ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Estrés Crónico y Salud Física: Mecanismos Biopsicosociales e Intervención Psicológica en el Ámbito Sanitario

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



Amplía tu formación con el Curso de Formación Permanente en Estrés Crónico y Salud Física: Mecanismos Biopsicosociales e Intervención Psicológica en el Ámbito Sanitario de ICUFOR. En la actualidad, el estrés crónico constituye un factor determinante en el desarrollo y evolución de múltiples patologías físicas, desde enfermedades cardiovasculares hasta síndromes de dolor crónico. Este programa te permitirá comprender en profundidad los mecanismos que vinculan el estrés mantenido con la enfermedad, capacitándote para intervenir de manera integral en contextos sanitarios.

A lo largo de esta formación, explorarás los fundamentos neurobiológicos y psiconeuroinmunológicos de la respuesta de estrés, así como su impacto en sistemas cardiovascular, metabólico, gastrointestinal y dermatológico.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Conocer los fundamentos conceptuales del estrés crónico diferenciando sus modelos teóricos, tipología y relevancia epidemiológica.

Analizar la relación entre estrés crónico y enfermedad física aplicando el modelo biopsicosocial y los principios de la psiconeuroinmunología.

Dominar los procedimientos de evaluación psicológica del estrés crónico en contextos sanitarios utilizando instrumentos psicométricos, indicadores psicofisiológicos y modelos de formulación clínica integradora.

Elaborar programas de intervención en estrés crónico aplicando criterios de planificación, implementación y evaluación de resultados en el ámbito sanitario.

Describir las bases neurobiológicas y psicofisiológicas de la respuesta de estrés crónico identificando las estructuras cerebrales, los ejes neuroendocrinos y los mecanismos de desregulación implicados.

Identificar los mecanismos fisiopatológicos que vinculan el estrés crónico con las principales patologías físicas diferenciando las vías específicas en cada condición clínica.

Diseñar intervenciones psicológicas basadas en la evidencia para el manejo del estrés crónico seleccionando técnicas cognitivo-conductuales y de tercera generación adaptadas al perfil clínico y la patología del paciente.

Desarrollar competencias para el trabajo interdisciplinar en el contexto sanitario incorporando principios éticos, estrategias de autocuidado profesional y criterios de coordinación interprofesional.

Temario

01 Fundamentos conceptuales del estrés: delimitación teórica, tipología y evolución histórica del constructo

1.1. Origen y evolución histórica del concepto de estrés en las ciencias de la salud
1.2. Delimitación conceptual del estrés crónico frente a otras formas de estrés
1.3. Principales modelos teóricos contemporáneos sobre el estrés crónico
1.4. Taxonomía de los estresores crónicos: fuentes, naturaleza y características
1.5. Epidemiología del estrés crónico y su relevancia como problema de salud pública

Temario

02 Bases neurobiológicas y psicofisiológicas de la respuesta de estrés crónico

2.1. Arquitectura neuroanatómica de la respuesta de estrés: estructuras cerebrales implicadas
2.2. El eje hipotálamo-hipófiso-adrenal: funcionamiento, regulación y desregulación crónica
2.3. El sistema nervioso autónomo en el estrés crónico: activación simpática sostenida y desbalance vagal
2.4. Neurotransmisión y estrés crónico: alteraciones en sistemas catecolaminérgicos, serotoninérgicos y gabaérgicos
2.5. Neuroplasticidad y estrés crónico: cambios estructurales y funcionales en el cerebro
2.6. El concepto de sensibilización al estrés y su papel en la cronificación de la respuesta psicofisiológica
2.7. Diferencias individuales en la reactividad al estrés: factores genéticos, epigenéticos y temperamentales

Temario

03 El modelo biopsicosocial aplicado a la relación entre estrés crónico y enfermedad física

3.1. Fundamentos del modelo biopsicosocial de Engel y su actualización contemporánea
3.2. Factores psicológicos mediadores entre el estrés crónico y la enfermedad física
3.3. Factores sociales y contextuales que amplifican o amortiguan el impacto del estrés crónico en la salud
3.4. Conductas de salud mediadas por el estrés crónico
3.5. Vías de interacción bidireccional entre enfermedad física y estrés: el ciclo de retroalimentación patogénica
3.6. Implicaciones del modelo biopsicosocial para el diseño de intervenciones integradoras en el ámbito sanitario

Temario

04 Estrés crónico, inflamación sistémica y disfunción inmunológica: mecanismos psiconeuroinmunológicos

4.1. Fundamentos de la psiconeuroinmunología: comunicación bidireccional entre sistema nervioso e inmunológico
4.2. Efectos del estrés crónico sobre la inmunidad innata
4.3. Efectos del estrés crónico sobre la inmunidad adaptativa
4.4. Inflamación crónica de bajo grado inducida por el estrés: mecanismos y biomarcadores
4.5. Estrés crónico y susceptibilidad a enfermedades infecciosas: evidencia empírica
4.6. Estrés crónico y enfermedades autoinmunes
4.7. Implicaciones clínicas de la disfunción inmunológica mediada por estrés para la práctica sanitaria

Temario

05 Estrés crónico y patología cardiovascular y metabólica: mecanismos fisiopatológicos y evidencia clínica

5.1. Estrés crónico como factor de riesgo cardiovascular independiente
5.2. Mecanismos fisiopatológicos que vinculan el estrés crónico con la enfermedad cardiovascular
5.3. Estrés crónico y síndrome metabólico: resistencia a la insulina, obesidad visceral y dislipidemia
5.4. Estrés crónico y diabetes mellitus tipo 2: vías de asociación y evidencia epidemiológica
5.5. Variables psicológicas relevantes en el paciente cardiovascular y metabólico
5.6. Implicaciones para la intervención psicológica en la prevención y rehabilitación cardiovascular

Temario

06 Estrés crónico y dolor crónico: mecanismos de sensibilización, somatización y comorbilidad

6.1. Conceptualización biopsicosocial del dolor crónico y su relación con el estrés mantenido
6.2. Mecanismos de sensibilización central y periférica mediados por el estrés crónico
6.3. El modelo de miedo-evitación y su interacción con el estrés crónico
6.4. Estrés crónico y síndromes de sensibilización central
6.5. Somatización y síntomas físicos funcionales en el contexto del estrés crónico
6.6. Comorbilidad entre dolor crónico, estrés y trastornos emocionales
6.7. Principios generales de la intervención psicológica en el dolor crónico asociado al estrés

Temario

07 Estrés crónico y otras condiciones de salud física: patología gastrointestinal, dermatológica y oncológica

7.1. Estrés crónico y trastornos gastrointestinales funcionales y orgánicos
7.2. Estrés crónico y patología dermatológica
7.3. Estrés crónico y cáncer: estado de la evidencia sobre incidencia, progresión y supervivencia
7.4. Estrés crónico, trastornos del sueño y salud reproductiva
7.5. Comorbilidad multisistémica asociada al estrés crónico: una perspectiva integradora

Temario

08 Evaluación psicológica del estrés crónico y su impacto en la salud física en contextos sanitarios

8.1. Principios, objetivos y funciones de la evaluación psicológica del estrés crónico en el ámbito sanitario
8.2. Entrevista clínica semiestructurada para la valoración del estrés crónico en pacientes con patología física
8.3. Instrumentos psicométricos estandarizados para la medición del estrés crónico y variables asociadas
8.4. Evaluación psicofisiológica y biomarcadores de estrés crónico
8.5. Evaluación de conductas de salud y adherencia terapéutica en pacientes con estrés crónico y enfermedad física
8.6. Formulación clínica integradora del caso: articulación de factores biológicos, psicológicos y sociales
8.7. Consideraciones éticas y deontológicas en la evaluación psicológica dentro del sistema sanitario

Temario

09 Intervenciones cognitivo-conductuales y de tercera generación para el manejo del estrés crónico en pacientes con enfermedad física

9.1. Principios generales de la intervención psicológica en estrés crónico asociado a enfermedad física
9.2. Terapia cognitivo-conductual aplicada al estrés crónico y la enfermedad física
9.3. Técnicas de relajación y regulación psicofisiológica con evidencia en el ámbito sanitario
9.4. Intervenciones basadas en mindfulness para la reducción del estrés en pacientes con patología física
9.5. Terapia de aceptación y compromiso aplicada al estrés crónico y la enfermedad física
9.6. Otras terapias de tercera generación con aplicación al estrés crónico y la salud
9.7. Intervenciones psicológicas breves y de baja intensidad en contextos sanitarios
9.8. Criterios para la selección y secuenciación de técnicas según el perfil clínico y la patología asociada

Temario

10 Intervención psicológica específica en poblaciones y contextos sanitarios con alta prevalencia de estrés crónico

10.1. Intervención psicológica en pacientes oncológicos: estrés, afrontamiento y psicooncología
10.2. Intervención psicológica en pacientes con enfermedades cardiovasculares y rehabilitación cardíaca
10.3. Intervención psicológica en pacientes con dolor crónico y síndromes de sensibilización central
10.4. Intervención psicológica en enfermedades autoinmunes e inflamatorias crónicas
10.5. Intervención psicológica en trastornos funcionales y síntomas somáticos sin explicación médica
10.6. Intervención psicológica con cuidadores principales de personas con enfermedad grave

Temario

11 Diseño, implementación y evaluación de programas de intervención psicológica para el manejo del estrés crónico en el ámbito sanitario

11.1. Análisis de necesidades y planificación de programas de intervención en estrés crónico
11.2. Estructuración de programas: formatos individual, grupal y combinado
11.3. Integración de modalidades presenciales, telemáticas y digitales en los programas de intervención
11.4. Promoción de la adherencia terapéutica y estrategias motivacionales en pacientes con estrés crónico y enfermedad física
11.5. Evaluación de resultados, transferencia e implementación de programas en el contexto sanitario

12 Trabajo interdisciplinar, ética profesional y autocuidado del psicólogo en el ámbito sanitario

12.1. El rol del psicólogo sanitario en equipos multidisciplinares de atención a pacientes con estrés crónico y enfermedad física
12.2. Aspectos éticos y deontológicos de la intervención psicológica en el contexto sanitario
12.3. Estrés crónico y desgaste profesional del psicólogo sanitario
12.4. Perspectivas de futuro en la investigación y la práctica clínica sobre estrés crónico y salud física

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

