

EL SÍNDROME DE BURNOUT

SKU: EVOL-8487-VNO-A | **Categorías:** [Atención Social y/o Sanitaria](#), [Formación, Educación y Orientación Laboral](#), [PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES](#), [Protocolo Empresarial, Protocolo Institucional y Organización de Eventos](#), [SANIDAD](#)

INFORMACIÓN DEL CURSO

Horas [25](#)

CURSO DE ESPECIALIZACIÓN

El síndrome de burnout

Objetivos

- Conocer en qué consiste el síndrome de burnout.
- Analizar las principales causas, factores determinantes y consecuencias.
- Conocer las características del estrés laboral.
- Estudiar la repercusión que tiene sobre el individuo el ambiente físico y la organización del trabajo.

Contenidos

UD1. Burnout.

1.1. Introducción al Concepto.

1.2. Breve Recorrido Histórico.

1.3. Definiciones.

1.4. Epidemiología y Costes del Estrés Laboral.

1.5. Factores Psicosociales.

1.6. ¿La Fatiga es igual que el Estrés?.



Página: 1

[Atención Social y/o Sanitaria](#), [Formación, Educación y Orientación Laboral](#), [PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES](#), [Protocolo Empresarial, Protocolo Institucional y Organización de Eventos](#), [SANIDAD](#)

UD2. Sintomatología.

- 2.1. Características Comunes a todas las Definiciones.
- 2.2. Síntomas del Burnout.
- 2.3. ¿Quiénes son los Principales Afectados?.
- 2.4. ¿Por qué se Produce?.
- 2.5. Factores de Riesgo.
- 2.6. Características de la Persona.
- 2.7. Consecuencias del Burnout.

UD3. Métodos de Detección y Medición.

- 3.1. Reconocimiento de los Principales Factores causantes de Estrés Laboral.
- 3.2. Métodos Diseñados para la Evaluación del Estrés Laboral.
- 3.3. ¿Cómo se Mide el Síndrome?.

UD4. Factores Estresores.

- 4.1. Estresores: Concepto y Tipos.
- 4.2. Consecuencias de los Factores Estresores Laborales.
- 4.3. El Rol.
- 4.4. Trabajo a Turnos.
- 4.5. Sobrecarga de Trabajo.
- 4.6. Exposición a Riesgos y Peligros.
- 4.7. Contenidos del Puesto.
- 4.8. Control sobre el Proceso de Trabajo.



o de Habilidades y Retroalimentación.

Página: 2

[Atención Social y/o Sanitaria, Formación,](#)
[Educación y Orientación Laboral, PREVENCIÓN](#)
[DE RIESGOS LABORALES, Protocolo Empresarial,](#)
[Protocolo Institucional y Organización de](#)
[Eventos, SANIDAD](#)

- 4.10. Incorporación de Nuevas Tecnologías.
- 4.11. Dimensión Estructural de la Organización.
- 4.12. Desarrollo de Carrera: Inseguridad y Posibilidad de Promoción.
- 4.13. Caso Práctico I.
- 4.14. Caso Práctico II.

UD5. Riesgos Asociados al Puesto de Trabajo.

- 5.1. Ruido.
- 5.2. Vibraciones.
- 5.3. Iluminación.
- 5.4. Temperatura.
- 5.5. Higiene y Confort.
- 5.6. Toxicidad.
- 5.7. Caso Práctico.



UD6. Estresores Relacionales.

- 6.1. Prevención del Estrés.
- 6.2. ¿Cómo se puede Prevenir el Estrés?.
- 6.3. Control Interno.
- 6.4. Intervención sobre el Estrés desde la Empresa.
- 6.5. Gestión Personal del Estrés.
- 6.6. Orientaciones Generales para la Gestión del Estrés.
- 6.7. Consejos para una Vida Sana y Libre de Estrés.



¿Cómo prevenir el agotamiento emocional en el ámbito laboral? ¡Nuestro curso online sobre el Síndrome de Educación y Orientación Laboral, PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, Protocolo Empresarial, Protocolo Institucional y Organización de Eventos, SANIDAD

Burnout es la herramienta perfecta para hacer a identificar, prevenir y gestionar este fenómeno tan común en la sociedad actual!

Este programa educativo explora en profundidad el síndrome de burnout, incluyendo causas, síntomas y consecuencias a nivel profesional. Aprenderás estrategias efectivas para manejar el estrés laboral, establecer límites saludables y promover un equilibrio entre tu vida laboral y personal.

Dirigido a profesionales que deseen proteger su estado emocional y mental, así como a líderes empresariales interesados en promover la salud laboral en sus equipos, este curso te brindará las herramientas necesarias para enfrentar el agotamiento emocional con éxito y mantener una vida equilibrada y satisfactoria. ¡Inscríbete ahora en nuestro curso online sobre el Síndrome de Burnout y descubre cómo puedes cuidar tu bienestar mientras alcanzas tus metas profesionales con plenitud!

Tal vez te interese este curso: [Curso Superior de Gestión de Estrés Laboral y afrontamiento del Síndrome de Burnout](#)

O quizá este otro: [Técnico Profesional en Psicología Social](#)

Síguenos en: [Instagram](#)

