ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Bienestar de los Residentes MIR, EIR y PIR: Prevención del Desgaste durante la Residencia

6 ECTS | 150 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



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Bienestar de los Residentes MIR, EIR y PIR: Prevención del Desgaste durante la Residencia de ICUFOR. Esta formación responde a una necesidad creciente en el ámbito sanitario: proteger la salud mental de los profesionales en formación. La etapa de residencia constituye un periodo de alta exigencia que puede derivar en desgaste emocional si no se cuenta con las herramientas adecuadas. Desde ICUFOR, ofrecemos una preparación integral para abordar esta problemática con rigor científico y enfoque práctico.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Conocer el marco contextual de la formación sanitaria especializada en España, identificando la estructura, normativa y condiciones laborales que caracterizan las vías de residencia MIR, EIR y PIR.

Analizar el síndrome de burnout en residentes sanitarios, distinguiendo sus dimensiones, instrumentos de evaluación, prevalencia y consecuencias sobre la salud del profesional y la seguridad del paciente.

Identificar el impacto psicoemocional de la residencia, describiendo las manifestaciones del sufrimiento moral, la fatiga por compasión, el trauma vicario y otros problemas de salud mental en profesionales en formación.

Comprender los fundamentos teóricos del bienestar profesional y del desgaste en profesionales sanitarios, diferenciando los principales modelos explicativos del estrés laboral y del engagement en el contexto de la residencia.

Clasificar los factores de riesgo y los factores protectores asociados al desgaste durante la residencia, relacionando variables individuales, organizacionales y socioculturales mediante modelos integradores.

Desarrollar competencias emocionales y estrategias individuales de autocuidado, aplicando técnicas de regulación emocional, mindfulness, afrontamiento cognitivo-conductual y hábitos saludables adaptados al contexto formativo del residente.

Objetivos del curso

Dominar las habilidades de comunicación interprofesional y gestión de conflictos en el entorno clínico-formativo, incorporando estrategias de resolución constructiva y protocolos de actuación ante situaciones de acoso y violencia.

Diseñar, implementar y evaluar programas preventivos del desgaste en la formación sanitaria especializada, fundamentando las intervenciones en la evidencia científica y articulando la responsabilidad institucional y el rol del tutor en la protección del bienestar del residente.

Temario

01 Marco contextual de la formación sanitaria especializada en España: el sistema de residencia MIR, EIR y PIR

1.1. Estructura y organización del sistema de formación sanitaria especializada en España
1.2. Caracterización de las diferentes vías de especialización: MIR, EIR y PIR
1.3. Condiciones laborales y formativas del residente en el sistema sanitario español
1.4. Retos actuales y perspectivas de futuro en la formación sanitaria especializada

02 Fundamentos teóricos y conceptuales del bienestar profesional y el desgaste en profesionales sanitarios

2.1. Conceptualización del bienestar profesional en el ámbito sanitario
2.2. El concepto de desgaste profesional: delimitación terminológica y evolución histórica
2.3. Principales modelos explicativos del estrés laboral en profesionales sanitarios
2.4. El engagement laboral como constructo complementario al desgaste profesional
2.5. La salud mental de los profesionales sanitarios como problema de salud pública
2.6. Especificidades del desgaste en profesionales en formación frente a profesionales consolidados

Temario

03 El síndrome de burnout en residentes sanitarios: conceptualización, diagnóstico y consecuencias

3.1. Definición y evolución del concepto de burnout en las ciencias de la salud
3.2. Dimensiones del síndrome de burnout: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal
3.3. Instrumentos de evaluación y diagnóstico del burnout en residentes
3.4. Prevalencia del burnout en residentes MIR, EIR y PIR: evidencia científica actual
3.5. Consecuencias del burnout en el residente: impacto en la salud, el desempeño y la seguridad del paciente
3.6. Diagnóstico diferencial del burnout con otros trastornos psicológicos y estados de malestar
3.7. Trayectorias temporales del burnout durante la residencia: fases críticas y puntos de inflexión

Temario

04 Factores de riesgo y factores protectores asociados al desgaste durante la residencia

4.1. Clasificación de los factores de riesgo según su nivel de influencia
4.2. Factores de riesgo individuales: características personales y vulnerabilidades psicológicas
4.3. Factores de riesgo organizacionales e institucionales
4.4. Factores de riesgo socioculturales y del entorno
4.5. El currículo oculto y la socialización profesional como determinantes del bienestar del residente
4.6. Factores protectores individuales: recursos personales frente al desgaste
4.7. Factores protectores organizacionales: condiciones institucionales que promueven el bienestar
4.8. Interacción entre factores de riesgo y factores protectores: modelos integradores

Temario

05 Impacto psicoemocional de la residencia: sufrimiento moral, fatiga por compasión y trauma vicario

5.1. El sufrimiento moral en los profesionales sanitarios en formación
5.2. La fatiga por compasión en residentes: del desgaste empático al agotamiento profesional
5.3. El trauma vicario y el estrés traumático secundario en la formación sanitaria
5.4. Ansiedad, depresión e ideación suicida en residentes: magnitud del problema y señales de alerta
5.5. Consumo de sustancias y conductas de riesgo como mecanismos de afrontamiento disfuncional

Temario

06 Desarrollo de competencias emocionales y fortalecimiento de la resiliencia en el residente

6.1. Marco conceptual de las competencias emocionales en el ámbito sanitario
6.2. Autoconocimiento emocional y conciencia de las propias necesidades psicológicas
6.3. Regulación emocional en contextos de alta exigencia asistencial
6.4. Empatía equilibrada y gestión de los límites emocionales en la relación con el paciente
6.5. La resiliencia como competencia profesional: modelos teóricos y evidencia empírica
6.6. Crecimiento postraumático y construcción de sentido a través de la experiencia clínica

Temario

07 Estrategias individuales de autocuidado y técnicas de afrontamiento del estrés durante la residencia

7.1. El autocuidado como responsabilidad profesional y ética del residente
7.2. Técnicas de mindfulness y atención plena aplicadas al contexto sanitario
7.3. Técnicas de relajación, respiración controlada y gestión de la activación fisiológica
7.4. Estrategias cognitivo-conductuales para la gestión de pensamientos disfuncionales
7.5. Hábitos saludables: sueño, alimentación y actividad física durante la residencia
7.6. Gestión eficaz del tiempo, establecimiento de prioridades y prevención de la sobrecarga
7.7. El papel del ocio, las relaciones sociales y la desconexión en la recuperación psicológica del estrés

Temario

08 Relaciones interprofesionales, comunicación eficaz y gestión de conflictos en el entorno clínico-formativo

8.1. Dinámicas relacionales en los equipos asistenciales y su impacto en el bienestar del residente
8.2. Comunicación asertiva y habilidades de comunicación interprofesional
8.3. Gestión de conflictos interprofesionales durante la formación sanitaria especializada
8.4. Acoso laboral, discriminación y violencia en el entorno formativo: identificación y abordaje
8.5. Apoyo entre iguales y el feedback constructivo como herramientas de desarrollo profesional y protección del bienestar

Temario

09 Responsabilidad institucional y rol del tutor en la protección del bienestar del residente

9.1. La responsabilidad ética e institucional en la promoción de la salud del residente
9.2. El tutor como figura clave en el acompañamiento y la detección del malestar del residente
9.3. Las comisiones de docencia y los servicios de prevención de riesgos laborales
9.4. Recursos institucionales de apoyo psicológico y acompañamiento al residente
9.5. Cultura organizacional saludable: claves para la transformación de las instituciones sanitarias
9.6. Liderazgo positivo y su influencia en el bienestar de los equipos en formación

Temario

10 Diseño, implementación y evaluación de programas preventivos del desgaste en la formación sanitaria especializada

10.1. Principios y marcos conceptuales para el diseño de programas de prevención del desgaste
10.2. Diagnóstico de necesidades: métodos para la evaluación del bienestar en unidades docentes
10.3. Diseño de intervenciones preventivas a nivel individual, grupal e institucional
10.4. Implementación de programas preventivos: fases, agentes implicados y gestión del cambio institucional
10.5. Evaluación de la eficacia y sostenibilidad de los programas de prevención y retos futuros

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 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

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



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

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

