ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Malestar Emocional sin Trastorno Mental en Atención Primaria: Abordaje Psicológico para Profesionales de la Psicología

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 Malestar Emocional sin Trastorno Mental en Atención Primaria: Abordaje Psicológico para Profesionales de la Psicología de ICUFOR. En un contexto sanitario donde la demanda por sufrimiento emocional sin diagnóstico clínico crece exponencialmente, resulta imprescindible que los profesionales de la psicología cuenten con herramientas específicas para intervenir de manera eficaz en este primer nivel asistencial. Este programa responde a una necesidad real del sistema de salud español, ofreciendo una formación rigurosa y actualizada.



Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Diferenciar el malestar emocional del trastorno mental, analizando los criterios conceptuales, epistemológicos y éticos que delimitan ambas categorías dentro del continuum de la experiencia emocional.

Identificar los determinantes psicosociales y factores de vulnerabilidad asociados a la aparición del malestar emocional, relacionando variables socioeconómicas, relacionales, culturales y de género con sus manifestaciones clínicas a lo largo del ciclo vital.

Dominar los procedimientos de evaluación, detección y formulación clínica del malestar emocional en Atención Primaria, aplicando técnicas de entrevista breve, instrumentos de cribado validados y criterios de diagnóstico diferencial y derivación.

Conocer los modelos de intervención psicológica breve basados en la evidencia, distinguiendo sus indicaciones, formatos y criterios de selección según el perfil y la intensidad del malestar del paciente.

Aplicar técnicas terapéuticas específicas para el manejo del malestar emocional, incorporando estrategias de psicoeducación, regulación emocional, activación conductual, reestructuración cognitiva y herramientas digitales de apoyo.

Diseñar intervenciones grupales y programas de prescripción social, identificando recursos comunitarios y activos para la salud emocional que complementen la atención psicológica individual en los centros de salud.

Objetivos del curso

Fundamentar estrategias de prevención de la medicalización y la psicopatologización del sufrimiento emocional cotidiano, desarrollando acciones de promoción de la salud mental positiva y desprescripción desde la Atención Primaria.

Desarrollar competencias clínicas, colaborativas y de autocuidado profesional, elaborando planes de intervención individualizados a partir del análisis de casos clínicos y de la coordinación interprofesional efectiva dentro del equipo de Atención Primaria.

Temario

01 Fundamentos conceptuales del malestar emocional diferenciado del trastorno mental

1.1. Definición y delimitación del concepto de malestar emocional en el ámbito de la salud
1.2. Evolución histórica de la concepción del sufrimiento emocional en la psicología y la medicina
1.3. Marcos teóricos para la comprensión del malestar emocional no patológico
1.4. Clasificaciones diagnósticas y sus limitaciones en la identificación del malestar emocional
1.5. Implicaciones éticas y epistemológicas de la distinción entre malestar emocional y trastorno mental

02 El contexto de la Atención Primaria como escenario de intervención psicológica

2.1. Organización y funcionamiento de la Atención Primaria de Salud en el sistema sanitario español
2.2. Prevalencia y demanda de atención por malestar emocional en las consultas de Atención Primaria
2.3. El papel del profesional de la psicología clínica en los equipos de Atención Primaria
2.4. Barreras y facilitadores para la implementación efectiva de servicios psicológicos en Atención Primaria

Temario

03 Determinantes psicosociales y factores asociados a la aparición del malestar emocional

3.1. Factores socioeconómicos y su influencia directa en el bienestar emocional de la población
3.2. Factores relacionales y familiares como origen y mantenimiento del malestar emocional
3.3. Transiciones vitales y eventos estresantes como desencadenantes del malestar
3.4. Factores culturales, de género y generacionales en la expresión y vivencia del malestar
3.5. Interacción entre factores de riesgo y mecanismos de vulnerabilidad psicológica individual
3.6. Factores de protección y procesos de resiliencia frente al malestar emocional

Temario

04 Evaluación y detección del malestar emocional en el ámbito de la Atención Primaria

4.1. Principios generales de la evaluación psicológica aplicada al malestar emocional
4.2. La entrevista clínica como herramienta central de detección y exploración del malestar
4.3. Instrumentos de cribado y escalas de evaluación del malestar emocional sin trastorno
4.4. Evaluación funcional del impacto del malestar en la vida cotidiana del paciente
4.5. Diagnóstico diferencial entre malestar emocional adaptativo y trastorno mental establecido
4.6. Formulación clínica del caso desde una perspectiva integradora y contextual
4.7. Registro, documentación y comunicación de los resultados de la evaluación en el equipo asistencial

Temario

05 Manifestaciones clínicas del malestar emocional sin diagnóstico psicopatológico

5.1. Malestar emocional asociado a sintomatología ansioso-depresiva de carácter subclínico
5.2. Somatizaciones y quejas físicas funcionales de origen emocional en las consultas de Atención Primaria
5.3. Duelo normal y procesos adaptativos ante la pérdida significativa
5.4. Malestar emocional vinculado a conflictos relacionales, crisis de pareja y dificultades familiares
5.5. Insomnio, fatiga crónica y otras manifestaciones inespecíficas asociadas al malestar emocional
5.6. Malestar emocional en poblaciones específicas a lo largo del ciclo vital

Temario

06 Modelos de intervención psicológica breve basados en la evidencia para Atención Primaria

6.1. Fundamentos y principios de las intervenciones psicológicas breves en contextos sanitarios
6.2. Terapia cognitivo-conductual breve aplicada al malestar emocional sin trastorno
6.3. Intervenciones fundamentadas en la terapia de solución de problemas
6.4. Intervenciones basadas en mindfulness y terapias contextuales de tercera generación
6.5. Counselling psicológico y entrevista motivacional en el abordaje del malestar emocional
6.6. Intervenciones narrativas y centradas en soluciones para el malestar emocional
6.7. Modelos de intervención escalonada y atención graduada según la intensidad del malestar
6.8. Criterios clínicos para la selección del modelo de intervención según el perfil y las necesidades del paciente

Temario

07 Técnicas y herramientas terapéuticas específicas para el manejo del malestar emocional

7.1. Psicoeducación sobre emociones y normalización del malestar como recurso terapéutico fundamental
7.2. Técnicas de regulación emocional aplicadas al malestar cotidiano
7.3. Técnicas de gestión del estrés y activación de respuestas de calma
7.4. Estrategias cognitivas de reevaluación, reestructuración y defusión cognitiva
7.5. Técnicas de activación conductual y promoción de hábitos de vida saludables
7.6. Intervenciones orientadas al fortalecimiento de recursos personales y redes de apoyo
7.7. Herramientas digitales y recursos tecnológicos de apoyo a la intervención psicológica

Temario

08 Intervención grupal y prescripción social en el abordaje del malestar emocional

8.1. Fundamentos de la intervención grupal para el malestar emocional en Atención Primaria
8.2. Diseño y facilitación de grupos psicoeducativos y terapéuticos
8.3. Prescripción social como recurso terapéutico complementario
8.4. Identificación y activación de recursos comunitarios para el bienestar emocional
8.5. Evaluación de la efectividad de las intervenciones grupales y comunitarias
8.6. Experiencias y programas de referencia en el ámbito nacional e internacional

Temario

09 Prevención de la medicalización y la psicopatologización del sufrimiento emocional cotidiano

9.1. Concepto y dimensiones del fenómeno de la medicalización del malestar emocional
9.2. Sobrediagnóstico y sobretratamiento farmacológico del malestar emocional sin trastorno
9.3. El papel del profesional de la psicología en la desestigmatización y la normalización del sufrimiento emocional
9.4. Promoción de la salud mental positiva y prevención del malestar desde la Atención Primaria
9.5. Abogacía profesional y participación activa en la formulación de políticas de salud mental comunitaria

10 Coordinación interprofesional y modelos de atención colaborativa en Atención Primaria

10.1. Fundamentos de la atención colaborativa en salud mental dentro de la Atención Primaria
10.2. Coordinación entre el profesional de la psicología y el médico de familia en la práctica diaria
10.3. Articulación con los servicios especializados de salud mental y garantía de la continuidad asistencial
10.4. Dinámica del trabajo en equipo multidisciplinar y gestión de conflictos interprofesionales

Temario

11 Competencias profesionales, autocuidado del terapeuta y aplicación práctica mediante análisis de casos clínicos

11.1. Competencias específicas del profesional de la psicología para la atención del malestar emocional en Atención Primaria
11.2. Prevención del desgaste profesional y estrategias de autocuidado del terapeuta
11.3. Consideraciones éticas y deontológicas en el abordaje del malestar emocional sin trastorno
11.4. Análisis y resolución de casos clínicos representativos del malestar emocional en Atención Primaria
11.5. Diseño de planes de intervención individualizados a partir del análisis de los casos clínicos presentados
11.6. Evaluación de resultados, seguimiento longitudinal y criterios de alta en la intervención psicológica

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

