ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Atención y Entorno Digital: Configuración del Espacio de Trabajo

4 ECTS | 100 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Amplía tu formación con este programa especializado que te permitirá dominar las claves para diseñar y gestionar un espacio de trabajo digital eficiente y saludable. En un contexto profesional donde la hiperconectividad y la sobrecarga informativa representan desafíos constantes, resulta fundamental comprender cómo optimizar nuestra capacidad atencional y configurar entornos tecnológicos que potencien el rendimiento sin comprometer el bienestar.

A lo largo de esta formación, profundizarás en los fundamentos neuropsicológicos de la atención, aprenderás a diseñar arquitecturas de información eficaces y dominarás los principios de ergonomía digital aplicados al puesto de trabajo.

Duración
100 horas

Créditos
4 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos neuropsicológicos y contextuales de la atención humana, identificando los factores que modulan el rendimiento atencional en entornos mediados por tecnología digital.

Aplicar los principios de ergonomía física, cognitiva y organizacional al diseño del espacio de trabajo, incorporando medidas de prevención de riesgos laborales asociados al uso continuado de dispositivos tecnológicos.

Desarrollar estrategias cognitivas y metodológicas de gestión de la atención, implementando técnicas de organización temporal y protocolos de minimización de distracciones adaptados al trabajo digital, remoto e híbrido.

Utilizar indicadores, metodologías de evaluación y herramientas de diagnóstico del entorno digital de trabajo, elaborando planes de optimización y mejora continua del espacio profesional configurado.

Analizar los componentes y la arquitectura del entorno digital de trabajo, diferenciando las dimensiones de hardware, software, conectividad y organización de la información que configuran un ecosistema profesional eficaz.

Dominar la configuración y personalización de herramientas y plataformas digitales, diseñando flujos de trabajo automatizados y sistemas de gestión de la información orientados al rendimiento profesional.

Conocer los principios de ciberseguridad, privacidad y bienestar digital, aplicando buenas prácticas de protección de datos y hábitos saludables que garanticen la sostenibilidad del rendimiento profesional a largo plazo.

Diseñar un plan personalizado e integral de configuración del espacio de trabajo digital, fundamentando cada decisión en la evidencia científica, las necesidades profesionales y las tendencias tecnológicas emergentes.

Temario

01 Fundamentos de la atención humana en el contexto digital contemporáneo

1.1. Conceptualización de la atención: definiciones, dimensiones y tipologías fundamentales
1.2. Bases neuropsicológicas de los procesos atencionales aplicados al rendimiento profesional
1.3. La atención en la era digital: transformaciones, desafíos y oportunidades emergentes
1.4. Economía de la atención: la atención como recurso escaso y de alto valor en el entorno profesional
1.5. Factores individuales y contextuales que modulan la atención en entornos digitales

02 El entorno digital como espacio de trabajo: conceptualización, componentes y arquitectura

2.1. Definición y evolución histórica del concepto de espacio de trabajo digital
2.2. Componentes fundamentales del entorno digital de trabajo
2.3. Arquitectura de la información en el espacio de trabajo digital
2.4. Ecosistemas digitales integrados: interoperabilidad entre herramientas y plataformas
2.5. Análisis de necesidades profesionales previo a la configuración del entorno digital de trabajo
2.6. Requisitos funcionales y técnicos para la configuración de un espacio de trabajo eficaz

Temario

03 Ergonomía digital y diseño del espacio de trabajo físico-tecnológico

3.1. Principios de ergonomía aplicados al puesto de trabajo digital
3.2. Configuración óptima del entorno físico para el desempeño del trabajo digital
3.3. Diseño de la interfaz digital orientado a la usabilidad y la eficiencia profesional
3.4. Prevención de riesgos laborales asociados al trabajo digital continuado
3.5. Adaptación ergonómica del espacio de trabajo en contextos remotos y domésticos
3.6. Normativa vigente y recomendaciones técnicas sobre puestos de trabajo con pantallas de visualización
3.7. Evaluación ergonómica integral del espacio de trabajo digital: herramientas y procedimientos

Temario

04 Configuración y personalización de herramientas y plataformas digitales de trabajo

4.1. Selección estratégica de herramientas digitales en función de los objetivos profesionales
4.2. Configuración del sistema operativo como base funcional del espacio de trabajo
4.3. Herramientas de productividad personal y gestión de tareas profesionales
4.4. Herramientas de comunicación y colaboración en equipos de trabajo distribuidos
4.5. Automatización de flujos de trabajo y eliminación de tareas repetitivas
4.6. Gestión del almacenamiento digital y configuración de copias de seguridad
4.7. Configuración de herramientas de búsqueda y recuperación avanzada de información
4.8. Actualización, mantenimiento preventivo y gestión del ciclo de vida de las herramientas digitales

Temario

05 Gestión de la atención y estrategias de prevención de la distracción en entornos digitales

5.1. Identificación y clasificación de las principales fuentes de distracción digital
5.2. Estrategias cognitivas para el desarrollo y mantenimiento de la atención sostenida
5.3. Métodos de organización temporal para la optimización del rendimiento atencional
5.4. Configuración tecnológica del entorno orientada a la minimización de interrupciones
5.5. Diseño de rutinas y protocolos digitales estructurados para la atención productiva
5.6. Gestión específica de la atención en contextos de trabajo remoto, híbrido y flexible
5.7. Evaluación personal del rendimiento atencional y ajuste dinámico de estrategias

Temario

06 Seguridad, privacidad y bienestar digital en el espacio de trabajo configurado

6.1. Principios de ciberseguridad aplicados al entorno de trabajo digital profesional
6.2. Gestión de la privacidad y protección de datos personales en el entorno laboral digital
6.3. Bienestar digital y equilibrio sostenible en la relación persona-tecnología
6.4. Hábitos digitales saludables para la sostenibilidad del rendimiento profesional a largo plazo
6.5. Accesibilidad e inclusión digital en la configuración del espacio de trabajo profesional

07 Evaluación, optimización y mejora continua del espacio de trabajo digital

7.1. Indicadores clave de rendimiento del espacio de trabajo digital configurado
7.2. Metodologías de evaluación, diagnóstico y resolución de problemas del entorno digital de trabajo
7.3. Tendencias emergentes y prospectiva del futuro del espacio de trabajo digital
7.4. Diseño de un plan personalizado e integral de configuración, mantenimiento y mejora del entorno digital de trabajo

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 4 créditos ECTS y 100 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06
Contenidos actualizados
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07
El curso, por escrito
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08
Autónomo, pero acompañado
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09
Enseñanza adaptada
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10
Estudio sencillo e intuitivo
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

