ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Prevención del Estrés Laboral y del Burnout en Empleados Públicos de la Administración Local

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 nuestro Curso de Formación Permanente en Prevención del Estrés Laboral y del Burnout en Empleados Públicos de la Administración Local. En un contexto donde las administraciones públicas enfrentan crecientes exigencias, la salud psicosocial de los empleados públicos se ha convertido en una prioridad estratégica que requiere profesionales capacitados para identificar, prevenir y abordar estos riesgos de manera efectiva.

A lo largo del programa, profundizarás en los fundamentos teóricos del estrés laboral y el síndrome de burnout, analizando sus manifestaciones específicas en el entorno de la Administración Local. Estudiarás el marco normativo aplicable, las metodologías de evaluación de riesgos psicosociales y los instrumentos validados para su diagnóstico.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos teóricos del estrés laboral y del síndrome de burnout, diferenciando sus dimensiones constitutivas y bases psicofisiológicas.

Distinguir las fases evolutivas, manifestaciones clínicas y consecuencias del burnout, reconociendo los grupos especialmente vulnerables en el ámbito local.

Dominar los instrumentos estandarizados y las técnicas cualitativas de evaluación psicosocial, aplicando una metodología rigurosa adaptada al contexto organizativo de la Administración Local.

Elaborar planes integrales de prevención del estrés laboral y el burnout en entidades locales, incorporando indicadores de seguimiento, procesos de mejora continua y la participación de todos los agentes implicados.

Identificar los factores de riesgo psicosocial presentes en la Administración Local, analizando su interacción y efecto acumulativo sobre los empleados públicos.

Conocer el marco normativo y las responsabilidades institucionales en materia de prevención de riesgos psicosociales, relacionando la legislación vigente con las obligaciones de las entidades locales.

Diseñar estrategias de prevención primaria, secundaria y terciaria, integrando intervenciones organizacionales, programas de detección precoz y protocolos de recuperación y reincorporación del empleado afectado.

Fundamentar la promoción del bienestar psicológico y la resiliencia en el empleo público local, identificando los factores protectores individuales, organizacionales y contextuales que favorecen el engagement y la satisfacción profesional.

Temario

01 Fundamentos teóricos y conceptuales del estrés laboral y del síndrome de burnout

1.1. Conceptualización del estrés laboral: definiciones, evolución histórica y delimitación del constructo
1.2. Modelos teóricos explicativos del estrés laboral
1.3. El síndrome de burnout: origen del concepto, definición y dimensiones constitutivas
1.4. Diferenciación conceptual entre estrés laboral, burnout, fatiga por compasión, tecnoestrés y otros trastornos relacionados
1.5. Bases psicofisiológicas y neurobiológicas de la respuesta al estrés crónico en el entorno laboral

Temario

02 El contexto organizacional de la Administración Local como entorno generador de riesgos psicosociales

2.1. Estructura, funcionamiento y cultura organizacional de las entidades locales
2.2. Características específicas del trabajo en la Administración Local que inciden en el estrés laboral
2.3. Perfiles profesionales con mayor exposición a riesgos psicosociales en el ámbito local
2.4. Efectos de las reformas administrativas y los recortes presupuestarios sobre las plantillas y las condiciones laborales
2.5. Clima laboral, motivación y satisfacción profesional en las administraciones locales españolas
2.6. Epidemiología del estrés laboral y del burnout en las administraciones locales: prevalencia, tendencias y magnitud del problema

Temario

03 Factores de riesgo psicosocial y determinantes del estrés laboral en el empleo público local

3.1. Clasificación y taxonomía de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo público
3.2. Factores organizacionales: diseño del puesto, carga de trabajo y definición de roles
3.3. Factores relacionales: liderazgo, comunicación interpersonal y dinámicas de equipo
3.4. Factores contextuales: precariedad, temporalidad, falta de promoción y estancamiento profesional
3.5. Factores vinculados al entorno físico y a las condiciones materiales de trabajo
3.6. Factores individuales: rasgos de personalidad, estrategias de afrontamiento y vulnerabilidad personal
3.7. Interacción y potenciación entre factores de riesgo: el efecto acumulativo y las espirales de deterioro

Temario

04 El síndrome de burnout en los empleados públicos de la Administración Local: manifestaciones, fases y consecuencias

4.1. Fases evolutivas del síndrome de burnout: del entusiasmo inicial al agotamiento crónico
4.2. Manifestaciones clínicas del burnout en el empleado público local
4.3. Consecuencias del burnout sobre la calidad del servicio público y la atención ciudadana
4.4. Consecuencias organizacionales: costes económicos, rotación de personal y deterioro del clima laboral
4.5. Grupos especialmente vulnerables en la Administración Local
4.6. Impacto del burnout en la esfera personal y familiar del empleado público

05 Factores protectores, resiliencia y promoción del bienestar psicológico en el empleo público local

5.1. Conceptualización y clasificación de los factores protectores frente al estrés laboral y el burnout
5.2. Resiliencia individual y organizacional ante el estrés laboral
5.3. El engagement como polo opuesto del burnout: vinculación psicológica positiva con el trabajo
5.4. El apoyo social como factor protector clave: redes formales e informales en el entorno de trabajo

Temario

06 Marco normativo y responsabilidad institucional en la prevención de riesgos psicosociales en la Administración Local

6.1. Marco jurídico internacional y europeo sobre riesgos psicosociales en el trabajo
6.2. Legislación española en materia de prevención de riesgos laborales aplicada al empleo público
6.3. Responsabilidades de la Administración Local como empleadora en la prevención de riesgos psicosociales
6.4. Protocolos institucionales frente al acoso laboral y la gestión de conflictos interpersonales en las entidades locales
6.5. Jurisprudencia relevante sobre estrés laboral y burnout en la función pública: reconocimiento como contingencia profesional

Temario

07 Evaluación y diagnóstico de los riesgos psicosociales en las entidades locales

7.1. Metodología general para la evaluación de riesgos psicosociales en organizaciones públicas
7.2. Instrumentos estandarizados de evaluación psicosocial aplicables al ámbito de la Administración Local
7.3. Técnicas cualitativas complementarias: entrevistas en profundidad, grupos focales y observación participante
7.4. Indicadores organizacionales de alerta psicosocial: absentismo, rotación, quejas de usuarios y siniestralidad laboral
7.5. Diseño y planificación del proceso evaluativo en una entidad local
7.6. Análisis e interpretación de resultados: del dato a la toma de decisiones preventivas
7.7. Errores frecuentes y limitaciones habituales en la evaluación psicosocial de administraciones locales
7.8. Consideraciones éticas y de confidencialidad en la evaluación psicosocial de empleados públicos

Temario

08 Estrategias de prevención primaria: intervención organizacional para la eliminación y reducción de los factores de riesgo

8.1. Principios fundamentales de la prevención primaria aplicados a la salud psicosocial en el empleo público
8.2. Rediseño organizacional y mejora de las condiciones estructurales de trabajo
8.3. Desarrollo de estilos de liderazgo saludables en mandos intermedios y responsables de área
8.4. Mejora de la comunicación interna y creación de canales efectivos de participación y consulta
8.5. Promoción de una cultura organizacional orientada al bienestar, el reconocimiento profesional y la justicia organizacional
8.6. Planes de carrera, desarrollo profesional y formación continua como factores de protección frente al desgaste
8.7. Integración de la perspectiva psicosocial en la gestión de recursos humanos de la entidad local

Temario

09 Estrategias de prevención secundaria: detección precoz e intervención sobre grupos y personas en situación de riesgo

9.1. Sistemas de vigilancia de la salud psicosocial y mecanismos de detección temprana del malestar laboral
9.2. Programas de formación y sensibilización para empleados públicos sobre estrés laboral y burnout
9.3. Entrenamiento en técnicas de gestión del estrés y regulación emocional para empleados públicos
9.4. Intervención focalizada sobre grupos de riesgo específicos en la Administración Local
9.5. Programas de apoyo entre iguales y fortalecimiento de redes de soporte social en el entorno laboral
9.6. El papel de los representantes sindicales y los delegados de prevención en la detección e intervención preventiva

Temario

10 Estrategias de prevención terciaria: intervención terapéutica, recuperación y reincorporación del empleado afectado

10.1. Protocolos de actuación ante casos diagnosticados de estrés laboral severo y burnout consolidado
10.2. Programas de intervención terapéutica individual y grupal para empleados públicos afectados
10.3. Planificación de la reincorporación gradual al puesto de trabajo tras una baja por burnout
10.4. Programas de asistencia al empleado (Employee Assistance Programs) adaptados al sector público local
10.5. Gestión de las consecuencias organizacionales: impacto en el equipo de trabajo y reconstrucción del clima laboral

Temario

11 Diseño, implementación y evaluación de planes integrales de prevención del estrés laboral y el burnout en la Administración Local

11.1. Fases del diseño de un plan integral de prevención psicosocial para entidades locales
11.2. Implicación institucional y compromiso activo de la dirección política y técnica de la entidad local
11.3. Participación de los agentes clave: organizaciones sindicales, servicios de prevención, recursos humanos y comités de seguridad y salud
11.4. Indicadores de seguimiento y sistemas de evaluación de la eficacia y el impacto del plan
11.5. Procesos de mejora continua y actualización periódica del plan de prevención psicosocial
11.6. Buenas prácticas y experiencias de referencia en administraciones locales españolas y europeas
11.7. Retos actuales y perspectivas de futuro en la prevención del estrés laboral y el burnout en la Administración Local

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

