ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Psicología del Rendimiento en los Deportes Electrónicos: Atención, Estrés y Hábitos Saludables del Jugador

2 ECTS | 50 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 Psicología del Rendimiento en los Deportes Electrónicos: Atención, Estrés y Hábitos Saludables del Jugador de ICUFOR. En un sector en constante crecimiento como los esports, los profesionales de la psicología encuentran un campo de actuación emergente y altamente demandado. Te ofrecemos una formación rigurosa que te permitirá comprender las particularidades del rendimiento competitivo digital y desarrollar competencias especializadas para intervenir con jugadores y organizaciones profesionales.

A lo largo del programa, profundizarás en los fundamentos de la psicología aplicada a los deportes electrónicos, analizando los procesos atencionales y cognitivos que determinan el éxito en competición.

Duración
50 horas

Créditos
2 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos de la psicología del rendimiento aplicada a los deportes electrónicos, identificando los modelos teóricos y los constructos psicológicos clave del contexto competitivo digital.

Definir el perfil psicológico del jugador profesional de esports, describiendo sus competencias, los instrumentos de evaluación disponibles y las funciones del psicólogo especializado en este ámbito.

Analizar los procesos atencionales y cognitivos implicados en el rendimiento competitivo, diferenciando los tipos de atención, las funciones ejecutivas y los factores perceptivos relevantes durante la partida.

Aplicar técnicas de entrenamiento cognitivo y tecnologías emergentes, diseñando rutinas precompetitivas orientadas a la mejora y monitorización del rendimiento atencional del jugador.

Identificar las fuentes de estrés y los riesgos psicopatológicos asociados a la práctica profesional de esports, distinguiendo entre estrés facilitador y debilitante y reconociendo las señales de alerta del burnout.

Dominar estrategias de regulación emocional y gestión del estrés competitivo, implementando técnicas de afrontamiento adaptativas y de fortalecimiento de la resiliencia y la autoconfianza del jugador.

Fundamentar la relevancia de los hábitos saludables en el rendimiento y la longevidad de la carrera competitiva, describiendo pautas basadas en la evidencia sobre sueño, nutrición, actividad física y ergonomía.

Diseñar rutinas integrales y planes individualizados de carrera profesional, incorporando criterios de periodización, bienestar, prevención del uso problemático de pantallas y planificación de la transición tras la competición activa.

Temario

01 Fundamentos de la psicología del rendimiento aplicada a los deportes electrónicos

1.1. Conceptualización y evolución de los deportes electrónicos como disciplina competitiva
1.2. Bases teóricas de la psicología del rendimiento deportivo y su transferencia al entorno digital
1.3. Perfil psicológico y competencias clave del jugador profesional de deportes electrónicos
1.4. El rol del psicólogo especializado y la evaluación del rendimiento en esports

02 Procesos atencionales y funcionamiento cognitivo en el rendimiento competitivo de los esports

2.1. Fundamentos neurocognitivos de la atención aplicados a los deportes electrónicos
2.2. Tipos de atención implicados en el rendimiento competitivo del jugador
2.3. Funciones ejecutivas y toma de decisiones en situaciones de alta presión competitiva
2.4. Percepción visual y procesamiento de la información en el entorno de juego
2.5. Factores que deterioran el rendimiento atencional y cognitivo del jugador profesional
2.6. Técnicas y programas de entrenamiento cognitivo para la mejora de la atención en esports
2.7. Evaluación y monitorización del rendimiento atencional y cognitivo a lo largo de la temporada

Temario

03 Estrés, regulación emocional y salud mental del jugador de deportes electrónicos

3.1. Conceptualización del estrés y la ansiedad competitiva en el contexto específico de los esports
3.2. Fuentes y desencadenantes específicos de estrés en el jugador profesional de deportes electrónicos
3.3. Respuestas psicofisiológicas al estrés y su impacto directo en el rendimiento del jugador
3.4. Síndrome de burnout y riesgos psicopatológicos asociados a la práctica profesional de esports
3.5. Técnicas y estrategias de regulación emocional y gestión del estrés competitivo
3.6. Intervención psicológica para la promoción y protección de la salud mental en entornos de esports

Temario

04 Hábitos saludables, rutinas de entrenamiento y optimización sostenible del rendimiento del jugador

4.1. Importancia de los hábitos saludables en el rendimiento y la longevidad de la carrera competitiva del jugador
4.2. Higiene del sueño y gestión del descanso como factores determinantes del rendimiento cognitivo
4.3. Alimentación, hidratación y actividad física en el contexto del rendimiento en deportes electrónicos
4.4. Gestión del tiempo de práctica, descanso y prevención del uso problemático de pantallas
4.5. Diseño de rutinas integrales y planificación de la carrera del jugador profesional

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 2 créditos ECTS y 50 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

