automática en el último módulo.



## MÓDULO 1: INTRODUCCIÓN A LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS

- Especificidades de las enfermedades crónicas vs agudas
- Prevalencia, tipologías y principales repercusiones
- Modelos de atención

## MÓDULO 2: INFLUENCIA DE LAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS INDIVIDUALES

- Personalidad
- Inteligencia emocional
- Procesos cognitivos: Modelo de representación de la enfermedad de Leventhal / Creencias

## MÓDULO 3: ASPECTOS PSICOSOCIALES ASOCIADOS A LA APARICIÓN Y EVOLUCIÓN DE LA ENFERMEDAD CRÓNICA

- El proceso de adaptación psicológica, emocional y social. Fases del duelo.
- Impacto emocional (miedo, estrés) y en la autoestima-autoconcepto.
- Trastornos psicológicos asociadas (ansiedad, depresión...)
- Afectación de la enfermedad crónica en el sistema familiar, según la etapa del ciclo vital y en el entorno
- Calidad de vida en personas con enfermedad crónica

## MÓDULO 4: ESTRATEGIAS FACILITADORAS EN CADA FASE DEL PROCESO DE LA ENFERMEDAD CRÓNICA

- Fase previa y de diagnóstico: evaluación de factores psicosociales y de riesgo. Intervención psicoeducativa.
- Fase de inicio del tratamiento y adaptación: estrategias para facilitar el afrontamiento, adaptación y de manejo emocional.
- Fase de seguimiento, evolución y pronóstico: cómo mejorar la adhesión al tratamiento y los hábitos de vida. Abordaje en los casos de dolor crónico y Apoyo social
- Intervenciones psicoeducativas vs tratamiento psicoterapéutico
- Herramientas para el bienestar psicoemocional, Mindfulness y Autocompasión

## MÓDULO 5: COMUNICACIÓN CON EL PACIENTE CRÓNICO

- Counseling- Alianza terapéutica
- Cómo empoderar al paciente crónico hacia su autocuidado



Cristina Soler

Diplomada en Trabajo Social. Licenciada en Psicología. Especializada en Terapia Familiar sistémica. Postgrado en Trabajo psicosocial en procesos de enfermedades crónicas. Formada en Coaching y Nutrición con visión integrativa. Docente en Formación profesional relacionada con el sector salud y anteriormente directora de un Centro de Atención socio-sanitaria. Autora del libro "Elige comer sano" y de la Herramienta de Coaching Nutricional "Diario-Planificador 48 semanas" Actualmente compagina dos proyectos divulgativos: @psicologiaynutris con entrevistas a profesionales de la salud y @stimatbe de sensibilización para la mejora de la alimentación y estilo de vida (con acciones específicas para personas con Celiaquía y enfermedades autoinmunes).





## Más información e inscripciones

[www.nutritionalcoaching.com](http://www.nutritionalcoaching.com)

[info@nutritionalcoaching.com](mailto:info@nutritionalcoaching.com)

[formacion@nutritionalcoaching.com](mailto:formacion@nutritionalcoaching.com)

## Oficina España

C/Ángel Vidal 25 Bajos 1º - 08870 Sitges (Barcelona)

T +34 93 250 38 58 / +34 601 203 709

